

## Curso

# LA SALUD MENTAL EN INFANCIA Y JUVENTUD



## Prevención en contextos de Ocio y Tiempo Libre

Los contextos y profesionales que trabajan en este sector tan diverso (casas de juventud, albergues, programas de ocio, campus, campamentos, asociaciones...) **son claves a la hora de crear entornos seguros, preventivos** dónde descubrir y potenciar habilidades personales y colectivas.

Disponer de oportunidades para un ocio saludable, dónde socializar y desarrollo el sentimiento de pertenencia es fundamental para el **bienestar emocional** de todas las personas, especialmente en las etapas de infancia, adolescencia y juventud.

**Este curso se dirige a formar en aspectos básicos sobre salud mental** (comprender situaciones, reconocer indicadores, conocer estrategias para la comunicación e intervención, etc) y sobre todo descubrir los recursos de atención y apoyo especializado disponibles en nuestro entorno.

## Contenidos

### Módulo 1: Introducción

- Presentación ASCASAM.
- Detectando necesidades.

### Módulo 2: Qué es la salud mental

- Mitos y realidades.
- Qué es un problema de salud mental.
- Señales de alarma y recursos existentes.
- Desencadenantes. Factores de riesgo y protección.
- Diferencia entre problema y trastorno.
- Principales realidades y patologías más habituales en jóvenes (adicciones, trastornos de la conducta, ansiedad, suicidio).

### Módulo 3: Pautas de interacción/comunicación

- Estrategias de comunicación y pautas de interacción (límites, normas, pautas entre iguales, profesionales, participantes...).
- Gestión y resolución de conflictos.

### Módulo 4: Salud mental y ocio y tiempo libre

- Relación del tiempo libre y la salud mental.
- Generando ideas prácticas.

## Imparte:



**ASCASAM**  
Salud mental  
Cantabria

Profesionales de la psicología, terapia ocupacional y educación social de ASCASAM

## Fechas:

**30 horas presenciales**

**3, 5, 8, 10, 12, 15, 17, 19 de abril**  
Lunes, miércoles y viernes  
Horario de 9:30h a 13.30h

## Dirigido a:

**25 plazas**

Agentes educativos de todos los perfiles que trabajan con infancia y juventud en ámbitos ocio, tiempo libre y educación no formal.

## Lugar:

EOTL Cantabria  
Parque de Mataleñas de Santander

**#Gratis**

## Organiza

## + info e inscripciones



942 21 93 6 7



[jovenmania.eotl@cantabria.es](mailto:jovenmania.eotl@cantabria.es)

