

**Red adscrita**  **Salud Comunitaria Aragón**

---

## **Temas**

Salud mental/Bienestar emocional.

---

## **Descripción**

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

---

## **Población**

Población General - Cualquiera ()

---

## **Persona de contacto**

María Muñoz y Lucía Sobradíel (623 28 53 18) (zaragozamashumana@asapme.org)

---

## **Entidad participante/colaboradora/promotora**

ASAPME Aragón

---

## **Fecha de última actualización de la actividad**

05/06/2026

---

## **Situación actual de la actividad**

Activa

---

## **Gratuita**

Sí

---

## Localización

Avenida De la Ciudadela S/N 50017 ZARAGOZA Sede ASAPME Zaragoza Zaragoza Aragón España



---

## Página web del proyecto

<https://asapme.org/zaragozahumana>

---

## Imagen de la Actividad



**ZARAGOZA + H**

**+ZER**

**ASESORÍAS PSICOLÓ**

**SE CONCERTARÁN MEDIANTE CITA PRE  
REALIZARSE DE MANERA PRESENCIAL C**

**LA MODALIDAD PRESENCIAL SE LLEVARÁ A  
DE ASAPME ARAGÓN, EN PARQUE DELIC  
BIBLIOTECA MANUEL ALVA**

**ACTIVIDAD GRATUITA-PLAZAS LIMITA**

