

BUTLLETA D'INSCRIPCIÓ

A) DADES PERSONALS

DNI o passaport _____

Nom _____

Primer cognom _____

Segon cognom _____

Data de naixement _____

Adreça _____

Població _____ CP _____

Comarca/província _____ Tel. _____

Adreça electrònica _____

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.

Indiqueu el codi i el títol dels cursos als quals, de forma específica, us voleu inscriure. Abans de formalitzar la matrícula, conformeu 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 29 de maig de 2009

A * 0,85		B
----------	--	---

Reducció del 10%, si s'efectua l'ingrés entre l'1 i el 19 de juny de 2009

A * 0,90		C
----------	--	---

Patrocina:



Diputació de Lleida



Fundació Pública de la Diputació de Lleida



Ajuntament de la Seu d'Urgell



Universitat de Lleida
Consell Social

Xarxa Vives
d'universitats



Universitat de Lleida
Universitat d'Estiu



Universitat de Lleida
Universitat d'Estiu

UNIVERSITAT DE LLEIDA ESTIU 2009



LA SEU D'URGELL, DEL 14 AL 24 DE JULIOL DE 2009

Codi: 34U3

Àmbit: Salut i Alimentació

LA SALUT AL PLAT

Dates: Del 14 al 15 de juliol

Localitat: La Seu d'Urgell

Coordinació: Antonieta Barahona Viñes (Departament de Tecnologia dels Aliments de la UdL)

Equip docent: Antonieta Barahona Viñes (UdL)

Resum del curs: Què hem de menjar i com és millor cuinar-ho si tenim alguna malaltia on la dieta és un tractament eficaç? Aquesta és la pregunta que mirarem de resoldre en aquest curs. En molts processos patològics hem de modificar l'alimentació habitual per corregir desequilibris. Això ho fem aplicant una dieta terapèutica o règim alimentari, una que ens permetrà retrobar la salut. Una dieta terapèutica és una alimentació equilibrada, per tant, coneixerem els principis bàsics d'una alimentació saludable i els fonaments de la dietoteràpia. Aprendre l'etiologia de diverses malalties: obesitat, hipertensió arterial, dislipèmies, diabetis, malaltia celíaca, insuficiència renal i càncer, així com el seu tractament dietètic. Descobrirem com podem utilitzar les diverses tècniques culinàries per donar varietat, modificar textures, afegir gust i millorar la presentació dels menús a través de sessions pràctiques a la cuina. Adreçat a totes aquelles persones que tenen cura de l'alimentació pròpia, de l'entorn familiar o de col·lectivitats i que estan interessades en els coneixements actuals sobre la dietètica com a ciència bàsica del tractament de malalties.

Nombre d'hores lectives: 15

Espai: IES Joan Brudieu de la Seu d'Urgell

Preu: 30 €

Límit de places: 30

Programa:

Dilluns 14

Antonieta Barahona

- 09.30-11.30 h Alimentació equilibrada en la persona adulta sana. Fonaments de dietètica i dietoteràpia
- 12.00-14.00 h Alimentació en obesitat, hipertensió arterial, dislipèmies i prevenció del càncer

Antonieta Barahona

- 16.00-20.00 h Primera sessió pràctica de cuina. Menús per perdre pes, controlar el colesterol i els greixos, menús reduïts en sal i rics en antioxidants i fibra

Dimarts 15

Antonieta Barahona

- 09.30-11.30 h Fonaments de les tècniques culinàries
- 12.00-14.00 h Alimentació en la malaltia celíaca, diabetis, insuficiència renal i càncer

Antonieta Barahona

- 16.00-19.00 h Segona sessió pràctica de cuina. Menús sense gluten, aptes per a diabètics, controlats en potassi i proteïnes, suport nutricional al malalt oncològic

ALLOTJAMENT

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

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

- | | | |
|--------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Dilluns 13 | <input type="checkbox"/> Dimarts 14 | <input type="checkbox"/> Dimecres 15 |
| <input type="checkbox"/> Dijous 16 | <input type="checkbox"/> Divendres 17 | <input type="checkbox"/> Dissabte 18 |
| <input type="checkbox"/> Diumenge 19 | <input type="checkbox"/> Dilluns 20 | <input type="checkbox"/> Dimarts 21 |
| <input type="checkbox"/> Dimecres 22 | <input type="checkbox"/> Dijous 23 | <input type="checkbox"/> Divendres 24 |

Nombre total de nits D

Import de l'allotjament 26 € * D E

Import total a ingressar A/B/C + E
(matricula + allotjament)

Ingresseu l'import total al compte 0049-1886-71-2110641087 del banc Santander.

Feu constar el codi V09001 en l'impres bancari.

Vull assistir a una de les vetllades de la Universitat d'Estiu al Parc del Segre (sopar fred gratuït):

- Dimecres 15
 Dimarts 21

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

plusfrés:



Oficina de la Universitat d'Estiu: Campus de Cappont. Edifici Polivalent. C/ Jaume II, 71, planta baixa 25001 Lleida
Per a més informació / Para más información: Tel. 973 70 33 90 - Fax 973 70 33 98 - A/e: estiu@estiu.udl.cat - http://estiu.udl.cat

