

JA TENIM IA, PERÒ L'EXPERIÈNCIA LA TENS TU

UNED

sènior
+50

MATRÍCULA OBERTA DEL 2 AL 26 DE SETEMBRE

UNED SÈNIOR GARROTXA | CURS 2025-2026

INICI: OCTUBRE / PREU: 55€ (UN QUADRIMESTRE) I 110€ (ANUALS)

CURSOS 1r QUADRIMESTRE

ART I MITOLOGIA. LES METAMORFOSI D'OVIDI

MIQUEL BOADA

Les Metamorfosis d'Ovidi són com el Netflix de l'antiguitat: un recull d'històries plenes de déus, amor, venjances i transformacions que no tenen res a envejar a cap sèrie actual. Aquest llibre va posar les bases de milers d'obres d'art, literatura, composicions orquestrals i fins i tot pel·lícules, perquè qui no ha vist alguna versió de Narcís enamorat del seu reflex o de Dafne convertida en arbre? A més, va fer que les llegendes clàssiques arribessin amb estil i bon humor a tot Europa. Sense ell, segurament molts artistes del Renaixement haurien estat bastant més avorrits.

En aquest curs farem un repàs als mites i a la presència que aquests han tingut en les diverses manifestacions artístiques europees fins a l'actualitat.

INICI 07/10/25. ELS DIMARTS DE 17:00 H A 19:00 H

COLORS EN L'ART 2

CRISTINA SIMON

Cada dia un color! A partir d'una selecció de diferents colors, relacionarem obres de la cultura artística i visual (pintura, cinema, fotografia, literatura, dansa, música) i artistes de diferents èpoques, teixirem un discurs ampli i visualment pluridisciplinar. Cada tarda dedicarem la sessió a un color i les relacions que es puguin establir.

Es tracta, tant d'aprendre noves narracions com desaprendre clíxers i estereotips, per descobrir altres mirades, lectures i interpretacions de les obres d'art, sigui quin sigui el seu suport o tècnica. Seguirem un fil cromàtic que teixirà recorreguts alternatius per les històries de les Arts.

Curs dirigit a tothom, no calen coneixements previs. Cada bloc compta amb visionats de pel·lícules, lectures, i sortides locals per a complementar els continguts.

INICI 08/10/25. ELS DIMECRES DE 17:00 H A 19:00 H

QUÈ ÉS EL DISSENY?

JORDI VAYREDA

Curs per a persones amb interès en la cultura, la creativitat i la bellesa de la vida quotidiana. L'objectiu principal és desenvolupar una mirada més informada, crítica i sensible davant els objectes que ens envolten, i entendre com han estat pensats, creats i evolucionats al llarg del temps.

Explorarem què és el disseny en totes les seves disciplines, la seva història i evolució, les seves funcions pràctiques i simbòliques, i com s'ha relacionat amb l'art, l'artesania, la tecnologia i la cultura popular.

També analitzarem el paper del disseny nacional dins el context internacional i reflexionarem sobre qüestions com la còpia, la influència, l'originalitat i la idea sovint despectiva de "de disseny".

El curs combina exposicions amb suport visual i espais oberts de conversa, reflexió i intercanvi d'experiències. No es realitzaran tallers manuals, però sí activitats d'observació i debat. No calen coneixements previs de disseny ni d'art.

INICI 02/10/25. ELS DIJOURS DE 17:30 H A 19:00 H

RECURSOS I ESTRATÈGIES NATURALS PER OPTIMITZAR LA SALUT

MARIA TERRICABRAS

El curs consistirà en desglossar i conèixer diversos recursos naturals que tenim a l'abast per poder recuperar, millorar o potenciar la salut. Parlarem de plantes, complements naturals i sobretot, d'estratègies de l'estil de vida com l'alimentació, la respiració, l'activitat física i la gestió emocional per poder abordar d'una forma més saludable i integrativa els problemes de salut.

INICI 02/10/25. ELS DIJOURS DE 16:00 H A 18:00 H

TROBALLA D'UN ESQUELET HUMÀ. RECONSTRUCCIÓ DE L'INDIVIDU, LA SEVA MORT, LA SEVA VIDA

REMEI BARDERA

L'Antropologia física ens permet realitzar un minuciós estudi d'un esquelet humà trobat tant en excavacions arqueològiques com en casos polítics i així poder reconstruir com era l'individu abans de la mort, els seus orígens, el seu tipus de vida i de com o possiblement de què es va morir. Determinem l'edat i el sexe de l'individu. Les patologies òssies i dentàries, indicadors d'un estat de salut. Estudiem indicadors d'estrès ocupacional, fractures òssies ante-mortem. La morfologia del crani i peces dentàries segons grups ètnics...

