

ZARAGOZA + HUMANA

PROYECTO SOCIAL DE SALUD COMUNITARIA



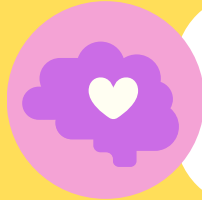
MENS SANA IN...

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

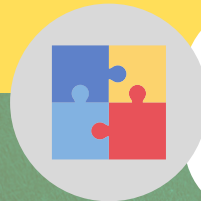
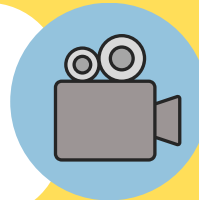


ENCUENTROS LITERARIOS

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
asapme.org/zaragozahumana/ o en el 623 28 53 18



Zaragoza+Humana



@zaragozamashumana

Colabora



Organiza



ZARAGOZA + HUMANA

ACTIVIDADES MES DE OCTUBRE



**ACTIVIDADES DIRIGIDAS
A TODA LA POBLACIÓN
INSCRIPCIÓN PREVIA**



Zaragoza+Humana



@zaragozamashumana

Apúntate en zaragozamashumana@asapme.org
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18

L	M	X	J	V	S	D
LUNES 5 HISTORIA DEL LIBRO 10H	MARTES 6 CINEFÓRUM FILMOTECA 18H	7	8	9	10 DÍA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL	11 
12 	13	14	15	16	17	DOMINGO 18 RINCONES +HUMANOS PASEO SALUDABLE 10H
19 	20	21	JUEVES 22 HISTORIA DEL LIBRO 10H	23 	24	25 
LUNES 26 MENS SANA IN CASABLANCA 18-20H	27	28 	JUEVES 29 PABLO SERRANO 18H	30	31	

ACTIVIDADES GRATUITAS - PLAZAS LIMITADAS

Colabora



Organiza



ZARAGOZA + HUMANA

SALIDAS CULTURALES

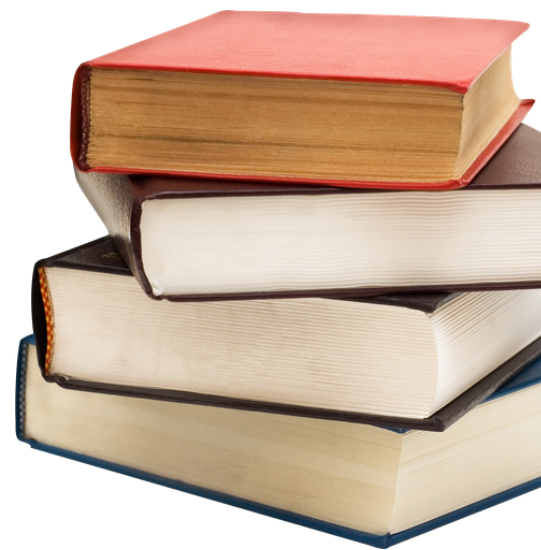
MES DE OCTUBRE

LUNES 5 y JUEVES 22 - 10H

HISTORIA DEL LIBRO: BIBLIOTECA PALACIO DE SÁSTAGO

La Biblioteca Ildefonso Manuel Gil, de la Diputación de Zaragoza, está integrada por cuatro bibliotecas: la Biblioteca Central, las Bibliotecas del Casino Principal y Casino Mercantil y la Biblioteca de la Institución Fernando el Católico. Todas ellas componen un extraordinario fondo de monografías y publicaciones periódicas.

Una breve exposición oral introduce en la historia del libro y lleva a la contemplación de diversos ejemplares de libros desde el siglo XVI hasta el XXI, analizando sus materiales, tipografías, composición y contenidos.



DURACIÓN 1:30H

**PUNTO DE ENCUENTRO: ESCALERAS DIPUTACIÓN
PROVINCIAL DE ZARAGOZA (PLAZA ESPAÑA, 2)**



SERÁ NECESARIO REALIZAR INSCRIPCIÓN PREVIA

ACTIVIDADES GRATUITAS - PLAZAS LIMITADAS



Zaragoza+Humana



@zaragozamashumana

Apúntate en zaragozamashumana@asapme.org
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18

Colabora



Organiza



ZARAGOZA + HUMANA

ZARAGOZA DE PELÍCULA

OCTUBRE

ACTIVIDAD GRATUITA - PLAZAS LIMITADAS

NO RECOMENDADA PARA MENORES DE 16 AÑOS

MARTES 6 DE OCTUBRE- 18H



El Tabú y La Salud Mental

Proyección: *Cumbres Borrascosas*
(William Wyler, 1939, 1h 44min).

Coloquio con **Ana López Trencó**,
gerente de ASAPME Aragón, y
Elisa Múgica, psicóloga. Modera:
Vicky Calavia (directora de La
Mirada Tabú).



