

# BUTLLETA D'INSCRIPCIÓ

## DADES PERSONALS

DNI o passaport \_\_\_\_\_ Data naixement \_\_\_\_\_

Sexe  H  D Nom \_\_\_\_\_

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

Adreça \_\_\_\_\_

Població \_\_\_\_\_ CP \_\_\_\_\_

Comarca/provincia \_\_\_\_\_ 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 informació 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, s'informa que les dades de caràcter personal facilitades s'incorporaran 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 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			
<b>Estudiants UdL:</b> reducció del 30%, si s'efectua l'ingrés entre el 2 i el 31 de maig de 2013*	A x 0,70		A
<b>Estudiants UdL:</b> reducció del 20%, si s'efectua l'ingrés entre l'1 i el 21 de juny de 2013*	A x 0,80		B
<b>Resta d'alumnes:</b> reducció del 10%, si s'efectua l'ingrés entre el 2 de maig i el 21 de juny de 2013*	A x 0,90		C
			D

\*Els descomptes no s'aplicaran a les matèries transversals

Per formalitzar el pagament, heu de fer arribar la 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, terminals de ServiCaixa, CatalunyaCaixa o Banc Santander.

## PATROCINA



Diputació de Lleida



INSTITUT D'ESTUDIS ILERDENCS

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



# EDUCACIÓ EMOCIONAL

## (9a edició)

Del 22 al 26 de juliol  
La Seu d'Urgell

INFORMACIÓ  
Matèria Transversal UdL  
<http://estiu.udl.cat>

Tradicionalment, l'educació s'ha ocupat de forma prioritària 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.) i 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 nosaltres mateixos, a prendre decisions i a organitzar el nostre temps.

Els destinataris del curs són: mestres, educadors socials, professorat de secundària, tutors, pedagogs, psicopedagogs, psicòlegs, altres professionals de l'ajuda (metges, infermers, advocats, treballadors socials, etc.) o de professions de servei d'atenció a la ciutadania (bombers, cossos policials...)

**Llengua d'impartició:** Català

**Coordinació** Anna Soldevila Benet (Departament de Pedagogia i Psicologia de la UdL)  
**Equip docent** Maria Jesús Agulló Morera (UdL), Gemma Filella Guiu (UdL) i Anna Soldevila Benet (UdL)

**Hores lectives** 20  
**Espai** INS Joan Brudieu de la Seu d'Urgell  
**Preu** 79,06 € estudiantat UdL / 90,00 € la resta  
**Places** 30

### PROGRAMA

#### Dilluns 22

09.30-11.30 h **Anna Soldevila**  
Marc conceptual de l'educació emocional  
12.00-14.00 h De l'autoestima a l'autonomia emocional en relació amb un mateix i amb els altres

#### Dimarts 23

09.30-11.30 h **Anna Soldevila**  
Consciència emocional: el reconeixement de les pròpies emocions  
12.00-14.00 h Consciència emocional: el reconeixement de les emocions en els altres

#### Dimecres 24

09.30-11.30 h **Gemma Filella**  
Regulació emocional  
12.00-14.00 h Reestructuració cognitiva

#### Dijous 25

09.30-11.30 h **Maria Jesús Agulló**  
Habilitats socials  
12.00-14.00 h Habilitats comunicatives: l'assertivitat

#### Divendres 26

09.30-11.30 h **Maria Jesús Agulló**  
Habilitats de vida: gestió del temps i presa de decisions  
12.00-14.00 h Pla d'Acció Personal

### 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):



Nombre total de nits		E
Import de l'allotjament	30,00 € x E	F
Import total a ingressar (matrícula + allotjament)	A/B/C/D + F	

Si ho desitgeu, i no sou estudiant de la UdL, podeu subscriure una assegurança voluntària "Univers Plus" per 8 €  Sí /  No

Podeu consultar les cobertures en els webs  
<http://estiu.udl.cat/>  
<http://www.udl.cat/serveis/patrimoni/asseg/cumlaude.html>

## la Mañana