INICI 02/10/25. ELS DIJOURS DE 17:30 H A 19:30 H

CURSOS 2n QUADRIMESTRE

CANTEM

CARMINA FONT

La finalitat d'aquest taller és formar un conjunt coral. A través de la pràctica continuada de la interpretació en conjunt, del treball de la tècnica vocal bàsica i col·locació de la veu es cerca el coneixement d'aquest tipus d'execució musical, a través d'un repertori variat, procedent de moments històrics diversos i tradicionals d'arreu del món, a més de peces de la música popular moderna versió coral. Formar part d'un cor és una experiència enriquidora, amena, participativa i de comunitat.

INICI 02/02/26. ELS DILLUNS DE 19:00 H A 19:30 H

CONEGUEM ELS USOS TRADICIONALS DE LES PLANTES

ESTER SALA

En aquest curs d'iniciació podràs conèixer algunes de les plantes que s'han utilitzat i encara s'utilitzen com a medicinals (per a les persones i en veterinària), alimentàries, per a la casa, com a joguines, per a la construcció, etc., en el marc de l'Etnobotànica.

Farem tallers on elaborarem preparats medicinals tradicionals (infusions, cremes, xarops, etc.), preparats alimentaris, etc. i treballarem una part teòrica on descobrirem recursos bibliogràfics i d'internet sobre la identificació i els usos de les plantes, i algunes entitats que les estudien i en fan difusió. Farem sortides pels voltos d'Olot, a peu i assequibles, per a reconèixer-les en el seu hàbitat natural i visitarem el Jardí Botànic de Plantes Medicinals de Gombren.

INICI 11/03/26
6 DIMECRES DE 15:00 H A 16:00 H I 6 DISSABTES DE 9:30 H A 13:30 H

DEL PASSAT AL PRESENT: UN RECORREGUT PER LA HISTÒRIA MÉS RECENT DE LA GARROTXA

ALBERT PLANAS

Recorreguts històrics per les poblacions d'Olot i Santa Pau.

- En el cas d'Olot, ruta pels espais de memòria de la ciutat: cementiri municipal, monument a Lluís Companys, placa en honor del maqui Cisquet, església de Sant Esteve, llambordes Stolpersteine, Creu del Triai i monument als vençuts.
- A Santa Pau 2 sessions/sortides:
 - Dels barons de Santa Pau a l'actual: un recorregut de 700 anys per la vila de Santa Pau
 - El castell de Santa Pau: passat, present i futur.

INICI 11/02/26. ELS DIMARTS DE 16:00 H A 18:00 H

EDUCACIÓ NUTRICIONAL 2

MARIA TERRICABRAS

El curs consistirà en parlar de com menjar bé d'una manera simple i realista. De resoldre els dubtes més típics sobre els aliments del dia a dia. Com, quan i perquè menjar d'una manera o una altra? Estratègies principals per alimentar-nos millor. Resolució de dubtes que puguin anar sorgint segons el grup creat. Un espai d'aprenentatge i educació nutricional.

INICI 29/01/25. ELS DIJOURS DE 16:00 H A 18:00 H

INICIACIÓ A L'ORNITOLOGIA: UN ACOSTAMENT A LA NATURA EN GENERAL, I A LES AUS EN PARTICULAR

FRANCESC TRABALON

El curs constarà de sis classes teòriques d'una hora i mitja cadascuna d'elles, on es mostren els aspectes generals de la història natural de les aus, així com la sistemàtica i les tècniques d'identificació de les aus al camp. La resta de les 21 hores es reparteixen en quatre sessions de camp, en les quals recorrerem els diferents hàbitats on podem trobar les aus, des del mar i els aiguamolls litorals, fins a l'alta muntanya.

INICI 02/03/26. ELS DILLUNS DE 18:30 H A 20:00 H
SETMANES DEL 02/03/26 AL 25/03/26

LLUM A LA FOSCOR. L'ART DE L'EDAT MITJANA

MIQUEL BOADA

L'art medieval sempre ha estat considerat el germanet pobre de l'art europeu occidental i, si bé no té la fama de les selfies renaixentistes, va ser el gran influencier de la cultura europea durant segles. Sense ell, no tindríem ni catedrals espectaculars ni vitralls ni la gent que no sabia llegir hauria après històries bíbliques mirant murals i escultures. També va marcar el ritme de l'arquitectura, la música i fins i tot la moda medieval. Per això, aquest curs vol reivindicar la importància de l'art medieval i fer un reconeixement a una etapa que va plantar la llavor perquè Europa fos el que és avui, estèticament i espiritualment.

