



aprendre a ser



aprendre a aprendre



aprendre a emprendre

## UNA EXPERIÈNCIA DE VIDA DES DE L'HUMOR

Conversa amb Joan Pera,  
dinamitzada per Griselda Guiteras

Dilluns, 11 de juliol, a les 7 de la tarda  
Parc Municipal de Mojà  
(zona Biblioteca)

(en cas de pluja, a les Faixes)  
Entrada gratuïta

Es podrà fer una aportació voluntària que es destinarà a Càritas Mojà.

**Joan Pera**  
Actor de cinema i teatre. Director i actor de doblatge. Li recordem obres com «Doctor Caparrós, medicina general», «L'estranya parella» i tantes, tantes altres. L'hem vist treballant amb Carme Sansa, Mary Santpere, Empar Baró, Roger Pera, Lloïl Bertran, Paco Moran... Ha doblat actors com Woody Allen. Creu de Sant Jordi «per ser considerat un dels més populars en el món de l'espectacle a Catalunya des d'un sentit de l'humor genuï». Premi Gaudí d'Honor per la seva trajectòria professional com a actor de cinema i com a director i actor de doblatge.



### Inscripcions fins a l'1 de juliol del 2022

- Inscripcions a Can Carner, seu del Consell Comarcal del Moianès
- En horaris d'Oficina d'atenció al públic / per telèfon: 938301418 o 938208000 / per correu electrònic a [ccmn.cultura@ccmoianes.cat](mailto:ccmn.cultura@ccmoianes.cat)
- Ingress de matrícula: en efectiu quan es faci la inscripció o per transferència bancària (adreçar-se al Consell Comarcal).

### Informació a tenir en compte:

- Seguirem les mesures de seguretat i protecció vigents davant el Covid19 i els protocols decretats per les autoritats sanitàries.
- En cas de pluja es reformularà el curs de Patrimoni.
- Els cursos són reconeguts pel Departament d'Ensenyament; segons l'Ordre ENS/248/2012, de 20 d'agost, estan considerats com a formació permanent del professorat no universitari.
- Per a obtenir el certificat d'assistència és imprescindible participar en un mínim del 80% del total d'hores de l'activitat.
- L'equip gestor es reserva el dret de fer els modificacions oportunes d'aquest programa en cas de necessitat. Aquestes modificacions seran comunicades a les persones inscrites als cursos.

## SOPAR DE CLOENDA UNIVERSITAT D'ESTIU DEL MOIANÈS

Divendres 15 de juliol, a les 9 del vespre

Us informarem del lloc i el preu  
Cal apuntar-s'hi al Consell Comarcal del Moianès

### MÉS INFORMACIÓ

Consell Comarcal del Moianès  
Can Carner. Joies, 11-13. Mojà  
93 830 14 18 / 93 820 80 00  
[ccmn.cultura@ccmoianes.cat](mailto:ccmn.cultura@ccmoianes.cat)  
[www.ccmoianes.cat](http://www.ccmoianes.cat)

#### Organitza:



#### Amb el suport:



CONSELL COMARCAL  
DEL  
MOIANÈS

consorci del  
Moianès

## UNIVERSITAT D'ESTIU DEL MOIANÈS

## UNIVERSITAT D'ESTIU RAMON LLULL

CAMPUS MOIANÈS 2022



Comparteix experiències  
Comparteix coneixement

Del 4 al 15 de juliol del 2022  
Moianès

Anem tornant a la normalitat després de la ventada de la pandèmia. N'hem après alguna cosa? Com a societat no ho sembla pas. Però de cada persona dependrà que n'hàgim adquirit o no algun ensenyament.

Tot el que sigui educació ens ajudarà a millorar; tot el que sigui aprenentatge serà un pòsit que ens farà bé. Si jo milloro, millorarà la societat.

A la Universitat d'Estiu del Moianès apostem en aquest sentit.

Perquè hem de continuar, perquè hem de millorar. Un estiu més.

Un programa que, com és habitual, conjuga l'encís d'allò que ens sedueix amb la qualitat de l'oferta. Deixem-nos-hi acompanyar.

