



BOLETÍN IPSIMED

ENERO 2024

Talleres y Formaciones

Talleres y Formaciones

BOLETÍN IPSIMED ENERO 2024

Este año 2024, contaremos con nuevas ediciones de talleres, jornadas y formaciones todas ellas con el objetivo de seguir sensibilizando y aportando herramientas útiles para poder manejar mejor nuestra mente y así, nuestra vida.

En Ipsimed seguimos ofreciéndooos un **espacio seguro y profesional** que os permita construir una mayor sabiduría y confianza para afrontar los desafíos que nos presenta la vida cotidiana.

RESUMEN DE LOS TALLERES Y FORMACIONES ENERO-JUNIO 2024:

Talleres

- Prácticas Meditativas en la vida cotidiana - por Manuel Paz
- Intensivo Teatro Terapéutico - por Isabel Pintor y Andrea Aranguen
- MindBody- Do - por Manuel Paz
- Miércoles de Comunidad - distintos Profesionales
- Actividad Física para el bienestar emocional - Mohamed Chellaf

Formaciones

- Experto en Psicoterapia integradora experiencial - por Manuel Paz

HORARIOS 2024 IPSIMED

Talleres y formaciones

De L-V de 9:00 a 22:00

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
TEATRO TERAPÉUTICO 19:00-21:00	PRACTICAS MEDITATIVAS MÓDULO EXPERIENCIAL (turno mañanas) 9:30- 11:30	MINDBODY -DO 17:15 - 18:15 PRACTICAS MEDITATIVAS MÓDULO EXPERIENCIAL (turno tardes) 19:00- 21:00
JUEVES	VIERNES	
INTENSIVO TÉCNICAS TEATRALES 19:00-20:30	Experto en psicoterapia experiencial integradora MÓDULO DOCENCIA 16:30-20:30	

FORMACIÓN Experto en psicoterapia experiencial integradora

MD 16 de febrero// 15 de marzo // 19 de abril// 17 de mayo// 31 de mayo// 21 de junio

PM ME

• Turno de Mañana (martes)

13 de febrero//27 de febrero //12 de marzo //19 de marzo //9 de abril //23 de abril //
7 de mayo //21 de mayo //4 de junio //18 de junio

• Turno de Tarde (jueves)

14 de febrero//28 de febrero //13 de marzo //20 de marzo //10 de abril //24 de abril /
8 de mayo//22 de mayo//5 de junio//19 de junio



Talleres enero-junio 2024

Talleres 2024

Practicas Meditativas en la vida cotidiana

Impartido por Manuel Paz



Con la intención de acercar la **meditación a la vida cotidiana**, se imparte este curso en el que conocerás las prácticas fundamentales de diferentes corrientes en meditación. A su vez, se expondrán los fundamentos teóricos principales de la psicología occidental

Nuestro próximo curso 'Prácticas Meditativas en la Vida Cotidiana' comienza el 13 de febrero de 2024, y consiste en 10 sesiones en semanas alternas, a continuación indicamos:

El curso consta de : 10 sesiones telepresenciales de turno de mañana o de tarde (a elegir), 10 sesiones grabadas, audios y material complementario.

Turnos y Fechas:

- **Turno Martes de 9:30 a 11:30**

13 de febrero / 27 de febrero / 12 de marzo / 19 de marzo / 9 de abril / 23 de abril / 7 de mayo / 21 de mayo / 4 de junio / 18 de junio

- **Turno Miércoles de 19:00 a 21:00**

14 de febrero / 28 de febrero / 13 de marzo / 20 de marzo / 10 de abril / 24 de abril / 8 de mayo / 22 de mayo / 5 de junio / 19 de junio

Precio: 200 euros

Para hacerla reserva de plaza:

Titular: Escuela de Integración Psicomédica

Concepto: Nombre Completo + Practicas Meditativas 2024

ES02 3035 0393 0139 3001 0471

Talleres 2024

INTENSIVO- Técnicas teatrales y corporales para manejar el estrés

Impartido por Isabel Pintor y Andrea Aranguen



A lo largo de estas **ocho sesiones**, abordaremos desde una **dimensión corporal y emocional**, con una breve dosis de teoría, algunas técnicas y recursos para manejar el estrés y poder manejarlo con una mayor consciencia.

