



II JORNADAS DE SALUD MENTAL. LA RESILIENCIA

A la atención de las familias del Liceo

Como ya iniciamos el año pasado, esta semana próxima celebraremos la II edición de nuestras jornadas de Salud Mental, pues el próximo **10 de octubre** se celebra a nivel mundial el día de La Salud Mental.

El lema de este año es **“La Resiliencia”**. La Rae define el término como: **“Capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos”**

Somos conocedores de las secuelas psicológicas que, en general, están provocando los cambios sociales, económicos, ambientales... sobre la población en los tiempos que estamos viviendo. Por ello, para proteger y sensibilizar a nuestro alumnado, el Liceo va a realizar los días 10 y 11 de octubre unas actividades en todas las etapas donde trabajaremos el término desde las diferentes asignaturas. Se llevará a cabo por parte de nuestro equipo de Orientación y el grupo docente del Liceo.

El objetivo principal es la concienciación de que la salud es un elemento globalizado que abarca a todos los aspectos del individuo. Generalmente damos importancia a las enfermedades físicas, pero no somos conscientes de las enfermedades o trastornos psicológicos y mentales.

Los horarios de las diferentes materias y áreas no sufrirán modificaciones especiales. Como siempre os iremos informando de las actividades que realizan los diferentes grupos a través de nuestras redes.

Como iniciativa para este año os pedimos vuestra colaboración en las jornadas. Nos gustaría contar con vosotros y vosotras para que vinierais al Centro a compartir con nuestro alumnado, alguna experiencia vital que os haya ayudado a ser más resilientes. Por ejemplo, la adaptación de las familias que vienen de un país extranjero, una enfermedad en la familia que finalmente se ha superado, un hecho traumático: accidente de tráfico, duelo por la pérdida de un familiar...

Aquellos o aquellas que estéis interesados en participar debéis enviar un correo por Educamos a la dirección del centro, Nieves Garrido, o al gabinete escolar, Cristina Molina, escribiendo en el asunto participación en jornadas de salud mental y explicando brevemente en el cuerpo del mensaje vuestra historia.

Nos pondremos en contacto con vosotros para organizar la experiencia. Gracias de antemano.

Esperamos que la iniciativa sea de vuestro agrado.

La Dirección