

## BUTLLETA D'INSCRIPCIÓ

### A) DADES PERSONALS

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

Primer cognom \_\_\_\_\_

Segon cognom \_\_\_\_\_

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 30 de maig de 2008

A \* 0,85  B

Reducció del 10%, si s'efectua l'ingrés entre el 2 i el 20 de juny de 2008

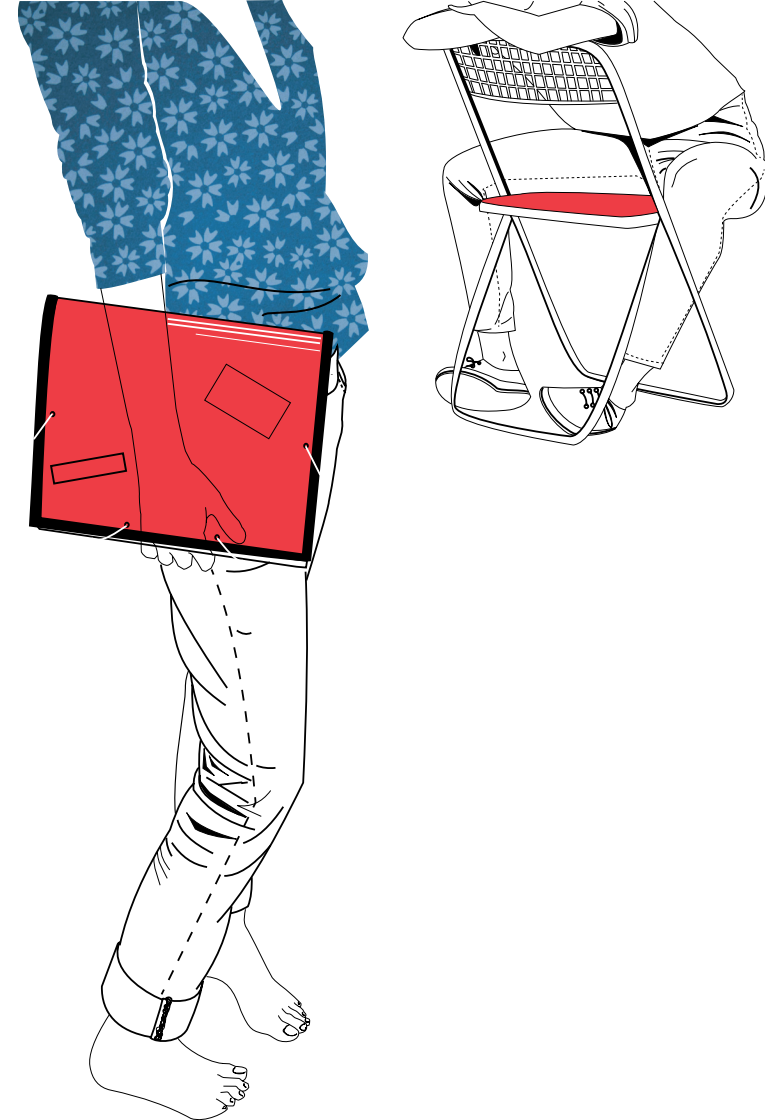
A \* 0,90  C

Patrocina:



# UNIVERSITAT DE LLEIDA ESTIU 2008

La Seu d'Urgell, del 8 al 18 de juliol de 2008



Codi: 29A3

Àmbit: Salut i Alimentació

METODOLOGIA PER A UNA ALIMENTACIÓ  
SALUDABLE

Dates: Del 15 al 16 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:** El fet d'alimentar-se, a causa de la seua quotidianitat, no sempre és valorat correctament. Avui dia, en la societat en què vivim, els coneixements que tenim sobre els aliments i l'alimentació determinen els nostres hàbits alimentaris. Es poden donar dos actituds extremes: la de la persona que es guia simplement per la gana i els seus gustos i la que està obsessionada per la seua salut o la pròpia imatge corporal. En qualsevol cas, ens trobem amb la necessitat d'estar informats i, sobretot, formats en un àmbit tan essencial com el de l'alimentació.

Aquest curs està adreçat a totes aquelles persones interessades a saber què hi ha de vell o de nou sobre l'alimentació, els aliments i la seua aplicació en un règim alimentari saludable. També aprendrem a fer el seguiment i, si escau, la correcció de la nostra pròpia dieta a partir del mètode de l'avaluació de l'estat nutricional.

Nombre d'hores lectives: 15

Espai: IES Joan Brudieu de la Seu d'Urgell

Preu: 30 €

Límit de places: 30

Programa:

Dimarts 15

**Antonieta Barahona**

09.30-11.45 h Alimentació i aliments. Fonaments de nutrició

12.00-14.00 h Grups d'aliments i funcions nutritives. Alimentació equilibrada

**Antonieta Barahona**

16.00-18.00 h Sessió pràctica: avaluació de l'estat nutricional

18.00-20.30 h Sessió pràctica: anem al súper a fer una compra saludable

Dimecres 16

**Antonieta Barahona**

09.30-11.45 h Avaluació de l'estat nutricional: valoració de la ingesta

12.00-14.00 h Dieta saludable. Dietes alternatives

**Antonieta Barahona**

16.00-18.00 h Sessió pràctica: com corregir la pròpia dieta a partir de l'anàlisi dels resultats



plusfrésc:

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@culturals.udl.cat - Web: http://estiu.udl.cat/

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 (es compta des de l'hora de sopar fins a la de dinar de l'endemà):

<input type="checkbox"/> Dilluns 7	<input type="checkbox"/> Dimarts 8	<input type="checkbox"/> Dimecres 9
<input type="checkbox"/> Dijous 10	<input type="checkbox"/> Divendres 11	<input type="checkbox"/> Dissabte 12
<input type="checkbox"/> Diumenge 13	<input type="checkbox"/> Dilluns 14	<input type="checkbox"/> Dimarts 15
<input type="checkbox"/> Dimecres 16	<input type="checkbox"/> Dijous 17	<input type="checkbox"/> Divendres 18

Nombre total de nits		D
Import de l'allotjament	25 € * D	E
Import total a ingressar (matrícula + allotjament)	A/B/C + E	

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

Feu constar el codi V08001 en l'imprès bancari.

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

Dimecres 9  
 Dimarts 15

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

**ABONAMENT DELS DRETS DE MATRÍCULA**

Indiqueu el compte on voleu que es faci efectiva, si s'escau, la devolució de l'import de la matrícula:

Codi de l'entitat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
Codi de l'agència	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
Dígits de control	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>							
Número de compte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

