

# ESTIU UNIVERSITAT DE LLEIDA

## 2025

Del 30 de juny al 25 de juliol



Autoria del cartell: Blanca Collado García

### LLEIDA

Del 30 de juny al 4 de juliol de 2025

## PRIMERS AUXILIS PSICOLÒGICS

Entendre que les adversitats són una part ineludible de l'existència humana ens ofereix una perspectiva clau sobre la importància de preparar-nos per afrontar-les. Aquests desafiaments, tant si es tracta de pèrdues personals com de crisis de salut o situacions d'estrès extrem, poden tenir un impacte profund en el nostre benestar emocional i psicològic. En aquest context, el suport compassiu i professional emergeix com una eina valuosa d'acompanyament i suport.

El curs es proposa adoptar un enfocament multidisciplinari dirigit a un ampli espectre d'alumnes i professionals, incloent-hi psicòlegs, personal sanitari, treballadors socials, educadors i aquells que, sense ser professionals de la salut, volen oferir suport emocional efectiu en moments crítics. L'objectiu és proporcionar les habilitats necessàries per intervenir de manera immediata i eficaç en crisis per reduir-ne l'impacte psicològic a llarg termini i fomentar una recuperació emocional sostenible.

Impartit per la Dra. Olga Malas, amb una reconeguda experiència com a psicòloga al Servei d'Emergències Mèdiques (SEM) i com a membre de l'Equip de Resposta Immediata d'Emergències Psicosocials de Lleida, el curs ofereix una formació completa en primers auxilis psicològics. Des del desenvolupament de tècniques d'escolta activa i gestió de l'estrès i l'ansietat fins a l'aplicació d'un suport emocional adequat, el programa combina teoria i pràctica mitjançant activitats interactives, com jocs de rol, simulacions i discussions en grup.

Participar en aquesta formació no només ampliarà el teu repertori de competències professionals, sinó que també et permetrà fer una diferència tangible en la vida de les persones i t'oferirà un pilar de suport quan més es necessita.

**2 ECTS**  
**reconeguts per**  
**la UdL:**  
20 hores  
presencials + 30  
hores de treball  
autònom de  
l'alumnat

18L5

### Llengua d'impartició

Català

### Professora

Olga Malas Tolsá (Departament de Psicologia, Sociologia i Treball Social de la UdL)

### Durada

a) 20 hores  
b) 50 hores (20 de presencials + 30 de treball autònom de l'alumnat). Versió reconeguda amb 2 ECTS per la UdL

### Espai

Universitat de Lleida. Campus de Capponet

### Preu

36,92 € estudiants, PTGAS i PDI de la UdL / 90,00 € la resta

#### Patrocinadors



<http://estiu.udl.cat>



## Programa

### Dilluns 30

**Olga Malas**

**09.00-11.00 h**

Introducció als primers auxilis psicològics (PAP).

**11.30-13.30 h**

Esquema bàsic d'actuació.

### Dimarts 1

**Olga Malas**

**09.00-11.00 h**

Gestió de crisi i intervenció en crisi.

**11.30-13.30 h**

Tècniques d'escolta activa.

### Dimecres 2

**Olga Malas**

**09.00-11.00 h**

Altres habilitats bàsiques dels intervinents.

**11.30-13.30 h**

Aplicació pràctica: jocs de rol i gamificació.

### Dijous 3

**Olga Malas**

**09.00-11.00 h**

PAP en infants de fins a 12 anys.

PAP en adolescents/adults.

PAP en col·lectius especialment vulnerables.

**11.30-13.30 h**

Simulacions amb casos reals.

### Divendres 4

**Olga Malas**

**09.00-11.00 h**

Autocura de l'intervinent.

**11.30-13.30 h**

Reflexió final i clausura del curs.

## INFORMACIÓ I MATRÍCULA

La matrícula es realitzarà per correu electrònic.

Envieu-nos a [estiu@udl.cat](mailto:estiu@udl.cat)  
la butlleta de matrícula disponible a  
<http://estiu.udl.cat>

Matrícula oberta mentre quedin  
places lliures i fins al dia anterior a  
l'inici del curs.

Tots els cursos tenen places  
limitades. L'organització es reserva  
el dret d'anul·lar els cursos de la  
Universitat d'Estiu que no assoleixin  
el nombre necessari d'inscripcions.  
Les persones que ja hi estiguin  
matriculades seran informades tan  
aviat com sigui possible i se'ls hi  
oferirà l'oportunitat d'accedir a un  
altre curs o de recuperar l'import  
pagat.

Els cursos de la Universitat d'Estiu  
són reconeguts pel Departament  
d'Educació com a formació  
permanent del professorat no  
universitari. Més informació al web  
de la [Universitat d'Estiu](http://www.udl.cat).

## PER A MÉS INFORMACIÓ

Universitat  
d'Estiu

Campus de Cappeda.  
Edifici Polivalent 2  
C/ Pere de Cabrera, 5  
25001 Lleida

973 70 33 90  
[estiu@udl.cat](mailto:estiu@udl.cat)  
<http://estiu.udl.cat>

