

bov

EL CELLER DE CAN ROCA, TRES CAPS I UN BARRET

Cloenda: Joan Roca tancarà les activitats de La Bona Vida. Parlarà dels germans Roca, que fan una cuina catalana creativa, i viuen per la cuina d'autor, la recerca, el perfeccionisme en la tècnica, la delicadesa en els sabors, tot en un equilibri ponderat i magistral.

Dilluns 16 de maig a les 19,30 hores, sala d'actes, edifici de la Riera. C/ Miquel dels Sants Oliver, 2. Palma



Universitat de les Illes Balears

Patrocini:



CENTRO
MONTAJES

Col·laboració:



Vins Miquel Gelibert



Servei d'Informació: Edifici Ramon Llull
Cra. de Valldemossa, km 7.5. Palma
Telèfon: 971 17 29 39 / E-mail: informacio@uib.cat
www.uib.cat/servei/sac

bov

La BoNa ViDa



La BoNa ViDa

VI, MÚSICA, PARAULA

Inauguració: **Lluís Llach** presentarà **La Bona Vida** amb un recital de paraules, amor al vi i a la música. **20 d'octubre**, 19.30 hores, edifici de la Riera. C/ Miquel dels Sants Oliver, 2. Palma

CUINA AGRADABLE, SALUDABLE

Els tallers de cuina són un aprenentatge i un plaer per als sentits i ens donaran una perspectiva de cuina saludable, atractiva i equilibrada.

TALLER DE SANTI TAURA

Santi Taura intenta reflectir en les seves receptes una cuina de mercat de caràcter mallorquí, utilitzant productes locals de plena temporada i receptes renovades de les illes Balears.

Els dilluns 14 i 21 de febrer, de 18.30 a 21.30 hores, Aula de Cuina Mestre Tomeu Esteva, Escola d'Hoteleria, edifici Arxiduc Lluís Salvador, campus universitari. Cra. de Valldemossa, km 7.5. Palma

El dilluns 28 de febrer a les 20.30 hores, sopar al Restaurant Santi Taura. C/ Guillem Santandreu, 38, Lloseta

Nombre de places: 25

Preu: 120 euros (inclou el taller, l'autobús i el sopar). Cada participant al taller pot dur un acompanyant al sopar final. (Preu per a l'acompanyant: 40 euros.)

TALLER DE MACARENA DE CASTRO

Macarena de Castro és una xef dinàmica i emergent a Mallorca. Amb entusiasme i aptitud especial inventa de nou els plats més populars i tradicionals, i crea noves i emocionants delícies.

Els dilluns 4 i 11 d'abril, de 18.30 a 21.30 hores, Aula de Cuina Mestre Tomeu Esteva, Escola d'Hoteleria, edifici Arxiduc Lluís Salvador, campus universitari. Cra. de Valldemossa, km 7.5. Palma

El dimarts 19 d'abril a les 20.30 hores, sopar al Restaurante Jardín. C/ Tritons, s/n. Port d'Alcúdia

Nombre de places: 25

Preu: 120 euros (inclou el taller, l'autobús i el sopar). Cada participant al taller pot dur un acompanyant al sopar final. (Preu per a l'acompanyant: 40 euros.)

TALLER DE MILLORA DE L'AUTOESTIMA: CONTROL I MANEIG EMOCIONAL I DELS PENSAMENTS

S'iniciarà amb un estudi del procés emocional i els elements implicats, i passarà a continuació a estudiar les condicions sota les quals els processos emocionals perden el caràcter adaptatiu i tornen perjudicials per a la salut. S'analitzaran, així mateix, els efectes de l'emoció desadaptada sobre les diferents àrees de la salut, com també les alteracions emocionals que condicionen el desenvolupament o l'aparició de malalties.

Els dimarts 15 i 22 de març a les 16 hores, campus universitari

Professora: **Maria Jesús Serrano**, psicòloga i investigadora del IUNICS

Durada: 8 hores

Nombre de places: 25

Preu: 20 euros

TALLER PERMANENT DE SALUT I EXERCICI FÍSIC

Descripció: els problemes de salut derivats del sedentarisme i de la manca d'activitat física són cada vegada més freqüents (sobrepès, mal d'esquena, factors de risc cardiovascular). Amb el Taller Permanent de Salut i Exercici Físic fem una passa endavant oferint l'aprenentatge de les nocions bàsiques per realitzar l'exercici físic de forma correcta i sense riscos, com també les pautes nutricionals bàsiques recomanables per a una millor dieta alimentària.

Instal·lacions esportives del campus de la UIB

Calendari: **anual**

Protagonistes: **Grup de Recerca en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport**

Indicat per a la comunitat universitària.

Per a més informació i inscripcions: pere.palou@uib.cgt

És una activitat gratuïta