

# ZARAGOZA + HUMANA

PROYECTO SOCIAL DE SALUD COMUNITARIA



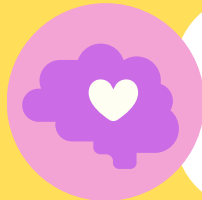
## MENS SANA IN...

TALLERES DE GESTIÓN EMOCIONAL PARA  
CUIDAR TU SALUD MENTAL



## + ZERCA

ASESORAMIENTO INDIVIDUAL CON  
PROFESIONALES DE  
PSICOLOGÍA Y PSIQUIATRÍA



## RINCONES + HUMANOS

RUTAS A PIE PARA CONOCER  
NUESTRA CIUDAD Y SU HISTORIA



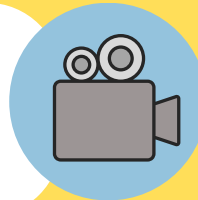
## ENCUENTROS LITERARIOS

CHARLAS COLOQUIO CON LAS MEJORES  
PLUMAS DE ARAGÓN



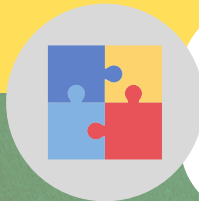
## ZARAGOZA DE PELÍCULA

UN DEBATE A TRAVÉS DEL CINE



## HABILI-EDADES

ACTIVIDADES INTERGENERACIONALES DONDE  
LA NATURALEZA Y LOS ESPACIOS PÚBLICOS  
TIENEN UN PAPEL PROTAGONISTA



## SALIDAS CULTURALES



CONOCE LA OFERTA CULTURAL MÁS  
DESTACADA. COMPARTE EL ARTE EN  
TODAS SUS FORMAS



INSCRIPCIÓN  
GRATUITA  
PLAZAS  
LIMITADAS



Apúntate en [zaragozamashumana@asapme.org](mailto:zaragozamashumana@asapme.org)  
[asapme.org/zaragozahumana/](http://asapme.org/zaragozahumana/) o en el 623 28 53 18



 Zaragoza+Humana  
 @zaragozamashumana

# ZARAGOZA + HUMANA

## ACTIVIDADES MES DE JUNIO



ACTIVIDADES DIRIGIDAS  
A TODA LA POBLACIÓN  
INSCRIPCIÓN PREVIA

 Zaragoza+Humana  
 @zaragozamashumana

Apúntate en [zaragozamashumana@asapme.org](mailto:zaragozamashumana@asapme.org)  
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18

L	M	X	J	V	S	D
1	2 	3	4	5	6	7
<b>LUNES 8</b> MENS SANA IN JOAQUÍN RONCAL 18-20H	9	10	<b>JUEVES 11</b> EN. LITERARIO SANDRA ARAGUÁS 18H	12	13	<b>DOMINGO 14</b> RINCONES +HUMANOS PASEO SALUDABLE 9H
15	16	17	<b>JUEVES 18</b> CENTRO AGUA Y MEDIO AMBIENTE 18H	<b>VIERNES 19</b> CENTRO AGUA Y MEDIO AMBIENTE 18H	20	21 
22	23	24	25	26 	27	28

**ACTIVIDADES GRATUITAS - PLAZAS LIMITADAS**

Colabora



Organiza



# ZARAGOZA + HUMANA

MES DE JUNIO

## MENS SANA:

# FARMACO-EDUCACIÓN

Charla sobre mitos y prejuicios acerca del tratamiento en procesos relacionados con la Salud Mental. Diferencias entre fármacos. Actividad impartida por profesionales de Psicología y Psiquiatría. \*Se dejará un espacio destinado a la participación de los asistentes.

