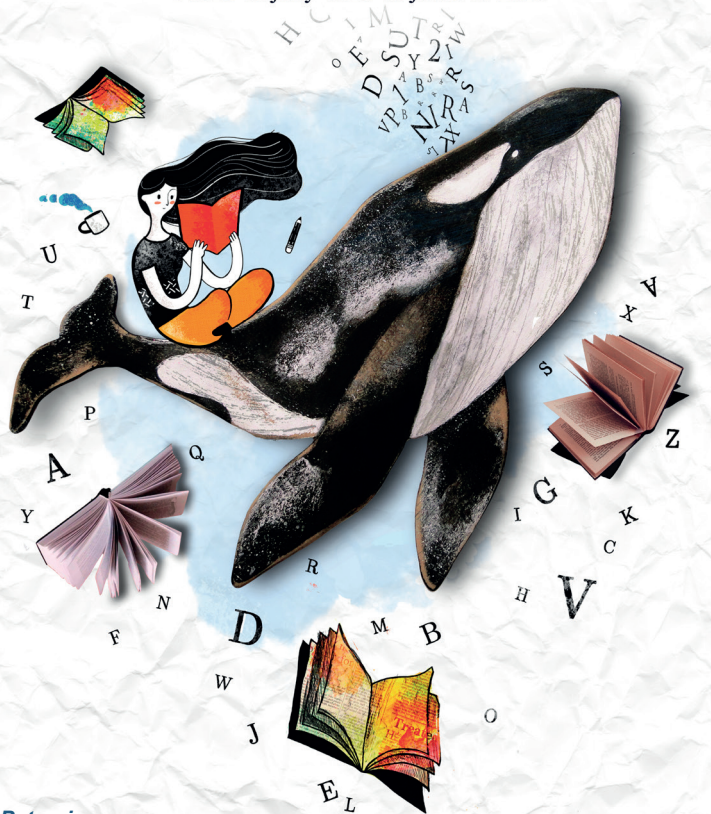


ESTIU 2021

UNIVERSITAT DE LLEIDA

Del 28 de juny al 23 de juliol de 2021



Patrocinen:



CURS EN LÍNIA
Del 5 al 9 de juliol de 2021

43W1

PRESCRIPCIÓ D'EXERCICI I PLANIFICACIÓ D'ENTRENAMENT: EL MÈTODE EUROPEU EUPAP ADAPTAT A CATALUNYA. RECURSOS PER A LA SEUA IMPLEMENTACIÓ

Curs que dona a conèixer l'adaptació al context català del Programa EUPAP (European Physical Activity on Prescription Model), finançat per l'Agència Europea de Consumidors, Salut, Agricultura i Alimentació (www.eupap.org). El Programa EUPAP, que adapta el model suec a nou països europeus, s'està liderant a Catalunya des de l'INEFC-Lleida amb el suport del Departament de Salut, de la Secretaria General de l'Esport i Activitat Física, del COPEFC, de la Diputació de Lleida i del Consell Esportiu de les Garrigues, entre altres institucions.

Els objectius específics del curs són: a) conèixer l'origen del Programa EUPAP: el model suec FaR@ i l'adaptació a Lleida mitjançant el Programa CAMINEM, 2010-2012; b) conèixer els beneficis de l'exercici físic per a la salut en les patologies cròniques més prevalents, segons l'última evidència científica; c) identificar les necessitats en l'àmbit sanitari per incorporar la prescripció d'exercici físic; d) identificar les necessitats en l'àmbit no sanitari (comunitari, esportiu) per al treball interdisciplinari en planificació d'exercici físic; e) conèixer com s'està adaptant el Programa EUPAP a Alemanya, Dinamarca, Flandes, Itàlia, Lituània, Malta, Portugal i Romania; f) conèixer les iniciatives de col·laboració entre el Programa EUPAP i programes del territori català; g) proposar un model d'àmbit local en un territori familiar per a l'estudiant, i h) fomentar el treball de xarxa i interdisciplinari per a professionals de la salut.

