Universitat de Girona
Fundació UdG: Innovació i Formació

Ciència i Consciència

1a Edició
Codi: 204209
Tipologia: Curs d'especialització
Crèdits: 1.50
Idioma: Català
Data d'inici: 13/03/2021
Data darrera sessió presencial: 14/03/2021
Data de finalització: 14/03/2021

Horari: De dissabte a les 9 h fins diumenge a les 16 h Nota: En el cas que no es pogués efectuar la docència presencial prevista, a causa de motius aliens a la Fundació, el curs s'hauria de posposar fins que es pogués fer presencialment.
Lloc de realització: Casa Santa Elena, Solius (Sta. Cristina d'Aro - Girona)
Places: 5

Preus i descomptes

Preu: 275 €

10% de descompte per persones aturades en el moment de la matrícula.
247,50€

10% de descompte per alumnes i exalumnes de la UdG.
247,50€

10% de descompte per alumnes i exalumnes de màsters, postgraus i diplomes d'especialització de la Fundació UdGIF.
247,50€

10% de descompte per personal UdG (PDI i PAS) i Fundació UDGIF.
247,50€

5% de descompte per persones amb discapacitat reconeguda igual o superior a 33 %.
261,25€

10% de descompte per persones amb discapacitat reconeguda igual o superior a 65 %.
247,50€

5% de descompte per membres de famílies nombroses o monoparentals.
261,25€

10% de descompte per matrícula de 2 treballadors de la mateixa empresa o organització (la factura anirà a càrrec de l'empresa).
247,50€

15% de descompte per matrícula de 3 o més treballadors de la mateixa empresa o organització (la factura anirà a càrrec de l'empresa).
233,75€

10% de descompte per matrícula de treballadors d'empreses que hagin realitzat formació a mida amb la Fundació UdGIF.
247,50€

Sessions Informatives

	Data	Hora	Lloc
Sessió informativa 1	05/02/2021	18:00	ONLINE per videoconferència amb el programa ZOOM fent clic aquí

Raons per fer el curs

- Tenir inquietud per viure amb benestar i potenciar la creativitat.
- Voler desenvolupar la creativitat per millorar la qualitat de vida, a nivell personal i professional.

Presentació

La ciència i la consciència ens donen molta informació relacionada amb la creativitat. La física quàntica és una font de coneixement de tot allò que hi ha en l'essència de les persones, i quan es treballa juntament amb la meditació ens permet engegar processos interns molt interessants per desenvolupar la creativitat i el nostre potencial. En aquest mòdul del Curs de Postgrau en Creativitat i Felicitat a l'Escola ens acompanyarà Jordi Pigem, doctor en Filosofia de la Ciència.

L'entrada al que s'anomena *quarta revolució industrial* ha portat la societat a viure d'una manera que provoca que el benestar i la qualitat de vida vagin minvant. Els dispositius mòbils i les noves tecnologies entren amb força en la nostra quotidianitat, amb resultats negatius per a la nostra salut. L'estrès, l'ansietat, la depressió i altres patologies modernes són cada vegada més presents, i amb una clara tendència a l'alça en poblacions cada vegada més joves.

Aquesta nova revolució industrial té, a la vegada, repercussions en l'entorn laboral, també amb conseqüències negatives: es destrueixen llocs de treball, augmenta el temps que es passa a la feina (amb la qual es té una connexió permanent des de qualsevol lloc), les ciutats augmenten la seva població, disminueix el contacte amb la natura, els mercats laborals es tornen cada vegada més globals, hi ha més competència, la velocitat dels mercats augmenta, es demana cada vegada més temps als treballadors, als quals s'exigeix cada vegada més... i un llarg etcètera que aporta malestar i problemes de salut.

En aquest context, en què els canvis s'esdevenen cada vegada de forma més ràpida i en què la incertesa és cada vegada més gran, cal començar a pensar d'una altra manera. Si el nostre entorn social i cultural canvia, és més que evident que els seus habitants hem d'aprendre a canviar. I diem *aprendre* perquè això no s'ensenya enlloc, tot al contrari: el currículum escolar i l'estil educatiu no canvien amb relació a com ho fa l'entorn laboral, que és per on acaba passant tothom que vol prosperar en la nostra societat. Això ja comença a passar factura, i ho farà amb més contundència en un futur molt proper.

Paral·lelament, hi ha una manca de gestió dels processos interns molt propera al fet que acabem d'esmentar. És important aprendre a pensar d'una altra forma i a gestionar els pensaments per millorar la relació amb les nostres emocions i creences, les quals tenen una gran incidència en el que entenem per *felicitat*, que és la consecució humana més important per al benestar i el desenvolupament personal.

Per fer front als canvis que es comencen a entreveure, i que com hem dit seran cada vegada més grans, cal una transformació real que aporti respostes. De fet, caldria una doble transformació: d'una banda, s'haurien de canviar les tendències que mouen les societats actuals i que responen a interessos privats, egoistes i econòmics (tot i que això és molt utòpic), i, de l'altra, i això ja no és una utopia, s'ha d'incidir en l'educació perquè les noves generacions puguin adaptar-se i aportar valor en aquest context canviant. Això implica desenvolupar la creativitat per donar respostes amb valor i potenciar el benestar, per així poder crear estils de vida de qualitat sense que les tendències i les necessitats laborals (actuals i futures) afectin la salut.

