

# Asapme Teruel y DPT continúan con los talleres de prevención del suicidio y salud mental

Dos propuestas diferentes vertebran esta acción centrándose en alumnos, familias y docentes

Redacción  
Teruel

La Asociación Salud Mental Teruel-Asapme Teruel junto con el Área de Bienestar Social de la Diputación de Teruel (DPT) ha continuado, durante este último trimestre del curso 22/23, con la impartición de diferentes talleres en Centros Educativos de Infantil y Primaria de toda la provincia de Teruel enfocados a la prevención del suicidio y el fomento de la salud mental.

Para ello se realizan diferentes tipos de talleres según los destinatarios de cada uno de ellos. Por una parte con los alumnos de los últimos cursos de Primaria donde se trabajan competencias emocionales como el autoconocimiento, la empatía, la afectividad, la resiliencia y la cooperación, entre otras. Todo basándonos en juegos según la edad de los participantes y adaptándonos en todo momento a su nivel madurativo.

Por otro lado se imparten talleres a las familias y profesorado de los centros donde se ofre-



Rosario Pascual, diputada de Bienestar Social de la DPT (dcha.), y Marta Borrás, psicóloga de Asapme Teruel

ce información actualizada, no sesgada y con perspectiva de género, orientada hacia la importancia del cuidado de la Salud Mental; saber identificar los signos tempranos de problemas de salud mental difundiendo los di-

ferentes recursos y dispositivos de apoyo y atención, y minimizar las secuelas del estigma, creando una imagen realista y libre de estereotipos sobre los trastornos mentales y la prevención del suicidio.

La finalidad de estos talleres es que todos los asistentes a los mismos salgan con otra idea acerca del suicidio, sepan reconocer signos y síntomas de alerta en los menores, así como sean conscientes de que estamos ante

un grave problema de salud pública que requiere atención por parte de la familia, la sociedad y recursos desde las instituciones.

“Para Asapme Teruel, los ejes principales para una buena salud mental son la prevención, la educación, el conocimiento y la actitud, siendo éstos los aspectos en los que más se incide en los talleres”. Además, durante las sesiones, se dan una serie de recomendaciones para mejorar la salud mental, como puede ser dedicar y dedicarse tiempo a uno mismo, tener una actitud positiva ante la vida, saber identificar emociones para poder gestionarlas de forma correcta, tener empatía y asertividad, o tener relaciones sociales y un entorno saludables.

Durante esta última semana del curso se van a llevar a cabo talleres tanto para alumnos como para familiares, y también dirigidos al profesorado en varios centros de la Comarca Cuencas Meneras: CEIP Antonio Gargallo de Moya de Escucha, CEIP Pablo Serrano de Montalbán y el Colegio Rural Agrupado de Muniesa.

## Los usuarios de Atadi Utrillas disfrutaron de la música gracias a Tamborile Méter Mano Rara, en la residencia de mayores de Martín del Río y Atadi Utrillas

Redacción  
Teruel

Este fin de semana, Mezquita de Jarque acogió una nueva edición del festival de música de calle Tamborile. Aunque el grueso de la programación se concentró durante el sábado 17, el viernes se ofrecieron dos conciertos de Méter Mano Rara en la residencia de personas mayores de Martín del Río y en el centro Atadi Utrillas.

Miguel Ángel Gimeno es el

músico que se esconde tras el nombre de Méter Mano Rara. Con una dilatada trayectoria musical de varias décadas, Gimeno hizo las delicias del público tocando a la vez varios instrumentos (batería, guitarra y armónica) y cantando. Por si fuera poco, el músico fabrica la mayoría de los instrumentos que toca usando diferentes materiales reciclados.

Tanto los usuarios como los trabajadores de Atadi disfrutaron mucho de la actuación e in-



Actuación de Méter Mano Rara en Atadi Utrillas

cluso pudieron participar tocando algunos instrumentos.

“Desde Atadi queremos agradecer a la organización del festival Tamborile que haya pensado

en el colectivo de personas con discapacidad intelectual para hacernos partícipes de esta edición”, apunta Gema Chulilla, directora de Atadi Utrillas. “Tam-

bién queremos felicitar a Miguel Ángel Gimeno por su estupenda actuación y agradecerle el buen rato que nos hizo pasar a todos”, continúa Chulilla.