

NOTA DE PRENSA

La UAH pone en marcha una nueva oferta de talleres formativos de atención psicoemocional para estudiantes

- Ya se han programado cuatro talleres, que buscan mejorar de la salud integral (física y mental) de los estudiantes en el contexto actual.

Alcalá de Henares, 7 de mayo de 2020

En la situación excepcional que estamos viviendo, 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.

En este contexto, el [Vicerrectorado de Gestión de la Calidad de la Universidad de Alcalá](#), en colaboración con el [Centro Universitario Cardenal Cisneros](#), adscrito a la UAH, pone en marcha una nueva iniciativa, enmarcada en las acciones que se están llevando a cabo como respuesta a la emergencia sanitaria provocada por el COVID-19.

Semanalmente, se ofertarán [talleres formativos de atención psicoemocional para estudiantes](#) de la UAH de grado, máster y doctorado, con los que podrán desarrollar [estrategias de afrontamiento saludables](#). Estos talleres abordarán, por ejemplo, técnicas de modulación del estrés, elaboración del duelo, gestión de las emociones, relaciones personales y confinamiento o ansiedad ante los exámenes, entre otras temáticas.

Impartidas por [psicólogos voluntarios del ámbito clínico](#), en modalidad *online*, estas sesiones surgen de la necesidad de atender al colectivo de estudiantes, más allá de la formación académica reglada, contribuyendo a su crecimiento personal y a la mejora de su bienestar emocional.

Los estudiantes interesados en participar podrán [inscribirse](#) a través del siguiente [formulario](#).

Este programa cuenta con el [apoyo de la Fundación General de la Universidad de Alcalá y la Dirección de Voluntariado de la UAH](#), dependiente del Vicerrectorado de Políticas de Responsabilidad Social y Extensión Universitaria.

[Más información](#)

Contacto

Comunicación Institucional
Universidad de Alcalá

 91-885 40 67  prensa@uah.es

  /UniversidadDeAlcala   @UAHes