



Tiene una duración de 24 horas y se imparte en el Centro Joven 14-30 del 22 de abril hasta el 13 de mayo de este año

**La Comunidad de Madrid ofrece a los jóvenes un curso gratuito sobre salud mental y prevención de adicciones a través del ocio y tiempo libre**

- Con 25 plazas, trabajarán en la salud mental juvenil, factores de riesgo y estrategias sobre educación no formal
- También se incluyen técnicas de psicoterapia, trabajo corporal o simulaciones de casos reales, entre otros

**3 de mayo de 2025.**- La Comunidad de Madrid ofrece a los jóvenes, de entre 18 y 35 años, un curso gratuito sobre salud mental y prevención de adicciones a través del ocio y tiempo libre. Tiene una duración de 24 horas, con un contenido basado en la participación, aprendizaje de herramientas y aplicación de los conocimientos adquiridos. Se imparte en el Centro 14-30 Espacio Joven, en el distrito de Puente de Vallecas de la capital, entre el 22 de abril y el 13 de mayo.

Este taller pertenece a la Escuela de Animación, de la Dirección General de Juventud, que trabaja en el fomento de la educación infanto-juvenil y la intervención social. Dispone de un total de 25 plazas donde se trabaja en la adquisición de conocimientos básicos en relación a la salud mental; la situación en los jóvenes y los factores de riesgo, y las estrategias desde el ámbito de la educación no formal: prevención, detección, derivación e intervención.

Todo esto, además de la transmisión directa por parte del docente, se realiza con técnicas participativas que parten del conocimiento de los alumnos para avanzar en el aprendizaje de elementos nuevos. Y también se incluyen técnicas de psicoterapia, trabajo corporal o simulaciones donde los beneficiarios entran en distintas situaciones para implementar las técnicas y herramientas que se vayan aprendiendo.

El Gobierno regional aprobó recientemente ayudas de 1 millón de euros para actividades de promoción de la salud mental y la prevención de adicciones en menores y jóvenes. Están destinadas a trabajar en la concienciación sobre los riesgos reales del cannabis, bebidas alcohólicas y el peligro del uso excesivo de tecnologías de la información y la comunicación, a través de actuaciones de sensibilización, debate e intercambio de opiniones.