El taller utiliza un **enfoque multidisciplinar**, basándose primordialmente en el mindfulness, técnicas de consciencia corporal y vocal, técnicas de teatro terapéutico y psicodrama, como la teoría y método de roles, el Yo auxiliar, el doble, entre otros.

Duración: 8 sesiones. Inicio 18 de enero de 2024

Fechas: Jueves de 19:00h a 20:30h

Precio: 130 euros

Para hacerla reserva de plaza:

Titular: Escuela de Integración Psicomédica
Concepto: Nombre Completo + Teatro terapéutico 2024
ES02 3035 0393 0139 3001 0471

Talleres 2024

MindBody-Do "El camino para cuidar al cuerpo y la mente"

Impartido por Manuel Paz



Seguiremos con esta **nueva actividad "MindBody-Do"** con el objetivo de entrenar conjuntamente tu mente y tu cuerpo. Estará inspirado en técnicas de Karate DO integradas con las prácticas de meditación e impartido por altos grados del Karate.

En este trimestre podrás iniciarte o seguir participando de la actividad, que impartiremos como un laboratorio en el que podrás compartir la vivencia desde sus inicios.

Horarios: Miércoles de 17:15h a 18:15h. Inicio miércoles 10 de enero

Precio: 50 euros // 40 euros personas que forman parte de IPSIMED



911 123 911 / 615 410 552



coordinacion@ipsimed.com



<http://ipsimed.com>



Calle Laurel, 8, 28005, Madrid

Talleres 2024

Miércoles de Comunidad

Impartido por distintos profesionales



Un miércoles al mes, se impartirán talleres teórico/prácticos relacionados con la practica de meditación incorporándola en la vida cotidiana.

Cada mes, contaremos con profesionales distintos que abordarán temas relacionados con el bienestar, la salud mental y emocional donde de manera teórica y práctica conoceremos distintos temas relacionados con la vida cotidiana.

Modalidad: Presencial u online

FECHAS: Un miércoles al mes de 19h a 21h en Ipsimed

- **17 ENERO** - *"Comunicación consciente para ser eficiente ¿qué quieres llevar a cabo cuando te comunicas?"* Laura y Guillermo
- **21 FEBRERO** - *"La relación con la vulnerabilidad"* María y Irati
- **6 MARZO** - *"Lo que el cuerpo expresa"* Juan y José Manuel
- **17 ABRIL** - por definir
- **29 MAYO** - por definir
- **26 JUNIO** - por definir

Talleres 2024

Actividad Física para el Bienestar emocional

Impartido por Mohamed Chellaf



Son muchas las evidencias científicas que demuestran los **beneficios de la actividad física en la salud mental**. Y es que, realizando ejercicio alcanzamos estados mentales de mayor estabilidad, claridad, creatividad, satisfacción y optimismo. Además, el ejercicio físico ayuda a contrarrestar los efectos nocivos del estrés (insomnio, apatía, inatención, inquietud, etc.) así como a mejorar trastornos de ansiedad y depresión.

No obstante, a veces es complicado integrar estas rutinas de actividad física porque nos enfrentamos a una vida con muchas demandas y ocupaciones, que nos impiden poder instalar hábitos saludables de cuidado a nuestra dimensión física.

Por todos estos motivos, y con el ánimo de ayudarte, desde **Ipsimed** te ofrecemos este Taller de Actividad Física para el Bienestar Emocional.

Fechas: Inicio febrero/marzo 2024 en turno de mañanas (horario aún por confirmar)

Precio: 50 euros/ mes (4 sesiones al mes).

 911 123 911 / 615 410 552

 coordinacion@ipsimed.com

 <http://ipsimed.com>

 Calle Laurel, 8, 28005, Madrid

A group of people are sitting in a circle in a room, possibly a training session. The image is overlaid with a semi-transparent light blue filter. The text 'Formaciones enero-junio 2024' is centered over the image.