INICI 10/02/26. ELS DIMARTS DE 17:00 H A 19:00 H

SEGUIM GAUDINT DEL NOSTRE ENTORN 2

JORDI ESPADALÉ

Continuem oferint un curs eminentment pràctic, amb l'objectiu de seguir gaudint del nostre estimat i valuós entorn més proper. En aquesta edició, posarem èmfasi en els racons més desconeguts per al gran públic, però que amaguen trossos naturals i culturals que mereixen ser descoberts i gaudits en profunditat.

INICI 05/02/26. ELS DIJOURS DE 17:30 H A 19:00 H

VIATGE CREATIU. DEL SILENCI A LA FLORACIÓ. UN CAMÍ DE CONNEXIÓ, EXPRESSIÓ I TRANSFORMACIÓ PERSONAL I COL·LECTIVA A TRAVÉS DE L'ART I LA NATURA.

IRENE CERVERA

Aquest curs ofereix un viatge creatiu que comença a l'hivern, amb el silenci i la introspecció, i avança cap a la llum i l'esclat de la primavera. Un camí per reconnectar amb la natura i amb tu mateix/a, mitjançant tècniques artístiques inspiradores. A través de l'expressió plàstica, l'observació conscient i la creació col·lectiva, explorarem com l'art pot ser una eina de benestar i desenvolupament personal. Un espai per compartir, experimentar i gaudir, seguint el ritme de les estacions.

INICI 10/02/26. ELS DIMARTS DE 17:00 H A 19:00 H

CURSOS ANUALS

ENGLISH WITH A SMILE

MICHAEL THOMAS LOCKWOOD

Aprendre una llengua estrangera no ha de ser ni tediós ni farragós. Tot el contrari! L'anglès, com a una llengua sense una gramàtica molt rígida, dona moltes possibilitats de joc i d'improvisació que fan que una classe d'anglès pugui ser un moment per passar-ho bé, per riure i fins i tot per relaxar-se. Durant el curs, farem molts jocs de taula i de paraules, mirarem vídeos i pel·lícules, cantarem, i ens endinsarem en la cultura dels països angloparlants. A grans trets els objectius principals seran guanyar fluïdesa en l'anglès, aprendre a escoltar, i comprendre una mica millor l'anglès i... els anglesos!

INICI 02/10/25. ELS DIJOURS DE 18:00 H A 19:30 H

ENTRE LÍNIES: LECTURES PER DESXIFRAR L'ART DE NARRAR

PATRICIA CAPDEVILA

Aquest curs convida a una lectura atenta de textos literaris amb la finalitat de conèixer els recursos que empen els escriptors i les escriptores.

A través de l'anàlisi de textos clàssics i contemporanis (de Flaubert a Julià de Jòdar, de Lispector a Annie Ernaux, passant per Foster Wallace, Han Kang o Marià Vayreda) l'alumnat podrà comprendre el sentit de les tècniques que un relat posa en joc. Així mateix, hi haurà algunes sessions pràctiques on l'alumnat assajarà les seves escriptures.

Mitjançant l'anàlisi formal, el curs ofereix una aproximació als relats per afinar la mirada lectora i trobar recursos a través dels quals abordar d'una manera més conscient l'escriptura d'històries que necessiten ser explicades.

INICI 06/10/25. ELS DILLUNS DE 17:00 H A 18.30 H

INSTRUCCIONS PER MATRICULAR-TE

Escanejant el codi QR que trobareu a continuació, o bé accedint a: www.unedgarrotxa.cat/uned-senior.

Existeixen dues opcions per inscriure's:

- **OPCIÓ 1:** Matricular-se a la seu electrònica
- **OPCIÓ 2:** Formulari en línia

Per a possibles dubtes, us podeu dirigir a la seu de la Uned Garrotxa.

Horari de 17:30 H a 20 H. O trucar al 686 83 83 78.

No es considerarà matriculada la persona que faci el pagament sense inscriure's prèviament, o que presenti el full de preinscripció sense el resguard conforme s'ha pagat. Places limitades seguint l'ordre d'e matriculació.

JORNADA DE PORTES OBERTES

Per a més informació, us convidem a assistir a la jornada de portes obertes on els professors explicaran breument el seu programa.

- **DILLUNS 1 DE SETEMBRE:** a les 18:00 h a Can Monsà (Olot)

MÉS INFORMACIÓ A:

Uned Garrotxa
C/ Fontanella 3, Olot.
Tf: 972 27 22 82 / 686 83 83 78
email: info@olot.uned.es



PER MATRICULAR-TE

ESCANEJA EL CODI QR

O FES CLIC AQUÍ