CUMBRES BORRASCOSAS

SERÁ NECESARIO REALIZAR INSCRIPCIÓN PREVIA



VERSIÓN ORIGINAL SUBTITULADA

FILMOTECA DE ZARAGOZA

(PLAZA SAN CARLOS 4, 50001)



Zaragoza+Humana



@zaragozamashumana

Apúntate en zaragozamashumana@asapme.org

<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18

Colabora



Organiza



ZARAGOZA + HUMANA

RINCONES + HUMANOS

PASEOS SALUDABLES / SEPTIEMBRE - DICIEMBRE 2026

OCTUBRE

DOMINGO 18 (10H)

RUTA: **ESCLUSAS**

VALDEGURRIANA

INICIO: AVENIDA TIZIANO/
POLICÍA LOCAL (Parada línea 23
- Parque Venecia)

NOVIEMBRE

DOMINGO 15 (10H)

RUTA: **MIRADOR DEL GÁLLEGO**

INICIO: MOLINO DE SAN LÁZARO
(Paseo de la ribera, cruzando el
puente de piedra)

DICIEMBRE

DOMINGO 13 (10H)

RUTA: **RIBERA-PLAZA PILAR**

INICIO: ESCULTURA CABALLITO
LONJA (Detrás sala exposiciones
Lonja - Plaza del Pilar)

APTO PARA TODOS LOS PÚBLICOS
ACTIVIDAD GRATUITA - PLAZAS LIMITADAS
DURACIÓN: 1H/ 1:30H



Zaragoza+Humana



@zaragozamashumana



**ZARA
GOZA
+ HU
MANA**

Apúntate en zaragozamashumana@asapme.org
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18

Colabora



Organiza



ZARAGOZA + HUMANA

RINCONES + HUMANOS

PASEOS SALUDABLES / ENERO - JUNIO 2026

DOMINGO 18 DE OCTUBRE (10H)

RUTA: **ESCLUSAS VALDEGURRIANA**

INICIO: AVENIDA TIZIANO / POLICÍA

LOCAL (Parada línea 23 - Parque
Venecia)

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
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18

Colabora



Zaragoza
AYUNTAMIENTO

Organiza



ZARAGOZA + HUMANA

MES DE OCTUBRE

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 26 DE OCTUBRE 18-20H
CENTRO CÍVICO ISAAC VALERO

(C. VIÑEDO VIEJO, 1,
CASABLANCA, 50009)

**ZARA
GOZA
+ HU
MANA**



Actividades gratuitas - Plazas limitadas

Apúntate en zaragozamashumana@asapme.org
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18



Zaragoza+Humana



@zaragozamashumana

Colabora



Organiza



ZARAGOZA + HUMANA

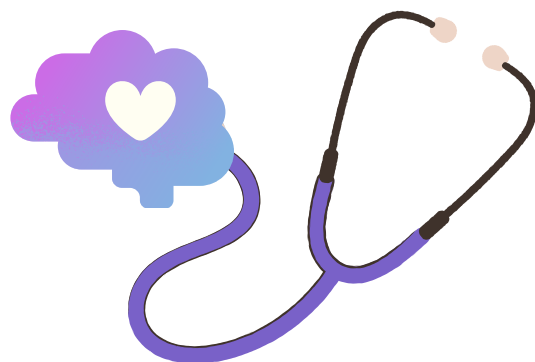
+ ZERCA

MES DE OCTUBRE

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
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18



Zaragoza+Humana



@zaragozamashumana

Colabora



Zaragoza
AYUNTAMIENTO

Organiza



ZARAGOZA + HUMANA

SALIDAS CULTURALES

MES DE OCTUBRE

JUEVES 29 - 18H

Del coleccionismo al museo. La colección Circa XX

En esta visita podrás conocer la historia de la colección Circa XX y cómo fue su llegada al museo. En un recorrido por las diferentes salas, descubrirás alguna de las obras de la misma que no están habitualmente expuestas, como la más antigua de la colección Puerto de Hamburgo de Emil Nolde de 1910, y podrás bajar a un lugar especial que no se visita normalmente: las áreas de reserva, donde se conserva el resto de la colección, y conocer los criterios de almacenaje y conservación de las obras de arte.



DURACIÓN 1:30H

PUNTO DE ENCUENTRO: PUERTA PRINCIPAL IAACC
PABLO SERRANO (Paseo M^a Agustín, 20)



SERÁ NECESARIO REALIZAR INSCRIPCIÓN PREVIA

ACTIVIDADES GRATUITAS - PLAZAS LIMITADAS



Zaragoza+Humana



@zaragozamashumana

Apúntate en zaragozamashumana@asapme.org
<https://asapme.org/zaragozahumana/> o en el 623 28 53 18

Colabora



Organiza

