

Las posibilidades de comunicación que nos ofrecen los ordenadores, las tablets y los teléfonos móviles actuales eran impensables hace tan sólo 10 años. Han irrumpido en nuestra vida cotidiana con tanta fuerza que han cambiado nuestra forma de relacionarnos.

¿Cómo afecta esto a nuestra salud? ¿Existen riesgos? ¿Estamos menos solos o solas?

Conocer algo más sobre este importante tema, ayudará a beneficiarnos de las oportunidades que nos brindan.

Inauguración de las Jornadas.

Bienvenida y presentación a cargo de la presidenta de la cooperativa, Yolanda Valle.

CHARLA

MARTES 30

“¿Es el móvil sustituto de las relaciones interpersonales?”

Los conceptos de amistad, privacidad, compartir y hasta el de quererse han cambiado con el uso del teléfono móvil.

Son cambios ¿a mejor o a peor? ¿Qué necesitamos saber para integrarnos en estas nuevas redes de comunicación sin que nuestras relaciones se vean perjudicadas?

Mikel Gómez, politólogo, experto en redes sociales
Enrique Saracho, psiquiatra, director de EDIREN

MESA REDONDA

MIÉRCOLES 1

“Las adicciones a las nuevas tecnologías. Panorama actual.”

Internet, redes sociales, teléfonos móviles...
Todo lo nuevo, aunque signifique un avance, tiene sus riesgos...

¿Cómo sabemos si nos hemos convertido en adictos o adictas? ¿Qué hacer si tenemos un problema de dependencia a las TICs?

Ponentes:

- **Ana Herrezuelo**, psicóloga de ASAJER-Asociación Alavesa de Jugadores en Rehabilitación
- **Pilar Abella**, Unidad de Juventud Ayto. de Vitoria-Gasteiz
- **Natalia Landa**, psicóloga y coordinadora del Programa de Ludopatías del Centro de Orientación y Tratamiento de las Adicciones (COTA)
- **Hosanna Parra**, enfermera de la Unidad de Salud Pública del Ayto. Vitoria-Gasteiz

Modera: **Enrique Saracho**, psiquiatra EDIREN.

CELEBRACIÓN 10º ANIVERSARIO

JUEVES 2

- Saludo de bienvenida y presentación
- Recorrido histórico de los 10 años como cooperativa
- Brindis



Arteria. Espacio creativo
Escenas teatrales:

Martes 30: *Mi vida en un móvil*
Miércoles 1: *Adicciones móviles*
Jueves 2: *Incómoda fidelidad*

OSASUN ETA BIZIMODUARI BURUZKO

VIII. JARDUNALDIAK
10 Urteurrena EDIREN

osasuna eta teknologia berriak:
arriskuak eta
aukerak



herritarrentzako

sarrera doain

2014 ko irailak 30, urriak 1 eta 2

19:00etan., EDIRENen -GASTEIZ

Errekatziki, 4 eta 6 - Tf.: 945 266 366

www.ediren.com



10 urte
osasuna
eraikitzen

Ordenagailu, tablet eta sakelako telefonoek gaur egun eskaintzen dizkiguten komunikatzeko aukerak pentsaezinak ziren orain dela 10 urte. Gure eguneroko bizian sartu dira gogor eta gure bizimodua aldarazi dute.

Nola eragiten dio horrek guztiak gure osasunari? Badago arriskurik? Lehen baino bakardade gutxiago dago orain?

Gai garrantzitsu honen gainean zerbait gehiago ezagutzen badugu, horiek eskaintzen dizkiguten aukerez baliatu gaitzke.

Jardunaldien inaugurazioa.
Ongietorria eta aurkezpena, Yolanda Valle kooperatibako presidentearen eskutik.

HITZALDIA

ASTEARTEA 30

“Giza harremanen ordezkotza al da sakelako telefonoa?”

Laguntasun, pribatutasun, partekatu kontzeptuak aldatu egin dira sakelako telefono erabiltzen dugunean, baita maitatzea bera ere.

Aldaketa horiek, onerako edo txarrerako ote dira? Zer jakin behar dugu komunikazio sare berri hauetan sartzeko, pertsonen arteko harremanak kaltetu gabe?

Mikel Gómez, politologoa, sare sozialetan aditua
Enrique Saracho, psikiatra, psikodramatista

MAHAI-INGURUA **ASTEAZKENA 1**

“Teknologia berriekiko menpekotasunak: egungo ikuspegia.”

Internet, sare sozialak, sakelako telefonoa...
Aurrera pausua izan arren, gauza berri orok du arriskuren bat.

Nola jakin dezakegu menpeko bilakatu garen?
Zer egin IKT-ekiko menpekotasun arazoa badaukagu?

Hizlariak:

- **Ana Herrezuelo**, ASAJER - Errehabilitazioan diren Arabako Jokalarien Elkarteko psikologoa.
- **Pilar Abella**, Gasteizko Udaleko Gazteria Saila.
- **Natalia Landa**, psikologoa eta koordinatzailea Menpekotasunen Orientazio eta Tratamendu Zentroa (COTA).
- **Hosanna Parra**, Gasteizko Udaleko Osasun Publikoaren Saileko erizaina.

Enrique Saracho psiquiatrak moderatua.

10. URTEURRENAREN **OSTEGUNA 2** OSPAKIZUNA

- Ongietorri agurra eta aurkezpena.
- Kooperatibaren 10 urteko ibilbide historikoa.
- Topa.



Antzerki eszena
Arteria. Espacio creativoren
eskutik

Asteartea 30: *Mi vida en un móvil*
Asteazkena 1: *Adicciones móviles*
Osteguna 2: *Incómoda fidelidad*

VIII JORNADAS SALUD Y MODOS DE VIDA 10º aniversario EDIREN

salud y nuevas tecnologías: riesgos y oportunidades



entrada libre

abiertas a la población

30 de septiembre - 1 y 2 de octubre

EDIREN - 19:00 h. - VITORIA-GASTEIZ

c/ Errekatxiki, 4 y 6 - Tfno.: 945 266 366

www.ediren.com