**LUNES 8 DE JUNIO 18-20H**

**CENTRO JOAQUÍN RONCAL.  
FUNDACIÓN CAI**

**(C/ DE SAN BRAULIO, 5, CASCO ANTIGUO)**

**ZARA  
GOZA  
+ HU  
MANA**



**Actividades gratuitas - Plazas limitadas**

Apúntate en [zaragozashumana@asapme.org](mailto:zaragozashumana@asapme.org)  
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18



Zaragoza+Humana



@zaragozashumana

Colabora



Organiza



**ZARAGOZA + HUMANA**

**+ ZERCA**

**MES DE JUNIO**

# ASESORÍAS PSICOLÓGICAS GRATUITAS

**SE CONCERTARÁN MEDIANTE CITA PREVIA. PODRÁN  
REALIZARSE DE MANERA PRESENCIAL O TELEFÓNICA.**

**LA MODALIDAD PRESENCIAL SE LLEVARÁ A CABO EN  
LA SEDE DE ASAPME ARAGÓN, EN PARQUE DELICIAS  
(FRENTE A BIBLIOTECA MANUEL ALVAR)**



**Actividades gratuitas - Plazas limitadas**

Apúntate en [zaragozamashumana@asapme.org](mailto:zaragozamashumana@asapme.org)  
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18

 Zaragoza+Humana  @zaragozamashumana

**ZARAGOZA + HUMANA**

# ENCUENTROS LITERARIOS

**MES DE JUNIO**

**JUEVES 11 - 18H**



# SANDRA ARAGUÁS

En esta ocasión, nos reuniremos con Sandra Araguás, reconocida investigadora de la tradición oral aragonesa y fundadora de la Editorial Sin Cabeza. En su obra, "Lágrimas en los tejados", la escritora utiliza su maestría con la palabra para dar voz al Alzheimer. En este encuentro, uniremos literatura y salud mental para visibilizar el impacto emocional del olvido, destacando cómo el rescate de la memoria y la escucha activa son herramientas fundamentales para el bienestar de los pacientes y sus familias.



**BIBLIOTECA MANUEL ALVAR**

(Parque Delicias)

**ACTIVIDAD GRATUITA - PLAZAS LIMITADAS**

Apúntate en [zaragozamashumana@asapme.org](mailto:zaragozamashumana@asapme.org)  
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18



Zaragoza+Humana



@zaragozamashumana

Colabora



Organiza



**ZARAGOZA + HUMANA**

# **RINCONES + HUMANOS**

**PASEOS SALUDABLES / ENERO - JUNIO 2026**

**JUNIO**

**DOMINGO 14 (9H)**

RUTA: **CANAL-PARQUE GRANDE**

INICIO: IGLESIA SAN ANTONIO DE  
PADUA (P.º de Cuéllar, 10-18)

**APTO PARA TODOS LOS PÚBLICOS**

**ACTIVIDAD GRATUITA - PLAZAS LIMITADAS**

**DURACIÓN APROXIMADA 1:30H**



 Zaragoza+Humana

 @zaragozamashumana



**ZARA  
GOZA  
+ HU  
MANA**

Apúntate en [zaragozamashumana@asapme.org](mailto:zaragozamashumana@asapme.org)  
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18

# ZARAGOZA + HUMANA

# SALIDAS CULTURALES

MES DE JUNIO

## VISITA GUIADA AL CENTRO DE DOCUMENTACIÓN DEL AGUA Y DEL MEDIO AMBIENTE

### JUEVES 18 Y VIERNES 19 (18H)

Ubicado en el antiguo Refectorio del Convento de Santo Domingo, el **CDAMAZ** es una de las joyas culturales y arquitectónicas más sorprendentes de Zaragoza. Este centro, especializado en agua y medio ambiente, es un oasis de sabiduría diseñado para que investigadores, estudiantes y ciudadanos curiosos encuentren todos los recursos necesarios para entender los retos ecológicos de nuestra ciudad.

CDAMAZ

CENTRO DE  
DOCUMENTACIÓN  
DEL AGUA Y EL  
MEDIO AMBIENTE

Una visita amena que te abre las puertas a la información ambiental como base para la participación ciudadana, la divulgación, la educación ambiental, el aprendizaje, la investigación y el cambio que precisa nuestra sociedad para abordar los retos ambientales y climáticos del presente.

**PUNTO DE ENCUENTRO:** Pº Echegaray y Caballero, 18, Casco Antiguo, 50003). **DURACIÓN 1H 30MIN**



**SERÁ NECESARIO REALIZAR INSCRIPCIÓN PREVIA**

**ACTIVIDADES GRATUITAS - PLAZAS LIMITADAS**



Zaragoza+Humana



@zaragozamashumana

Apúntate en [zaragozamashumana@asapme.org](mailto:zaragozamashumana@asapme.org)  
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18

Colabora



Organiza