Com pot ser que una terra es pugui arribar a estimar tant? Perquè la trepitgem, perquè és la nostra, perquè la coneixem. Modilianum ens ha ajudat a bastir un nou curs sobre patrimoni. Enguany unirem la construcció amb la persona que l'ha ideada. I si resulta que els grans arquitectes del nostre país també han deixat petja al Moianès?

Podem tornar a tancar-nos en una sala les tardes d'una setmana per a conrear el nostre interior. El que era un curs emblemàtic de cada juliol torna a ser aquí. Tenim possibilitats de créixer interiorment. És el curs sobre la gestió de les emocions.

Viure i expressar-se. Fer-ho des de l'expressió plàstica i les tecnologies. A la comarca hi ha grans mestres que ens hi poden ajudar. Engrescar-se a fer art amb tecnologies digitals. Un repte al nostre abast!

No ens cansarem del *Mindfulness*. Trobar-se per a fer atenció al present. Deixar angoixes, cercar més pau. Gaudir amb intensitat del que tenim... Aquest ha estat un dels cursos més demanats. Deu ser perquè en tenim més necessitat. Aprofitem-nos-en, doncs.

Hi ha qui ha sabut portar l'humor més enllà del fet de divertir. Podrem escoltar el testimoni de Joan Pera.

I de nou us convidem a fer una crida a participar en la nostra Universitat d'Estiu. És la nostra! Feu-ho córrer. És oberta a tothom.

Ens hi trobarem!

Marian Baqués, en nom de l'equip gestor

## PATRIMONI HISTÒRIC DEL MOIANÈS: SIS EDIFICIS I ELS SEUS ARQUITECTES (15 h)

En el tercer curs sobre patrimoni històric del Moianès organitzat per l'Associació Cultural Modilianum per a la Universitat d'Estiu del Moianès proposem atansar-nos a sis edificis emblemàtics de la comarca relacionats amb sis arquitectes, o equips d'arquitectes, ben reconeguts.

### Programa

**Dilluns, 4 de juliol - Castellterçol**

• **Casa de Beneficència, d'Elias Rogent i Amat (1861)**

A càrrec de *Jordi Rogent i Albiol*, arquitecte, cap del Departament de Patrimoni Arquitectònic de l'Ajuntament de Barcelona (1993-2013)

**Dimarts, 5 de juliol – Sant Quirze Safaja**

• **El Maset, de Josep Puig i Cadafalch (1919)**

A càrrec de *Judith Urbano i Lorente*, degana de la Facultat d'Humanitats de la Universitat Internacional de Catalunya

**Dimecres, 6 de juliol – Santa Maria d'Oló**

• **Rocabruna, d'Eduard Maria Balcells (1919) – (en aquest cas no es podrà visitar l'espai)**

• **El Borràs – nau vella de la fàbrica Sauleda, d'Ignasi Mas i Morell (1920)**

A càrrec de *Txema Romero i Martínez*, director del Museu d'Art de Cerdanyola

**Dijous, 7 de juliol - Collsuspina**

• **Edifici d'apartaments, de Federico Correa - Alfons Milà (1976)**

A càrrec de *Julio Garnica i González*, arquitecte, professor associat de l'Escola Tècnica Superior d'Arquitectura, Universitat Politècnica de Catalunya

**Divendres, 8 de juliol - Moià**

**Parc de Bombers, de Josep Ferrando, Pedro García, Mar Puig, Manel Casellas (2020)**

A càrrec de *Josep Ferrando i Bramona*, arquitecte, director del despatx *Josep Ferrando Architecture* i degà de l'Escola Superior d'Arquitectura de La Salle, Universitat Ramon Llull

• **Calendari: Del 4 al 8 de juliol del 2022**

• **Horari: De 9 a 12 del matí**

• **Lloc: Convindrem el lloc de trobada amb els inscrits i ens posarem d'acord per al desplaçament**

• **Adreçat: A tothom interessat en la cultura, el patrimoni i el Moianès**

• **Preu curs sencer: 60 €**

• **Preu 1 sessió: 15 €. Possibilitat d'inscriure's a sessions individuals**

• **0,5 crèdit ECTS**

*Les visites a l'interior dels edificis públics es faran en funció del protocol Covid19 vigent.*

## EINES DE MILLORA PER A LA VIDA EMOCIONAL (20 h)

El sentit de l'humor és una de les eines més potents a l'hora de trobar sentit a la vida.

