

Asapme Teruel aborda varios temas de salud mental en los colegios

Los talleres versan sobre gestión emocional y prevención del suicidio

Redacción
Teruel

La Asociación Salud Mental Teruel (Asapme Teruel) impartió la semana pasada cuatro talleres sobre gestión emocional y prevención del suicidio en el Colegio de Educación Infantil y Primaria (CEIP) Miguel Vallés, en colaboración con el Ayuntamiento de Teruel desde el área de servicios a la ciudadanía de Promoción de la salud: Programa Teruel Saludable.

Estas actividades se suman al resto de talleres que se llevan realizando desde la entidad en los colegios Anejas, La Purísima y Santos Mártires y Ensanche y próximamente en Las Viñas y Pierres Vedel. La entidad se desplaza hasta los centros educativos para abordar un tema tan complejo y realizar una labor de sensibilización ante esta problemática.

La prevalencia en España de problemas de salud mental en la población infantil y adolescente va en aumento y oscila entre un

10 % y un 20 %; se estima que una quinta parte de las y los adolescentes menores de 18 años padece algún problema de desarrollo emocional o de conducta. Por ello, este programa de promoción de la salud mental y prevención del suicidio se encuentra dirigido a la población más joven.

Asapme Teruel desarrolla talleres para el alumnado de Primaria, con el que trabaja las emociones y la gestión emocional, además de conceptos sobre la salud mental y las variables que influyen en ella.

“Planteamos estrategias de actuación y protección para que sepan hacer buen uso de sus emociones, que tengan herramientas y habilidades suficientes para prevenir en un futuro problemas tan graves como puede ser el suicidio”, explicó explicada una de las psicólogas que realiza estas actividades.

Los talleres también se imparten a docentes y familiares del alumnado de los centros educativos, con quienes se trata la salud mental, el suicidio y las herra-



Charla de Asapme Teruel en el CEIP Miguel Vallés de Teruel

mientas de prevención y actuación orientadas a las necesidades del entorno educativo y familiar, respectivamente.

“Abordar esta problemática desde los centros educativos es muy importante, porque al mis-

mo tiempo implicamos al entorno escolar, familiar y social para una labor conjunta”, explican desde Asapme Teruel. “Además, los compañeros y compañeras de clase, amigos y amigas constituyen uno de los factores de protec-

ción más efectivos en la prevención de la conducta suicida. Sentirse escuchado, con respeto y sensibilidad, sin ser juzgado, por una persona significativa, hará que reduzcamos el sufrimiento psicológico que tiene, y que disminuya su nivel de estrés y ansiedad”, añaden.

Por lo tanto, les hacen saber que, si ven algún cambio de conducta que les preocupa en alguien de su entorno, no duden en pedir ayuda a una persona adulta de referencia (padre, madre, tutor, profesorado, familiares, etcétera) para que éste pueda observar las señales de alarma y tome las medidas oportunas. Así mismo, también se aconseja a los adultos que conforman la red de los y las menores que, si no encuentran la manera de ayudarlo, se pongan en contacto con profesionales de la salud, “ya que no tenemos por qué saber cómo actuar en estos casos, pero es preciso pedir ayuda”, puntualizan.

Desde Asapme Teruel recuerdan que cualquier ciudadano puede contactar con la Línea de Atención a la Conducta Suicida a través del teléfono 024. Se trata de una línea telefónica de ayuda a las personas con pensamientos, ideaciones o riesgo de conducta suicida, y a sus familiares y allegados. El 024 es un servicio accesible desde todo el territorio nacional, gratuito, confidencial y disponible las 24 horas del día, los 365 días del año.

Atadi impulsa nuevos servicios y oportunidades de empleo

Los socios del proyecto Meraki se reúnen en Tárrega

Redacción
Teruel

Profesionales de Atadi se desplazaron el 24 de marzo a Tárrega (Lérida) para reunirse con representantes del resto de entidades que forman parte del proyecto Meraki: Ecosistemas de Cuidados para la Vida Independiente en Comunidad: Asprodes (Salamanca), Fundación San Cebrián (Palencia), los Servicios Sociales de Castilla y León y la anfitriona en esta ocasión, la Associació Alba.

El proyecto Meraki nació con el objetivo de impulsar nuevas actividades económicas dentro del servicio de Vida Indepen-

diente creando una red de entidades de economía social que, junto con administraciones públicas, pretende implantar servicios esenciales para que colectivos con vulnerabilidad puedan seguir viviendo en sus localidades, promover su autonomía y garantizar la asistencia que necesitan en las mismas condiciones que aquellas personas que viven en el medio urbano. En la provincia de Teruel se está avanzando con proyectos como el servicio de Comida a Domicilio que ha impulsado la entidad junto a la Comarca Gúdar-Javalambre.

El director administrativo de Atadi, José Antonio Mora; la tra-

bajadora y educadora social Elena Aldecoa; y la responsable de comunicación, Paula Esteban; viajaron hasta Tárrega para conocer las experiencias del resto de entidades en cuanto a la puesta en marcha de nuevos servicios dentro del proyecto Meraki.

Además, tuvieron la oportunidad de conocer los espacios de los que dispone la Associació Alba como el Antic Museu de Verdú, donde se encuentra uno de sus centros ocupacionales. También visitaron el equipamiento de La Bassa en Sant Martí de Maldà, destinado a ofrecer servicios y apoyos a las personas que se encuentran en la Vall del Corb.



Representantes del proyecto Meraki, reunidos en Tárrega

Por otra parte, viajaron hasta Manresa para conocer la nueva residencia de la Asociación AMPANS destinada a personas con autismo; y también hasta Tarraça, donde visitaron El Vapor de Pordis; unas instalaciones con espacios abiertos destinados a hacer posible la inclusión plena de las personas con discapacidad intelectual, parálisis cerebral y/o

trastorno mental, conjuntamente con el entorno, la ciudadanía y la comunidad.

Este proyecto cuenta con una subvención del Ministerio de Trabajo y Economía Social (MITES), dentro del Plan Integral de Impulso a la Economía Social para la Generación de un Tejido Económico, Inclusivo y Sostenibles para 2024 y 2025.

