

RAFA
BLANCA

PATRI
PSICÓLOGA

JAVIER
VÁZQUEZ

TODO LO HACES MAL, ¡Y LO SABES!

7 VICIOS PARA LA EXTINCIÓN

Priorizarse • Autoexigencia • Prisa • Malquererse
Insatisfacción • Tecnología • Hábitos nocivos



TODO LO HACES MAL, ¡Y LO SABES!

7 VICIOS PARA LA EXTINCIÓN

Priorizarse • Autoexigencia • Prisa • Malquererse • Insatisfacción • Tecnología • Hábitos nocivos



RAFA
BLANCA

PATRI
PSICÓLOGA

JAVIER
VÁZQUEZ

¿Qué pasaría si unos EXTRATERRESTRES de una galaxia muy muy lejana vinieran a visitarnos a la tierra?

¿Qué pasaría si unos guardianes interplanetarios hubieran estado **OBSERVÁNDONOS** durante un tiempo y hubieran descubierto los VICIOS que más nos afectan en nuestro día a día y que hemos acabado por normalizar?

¿Qué pasaría si el resultado de ese estudio fuera TERRIBLE, y nos pusieran frente al espejo cantándonos las verdades **que nos podrían llevar a la extinción?**

Sin duda **querríamos que nos lo EXPLICARAN bien y nos dieran SOLUCIONES...**

... a ser posible **en un teatro y mediante un divertidísimo espectáculo!!**

Patri Psicóloga y Rafa Blanca se unen de nuevo subiendo a la nave a los estelares **Paco Royo y Javi Vázquez**, para decirnos **"TODO LO HACES MAL... ¡Y LO SABES !"**

Esta patrulla espacial viene a tratar de salvar al planeta para ayudarnos a evitar los **7 vicios capitales más comunes** que nos afectan como individuos dentro de la sociedad;

- 1- El vicio de priorizarse**
- 2- La autoexigencia y la constante superación**
- 3- La prisa y la inmediatez**
- 4- El vicio de quererse mal**
- 5- La insatisfacción**
- 6- La dependencia tecnológica**
- 7- El vicio de los malos vicios**

¡Abrochense los cinturones que vienen despegues!



Patri Psicóloga es psicóloga, escritora, conferenciante y divulgadora en diferentes medios de comunicación.

Patricia es licenciada en Psicología, tiene un máster en Psicología Clínica y de la Salud. En 2017 fue galardonada con el “Premio del Colegio Oficial de Psicólogos de Andalucía Oriental a la mejor divulgadora en redes sociales”, en las que cuenta con más de 1.000.000 de seguidores. y **en 2024, obtuvo el “Premio MIA 2024 a la mujer más influyente de Aragón en la categoría de divulgación y generación de contenido”**. Desde su cuenta, diariamente ofrece consejos y herramientas con sus vídeos y posts, divulgando lo que más le apasiona, la psicología de la vida cotidiana.

Desde 2021 está de gira por toda España con la obra “La ansiedad no mata, pero fatiga”, que protagoniza junto a Rafa Blanca y que ya han visto 40.000 personas. En el 2022 estrenó un podcast en directo junto a Cristina Mitre “Nena, no te compliques” y “Tenemos que hablar...”, una obra de teatro sobre las relaciones de sexuales y de pareja junto a Rafa Blanca y Pere Estupinyà. En el 2023 estrena “Entiendeme tú a mí”, una obra sobre la salud mental de los jóvenes y las relaciones con sus padres y el próximo septiembre, en 2024 se estrenará “No eres tú... son tus hormonas”, un directo en directo junto a la doctora Jiménez para aclarar dudas sobre la salud femenina. Estos cinco espectáculos se pueden ver en las principales ciudades de España.