La felicitat! Entrarem en el funcionament de la ment, i en com la podem entrenar.

En la comunicació, quin paper hi juguen les emocions?

Val la pena educar el nostre interior. Ningú no ens el pot arrabassar.

Se'ns proposa ser l'essència de nosaltres i rebrem unes eines per a descobrir-la.

### Programa

**Dilluns, 4 de juliol: Humor per a l'esperança**

**Professor: Enric Benavent i Vallès**

*Doctor en Filosofia. Llicenciat en comunicació audiovisual. Professor de la Facultat d'Educació social i Treball social Pere Tarrés – URL. S'ha dedicat a estudiar el sentit de l'humor, així com el vincle entre la dimensió espiritual de les persones i les professions dedicades a l'acompanyament. Ha publicat: Espiritualidad y educación social.*

**Dimarts, 5: Entendre i entrenar la ment per a la felicitat**

**Professor: Daniel Gabarró i Berbegal**

*Mestre, psicopedagog, professor universitari i expert en PNL. Expert en autoconeixement i treball interior. Autor, entre altres, dels llibres: 21 creences que ens amarguen la vida... i com superar-les per viure més feliç i 7 eines de l'amor. Sovint participa en programes com ara “L'ofici de viure i l'ofici d'educar” de Catalunya Ràdio.*

**Dimecres, 6: Comunicar, persuadir, manipular. Les dimensions mobilitzadores i cognitives de les emocions**

**Professor: Joan Ferrés i Prats**

*Doctor en Ciències de la Informació. Professor emèrit en els Estudis de Comunicació Audiovisual de la Universitat Pompeu Fabra. Especialista en Comunicació i Educació, treballa la competència mediàtica i la cerca d'un nou estil en la comunicació educativa. Els darrers llibres publicats: La educación como industria del deseo i Las pantallas y el cerebro emocional.*

**Dijous, 7: Educar el nostre interior**

**Professora: Anna Maria Rifà i Sais**

*Llicenciada en Història Antiga i Arqueologia. Postgraduada en Acompanyament Espiritual. Formadora certificada en “Mindfulness i Compassió” a Holanda i San Diego. Formadora de la FECC i de les escoles Vedruna de Catalunya. Creadora del programa “Escola Atenta”.*

**Divendres, 8: Ser l'essència d'un mateix. Eines per a descobrir-la**

**Professora: Olga Barceló**

*Llicenciada en Psicologia. Màster en Coaching personal i executiu. Graduada en Naturopatia, Psicologia i Educació holística i transpersonal. Fundadora i directora d'Olga Barceló-The Life Studio. Col·laboradora en diferents programes de ràdio i televisió.*

• **Calendari: Del 4 al 8 de juliol del 2022**

• **Horari: De 4 de la tarda a 2/4 de 9 del vespre (pausa de 30 minuts)**

• **Lloc: Hotel d'entitats Can Carner – Moià**

• **Adreçat: A totes les persones interessades en el creixement personal**

• **Preu curs sencer: 70 €**

• **Preu 1 sessió: 20 €. Possibilitat d'inscriure's a sessions individuals**

• **1 crèdit ECTS**

## TALLER D'EXPRESSIONIÓ ARTÍSTICA: ARTS PLÀSTIQUES I TECNOLOGIA DIGITAL (15 h)

A partir d'una primera producció s'iniciarà un procés creatiu eminentment pràctic, plantejat com un camí d'experimentació, d'aprenentatge i recerca, un recorregut simbòlic de l'univers personal i del desenvolupament de la creativitat. El telèfon mòbil, objecte que ja forma part del nostre vestuari i de l'imaginari col·lectiu, serà l'eina que utilitzarem per a realitzar una petita història iniciada amb la matèria plàstica.

