

# La Moda Femenina com a Eina d'Expressió i Autoconeixement

**1a Edició**

**Codi:** 228009

**Tipologia:** Curs d'estiu

**Crèdits:** 1.00

**Idioma:** Català

**Data d'inici:** 04/07/2023

**Data darrera sessió presencial:** 06/07/2023

**Data de finalització:** 06/07/2023

**Horari:** Dimarts 4 i dijous 6 de Juliol de 17.00 a 20.30 h

**Lloc de realització:** Parc Científic i Tecnològic de la UdG. Auditori Centre d'Empreses

**Places:** 30

## Preus i descomptes

**Preu:** 90 €

### Raons per fer el curs

- Vols començar a vestir-te com t'agradaria.
- Vols sentir-te amb confiança amb el que et posis.
- Vols utilitzar la roba com una eina d'expressió.
- Vols conèixer les eines que utilitzen les estilistes.

Els estudiants de la **Universitat de Girona** podran reconèixer 1 ECTS (crèdit de **reconeixement** acadèmic) per la participació en cada edició dels **Cursos d'Estiu** de la Xarxa Vives d'universitats, amb independència dels **cursos** en què s'inscriguin. És a dir, només es podrà reconèixer 1 ECTS per CURS ACADÈMIC.

## Presentació

La moda, a més de ser la nostra carta de presentació, és una de les eines més importants d'expressió que tenim al nostre abast. Amb aquest curs, et volem ajudar a trobar la teva veu per expressar-te i a guanyar confiança per posar-te la roba que sempre has volgut portar, i et donarem les claus imprescindibles per facilitar-te la vida a l'hora de vestir-te.

Volem ensenyar-te a viure la moda com una eina d'empoderament i autoconeixement, no només mitjançant coneixements teòrics sinó també a través de la pràctica.

Al cap i a la fi, ja que ens hem de vestir cada dia, per què no gaudir-ne?

## Objectius

- Trobar el teu estil
- Aprendre a sentir-te a gust amb la roba que portes.
- Comprendre que no hi ha roba que no sigui per a tu.
- Aconseguir mirar-te al mirall i enamorar-te del que veus.

## A qui s' adreça

- A dones de qualsevol edat que vulguin profunditzar en l'autoconeixement a través de la moda i que vulguin aprendre més sobre l'art de gaudir vestint-se.
- A dones que vulguin expressar-se lliurement a través de la roba, trencant amb les creences que les limiten i que els impedeixen ser elles mateixes.
- A dones que s'atreveixin a prioritzar-se i que es permetin de regalar-se un temps per a elles mateixes.

## Pla d'estudis

### La Moda Femenina com a Eina d'Expressió i Autoconeixement

1. La moda com a eina d'empoderament i autoconeixement
2. Desmuntar patrons i creences
3. La moda com a eina d'expressió (la importància de gaudir)
4. Què és un fons d'armari i per què és imprescindible
5. Com combinar bàsics i triomfar amb poc diners
6. Tips d'inspiració per facilitar-te la vida
7. Com vestir en les empreses del segle XXI

- Taller pràctic I: Connectar amb tu mateixa a través de la moda com un joc
  - Taller pràctic II: Fer un moodboard inspiracional de com t'agradaria vestir si et permetessis ser tu mateixa
  - Taller sorpresa
- 

## Titulació

Curs d'Estiu: La Moda Femenina com a Eina d'Expressió i Autoconeixement per la Fundació UdG: Innovació i Formació

## Sistema avaluació

Assistència obligatòria al 100% de les sessions.

## Quadre docent

Direcció

Coordinació

Professorat

**Paula Pérez Barragán**

Estilista i formadora en moda. *Coach* i cocreadora d'Astrea Stylist.

---

**Elisabet Soler Molera**

Dissenyadora de moda i estilista. Ha publicat a *Vogue*, *Elle*, *Magazine Lifestyle de La Vanguardia*, *l'Officiel* i *Vanidad*. Cocreadora d'Astrea Stylist.

Més a: <https://moniquedelapierre.com/>

---

\*La direcció es reservarà el dret a fer canvis en l'equip docent en cas que algun dels professors no pugui impartir la seva matèria, garantint el mateix nivell de qualitat i categoria professional.

## Entitats promotores

Fundació Universitat de Girona: Innovació i Formació



# La Moda Femenina com a Eina d'Expressió i Autoconeixement

|                                            |
|--------------------------------------------|
| Inici curs: 04/07/2023                     |
| Data darrera sessió presencial: 06/07/2023 |
| Fi curs: 06/07/2023                        |
| Data tancament acta avaluació: 06/07/2023  |

## Calendari

| Data     | Lloc                                                                                              | Inici matí | Fi matí | Inici tarda | Fi tarda |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------|-------------|----------|
| 4/7/2023 | Parc Científic i<br>Tecnològic de la<br>UdG. Edifici<br>Giroemprèn. Auditori<br>Centre d'Empreses |            |         | 17:00       | 20:30    |
| 6/7/2023 | Parc Científic i<br>Tecnològic de la<br>UdG. Edifici<br>Giroemprèn. Auditori<br>Centre d'Empreses |            |         | 17:00       | 20:30    |