

# BUTLLETA D'INSCRIPCIÓ

## DADES PERSONALS

DNI o passaport \_\_\_\_\_ Nom \_\_\_\_\_

Primer cognom \_\_\_\_\_ Segon Cognom \_\_\_\_\_

Adreça \_\_\_\_\_

Població \_\_\_\_\_ CP \_\_\_\_\_

Comarca/província \_\_\_\_\_ Tel. \_\_\_\_\_

Adreça electrònica \_\_\_\_\_ Data de naixement \_\_\_\_\_

Dades acadèmiques o professionals:

Estudiant/a de la UdL: Sí ● / No ● En cas afirmatiu indiqueu:

Centre \_\_\_\_\_ Curs \_\_\_\_\_ Titulació \_\_\_\_\_

Estudiant universitari de fora de la UdL: Sí ● / No ● En cas afirmatiu indiqueu:

Universitat \_\_\_\_\_ Curs \_\_\_\_\_ Titulació \_\_\_\_\_

Si no sou estudiant universitari, indiqueu la titulació i/o la professió \_\_\_\_\_

● Vull rebre el llibret informatiu dels cursos d'estiu de properes edicions.

En compliment de la Llei 15/1999, de 13 de desembre de Protecció de Dades de Caràcter Personal, les dades de caràcter personal facilitades s'incorporen en un fitxer degudament registrat del que és titular la Universitat de Lleida amb la finalitat d'atendre aquesta relació i ser informat d'activitats que realitza la Universitat de Lleida. Les dades personals facilitades són confidencials i d'ús exclusiu de la Universitat i són tractades d'acord amb la normativa vigent en matèria de protecció de dades. El titular de les dades pot exercir els seus drets d'accés, rectificació, oposició i cancel·lació mitjançant escrit adreçat a la Secretaria General, Plaça de Víctor Siurana, 1 de Lleida, CP 25003.

Signatura: \_\_\_\_\_

Indiqueu el codi i el títol dels cursos als quals, de forma específica, us voleu inscriure. Abans de formalitzar la matrícula, confirmeu la compatibilitat horària dels cursos i la disponibilitat de places:

CODI	TÍTOL

Import de la matrícula dels cursos de la Universitat d'Estiu de la UdL escollits			A
Reducció del 15%, si s'efectua l'ingrés abans del dia 31 de maig de 2010	A * 0,85		B
Reducció del 10%, si s'efectua l'ingrés entre l'1 i el 18 de juny de 2010	A * 0,90		C

Patrocina:



Diputació de Lleida



# UNIVERSITAT DE LLEIDA ESTIU 2010



20U4

# EDUCACIÓ EMOCIONAL (6A EDICIÓ)

Del 19 al 23 de juliol  
La Seu d'Urgell

Tradicionalment, l'educació s'ha ocupat més de desenvolupar el component cognitiu, la qual cosa sovint ha fet descuidar el component emocional, importants tots dos per al desenvolupament integral de la persona. L'educació emocional té com a finalitat l'augment del benestar personal i social. Té un caràcter preventiu i de desenvolupament humà, no de tractament. En el curs aprendrem a conèixer les nostres emocions i a reconèixer les dels altres, a manejar aquestes emocions (especialment les negatives, com ara: la ràbia, la por, la vergonya, etc.), a descobrir la importància de tenir una autoestima equilibrada. Així mateix, desenvoluparem estratègies per a la millora de les relacions socials i també de la relació amb un mateix, a prendre decisions i a organitzar el nostre temps. El curs s'adreça a professionals de l'educació i de l'ajuda. Els destinataris del curs són mestres, educadors socials, professorat de secundària, tutors, pedagogs, psicopedagogs, psicòlegs i altres professionals de l'ajuda (metges, infermers, advocats, etc.).

<b>Coordinació</b>	Anna Soldevila Benet (Departament de Pedagogia i Psicologia de la UdL)
<b>Equip docent</b>	Maria Jesús Agulló Morera (UdL), Gemma Filella Guiu (UdL) i Anna Soldevila Benet (UdL)
<b>Hores lectives</b>	20
<b>Espai</b>	IES Joan Brudieu de la Seu d'Urgell
<b>Preu</b>	40 €
<b>Places</b>	30

## PROGRAMA

### Dilluns 19

#### Anna Soldevila

09.30-11.30 h	Marc conceptual de l'educació emocional
12.00-14.00 h	De l'autoestima a l'autonomia emocional en relació amb un mateix

### Dimarts 20

#### Anna Soldevila

09.30-11.30 h	De l'autoestima a l'autonomia emocional en relació amb els altres
12.00-14.00 h	Consciència emocional

### Dimecres 21

#### Gemma Filella

09.30-11.30 h	Regulació emocional
12.00-14.00 h	Reestructuració cognitiva

### Dijous 22

#### Maria Jesús Agulló

09.30-11.30 h	Habilitats socials
12.00-14.00 h	Habilitats comunicatives: l'assertivitat

### Divendres 23

#### Maria Jesús Agulló

09.30-11.30 h	Habilitats de vida: gestió del temps i presa de decisions
12.00-14.00 h	Projecte de vida



## ALLOTJAMENT

● Vull allotjar-me en el Centre Residencial i de Serveis de la Seu d'Urgell.

Marqueu els dies d'estada en el Centre (compta des de l'hora de sopar fins a la de dinar de l'endemà):



Nombre total de nits		D
Import de l'allotjament	27,50 € *D	E
Import total a ingressar (matrícula + allotjament)	A/B/C + E	

Per formalitzar el pagament, heu de fer arribar aquesta inscripció a l'Oficina de la Universitat d'Estiu (C/ Jaume II, 71. 25001 Lleida. Tel. 973 703390 a/e: estiu@estiu.udl.cat) i us lliuraran el full de pagament que heu de portar a ingressar a la Caixa, Caixa de Catalunya o Banc Santander.

Vull assistir a una de les vetllades de la Universitat d'Estiu a la Seu d'Urgell (sopar fred gratuït)

La Seu d'Urgell  
● Dimecres 14   ● Dimarts 20

Empleneu aquest apartat si us interessa compartir cotxe:

Trajecte

Dia

Hora

Tinc vehicle: Sí ● No ●

● Autoritzo a facilitar el meu telèfon a qui vulgui compartir cotxe per fer el mateix desplaçament

La Universitat d'Estiu només actua d'intermediària, no es fa responsable de cap inconvenient que pugui sorgir