### Programa

**Dilluns, 11: Els desencadenants de creació. Punt de partida del procés creatiu individual**

**Dimarts, 12: Estirar del fil per a donar forma al procés creatiu. Treball individual i en petit grup**

**Dimecres 13: Ús de la tecnologia digital per a donar transfons i context al procés creatiu**

**Dijous 14: Tancament del procés: com aconseguir un producte acabat**

**Divendres 15: Presentació dels treballs realitzats, posada en comú i tancament del taller**

**Professores:**

**Marina Berdalet i Andrés**

*Llicenciada en Belles Arts i Màster en Arterràpia. Postgrau de pintura a la Universitat de Varsòvia. Exposicions individuals i premis. Des del 1989 compagina la recerca i les activitats artístiques amb la docència, formació en centres educatius i la mediació artística i artteràpia.*

**Mon Liria i Sampere**

*Titulada en Dibuix a l'Escola Massana. Professional de projectes d'il·lustració, comunicació online i digital, desenvolupament de jocs i audiovisuals. Professora de disseny digital, disseny d'interfície i usabilitat.*

• **Calendari: De l'11 al 15 de juliol del 2022**

• **Horari: De 2/4 de 10 a 2/4 d'1 del matí**

• **Lloc: Cercle Artístic del Moianès (Can Carner – Moià)**

• **Adreçat: A tothom qui vulgui desenvolupar la creativitat i conèixer diferents llenguatges artístics i tecnològics. No és necessari tenir coneixements d'art ni d'aplicacions de mòbil**

• **Preu curs sencer: 60 €**

• **Preu 1 sessió: 15 €. Possibilitat d'inscriure's a sessions individuals**

• **0,5 crèdit ECTS**

• **Requisits: cal portar mòbil**

## MINDFULNESS PER A TOTHOM (15 h)

El *mindfulness* és una pràctica antiquíssima que aprofita la capacitat que tenim tots els humans de fer atenció en el present per a viure amb menys estrès, amb menys angoixa, amb més serenitat, amb més pau. La connexió amb el present a través d'aquesta pràctica ens fa gaudir amb intensitat del que tenim i ens fa adonar d'allò que ens perjudica i d'aquelles dinàmiques ben poc saludables que ens boicotegen el benestar. El *mindfulness* és l'art de viure el present sense perdre'ns la vida.

### Programa

**Dilluns, 11: El mindfulness per a reduir l'estrès**

**Dimarts, 12: “L'ara i aquí” per a fer les paus amb el cos**

**Dimecres, 13: Connexió amb el present per a gaudir més d'amics i família**

**Dijous, 14: El mindfulness per a ajudar-nos a gestionar les emocions**

**Divendres, 15: Com més practiquem, millor vivim!**

**Professores:**

**Anna Pujol i Valls**

*Llicenciada en Filologia Alemanya. Formada com a Instructora de Reducció d'Estrès amb Mindfulness per la Facultat de Medicina de la Universitat de Massachusetts, on és deixeblla de Jon Kabat-Zinn. Formadora en centres educatius i entorns empresarials.*

**Anna Maria Rifà i Sais**

*Llicenciada en Història Antiga i Arqueologia. Postgraduada en Acompanyament Espiritual. Formadora certificada en “Mindfulness i Compassió” a Holanda i San Diego. Formadora de la FECC i de les escoles Vedruna de Catalunya. Creadora del programa “Escola Atenta”.*

• **Calendari: De l'11 al 15 de juliol del 2022**

• **Horari: Dilluns de 4 a 7 i resta de dies de 5 a 8 de la tarda**

• **Lloc: Les Faixes. Carretera de Manresa – Moià**

• **Adreçat: A persones que vulguin treballar i viure amb més consciència**

• **Preu curs sencer: 60 €**

• **Preu 1 sessió: 15 €. Possibilitat d'inscriure's a sessions individuals**

• **0,5 crèdit ECTS**