



Vine!!!
No t'ho
perdís

festa de la
psicologia
solidària

17 de novembre
de 10 a 21 hores
Drassanes
www.copc.cat
entrada 3€



El *Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya* presenta la *Festa de la Psicologia Solidària* que se celebrará el próximo domingo 17 de noviembre en las *Reials Drassanes de Barcelona* (Av. Drassanes s/n, Barcelona) .

Desde hace un tiempo, la crisis, no sólo económica, en la que estamos sumergidos, ha supuesto el incremento de problemas de salud mental tales como la depresión o la ansiedad. Las estadísticas hablan y los números no son nada amables; durante el mes de junio nos encontramos con un aumento del 19% de casos de depresión, del 8,4% de casos de ansiedad y el 4,6% de casos de alcoholismo. Algunas personas, desbordadas por la situación, incluso han optado por el suicidio.

A esto se le suman los recortes en salud, que han comportado menos psicólogos en los centros de atención primaria. Un círculo vicioso que se retro-alimenta de la misma causa-efecto.

Es por éstos motivos, que consideramos muy importante concienciar a la sociedad sobre el papel del psicólogo en las vidas de todos los ciudadanos y de cómo esta profesión puede ayudar a todas las personas en momentos tan duros cómo los actuales.

En la *Festa de la Psicologia Solidària* se podrá conocer un poco más cuál es el trabajo del psicólogo y algunos de los instrumentos que utiliza tanto en el ámbito clínico como en el educativo, social, en las organizaciones, etc...Mediante talleres, test y actividades dinámicas, conoceremos un poco más el mundo de la psicología de una forma amena y divertida.

El dinero recaudado durante la fiesta se destinará al proyecto "*Psicologia a l'abast de tothom*" (psicología al alcance de todo el mundo) de *Psicòlegs Sense Fronteres*.

El 17 de noviembre de 10 h a 21 horas en las *Reials Drassanes* (Av. Drassanes s/n, Barcelona), tienes una cita con la psicología y la solidaridad.

¡Te esperamos!

Programa Preliminar

ESCENARIO

11 a 12 h	Espectáculo de marionetas " Compañeros de barrio " A cargo de ECOM
12 a 12.30	Como crear tu Marca Personal. Uso de las redes sociales A cargo de Dolors Liria y Francesc Quer, expertos en Marca personal y uso de redes sociales.
18 a 19:30 h	Obra de teatro " Tú decides ". A cargo de la compañía Zoo(i)lògic.
19:30 a 20,30 h	Parlamento de Josep Vilajoana y reconocimiento a la trayectoria profesional de Cristóbal Colón, psicólogo creador de "La Fageda". Entrega de premios del Concurso de fotografía " De reüll (de reajo) " Entrega de los cuadros a los ganadores del sorteo.

TALLERES PARALELOS

	TALLERES 1	TALLERES 2
11 a 12 h	Visualización en grupo de técnicas de psicología Deportiva. A cargo de Marcela Herrera	Creatividad para niños y niñas A cargo de la psicóloga Helena Figuerola.
13 a 14 h	Reminiscencia A cargo de la Sección de Psicología Social.	Creatividad para niños y adultos. A cargo de la psicóloga Helena Figuerola.
16 a 17 h	Afrontar los problemas de forma positiva. A cargo de Psicólogos Sin Fronteras.	Creatividad para adultos. A cargo de la psicóloga Helena Figuerola.
17 a 18 h	Sistemas alternativos a la comunicación convencional A cargo de APSOCECAT	Taller sobre el género (Sección de Psicología de la Mujer)
18 a 19 h	Psicología Coaching Ontológico; descubre tu cuerpo. A cargo de Carme Tena.	Técnicas de guía para personas con discapacidad sensorial. A cargo de APSOCECAT

CATA DE TEST

PSICOLOGIA DEL DEPORTE

- **Técnica de biofeedback:** Mediante un sensor y algunas imágenes a través del ordenador, se enseñan técnicas de relajación y regulación de la respiración.

PSICOLOGIA DEL TRÁFICO Y VIARIA

- **Prueba de aptitud de la percepción motora.** En colaboración con LN-DETER, los visitantes podrán observar y pasar las pruebas de aptitud psicomotoras necesarias para la obtención o prórroga del permiso de conducir, licencia de armas, títulos náuticos y de grúas, etc...

