



**Anna Morres**

És assessora d'empreses, Coach en l'entorn laboral i formadora en competències personals. Directora Amesbé Lleida.



**Maria del Olmo**

És formadora, Coach i Tècnica en Animació Sociocultural de Amesbé Lleida.

Fundació  
**Domus** 

  
Obra Social "la Caixa"

**V Jornada d'Atenció Psicosocial  
Autocura del professional sanitari**

· Lleida, 7 de maig de 2019 ·

9.30h - 14.30h

**CaixaForum**

Av. Blondel, 3 - 25002 Lleida

Healthcare  
**Domus** 

**domusvi.es**



Obra Social "la Caixa"

**900 45 65 85**

Inscripció gratuïta, aforament limitat.

Més informació i inscripcions a **[www.domusvi.es](http://www.domusvi.es)**

Email de contacte: [eaps@domusvi.es](mailto:eaps@domusvi.es) / Telf. 686 721 432

## V Jornada d'Atenció Psicosocial Autocura del professional sanitari

Dins del marc del Programa d'Atenció Integral a Persones amb malalties avançades de la Obra Social "la Caixa", des de la Fundació DomusVi us convidem a participar a les V Jornades d'Atenció PsicoSocial a Lleida.

### INTRODUCCIÓ

L'àmbit laboral és una de les dimensions vitals que més influeix en la salut psicològica de les persones. El benestar en la feina és un element clau, i la naturalesa de les professions socials i sanitàries, basades en l'ajuda als altres, sol comportar molta càrrega vocacional i implicació personal, amb elevats graus de satisfacció però per contra es tracta d'un col·lectiu exposat a molts factors generadors d'estrès laboral. La feina assistencial per si mateixa va lligada a la vivència de situacions crítiques i de fort impacte emocional (el dolor, la mort, els dilemes ètics, etc.), situacions derivades de l'entorn laboral (la pressió assistencial, la manca de recursos, la relació amb els usuaris i els companys, l'exigència acadèmica, etc.) i particularitats organitzatives de cada entitat o institució.

L'autocura és responsabilitat de tots plegats i si es vetlla per un estat de benestar en el treball, es garanteix una millor satisfacció dels usuaris dels serveis, dels professionals que els atenen i de les institucions que ho gestionen.

### A QUI VA DIRIGIDA?

A professionals de la salut i de l'àmbit social, tant assistencials com gestors, amb inquietud i motivació per a actualitzar les seves capacitats d'autocura personal i del seu equip de treball.

La Jornada pretén crear un espai on es possibiliti l'aprenentatge d'eines pràctiques, per tal de millorar la nostra qualitat de vida laboral, l'autoconeixement i l'optimització del treball en equip.

09.30h- 09.45h **Benvinguda i entrega documentació**

09.45h- 10.00h **Inauguració**

Sra. Vanesa Aresté  
Responsable Atenció Psicosocial DomusVi.

10.00h- 10.45h **L'experiència d'autocuidar-se: "Relats personals"**

Dra. María Nabal  
Responsable de l'equip de suport de cures pal·liatives de l'Hospital Universitari Arnau de Vilanova de Lleida.

Sra. Ginesta Tomàs Roca  
Auxiliar de Clínica del Centre Sociosanitari DomusVi Jaume Nadal Meroles de Lleida.

10.45h- 11.45h **Conferència: "El teu rebost emocional: recursos per l'autocura"**

Sra. Anna Morrerres  
Amesbé Lleida.

11.45h- 12.00h **Pausa**

12.00h- 14.00h **Taller: "Assaborint el menú d'emocions"**

Sra. Anna Morrerres i Sra. Maria del Olmo  
Amesbé Lleida.

14.00h- 14.30h **Conclusions i cloenda**

Dra. Marta Gabernet  
Representant de la Regió Sanitària de Lleida i de la Regió Alt Pirineu i Aran.

Sr. Joan Santacana  
Director Serveis Territorials de Treball, Afers Socials i Famílies de Lleida i Alt Pirineu.

Sra. Mireia Guardiola  
Programa per a l'atenció integral a persones amb malalties avançades de l'Obra Social "la Caixa".

**Moderador:** Sr. Javier Jiménez. Director Fundació DomusVi.