

SMDIF PUEBLA Y BUAP PRESENTAN CURSOS ONLINE DE SALUD MENTAL Y EMOCIONAL

- *Los talleres son de acceso gratuito y brindan herramientas para la formación y el equilibrio emocional.*

Como parte de la Estrategia de Intervención Integral para la Salud Mental -única en su tipo a nivel nacional-, el Sistema Municipal DIF (SMDIF) y la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (BUAP) lanzaron tres cursos gratuitos en equilibrate.puecapital.gob.mx para que la ciudadanía acceda a herramientas de gestión emocional.

Se trata de los contenidos 'Trascendencia, duelo y transformación', 'Encuentra tu sentido de vida' y 'Equilibra tu vida', los cuales son resultado del compromiso y trabajo en conjunto del SMDIF Puebla y la BUAP por brindar servicios que fomenten el desarrollo socioemocional, a través de contenidos profesionales, empáticos y respetuosos, señaló en su presentación Liliana Ortiz Pérez, Presidenta Honoraria del Sistema.

Es por ello que, para principios del 2024 se lanzarán dos cursos más, reveló Ortiz Pérez: 'La correcta alimentación' y 'Lenguaje de Señas Mexicana'; esto, para Ygnacio Martínez Laguna, Vicerrector de la máxima casa de estudios, es una respuesta ante las necesidades de atención mental, inclusión y desarrollo individual que requiere la ciudadanía, las cuales cobraron más relevancia tras la pandemia por COVID-19.

Fue así que, Martínez Laguna resaltó la urgencia de brindar instrumentos de fácil acceso para aquellos individuos en situación de vulnerabilidad, tal y como lo son los cursos desarrollados por el equipo multidisciplinario SMDIF - BUAP, conformado por las áreas de Nutrición, Salud Mental, el Centro Municipal de Equinoterapia y Rehabilitación Integral y la Facultad de Psicología en favor del bienestar de la ciudadanía.



Puebla
Contigo y con rumbo
Gobierno Municipal

Los cursos estarán disponibles hasta el 29 de septiembre del 2024, con una modalidad asincrónica, es decir, los participantes realizarán el curso al ritmo que ellos definan. Cada taller cuenta con un valor curricular de 20 horas y, además de encontrarlos en equilibrate.puecapital.gob.mx, se puede acceder a ellos desde la página VIEP BUAP.

Link: <https://cutt.ly/PwDu1iTE>