

# ZARAGOZA + HUMANA, RINCONES +HUMANOS

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

## Temas

Salud mental/Bienestar emocional, Actividad física, Cultura, ocio y naturaleza.

## Descripción

"Rincones+Humanos" es una actividad en la que se fomentan los paseos saludables para conocer nuestra ciudad y su historia.

El Ayuntamiento de Zaragoza y la Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (ASAPME-Aragón) han puesto en marcha el proyecto "Zaragoza+Humana" que busca generar conocimiento, conexión, cohesión y bienestar en la ciudad. Un objetivo que se alcanzará a través de diversas acciones como talleres de salud mental, asesorías individuales de psicología y psiquiatría, rutas por la ciudad, encuentros literarios, cine, juegos y salidas culturales.

Zaragoza+Humana está destinado al conjunto de la población, con actividades inclusivas para todas las edades, y que mensualmente recorrerá un barrio distinto de la ciudad.

Este proyecto nace de las necesidades detectadas por diferentes entidades y administraciones que trabajan de forma directa con la ciudadanía y con las que ASAPME-Aragón colabora de forma activa desde hace años. El incremento de la soledad no deseada, el aislamiento, la "fragmentación" de las ciudades y en definitiva la disminución en la calidad de vida de las personas ha puesto de manifiesto la necesidad de hacer de la ciudad de Zaragoza una ciudad más humana.

Ya que el mes pasado modificamos la ruta por inclemencias meteorológicas, haciendo finalmente el trayecto hasta la zona de la Expo, el mes de abril realizaremos la ruta por el Camino Natural de La Alfranca. Se trata de un corredor verde que transcurre paralelo al río Ebro, en dirección a La Cartuja. El camino es muy sencillo, sin desnivel, por lo que recordamos que es una ruta apta para todos los públicos.

Como la ruta se hará a final de mes y el camino no tiene zonas de sombra, adelantamos ya la hora al horario de verano, a las 9H.

DOMINGO 27 DE ABRIL - 9H

DURACIÓN APROXIMADA - 1:30H

Punto de encuentro: CABALLITO LONJA (Detrás Sala Exposiciones Lonja, Plaza del Pilar)

\* Las actividades tienen aforo limitado, por lo que recordamos que será necesaria la inscripción previa. Recordad que todas las actividades son gratuitas. Puedes inscribirte en [zaragozamashumana@asapme.org](mailto:zaragozamashumana@asapme.org), <https://asapme.org/zaragozamashumana/> o en el 623 28 53 18

---

## Población

Población General - Cualquiera ()

---

## Persona de contacto

María Muñoz y Alejandra Jiménez (623 285 318) (zaragozamashumana@asapme.org)

---

## Entidad participante/colaboradora/promotora

ASAPME ARAGON

---

## Fecha de última actualización de la actividad

28/07/2025

---

## Situación actual de la actividad

Histórica

---

## Gratuita

Sí

---

## Localización

Calle DON JAIME 1 62 50001 ZARAGOZA CAMINO NATURAL DE LA ALFRANCA Zaragoza Zaragoza Aragón España



---

## Fecha de la Actividad

De 27/04/2025 a 27/04/2025

---

## Página web del proyecto

<http://asapme.org>

## **Imagen de la Actividad**

**ZARAGOZA + HUMANA**

**RINCONES + HUMANA**

**PASEOS SALUDABLES**

**DOMINGO 27 DE ABRIL**

**CAMINO NATURAL DE LA ALFAMA**

**PUNTO DE ENCUENTRO: CABA**

**(DETRÁS SALA EXPOSICIONES)**

**PLAZA DEL PILAR)**

**APTO PARA TODOS LOS PÚBLICOS**

**ACTIVIDAD GRATUITA - PLAZAS LIMITADAS**

**DURACIÓN APROXIMADA 1:30**