Curs adreçat a professionals i estudiants dels àmbits sanitaris i de l'exercici físic, treballadors/es de les administracions públiques de les àrees de salut i esports, membres d'associacions de malalties i, en general, a tothom interessat en la temàtica.

Llengües d'impartició: Català

Coordinació: Sebastià Mas Alòs (INEFC-Lleida)

Equip docent: Hèctor Carrión Gelabert (INEFC-Lleida), Laia Claverías Bonilla (Royal Escola de Formació), Francesc Corbi Soler (INEFC-Lleida), Estela Inés Fariás Torbidoni (INEFC-Lleida), Gisela Galindo Ortego (ICS), Mati Heras Ojea (Consell Esportiu de la Cerdanya), Sebastià Mas Alòs (INEFC-Lleida), Sergi Matas Garcia (INEFC-Lleida), Marta Miret Montané (ICS) i Xavier Peirau Terés (INEFC-Lleida)

Durada: 20 hores

Preu: 55,34 € estudiantat, PAS i PDI de la UdL / 90,00 € la resta

MODALITAT

Curs en línia que es realitzarà a través del Campus Virtual de la Universitat de Lleida. El curs se seguirà de manera sincrònica.

PROGRAMA

Dilluns 5

Sebastià Mas

16.00-18.00 h Presentació. Orígens: model suec. Orígens: Programa CAMINEM.

Xavier Peirau

18.30-20.30 h Exercici físic en patologies cròniques no transmissibles.

Dimarts 6

Gisela Galindo i Marta Miret

16.00-18.00 h Necessitats en l'àmbit sanitari.

18.30-20.30 h Necessitats en l'àmbit comunitari.

Dimecres 7

Francesc Corbi

16.00-18.00 h EUPAP en altres països de la Unió Europea. Model EUPAP-Cat.

Sergi Matas

18.30-20.30 h EUPAP-Cat: protocols, materials, gestió de dades. El PEFI (Programa d'Exercici Físic Individualitzat).

Dijous 8

Hèctor Carrión

16.00-18.00 h Valoració de la condició física saludable.

Mati Heras

18.30-20.30 h Exemples de tasques en un PEFI.

Divendres 9

Laia Claverías

16.00-17.30 h Casos pràctics.

Estela Farías

18.00-20.00 h Models en l'àmbit de l'estudiantat (avaluació).

Sebastià Mas

20.00-20.30 h Cloenda.



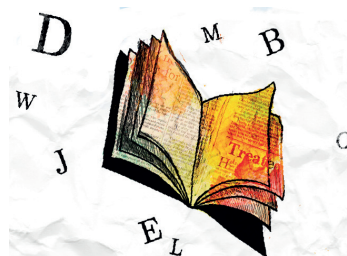
Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Secretaria General de l'Esport
i de l'Activitat Física

S/Sistema de
Salut de Catalunya

Salut/Agència de Salut Pública
Salut/Atenció Primària Lleida
Salut/Institut Català de la Salut



INFORMACIÓ I MATRÍCULA

La matrícula es realitzarà per correu electrònic.

Envieu-nos a estiu@udl.cat la butlleta de matrícula disponible a <http://estiu.udl.cat>

Consulteu els descomptes en el preu de la matrícula a <http://estiu.udl.cat>

Matrícula oberta mentre quedin places lliures i fins al dia anterior a l'inici del curs. Tots els cursos tenen places limitades. L'organització es reserva el dret d'anul·lar els cursos de la Universitat d'Estiu que no assoleixin el nombre necessari d'inscripcions. Les persones que ja hi estiguin matriculades seran informades tan aviat com sigui possible i se'ls hi oferirà l'oportunitat d'accedir a un altre curs o de recuperar l'import pagat.

Per a més informació sobre la Universitat d'Estiu:



Universitat d'Estiu

Campus de Cappont. Edifici Polivalent
C/ de Jaume II, 71
25001 Lleida

973 70 33 90
estiu@udl.cat
<http://estiu.udl.cat>