

Nota de prensa
03/05/2013

Las claves para superar la adversidad, en una conferencia de ASAPME

El próximo 7 de mayo cerca de **400 personas** se darán cita en Zaragoza para asistir a la conferencia **“Afrontar la adversidad”**, que será impartida por el psiquiatra **Fernando Sopeséns** en **IberCaja Patio de la Infanta** a partir de las **19:00 horas**. Por la importancia del tema y el gran interés despertado, la **Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (ASAPME)** e **IberCaja Obra Social**, entidades impulsoras del evento, ofrecerán la retransmisión de la conferencia en directo a través de Internet.

La pérdida de un ser querido, las situaciones que genera el desempleo, la incertidumbre, son circunstancias que generan malestar y pueden afectar a cualquier persona. Sin embargo, ante estas situaciones uno pueden adoptar dos actitudes distintas: sentirse víctima de lo ocurrido o, por el contrario, confiar en sus capacidades y manejarlas para salir adelante.

El experto en psiquiatría, Fernando Sopeséns, demostrará que **la clave para afrontar los problemas está en uno mismo**, y dará a conocer herramientas personales para afrontar situaciones negativas con garantías de superarlas. Lo hará ante las numerosas personas que llenarán el salón de actos y, además, ante todos los internautas que deseen seguir la conferencia en *streaming* a través de su ordenador, desde las páginas web de IberCaja Obra Social (<http://new.livestream.com/ibercajaobrasocial>) y de ASAPME (www.asapme.es).

ASAPME, organización experta en el abordaje de los problemas de salud mental, pretende compartir sus conocimientos con la población general, facilitándoles técnicas para desarrollar sus habilidades, dentro de su labor de prevención y promoción de hábitos mentales saludables. Por ello, esta acción está destinada a cualquier persona interesada en plantar cara a sus problemas, aprender a pasar página e incluso salir reforzado de situaciones adversas.

Ponente. *El Dr. Fernando Sopeséns Serrano, médico psiquiatra, cuenta con una amplia experiencia como terapeuta, forma parte de diferentes sociedades psiquiátricas y colabora en diferentes proyectos de investigación y divulgación psiquiátricos. Actualmente ejerce su profesión en la Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (ASAPME).*

ASAPME. *La Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (ASAPME) es una entidad sin ánimo de lucro, pionera en salud mental en Aragón, que promueve el bienestar emocional en la sociedad a través de información, 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, a través de distintos recursos, con el objetivo de mejorar su calidad de vida.*

Para más información y entrevistas:
Ana López-Gerente ASAPME- 976 532 499
Hilda Vásquez-Caicedo - Comunicación ASAPME- 976 532 499
comunicacion@asapme.org