PSICOLOGÍA CLÍNICA

- **Realidad virtual para medir las fobias:** Exposición del individuo de manera controlada y segura a las situaciones que producen la fobia, reproduciendo mediante unas gafas de realidad virtual los diferentes entornos que causan la ansiedad.

En la práctica clínica, previamente a la utilización de la RV, se hace una evaluación y se enseñan técnicas para afrontar la activación fisiológica y modificar los pensamientos catastrofistas. (No se hará en la fiesta). La duración puede ser desde 5' en adelante. Se recomendará que se abstengan a las personas sensibles o con ansiedad o fobia. Se hará una demo a todas aquellas personas que lo deseen.

No tiene efectos secundarios, excepto la activación en el caso de ser sensible, que puede durar unos minutos y no tiene ningún peligro.

Muy útil para dar a conocer la realidad virtual al psicólogo que trabaja en el ámbito clínico y a todas aquellas personas que tienen algún familiar o amigo con fobias.

- **Test de satisfacción vital**
- **Test TECA** - Test TECA (de empatía, cognitiva y afectiva)

NEUROPSICOLOGÍA

- **Test de memoria**
- **Test de DIVISA** (mide la atención de los niños)
- **Test de las anillas** (atención)

PSICOLOGÍA DE LAS ORGANIZACIONES Y TRABAJO

- **Elaboración del CV a través de twitter en 140 caracteres:** Pautas para sacar el máximo provecho de la información en la BIO de Twitter, Facebook y LinkedIn. Dirigido a profesionales que se quieran promocionar mediante las redes sociales.
- **Test de estrés laboral**
- **Cubos de Kocs**

OTRAS ACTIVIDADES

PSICOLOGÍA DE LA MUJER:

- **App's** para la prevención de la violencia de género
- **Juegos didácticos** sobre género

PSICOLOGÍA SOCIAL

- **Discapacidades**

Sensoriales:

- Gafas que simulan diferentes pérdidas visuales, tanto de campo visual como de agudeza visual
- Vídeo: simulación de diferentes tipos de pérdidas auditivas.

Accesibilidad:

- Lupas magnificadoras electrónicas.
- Sortija magnética.
- Línea Braille
- Bastones blancos (para personas con problemas visuales).
- Pequeña exposición con imágenes sobre accesibilidad sensorial (diseño de espacios, iluminación, contrastes, etc.)

“Remember”: La reminiscencia al servicio de la identidad: La reminiscencia, recuerdo o evocación a través de elementos vinculados a la vida, experiencia o acontecimientos de una generación. Para potenciar la memoria episódica, autobiográfica y la memoria semántica y a la vez experimentar las emociones vinculadas a estos recuerdos. Para conseguir comunicación en el grupo y en las relaciones interpersonales.

A partir de la presentación de objetos, imágenes, y sonido, se intenta provocar el recuerdo de situaciones del pasado (infancia y juventud) vinculadas a la propia experiencia o con acontecimientos de su generación.

PSICOLOGÍA JURÍDICA

- **El divorcio perfecto: Plan de Parentalidad.**

Primera parte: cuestionario sobre el proceso de separación, divorcio o ruptura de parejas con hijos menores de edad.

Segunda parte: comprobación de la adecuación de las respuestas dadas a través del “Decálogo del buen divorcio” que se proporcionará a aquellas personas que hayan respondido previamente al cuestionario.

Esta actividad tiene por objetivo ofrecer una serie de reflexiones que sirvan a los adultos para su ruptura matrimonial o de pareja, así como para que el cambio familiar subyacente, perjudique de la menor forma posible a los hijos.

Así mismo se hará difusión del documento “Recomendaciones para la elaboración de Planes de Parentalidad” elaborado por los miembros del Grupo de Trabajo de Análisis y Reflexiones sobre Casos de Ámbito Forense (Sección de Psicología Jurídica del COPC) con el objetivo de proporcionar a los profesionales una herramienta útil para la elaboración de los planes de parentalidad.

ARC Y PSICOLOGÍA DE LA EDUCACIÓN

- **Juegos para la resolución de conflictos:** Actividades cortas (15 min. aproximadamente) sobre las diferentes perspectivas ante un conflicto, la deconstrucción de la imagen del enemigo, la empatía y el lenguaje positivo.

COLABORACIONES EXTERNAS

PAREJAS ARTÍSTICAS

- Taller para crear “obras de arte” a cuatro manos.

