

divendres, 19 de novembre de 2021

La resiliència enfront la COVID-19, eix de la Jornada INNSOC

Les xerrades i la taula d'experiències s'emeten pel Youtube de la Càtedra d'Innovació Social

La capacitat d'afrontar i superar situacions i moments difícils, la resiliència, així com el seu impacte en el nostre benestar, és l'eix de la [Jornada INNSOC 2021](#) [



<http://www.innovaciosocial.udl.cat/index.php/blog/in/ca/news/282>] que organitza la [Càtedra d'Innovació Social](#) [<http://www.innovaciosocial.udl.cat/>] de la Universitat de Lleida (UdL). A l'igual que en l'edició de 2020, l'organització posa el focus en la COVID-19 i en quins mecanismes i estratègies relacionats amb la psicologia positiva poden ajudar a pal·liar i sobreposar-se als efectes de la pandèmia, sobretot anímicament.

Durant la 7a edició d'aquestes jornades que, com l'any passat, s'emetrà dilluns 22 de novembre a través del [canal de Youtube](#) [<https://www.youtube.com/watch?v=56BI9lCo8uE>] de la Càtedra d'Innovació Social, s'abordarà com la resiliència repercuteix positivament en el nostre benestar psicològic i social des de dos vessants. Una més científica, amb professionals de l'àmbit de la salut i l'educació, i una altra més personal, a partir de les experiències viscudes en primera persona, explica el director de la Càtedra, Carles Alsinet.

Així, aquesta activitat inclou les ponències d'Anna Forés (directora adjunta de la Càtedra de Neuroeducació UB_edu1st de la Universitat de Barcelona), que parlarà de com promoure la resiliència, i de M. Àngels Balsells (catedràtica de Pedagogia de la UdL), que se centrarà en el foment de la resiliència des de la pràctica socioeducativa.

En la taula d'experiències personals, hi participen Berni Tamames (exjugador professional de basquetbol i exmalalt de la Covid-19), Albert Gens (historiador i músic amb discapacitat visual) i Ana Trillo (Servei de Rehabilitació Comunitària de Lleida) per parlar sobre com han afrontat una situació tant delicada com l'actual i quina és la seua visió particular de la resiliència.

Les jornades INNSOC que organitza anualment la Càtedra d'Innovació Social des del 2015, pretenen posar a l'abast dels participants experiències i eines innovadores de felicitat i benestar per promoure la qualitat de vida de les persones, ja sigui des de l'àmbit social, empresarial o personal.