



PROJECTE D'INNOVACIÓ SOCIAL 2025

L'estrès acadèmic no t'ha de frenar. Mind Up t'impulsa.

Una app creada per joves i per a joves. Trenquem l'estigma de la salut mental a les aules i t'oferim eines reals per gestionar la pressió.

[Descobreix el Projecte](#)[Veure Video](#)

1 de 4
ESTUDIANTS AMB ANSIEATAT

24/7
SUPPORT EMOCIONAL

100%
ANÒNIM I SEGUR

Una pandèmia silenciosa

"No puc més amb la selectivitat". Aquesta frase ressona a milers de joves. L'estrés acadèmic s'ha convertit en la principal causa de malestar entre els 14 i els 20 anys.

- ✗ Serveis d'orientació saturats
- ✗ Psicologia privada inaccesible
- ✗ Por a ser jutjat (Estigma)

NECESSITAT I PERTINENÇA

Per què ara? Per què Mind Up?

El sistema educatiu se centra en l'assoliment acadèmic però oblide l'acompanyament emocional. Els joves nadius digitals no troben respostes en els canals tradicionals.

La nostra missió és cobrir el buit existent entre l'estudiant estressat i l'ajuda professional. Si no actuem, l'estrés puntual pot derivar en fracàs escolar, aïllament o trastorns crònics. Mind Up és la resposta immediata i accessible.

LA NOSTRA PROPOSTA

Un Coach Emocional de Butxaca

Mind Up és una app basada en teràpia cognitiu-conductual i gamificació. És sostenible, escalable i dissenyada per a la vida real.



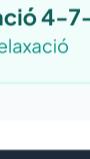
Check-in Diari

Registre d'emocions ràpid i intuitiu. L'IA detecta patrons d'estrés abans que es converteixin en un problema.



Botó SOS Acadèmic

Bloqueig abans d'un examen? Accés directe a exercicis de respiració i relaxació de 3 minuts.



Comunitat Segura

Fòrums anònims moderats per professionals. Comparteix experiències sense por a ser jutjat.

Com ho fem sostenible?

Utilitzem un model híbrid **B2B2C** per garantir l'accés universal:

- 🕒 **Centres Educatius:** Instituts paguen una llicència anual com a part del Pla d'Acció Tutorial.
- 🕒 **Alumnes (Gratuït):** L'usuari final no paga, eliminant barrières econòmiques.

IMPACTE ESPERAT

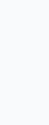
Cost Zero

Per a l'estudiant i la seva família.

BENEFICIS I ORIGINALITAT

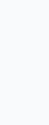
Més que una app, un canvi de mentalitat

A diferència d'apps de meditació genèriques, Mind Up parla el teu idioma. Entén què és la selectivitat, els exàmens finals i la pressió de grup.



Prevenció Activa

No esperem al problema. Actuem abans.



Context Educatiu

Recursos específics per a la vida escolar.

Objectius d'Impacte 2025

Dades estimades per al primer any d'implementació basades en la prova pilot.

5k+

Alumnes Impactats

En el primer curs escolar

15

Instituts Adherits

Xarxa de centres pilot

-40%

Reducció d'Ansietat

Objectiu clínic mesurable

4.8

Satisfacció Usuaris

Valoració mitjana (sobre 5)

AMB LA COL·LABORACIÓ I SUPORT DE



Colegi Psicologia



Assoc. Estudiants

Beta-testers



Instituts Pilot

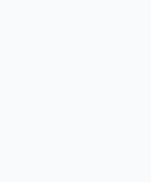
Prova pilot



Dept. Educació

Supòrt institucional

90 segons



Veure Video Pitch

Presentació del projecte Mind Up 2025.

Preguntes Freqüents

És realment anònim?

Absolutament. No guardem dades personals identificables als fòrums i totes les interaccions estan encriptades punt a punt.

Qui hi ha darrere del xat?

L'IA proporciona el primer nivell de suport immediat, però els fòrums són moderats per estudiants de psicologia de l'últim curs supervisats pel COPC.