Descripción de la actividad/taller:

- . Se da a cada asistente una hoja DIN-A3 y unos colores y se da la consigna de que dibujen un objeto cualquiera.
- . Se crean parejas, de manera aleatoria, entre los asistentes. A cada pareja se le da un nuevo DIN-A3 en blanco, en el cual, de manera conjunta, tienen que crear una obra partiendo de los dibujos individuales que han realizado pero con la libertad de decidir la creación conjunta.

Parte final: Puesta en común y conclusiones:

- . Las parejas explican la obra creada y cómo han vivido la experiencia.
- . Debate sobre los beneficios que puede tener el proyecto con cada pareja artística participante.
- . Explicación de los resultados y conclusiones obtenidos a lo largo del proyecto.

En otras ocasiones, esta actividad se ha adaptado teniendo en cuenta el perfil del público (personas usuarias de los servicios de salud mental, población general, estudiantes...) y el objetivo que se persigue con ésta: potenciar actividades para los usuarios, romper el estigma sobre la salud mental...

ESTUDIANTES / PROYECTO ACÉRCATE

- Panel en forma de elefante para colgar post-its (notas) sugerentes.

RADIO NIKOSIA

- Entrevistas: ¿Has ido alguna vez al psicólogo?
- Entrevistas al decano y a los invitados.
- Programa especial sobre la Fiesta de la Psicología Solidaria.

XOROI

Librería Xoroi. Información sobre la “*Casa de la Paraula*”.

De reüll CONCURS DE FOTOGRAFIA



Col·legi Oficial de
Psicòlegs de Catalunya

Es poden
captar
sentiments i
emocions
en una
instantània...?

Segur que sí



Volem trobar la millor imatge que reflecteixi qualsevol emoció a través de gestos, mirades, actituds...
trobades en qualsevol lloc, en qualsevol moment.

El concurs és obert a totes les persones col·legiades.

Tens tota la informació al web del COPC (www.copc.cat), on trobaràs les bases.

Fins el 31 d'octubre, podeu enviar les vostres fotos

BASES DEL CONCURSO

DE REOJO: EMOCIONES, GESTOS, SENTIMIENTOS

El tema del concurso versará sobre cómo se puede captar en una instantánea sentimientos, emociones o trastornos. Intentar plasmar en imágenes todo tipo de emociones a través de gestos, miradas, actitudes... Estos se pueden encontrar en muchos lugares y queremos hacer una recopilación lo más amplia posible en imágenes.

Bases:

- El autor o autora de las fotografías, tendrá que ser colegiado del COPC
- Se pueden presentar un máximo de tres fotografías por participante
- Las fotografías tendrán que tener formato electrónico, independientemente de la manera en que hayan sido capturadas.
- Se aceptarán los formatos JPG y TIF. El tamaño del archivo no podrá ser de menos de 1 mega, o 13x18 cm, con una resolución mínima de 300 ppp.
- El plazo de envío de fotografías, finalizará el día 31 de octubre de 2013.
- Las fotografías se tendrán que enviar por correo electrónico a la siguiente dirección: foto2013@copc.cat
- Sólo podrá enviarse una fotografía por cada correo electrónico.
- La participación en el concurso, implica la aceptación de las bases. Todas las fotografías enviadas serán incluidas en el archivo del COPC y pasarán a ser de su propiedad, pudiendo exponerlas o publicarlas tanto en formato electrónico, como en la web o en cualquier apoyo digital. Los participantes ceden los derechos de reproducción de los trabajos al COPC, que las podrá utilizar, siempre sin afán de lucro.
- La organización entiende que el fotógrafo tiene la autorización y/o permiso de las personas que salgan fotografiadas, siendo del autor toda la responsabilidad relacionada con el derecho a la intimidad.
- Premios: habrá tres premios.
- El resultado del concurso se hará público el día 17 de noviembre en el transcurso de la “Festa de la Psicologia Solidària”. El resultado será inapelable.
- La participación en el concurso implica la aceptación de todas y cada una de las bases del mismo. La organización queda facultada para resolver cualquier contingencia no prevista en estas bases.

Jurado:

- Ricard Cayuela, Vicedecano *COPC.
- Jaume Descarga, Presidente Delegación Tarragona.
- Pia Bosch, Presidenta Consell Social.
- Patrick Subirats, Artista.
- Carmen Boixadós, Artista y Fotógrafa.
- Agnés Arboton, Escritora.
- Montse Guallar, Actriz.
- Manel Barceló, Actor.
- Montserrat Ruiz, Departamento de Comunicación del COPC.