Per poder arribar allà on hi ha les persones que, en un futur molt proper, seran les qui decidiran, cal posar la mirada en l'escola. Mestres de primària i professorat de secundària tenen la clau per incidir, en bona mesura, en molts aspectes importants dels més petits; dos d'aquests aspectes són la creativitat i el benestar. Per poder assolir amb èxit els nous reptes socials i laborals, cal que els infants treballin diversos aspectes cabdals: han d'aprendre a abordar i gestionar les tasques, han de treballar els valors humans, socials i de la

natura, han de desenvolupar el seu potencial intern i potenciar els seus dons i fortaleses personals, han d'aprendre a valorar el que és important per tenir una vida feliç, i han d'adquirir les eines necessàries per aprendre a viure amb la incertesa pròpia de la vida i a creure en ells mateixos.

Objectius

- Potenciar la creativitat del professorat.
- Mostrar com millorar la qualitat de vida del professorat.
- Donar eines i recursos per potenciar la creativitat i el benestar a l'aula (eines i actituds per a una vida feliç).

Sortides professionals

- Informació i experiència molt adients per aportar valor a nivell professional.
- Tot i que el curs focalitza en l'àmbit educatiu, tot el que s'hi aprèn es pot aplicar a qualsevol camp.

A qui s' adreça

- A mestres i professorat de primària i secundària.
- A qualsevol persona que vulgui desenvolupar la seva creativitat i benestar, tant per a ella mateixa com per a un projecte.

Pla d'estudis

Ciència i consciència

Els últims estudis sobre neurobiologia, i tot el camp recorregut per la física i la genètica, mostren la capacitat humana d'interactuar amb la informació dels camps electromagnètics del nostre món, tant extern com intern. Aprendrem a utilitzar la nostra ment per desenvolupar el nostre potencial creatiu.

Titulació

Curs d'Especialització en Ciència i Consciència per la Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació

Metodologia

Aquest curs es basa en la metodologia The Kone, basada en els últims estudis sobre neurobiologia. Les sessions combinen la teoria amb molta pràctica a la natura. Per tal que l'experiència sigui al més positiva possible, el curs s'imparteix de forma immersiva durant un cap de setmana (de divendres a diumenge).

Sistema avaluació

Per obtenir el títol o certificat del curs, cal assistir almenys al 80 % de les hores lectives.

Finançament

Finançament bancari

Els estudiants matriculats poden finançar el pagament de la matrícula en quotes.

La Fundació ha establert convenis amb condicions preferents pels seus alumnes amb les següents entitats:

– Sabadell Consumer

– CaixaBank
– Banc Santander

Quadre docent

Direcció

Jordi Reixach Sànchez
Consultor en màrqueting, bránding i creativitat. Soci fundador de l'agència de publicitat Minimilks i de la consultoria turística Twisters. Cocreador de la metodologia The Kone, per aconseguir ser feliç i creatiu a través del benestar. Professor de bránding, creativitat i direcció d'art de la Facultat de Turisme de la Universitat de Girona i professor de l'Escola Universitària de Realització Audiovisual i Multimèdia.

Coordinació

Edgar Tarrés Falcó
Professor de benestar, felicitat i disseny de vida a la Universitat de Girona i a la Universitat Nacional d'Educació a Distància de Vigo i Pontevedra. Director del postgrau de Turisme i Consciència de la Fundació Universitat de Girona. Dissenyador d'experiències de benestar i consultor a Mindful Travel. Facilitador i formador de programes de *mindfulness*, benestar i natura en els àmbits empresarial i turístic.

Professorat

Jordi Reixach Sànchez
Consultor en màrqueting, bránding i creativitat. Soci fundador de l'agència de publicitat Minimilks i de la consultoria turística Twisters. Cocreador de la metodologia The Kone, per aconseguir ser feliç i creatiu a través del benestar. Professor de bránding, creativitat i direcció d'art de la Facultat de Turisme de la Universitat de Girona i professor de l'Escola Universitària de Realització Audiovisual i Multimèdia.

Edgar Tarrés Falcó
Professor de benestar, felicitat i disseny de vida a la Universitat de Girona i a la Universitat Nacional d'Educació a Distància de Vigo i Pontevedra. Director del postgrau de Turisme i Consciència de la Fundació Universitat de Girona. Dissenyador d'experiències de benestar i consultor a Mindful Travel. Facilitador i formador de programes de *mindfulness*, benestar i natura en els àmbits empresarial i turístic.

---

*La direcció es reserva el dret de modificar l'equip docent, si fos necessari, per garantir el nivell de qualitat i categoria professional.

Entitats promotores

Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació

Universitat de Girona
Fundació UdG:
Innovació i Formació

Ciència i Consciència

Inici curs: 13/03/2021
Data darrera sessió presencial: 14/03/2021
Fi curs: 14/03/2021
Data tancament acta avaluació: 30/03/2021

Sessions Informatives

	Data	Hora	Lloc
Sessió informativa 1	05/02/2021	18:00	ONLINE per videoconferència amb el programa ZOOM fent clic aquí

Calendari

Data	Lloc	Inici matí	Fi matí	Inici tarda	Fi tarda
13/3/2021	Casa Santa Elena	10:00	14:00	15:00	20:00
14/3/2021	Casa Santa Elena	09:00	14:00	15:00	16:00