



Vivir, Bienestar, Bien-Vivir

26 - 30 AGOSTO

Aulario UPNA. Aula 028. Último día en el Museo de Navarra

■ Ciencias de la Salud

📖 Créditos: 1

📅 50 plazas

€ Matrícula general 60 €. Alumnado UPNA y personas desempleadas 20 €

🎓 25 horas

📍 Museo de Navarra, UPNA

📌 Concluido

📅 Plazo de inscripción
Hasta 22 agosto 2019

El curso constará de conferencias y talleres prácticos en torno a diferentes contenidos relacionados con el bienestar. La propuesta que nace del Plan de Universidad Saludable de la Upna y se realiza en colaboración con la Fundación Henri Lenaerts, propone cuestionarnos qué es el bienestar individual y colectivo y cómo podemos enriquecer ambas dimensiones desde una mirada compasiva. La propuesta se realiza desde la

concepción de las personas como seres con un cuerpo físico, emocional, espiritual y racional y que se desarrollan en un entorno social determinado por el género, variable que nos ayudará a una mayor la comprensión de lo que acontece.

PÚBLICO DESTINATARIO

Personas inquietas por el conocimiento: profesorado, alumnado, personal sanitario, del ámbito social, artístico, económico; periodistas, profesionales de la publicidad, del derecho...

OBJETIVOS

El objetivo del curso es generar un espacio de reflexión colectiva analizando los diferentes componentes del bienestar y su dimensión creativa para desde ahí cultivar las características y prácticas que lo definen.

Se incidirá en la dimensión espiritual poniendo el foco en las prácticas meditativas con el objetivo de crear condiciones y espacios para el cultivo de la consciencia.

El programa incluye como bloques de contenidos la salud, vínculos y prácticas compasivas, la espiritualidad y el pensamiento feminista, el cuerpo, la consciencia, cuestiones éticas y espirituales del bienestar e incorporará la mirada artística en relación al buen-vivir y el buen-morir.

DIRECCIÓN DEL CURSO

Ana Aliende Urtasun. Profesora del Departamento de Sociología y Trabajo Social de la Universidad Pública de Navarra

Ana Ansa Ascunce, Médica y Responsable del "Plan de Universidad Saludable" de la Universidad Pública de Navarra

LUNES 26 AGOSTO

10:00-11:30 Conferencia

Si cuidas de ti ya estás cuidando de otras personas

Fidel Delgado, Psicólogo Clínico, autor de libros sobre el cuidado y el autocuidado

12:00-14:00 Taller

Los mejores autocuidados vienen de serie: aprovéchalos

Fidel Delgado, Psicólogo Clínico, autor de libros sobre el cuidado y el autocuidado

MARTES 27 AGOSTO

10:00-11:30 Conferencia

Lo divino femenino o cómo empoderar a las mujeres desde la espiritualidad

Inmaculada Fernández Arrillaga, doctora en Historia y profesora titular de Universidad. Pertenece al Instituto Universitario de Investigación en Estudios de Género de la UA

12:00-14:00 Taller

Ecofeminismo espiritual o el camino de la diosa

Marta Blanco Fernandez. Licenciada en Filología hispánica y profesora titular de Enseñanza Secundaria y formadora de profesorado en feminismo. Realiza su tesis doctoral en el Instituto Universitario de Investigación en Estudios de Género de la UA y es presidenta de la Asociación Klías

MIÉRCOLES 28 AGOSTO

10:00-11:30 Conferencia / Taller

Bien-vivir y Bien-Morir....con voz propia

Estibaliz Gutierrez Ajamil, Licenciada y Doctora en Bellas Artes, máster en Arteterapia. Arteterapeuta en el Instituto MAP (Música, Arte y Proceso)- Centro Terapéutico, Responsable del Programa Final de Vida y Soledad en Vitoria, miembro de Vivir con Voz Propia y docente en la Universidad del País Vasco- EHU

12:00-14:00 Conferencia

El arte como cuerda de escalada. Experiencias educativas desde la migración

Aitziber Urtasun. Responsable de Didáctica del Museo Oteiza

JUEVES 29 AGOSTO

10:00-11:30 Taller

Bienestar y consciencia corporal: movimiento vital expresivo

Oskar Estanga Ezkurdia, Graduado en Magisterio Musical, Músico y Bertsolari.

Formado en Danza Integral, Terapeuta psicocorporal Sistema Rio Abierto y Contact Improvisacion

Natalia Tajadura Arizaleta, Trabajadora Social y Sexóloga. Terapeuta Psicocorporal Sistema Rio Abierto

12:00-14:00 Taller

Salud y meditación: teoría y práctica de la atención y compasión

Raul Hernández Amillano, Licenciado en Derecho. Profesor Yoga y Meditación Advaita Vedanta

VIERNES 30 AGOSTO

10:00-11:30 MUSEO DE NAVARRA

Lo personal es colectivo: los relatos del bienestar y las subjetividades contemporáneas

Anna Clot-Garrell, Investigadora postdoctoral Juan de la Cierva en el grupo de investigación CECUPS de la Universidad de Barcelona, colaboradora de ISOR-UAB y de la UOC, su investigación se ha centrado en explorar las relaciones entre modernidad y fenómeno religioso

12:00-14:00

¿Empoderamiento o pasividad?: pensar las implicaciones de las prácticas entorno el bien-vivir

Anna Clot-Garrell, Investigadora postdoctoral Juan de la Cierva en el grupo de investigación CECUPS de la Universidad de Barcelona, colaboradora de ISOR-UAB y de la UOC, su investigación se ha centrado en explorar las relaciones entre modernidad y fenómeno religioso

ORGANIZA

Universidad Pública de Navarra

OTROS ORGANIZADORES

Plan de Universidad Saludable

COLABORA

Fundación Henri Lenaerts

FINANCIA

Departamento de Educación, Gobierno de Navarra

© Universidad Pública de Navarra