Formaciones

enero-junio
2024

Formaciones 2024

Experto en psicoterapia experiencial integradora para profesionales



Impartido por: Dr. Manuel Paz Yepes

Fechas: De Febrero 2024 a Junio 2024

Horarios: Viernes de 16:30 a 20:30 y martes de 9:30 a 11:30 o miércoles de 19:00 a 21:00

Modalidad: 3 módulos Presencial/telepresencial

Dirigida a : Profesionales del mundo de la psicología (psicólogos, psicoterapeutas y psiquiatras).

Precio: Importe del curso: 600€

- 150 € de matriculación y reserva de plaza.
- 450 € antes del inicio de la formación.

Desde nuestra visión **integradora**, te acercamos un modelo para desarrollar, cultivar y mantener habilidades que permiten profundizar en la comprensión y manejo de la diversa, compleja, rica y singular actividad mental de nuestros pacientes, y de la nuestra propia.

Este abordaje además de ser atractivo y estimulante, resulta saludable y eficaz en el ejercicio de la psicoterapia. Podrás profundizar en la comprensión y manejo de tus habilidades y técnicas como profesional de la salud mental y emocional.

Para hacerla reserva de plaza:

Titular: Escuela de Integración Psicomédica

Concepto: Nombre Completo + Formación expertos 2024

ES02 3035 0393 0139 3001 0471

OBJETIVOS DE LA FORMACIÓN

- Facilitar un **marco de referencia** que permita integrar las corrientes de psicoterapia en una comprensión transteórica y transdiagnóstica, poniendo énfasis en los factores comunes que han demostrado ser eficaces.
- Integrar el **pensamiento interdisciplinario** en psicoterapia, dando valor a los datos objetivos y externos de la ciencia, junto al aspecto experiencial, que alumbra el mundo interior, subjetivo. En definitiva, es aproximarnos a la psicoterapia como un arte con una gran base científica.
- Cultivar y desarrollar **habilidades del terapeuta** para profundizar en la comprensión relacional, que valora la alianza terapéutica como vehículo principal de la transformación. Estas habilidades han de favorecer especialmente la *presencia* terapéutica, base desde la que desarrollar otras habilidades, que como señala Daniel Siegel, se basa en la capacidad del psicoterapeuta para la regulación corporal (disminución de estrés), la consciencia y regulación emocional, la sintonización empática y la flexibilidad de respuesta.
- Aproximarnos a la **información científica** que sustenta las prácticas contemplativas, así como profundizar en el conocimiento, desde la neurociencia.
- Permite contar con **técnicas específicas** que puedan ser utilizadas por los pacientes entre sesiones, y así, de manera complementaria al proceso psicoterapéutico.
- Adquirir una **mayor presencia** y capacidad de estar para el otro, al margen de cuál sea su formación o sus circunstancias vitales.

MÓDULOS:

Módulo de Docencia (presencial/online)	Módulo Experiencial (online)
<ul style="list-style-type: none"> • 6 sesiones (febrero a junio) • Un viernes al mes • De 16:30 a 20:30 horas. <p>Fechas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Viernes 16 de febrero de 2024. ◦ Viernes 15 de marzo de 2024. ◦ Viernes 19 de abril de 2024. ◦ Viernes 17 de mayo de 2024. ◦ Viernes 31 de mayo de 2024 ◦ Viernes 21 de junio de 2024. 	<ul style="list-style-type: none"> • 10 sesiones curso 'Prácticas Meditativas en la Vida Cotidiana'. • Un día cada dos semanas .A elegir: <ul style="list-style-type: none"> ◦ Miércoles tarde de 19:00 a 21:00 ◦ Martes mañana de 9:30 a 11:30
	Módulo Pedagógico (online)
	<ul style="list-style-type: none"> • 10 sesiones grabadas "Principios teóricos fundamentales de la formación"

***Puedes consultar el programa detallado en
nuestra web***



911 123 911 / 615 410 552



coordinacion@ipsimedo.com



<http://ipsimedo.com>



Calle Laurel, 8, 28005, Madrid

No dudes en contactarnos o pedirnos más información!!