

Asapme acerca la realidad de la salud mental al Máster en Psicología Sanitaria

Charla dinámica y participativa para el alumnado dentro del Programa Expertia

Redacción
Teruel

Asapme Teruel compartió una jornada muy especial con el alumnado del Máster en Psicología General Sanitaria bajo el título *Hablemos sobre Salud Mental*, una charla dinámica y participativa enmarcada dentro del Programa Expertia.

El objetivo era hablar de salud mental de forma clara, cercana y real, conectando la teoría que se aprende en el aula con la experiencia directa de quienes trabajan día a día acompañando a personas y familias.

Durante la sesión, una psicólo-

ga de la entidad explicó quiénes son y que se trabaja para mejorar la calidad de vida de las personas con problemas de salud mental y sus familias, ofreciendo apoyo, orientación, programas de rehabilitación psicosocial y actividades que favorecen la inclusión y la autonomía.

Durante la charla se destacó su papel fundamental en la sensibilización social y en la lucha contra el estigma, uno de los grandes retos que todavía existen en el ámbito de la salud mental, así como dar a conocer los recursos disponibles en la provincia.

El alumnado pudo entender cómo se organiza la red de aten-



Alumnado del Máster en Psicología Sanitaria, durante la jornada 'Hablemos sobre Salud Mental'

ción en salud mental en Teruel, qué servicios existen y cómo se coordinan los distintos profesionales y entidades para ofrecer una atención integral. Conocer esta realidad resulta especialmente valioso para quienes pronto ejercerán como profesionales sanitarios.

También se abordaron cuestiones muy prácticas como la detección de posibles problemas de salud mental: desmontar mitos, señales de alerta, cómo intervenir adecuadamente y, en cuanto al

tratamiento, se puso el acento en la importancia de un enfoque integral, donde la intervención psicológica, el tratamiento farmacológico (cuando es necesario), el apoyo social y el acompañamiento comunitario trabajen de forma coordinada. La recuperación, se subrayó, es un proceso en el que la persona debe estar siempre en el centro.

Esta actividad ha sido posible gracias al Programa Expertia, una iniciativa que busca acercar el

mundo profesional y social a las aulas universitarias, fomentando además actitudes emprendedoras y adaptando la formación a la realidad del mercado laboral.

Desde Asapme Teruel se valora muy positivamente este tipo de encuentros, que no solo enriquecen la formación académica, sino que también contribuyen a formar futuros profesionales más sensibilizados, informados y comprometidos con la salud mental.

Últimos días para inscribirse en la XXI Marcha Senderista Atadi Alcorisa

El evento deportivo tendrá lugar el próximo sábado 7 de marzo

Redacción
Teruel

La Marcha Senderista Atadi Alcorisa llega a su vigésimo primera edición el próximo 7 de marzo de 2026. La salida de la marcha se realizará a las 09.30 horas desde el centro Atadi Alcorisa (C\ Miguel de Cervantes, 1) y ofrecerá tres recorridos distintos para que los participantes elijan cuál se adapta mejor a ellos. El objetivo de esta marcha es que cualquier persona, independientemente de su resistencia física o su tipo de discapacidad, pueda participar en esta actividad, donde la convivencia es lo más importante.

El plazo de inscripción estará abierto hasta el día 5 de marzo a las 23:00 horas. Las inscripciones pueden realizarse online en la pla-

taforma apuntame.click o completando las hojas de inscripción disponibles en entidades o en Atadi Alcorisa. En la inscripción se puede elegir entre la opción de únicamente andata o la que incluye comida popular. Los precios de inscripción oscilan entre los 7 y los 20 euros en función de la edad (los menores de 12 años tienen precio reducido), si se está federado en la Fam y si se incluye la comida en el restaurante.

La realización de la Marcha Senderista Atadi Alcorisa es posible gracias a la colaboración y participación de las asociaciones locales y voluntarios que año tras año trabajan con ilusión para que esta actividad salga adelante. Desde Atadi agradecieron su esfuerzo a todos los implicados y animaron a participar en esta agradable jor-



Cartel de la marcha

nada de convivencia y deporte inclusivo. Los interesados en participar como voluntarios pueden contactar con Atadi Alcorisa. La marcha forma parte de las actividades deportivas de Special Olympics Aragón y del calendario de Andadas Populares de la Federación Aragonesa de Montaña (Fam).

El Ayuntamiento de Teruel, galardonado en los premios Zangalleta

Redacción
Teruel

El Gobierno de Aragón; los ayuntamientos de Zaragoza, Huesca y Teruel; las plataformas estatales Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (Cermi) y Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (Cocemfe); Fundación Ibercaja; y Heraldo de Aragón son los ganadores de los Premios Zangalleta 2026, que se entregarán en una gala especial con motivo del 50 aniversario de Fundación Dfa el próximo 8 de abril en el Auditorio de Zaragoza.

Los Premios Zangalleta distinguen la labor de personas, colectivos e instituciones en reconocimiento a su contribución

a la defensa de los derechos, la accesibilidad y la inclusión de las personas con discapacidad.

El Gobierno de Aragón ha sido reconocido por el desarrollo a lo largo del recorrido autonómico de los sistemas públicos de servicios sociales, la formación para el empleo, la atención temprana o la educación, mediante la colaboración público-privada con las entidades sociales de la discapacidad.

Por su parte, los ayuntamientos de Zaragoza, Huesca y Teruel recibirán el galardón por el impulso a la accesibilidad urbana de las tres ciudades, un avance que ha transformado su realidad y ha permitido que elementos como rampas de acceso, bordillos rebajados o calles a cota cero sean percibidos positivamente por toda la ciudadanía, con y sin discapacidad.

SÍ A TODO

Vicentín

SÉ COMO VICENTÍN

APROVECHA LAS VENTAJAS JOVEN in

PAGA Y SACA CASH EN EL EXTRANJERO

SIN COMISIONES

por cambio de divisa

CHOLLOS

EN MARCAS TOP

CARNÉ JOVEN

CON TU TARJETA

BIZUM

EN LA APP DE RURALVÍA

CAJA RURAL DE TERUEL

Programa Joven de 14-30 años. Entérate de todo en: www.ruralteruel.com