



Nota de Prensa

Bienestar emocional y escultura en el siglo XX, las dos nuevas temáticas de UNED Sapientia

- Se trata de los cursos “Vida saludable y bienestar emocional” y “La revolución de la escultura en el siglo XX”.

Tudela, a 18 de enero de 2019. En febrero darán comienzo las asignaturas correspondientes al segundo cuatrimestre del Programa UNED Sapientia 2018-2019 de la UNED de Tudela. Se trata de los cursos "Vida saludable y bienestar emocional" y "La revolución de la escultura en el siglo XX"

La primera de las actividades, que lleva por título “Vida saludable y bienestar emocional”, se ofrecerá los martes, a partir del próximo 19 de febrero, en horario de 10:30 a 12:30 horas y tiene por objeto acercar a los estudiantes diferentes pautas para llevar una vida saludable y equilibrada y lograr un bienestar emocional.

El contenido de este curso de formación se dividirá en tres partes: la primera se centrará en el bienestar psicológico, con una pequeña introducción al mindfulness y distintos conocimientos relativos a la interacción con los demás; la segunda, se centrará en el bienestar físico y la mejora en la calidad de vida mediante el control postural, la respiración y distintos ejercicios terapéuticos; finalmente, la tercera parte se centrará en la relación entre la alimentación, la nutrición y la vida saludable, y se acercará a conceptos tales como los grupos de alimentos, la pirámide nutricional o la dieta mediterránea, entre otros

La actividad será impartida por Iñaki Lorea Conde, profesor tutor de la UNED de Tudela, Doctor en Psicología y Psicólogo Clínico en la Fundación Argibide; Juan José Blasco Blanco, Médico especialista en cirugía y estética y María Ortega Moneo, Doctora en Fisioterapia, responsable del “Centro de Fisioterapia y Rehabilitación María Ortega” y profesora en el Grado de Fisioterapia de la Universidad Pública de Navarra.

El segundo de los cursos, titulado “La revolución de la escultura en el siglo XX”, surge con los objetivos de Identificar los cambios generales que



Nota de Prensa

experimenta el arte de la escultura entre el siglo XIX y el XX; conocer el papel de la escultura en la vanguardia y los ismos del s. XX y perfilar el reflejo de estos cambios en la creación escultórica en España.

La actividad, que se desarrollará los miércoles 10:30 a 12:30 horas, a partir del próximo 14 de febrero, será impartida por Francisco de Borja González Riera, responsable del Centro de Estudios del Museo Oteiza.

El precio de la matrícula para las dos asignaturas es de 100 euros y 70 euros por asignatura (con descuentos por minusvalía, desempleo o alumno/a UNED).

Programa UNED Sapientia

Se trata de una iniciativa de desarrollo cultural, científico y social dirigido a personas mayores de 50 años que tiene como objetivo dar respuesta desde el ámbito universitario a una necesidad formativa generalizada.

La metodología es aquella que estimula las posibilidades de cooperación, a la vez que facilita y promueve la participación activa, y el intercambio de ideas y la apertura a otras diferentes. Está estructurado en dos cuatrimestres y se imparten dos materias en cada uno de ellos; la evaluación se realiza a través de la presencia en clase.

Este año la actividad llega a su décima edición.

Más información en calle Magallón 8, en el 948 821 535 y en la web de cursos y actividades.

Más información en calle Magallón 8, en el 948 821 535 y en www.unedtudela.es