Colabora en diferentes medios de comunicación: ABC, RTVE, Aragón TV, 20 minutos. Es autora de 11 libros, entre los que destacan “365 consejos para vivir con serenidad” (2022), “Somos Fuerza” (2021), “Educar con serenidad” (2019) y “Cuenta contigo” (2016). Es conferenciante habitual de temas relacionados con la gestión de la ansiedad, la autoestima, el bienestar emocional, la educación, las relaciones de pareja y los hábitos de vida saludable. Su clínica online, de cobertura nacional e internacional, tiene un objetivo claro: mejorar la vida de las personas. También imparte talleres presenciales y online: “Comer con serenidad”, “Despedirnos de la ansiedad” o “Entrenar el autocontrol”, entre otros.

patripsicologa.com



Rafa Blanca es licenciado en Arte Dramático por la RESAD (Real Escuela Superior de Arte Dramático de Madrid) en 2003. También se licencia en la Escuela Internacional de Comedia del Arte de Venecia.

Su experiencia profesional se fundamenta con la compañía de teatro El Gato Negro (más de 25 espectáculos), dirigida por Alberto Castrillo-Ferrer, además de trabajar en montajes de compañías como Teatro del Temple (Aragón), Teatro Español y Teatro del Astillero (Madrid), Vol Ras (Cataluña), Fundación Jacinto Guerrero, y el Centro Dramático de Aragón.

Actualmente forma parte del elenco de la compañía Els Joglars, con el espectáculo "Que salga Aristofanes".

Ha debutado también con su primer monólogo teatral, "Malabrocca" donde interpreta más de 30 personajes. Espectáculo con el que también está actualmente en gira cosechando magníficas críticas.

Ha realizado numerosos cortometrajes, un largometraje (El Encamado) y desde hace años participa en programas de ficción y humor en Telecinco (La que se Avecina, Ella es tu padre), TVE (Centro Médico, Cuéntame), Aragón TV (Oregón Televisión , En el Fondo Norte, Reino y Corona, Los Artigas)...

Compagina su trabajo como actor con el de profesor titular de Interpretación en el Conservatorio Profesional de Danza de Zaragoza desde 2002, así como impartiendo diferentes cursos de comedia en diversos países europeos.

Como director teatral, ha dirigido espectáculos de éxito como "10 maneras de cargarte tu relación de pareja", "Increíble, pero Cierzo" y "¿Qué narices pinto aquí?".



Javier Vázquez Ezcurdia es periodista, escritor y actor.

Durante 15 años ha sido director y presentador del programa Escúchate en las tardes de la Radio Autonómica de Aragón, y ha sido reconocido con el Premio de Comunicación IAM y con el de Valores Solidarios de la Fundación ONCE.

En televisión, ha presentado diferentes programas de entretenimiento en la cadena pública aragonesa.

Ha publicado cuatro novelas y dos obras de teatro, así como varios libros infantiles. Entre sus títulos más leídos destacan Tango para una asesina y Tres ovejas.

Ha sido autor y director artístico de la ficción sonora Y si fuera posible amar y colabora habitualmente como dramaturgo con la compañía Teatro con Botas.

Como actor, ha participado en diversos espectáculos teatrales, entre ellos, Antígona, Usted tiene ojos de mujer fatal, Un señor de traje gris o Goya en Fuendetodos, en la que dio vida al pintor aragonés. En 2019 fue galardonado con el Primer Premio del Certamen de Microteatro HORECA por la obra Uno mas uno y en 2022 y 2023 obtuvo el Premio al Mejor Actor del certamen por su interpretación en las comedias No será el azar y El plan, respectivamente.

javiervazquezezcurdia.com

A cosmic background featuring a view of Earth from the Moon's surface. The Earth's blue and white horizon is visible on the left, while the dark, cratered surface of the Moon occupies the foreground. The sky is filled with a vibrant, colorful nebula in shades of purple, blue, and pink, with numerous stars scattered throughout.

CONTACTO

Belén de Miguel
622 65 53 81 // comunicacion@patripsicologa.com