

UNIVERSITAT DE LLEIDA ESTIU 2026

Del 29 de juny
al 24 de juliol

Autoria del cartell: Eric Pug Mor Garcia

LLEIDA

Del 29 de juny al 3 de juliol de 2026

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.

Coordinat 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.

Curs adreçat a estudiants i professionals dels àmbits de la salut i l'educació; a personal d'emergències, primers auxilis i rescat; a militars i altres professionals de seguretat, i a totes aquelles persones que es puguin veure en la necessitat d'enfrontar-se a situacions de crisi i esdeveniments traumàtics o que hagin d'oferir suport en moments de crisi emocional.

620L

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

Llengua d'impartició
Català

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

Equip docent
Alexa Aguilar Charles (referent territorial del SEM de psicologia, Lleida i Alt Pirineu) i Olga Malas Tolsà (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 Cappont

Preu
35,38 € estudiants, PTGAS i PDI de la UdL / 90,00 € la resta

Patrocinadors



<http://estiu.udl.cat>

Programa

Dilluns 29

Olga Malas

09.00-11.00 h

Introducció als primers auxilis psicològics (PAP).

11.30-14.30 h

Esquema d'actuació bàsic.

Dimarts 30

Olga Malas

09.00-11.00 h

Gestió de crisi i intervenció en crisi.

11.30-14.30 h

Habilitats bàsiques dels intervinents.

Dimecres 1

Treball autònom de les persones inscrites.

Dijous 2

Alexa Aguilar

09.00-11.00 h

PAP en infants fins a 12 anys.

PAP en adolescents/adults.

PAP en col·lectius especialment vulnerables.

11.30-14.30 h

Simulacions amb casos reals.

Divendres 3

Alexa Aguilar

09.00-11.00 h

Autocura de l'intervinent.

11.30-14.30 h

Reflexió final i clausura del curs.

INFORMACIÓ I MATRÍCULA

La matrícula es realitzarà per correu electrònic.

Envieu-nos a 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 Cappont.
Edifici Polivalent 2
C/ Pere de Cabrera, 5
25001 Lleida

973 70 33 90
estiu@udl.cat
<http://estiu.udl.cat>



Del 29 de juny al 24 de juliol