

Nota de prensa  
26/05/2012

## Una jornada reunirá a más de 600 personas que buscan “comprender el sentido de la vida”

La conferencia cierra un ciclo sobre habilidades mentales desarrollado por ASAPME

¿Conocemos el sentido de nuestra vida? ¿Por qué tenemos la necesidad de encontrarlo? ¿Qué relación existe entre el significado de la vida y nuestra salud mental? Éstas y otras cuestiones serán analizadas el próximo **29 de mayo** en la última sesión del ciclo de ASAPME, “**Habilidades Mentales Para Vivir Mejor**”. Más de 600 personas acudirán al **Patio de la Infanta de Ibercaja** en busca de respuestas y pautas para lograr una vida satisfactoria y plena.



La sugestión y la fuerza de las emociones fueron los temas de las dos jornadas anteriores del ciclo, celebradas el 27 de marzo y el 24 de abril, respectivamente).

Dentro de la labor de difusión de hábitos que contribuyan al bienestar emocional de la población, la **Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (ASAPME)** abordará en esta jornada **una cuestión clave en el desarrollo saludable de las personas, la necesidad común de encontrar un sentido a la vida.**

El médico **psiquiatra Fernando Sopeséns** será el encargado de guiar a los asistentes en esa búsqueda, profundizando en el importante papel que cada persona tiene sobre la percepción de su vida y aportando claves para entender que vivimos en un mundo de posibilidades.

**Para más información:**  
**Hilda Vásquez-Caicedo - Comunicación ASAPME- 976 532 499 / 677 330 832**

El ciclo **“Habilidades mentales para vivir mejor”**, organizado por ASAPME con la colaboración de **IberCaja Obra Social**, ha aportado herramientas para aprender a **desarrollar las potencialidades de la mente**, a través de varias conferencias y coloquios con una parte práctica, en los que se han realizado ejercicios como la relajación y la visualización.

**ASAPME.** *La Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (ASAPME) es una entidad pionera en salud mental en Aragón, que promueve el bienestar emocional en la sociedad a través de la información, el asesoramiento y la sensibilización sobre los problemas de salud mental.*

*En el ámbito sanitario y social, atiende a personas afectadas por enfermedad mental y a sus familias, con el objetivo de mejorar su calidad de vida.*



**Ponente.** *El Dr. Fernando Sopeséns Serrano, médico psiquiatra, cuenta con una amplia experiencia profesional como terapeuta en diferentes instituciones como el Sistema Nacional de Salud y en el Hospital General de la Defensa. Forma parte de varias sociedades psiquiátricas y colabora en diferentes proyectos de investigación y divulgación psiquiátricos. Actualmente ejerce su profesión en la Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (ASAPME) y en su consulta privada.*

**Para más información:**  
**Hilda Vázquez-Caicedo - Comunicación ASAPME- 976 532 499 / 677 330 832**