

De: UAH COMUNICA <comunica@uah.es>
Enviado el: miércoles, 6 de mayo de 2020 21:58
Asunto: Vicerrectorado de Gestión de la Calidad (06/05/2020)

Vicerrectorado de Gestión de la Calidad

Programa de Atención Psicoemocional (PAPE-UAH)

Desde el Vicerrectorado de Gestión de la Calidad, en colaboración con el Centro Universitario Cardenal Cisneros, y el apoyo de la Fundación General de la Universidad, y la Dirección de Voluntariado (Vicerrectorado de Políticas de responsabilidad social y extensión universitaria) arranca una nueva iniciativa enmarcada en las acciones que la UAH está llevando a cabo como respuesta a la emergencia sanitaria provocada por el COVID-19 y la mejora de la salud integral (física y mental), de las personas que puedan haberse visto afectadas directa o indirectamente.

La situación excepcional que estamos viviendo no nos deja indiferentes. Nuestra vida y nuestras relaciones se han visto modificadas de forma radical y son muchas las situaciones que han alterado nuestro bienestar físico y emocional. Por ello, ponemos en marcha esta iniciativa, que emerge de la necesidad de atender a las y los estudiantes de la Universidad de Alcalá, más allá de la formación académica reglada, persiguiendo su crecimiento personal y la mejora de su bienestar emocional.

Bajo el lema "La UAH te necesita, la UAH cuida de ti", y dentro de un marco psicoeducativo, se ofertarán talleres formativos semanales de atención psicoemocional para estudiantes de Grado, Máster y Doctorado, desde los que podrán desarrollar estrategias de afrontamiento saludables. Se incluirán talleres sobre técnicas de modulación del estrés, elaboración del duelo, psicología y deporte, gestión de las emociones, relaciones personales y confinamiento, o ansiedad ante los exámenes, entre otras. Serán impartidos por psicólogos voluntarios del ámbito clínico, en formato online.

Información y formulario de inscripción <https://www.fgua.es/programa-atencion-psicoemocional/>

Contacto: programa.psicemo@fgua.es

Teléfono 91 879 74 30.

Fecha inicio: 06/05/2020 - **Fecha fin:** 01/07/2020

Contacto: vicercalidad@uah.es

Si no está interesado en recibir los mensajes de COMUNIC@ puede **anular la suscripción** entrando en **COMUNIC@ desde ordenadores de la red de la universidad o a través de la VPN**, seleccionando "Subscribirse" y anulando la suscripción de las categorías que desee.

IMPORTANTE: No conteste a este correo. La dirección desde la que se envía este mensaje no está habilitada para la recepción de mensajes.