



# 31.<sup>a</sup> EDICIÓN

# Cursos de verano

# UNED

# 2020

## Información y matrícula

UNED Almería  
Plaza de la Administración Vieja, 4  
04003 Almería Almería  
950 25 49 66/ 67 / cursos-extension@almeria.uned.es  
[www.uned.es/cursos-verano](http://www.uned.es/cursos-verano)

## Precios de matrícula

	Antes del 1-7-2019	Después del 1-7-2019 (incluido)
Matrícula Ordinaria	108 €	124 €
Miembros de la Asociación alumniUNED	63 €	75 €
Estudiantes universitarios (UNED y resto de Universidades)	63 €	75 €
Familia numerosa general	63 €	75 €
Estudiantes con discapacidad	32 €	38 €
Víctimas del terrorismo y Violencia de género	32 €	38 €
Familia numerosa especial	32 €	38 €
Internos y funcionarios de prisiones	0 €	0 €
PAS (Sede Central y Centros Asociados de la UNED), Estudiantes UNED SENIOR y mayores de 65 años	63 €	75 €
PDI de la Sede Central y Profesores-Tutores de los Centros Asociados y Colaboradores Prácticum	63 €	75 €
Personas en situación de desempleo	63 €	75 €

Puedes realizar el pago online o por transferencia a la cuenta **ES3800493711352314049487 (Banco Santander)** especificando como concepto 'Matrícula código 302' y tu nombre.

## Patrocina



## Propone



Departamento de Metodología de las Ciencias del Comportamiento

Presencial

**Centro Asociado de Almería**  
(Sede de Centro Penitenciario de Almería)

Del 1 al 3 de julio de 2019

**Prácticas de meditación mindfulness en centros penitenciarios**

CURSOS DE VERANO

UNED

ALMERÍA



**INFÓRMATE EN**  
[uned.es/cursos-verano](http://uned.es/cursos-verano)



## Prácticas de meditación mindfulness en centros penitenciarios

Departamento de Metodología de las Ciencias del Comportamiento

**Dirige:** Pilar Rubio de Lemus

**Coordina:** Dr. José Jesús Gázquez Linares

### Resumen del curso

En el curso se abordará tanto una introducción teórica como talleres prácticos de aquellos aspectos del MINDFULNESS que pueden ayudar a la supervivencia y a afrontar el día a día tales como la regulación emocional, la autocompasión, etc.

**¡ATENCIÓN! Consulte las normas específicas de matriculación de alumnos externos en el enlace:**

[http://portal.uned.es/portal/page?\\_pageid=435,22733129&\\_dad=portal&\\_schema=PORTAL](http://portal.uned.es/portal/page?_pageid=435,22733129&_dad=portal&_schema=PORTAL)

### Contenido y desarrollo

#### lunes, 1 de julio de 2019

**(16:00 - 18:00)** *¿Que es la meditación mindfulness?*

**Pilar Rubio de Lemus.** Profesora Titular.  
Departamento de Metodología de las Ciencias del Comportamiento. UNED.

**(18:00 - 20:00)** *Mindfulness y supervivencia*

**Pilar Rubio de Lemus**

#### martes, 2 de julio de 2019

**(10:00 - 12:00)** *Mindfulness en el día a día (I)*

**Ana María Herrero Serón.** Psicóloga del Centro Penitenciario de Algeciras. Experta en Mindfulness.

**(12:00 - 14:00)** *Mindfulness en el día a día (II)*

**Ana María Herrero Serón**

**(16:00 - 18:00)** *Mindfulness y regulación emocional (I)*

**Cristina Suárez Jurado.** Psicóloga general sanitaria y experta en altas capacidades.

**(18:00 - 20:00)** *Mindfulness y regulación emocional (II)*

**Cristina Suárez Jurado**

#### miércoles, 3 de julio de 2019

**(10:00 - 12:00)** *Mindfulness y autocompasión (I)*

**María García Gómez.** Doctora en Psicología Universidad de Murcia. Especialista en Inteligencia Emocional y Mindfulness.

**(12:00 - 14:00)** *Mindfulness y autocompasión (II)*

**María García Gómez**

**1 crédito ECTS (Grados)**