Cuadros A SORTEAR

LA POMA

D'EN LUIS PLEGUEZUELOS
 I LA MÀRIA GONZALO
 PINTURA ACRÍLICA DE 50 X 60 CM.
 ASSOCIACIÓ EL FAR.



POEMES PICTORICS

HELIO3 - PIQUÉ, BIEL BARNILS I THE CATMAN
 TÈCNICA MIXTA, SIS QUADRES DE 50 X 50 CM.
 FUNDACIÓ CMFPO

OTROS DATOS

Nuestro colectivo está formado por más de 12.000 personas colegiadas. El carácter de la actividad llega a otros ámbitos que podrían englobar colectivos como por ejemplo los educadores, pedagogos, trabajadores sociales, asociaciones y entidades del tercer sector (de las cuales algunas colaboran en el proyecto) y todos los colectivos que en general están implicados en la atención a las personas.

La previsión de asistencia, contando con estos factores, se puede estimar en **3.000 personas**.

Entidades y asociaciones que colaboran en el proyecto:

- Taula del Tercer Sector.
- Psicòlegs sense Fronteres.
- Librería Xoroi.
- TEA Ediciones.
- ECOM.
- Compañía de teatro Zoo(i)lógic, Vidal&Espejo.
- Fundació Centre Mèdic Psicopedagògic d'Osona (Projecte Parelles artístiques).
- APSOECAT Associació Catalana Pro Persones Sordcegues.
- Servei de Famílies Colaboradores (SFC), Ajuntament de Barcelona.
- Ajuntament de Barcelona.
- Museo Marítimo de Barcelona.

PROYECTO SOLIDARIO

Psicología al alcance de todos, de Psicòlegs Sense Fronteres.

Este es el proyecto solidario al que se hará entrega del dinero recogido durante la *Festa de la Psicologia Solidària*. Se trata de un proyecto de un colectivo que une esfuerzos para ofrecer atención psicológica gratuita a aquellas personas que por su situación social y por los recortes en sanidad, no pueden permitirse la terapia por parte de un psicólogo.

Psicòlegs Sense Fronteres Catalunya es una asociación formada por profesionales de la psicología que trabajan desde la intervención comunitaria atendiendo a las personas más desprotegidas de la sociedad. Sus objetivos son ofrecer apoyo psicológico a la población en riesgo de exclusión social o en situaciones de crisis personal, además de colaborar con instituciones, públicas y privadas, con objetivos similares; investigar, promover e impulsar proyectos de cooperación para el desarrollo y fomentar el trabajo en red.

El ámbito de intervención es local, estatal e internacional, en todos los temas relacionados con las actividades de la asociación.

Sus actividades, incluyen:

- Atención psicológica individual.
- Grupos socio-terapéuticos.
- Talleres vivenciales, de crecimiento, formativos, preventivos, etc.
- Participación en seminarios, congresos, jornadas, mesas redondas, etc.
- Colaboración en diferentes proyectos conjuntamente con otras entidades.
- Publicación de artículos de sensibilización y difusión de las actividades y proyectos.
- Coordinación con otras asociaciones de *Psicòlegs Sense Fronteres*.

DIFUSIÓN DEL EVENTO

DIFUSIÓN ON-LINE:

E-mailing semanal a todos los colegiados del COPC, Asociaciones de Salud Mental, Escuelas, Institutos, Residencias, EAP's, CRP's, Estudiantes, Universidades, Colegios Profesionales, Hospitales, Bibliotecas...

Redes Sociales:

Facebook: 2.545 seguidores
Evento Festa de la Psicologia Solidària:
<https://www.facebook.com/events/341226506014777/>

Twitter: 2.849 seguidores
Hashtag para seguir las noticias y todo lo relacionado con la fiesta: #FPS

MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Se prevé hacer una Rueda de Prensa

PRECIOS Y DONATIVOS

La entrada al evento tiene un precio simbólico de **3 €**

También por **3 €** se podrá adquirir la pulsera solidaria

Por **3 €** se podrá participar en el sorteo de los cuadros expuestos.

Habrà comida y bebida a **3 €**.

También se podrán hacer aportaciones voluntarias para colaborar en el proyecto solidario.