

TALLER PRESENCIAL



Salud Mental para familias y profesionales involucrados en el cuidado de personas con discapacidad



Fundación MAPFRE Canarias - Edificio Cultural Ponce
de León, ubicado en Calle Castillo, 6 35001 – Las Palmas
de Gran Canaria.



14 JUNIO 2025

TALLER PRESENCIAL LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

JORNADA: CÓMO FAVORECER NUESTRA SALUD MENTAL

PROGRAMA

9:30 horas: Recepción de las personas asistentes. Contaremos con la presencia de **Fabiola Martínez**, Presidenta, **Rocío Martín**, directora general, y **Patricia Rodríguez**, responsable de comunicación.

10:00 horas: Bienvenida a cargo de Rocío Martín.

10:05 horas: Presentación de la acción formativa y de la profesional ponente de la Jornada, **Silvia Álava Sordo: Psicóloga Sanitaria y Educativa**. Con más de 22 años de experiencia, la Dra. Álava es una reconocida divulgadora científica. Colabora con diversos medios de comunicación y es premio de periodismo del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid. Es miembro y asesora de varias sociedades científicas. Tiene más de 100 comunicaciones en congresos nacionales e internacionales y varios artículos de investigación publicados.

10:10 horas: Comienzo del Taller:
Cómo favorecer nuestra Salud Mental.

12:00 – 12:30 horas: Coffee Break.

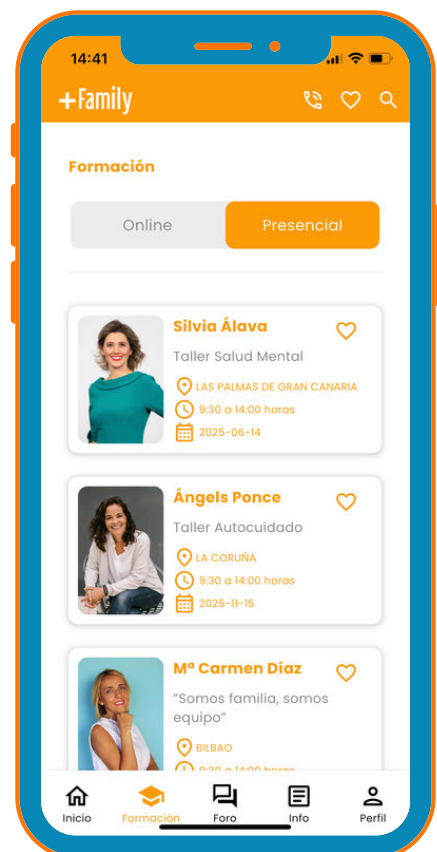
12:30 – 13:40 horas: Continuación del Taller:
Cómo favorecer nuestra Salud Mental.

13:40 - 14:00 horas: Tiempo dedicado a preguntas y dudas.

14:00 horas: Clausura de la jornada.

14:00 – 14:30 horas:
Atención casos individualizados con las familias.

INSCRIPCIONES EN LA APP + FAMILY



TALLER PRESENCIAL LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

JORNADA: CÓMO FAVORECER NUESTRA SALUD MENTAL

DIRIGIDO A:

Padres, madres, tíos, tías, abuelos, abuelas, hermanos, hermanas y profesionales involucrados en los cuidados de personas con discapacidad.

OBJETIVOS:

- Concienciar a **las familias de la importancia que tiene cuidar su salud mental**, para que de esta forma se sientan mejor a nivel personal, y a la vez que también les permita mejorar la relación con sus hijos e hijas, con su pareja y sobre todo, **sentirse mejor e incrementar su bienestar emocional**. Cuando los adultos de referencia están bien, los menores se sienten mucho mejor, y esto tiene una relación directa con la calidad del cuidado de los hijos e hijas.
- Conocer **qué es la salud mental y cómo afecta** a nuestro día a día.
- **Autoconocimiento**: cómo saber cuándo se está desbordado.
- Concienciar a las familias de la **importancia que tiene hablar sobre las emociones y los sentimientos** que genera el tener menores con estas características.
- **Estrategias** de afrontamiento.

Organiza



Colaboran

Fundación
MAPFRE
Canarias

Plena
inclusión
Canarias

FONDATION
ERIE

Rmedios
Medios de Comunicación

DOWN
Las Palmas

THE
SC
OTIC
SANTA CATALINA
A BOUTIQUE OF DISCOVERY

 **ULPGC**
Universidad de
Las Palmas de
Gran Canaria

EDUC
FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

Contacto:

659 37 17 96 / 659 37 22 95

info@fundacionkikeosborne.org