



UNIVERSITAT  
POLITÈCNICA  
DE VALÈNCIA

VICERECTORAT D'ART, CIÈNCIA,  
TECNOLOGIA I SOCIETAT



UNIVERSITAT  
POLITÈCNICA  
DE VALÈNCIA

CAMPUS DE GANDIA

# **CURS SÈNIOR**

## **2024-2025**

### **CAMPUS DE GANDIA**

# **PROGRAMA**

UNIVERSIDAD  
**SÈNIOR**

**UPV**

## TERMINI D'INSCRIPCIÓ

Del 20 de juny al 8 d'octubre de 2024.

## PROCEDIMENT D'INSCRIPCIÓ

La inscripció es pot fer:

- **En línia:** des de la pàgina web de la Universitat Sènior:  
<http://www.upv.es/entidades/AUS/> en la icona verda:  
**OFERTA FORMATIVA CAMPUS GANDIA 2024-2025**
- **Presencial:** dimarts i dijous, de 10.00 a 13.00 h a l'aula 30 del campus de Gandia de la UPV

## PERÍODE LECTIU

Del 15 d'octubre de 2024 al 30 de maig de 2025.

## DESENVOLUPAMENT DE LA DOCÈNCIA

Lloc: Sala de Conferències 1 i 4 del campus de Gandia de la UPV.

Horari: dimarts i dijous, de 16.30 a 17.30 i de 18.00 a 19.00 h.

**ÍNDIX D'ASSIGNATURES**

Pàgina

<b>1. SALUT I BENESTAR INTEGRAL (8h)</b> Professorat: BEATRIZ CAMPOS JUNQUERO	5
<b>2. CONÈIXER EL PAISATGE A PARTIR DELS NOMS. TOPONÍMIA VALENCIANA I LA SEUA INTERPRETACIÓ (16h)</b> Professorat: RAFAEL DELGADO ARTÉS	6
<b>3. AUDICIONS COMENTADES. UNA VISIÓ CRÍTICA DE LA HISTÒRIA DE LA MÚSICA. CONCERTS EN VIU (10h)</b> Professorat: TELMO GADEA BOIX	8
<b>4. FONAMENTS DEL DISSENY I DESENVOLUPAMENT DE PÀGINES WEB (6h)</b> Professorat: ALEJANDRO CÁNOVAS SOLBES	9
<b>5. CLAUS DEL PROCESSAMENT MEDIÀTIC (8h)</b> Professorat: DIEGO ÁLVAREZ SÁNCHEZ	10
<b>6. LES COMARQUES CENTRALS. TERRITORI I URBANISME (10h)</b> Professorat: JUAN B. TORMO FLORES	11
<b>7. MÚSICA I CIÈNCIA (10h)</b> Professorat: RUBÉN PICÓ VILA	12
<b>8. HISTÒRIES EN MOVIMENT. Narrar en Stop Motion (8h)</b> Professorat: ROCÍO BENAVENT MÉNDEZ	14
<b>9. DESCOBREIX LA BIODIVERSITAT DE LA TEUA CIUTAT: GANDIA (12h)</b> Professorat: VÍCTOR GALLEGO ALBIACH, JUAN PABLO LUCIO PUIG	15

<b>10. ENTENDRE INTERNET. NAVEGAR DE FORMA SEGURA PER LA XARXA (8h)</b> Professorat: XELO PART ESCRIVÁ	17
<b>11. SÀVIES, BEATES I HISTÈRIQUES (14h)</b> Professorat: IRENE BALLESTER BUIGUES	18
<b>12. EL PACIENT DIGITAL: NOUS REPTES EN UN CONTEXT DE SALUT HIPERCONNECTADA (10h)</b> Professorat: ALBERT MARTÍNEZ APARISI	19

## 1. SALUT I BENESTAR INTEGRAL (8h)

BEATRIZ CAMPOS JUNQUERO

### Objectiu del curs

Proporcionar als participants instruments pràctics i coneixements actualitzats sobre salut metabòlica, nutrició equilibrada, entrenament físic adaptat, maneig de l'estrès i tècniques de descans per a promoure un envelliment saludable i una qualitat de vida òptima en l'etapa sènior.

### Resum del curs

Aquest curs ofereix una visió integral de la salut metabòlica i el benestar en la tercera edat, i aborda aspectes clau com són l'alimentació adequada, la importància de l'exercici físic regular, la gestió de l'estrès i la qualitat del son. A través de sessions teòriques i pràctiques, els participants aprendran a adoptar hàbits saludables que en milloren la qualitat de vida.

### Temari i desenvolupament del curs

1. Introducció a la salut metabòlica i els seus determinants.
2. Nutrició equilibrada per a persones majors: mites i realitats.
3. Importància de l'exercici físic en la tercera edat i el seu impacte en la salut metabòlica.
4. Estratègies per al maneig de l'estrès i la promoció del benestar emocional.
5. Tècniques i hàbits per a millorar la qualitat del son i el descans.
6. Integració de NEAT (Non-Exercise Activity Thermogenesis) en la vida diària.

## **2. CONÈIXER EL PAISATGE A PARTIR DELS NOMS. TOPONÍMIA VALENCIANA I LA SEUA INTERPRETACIÓ (16h)**

RAFAEL DELGADO ARTÉS

### **Objectiu del curs**

Dotar l'alumnat amb eines per a conèixer i interpretar el paisatge cultural mediterrani i els processos que l'han generat, a partir dels noms dels llocs i dels recursos del territori.

### **Resum del curs**

Al paisatge rural "tot està batejat" i la densitat toponímica depèn de la configuració del paisatge, però també de la humanització del territori i la subsegüent necessitat d'atorgar un nom diferenciador a cada espai concret.

La toponímia, doncs, està subjecta al paisatge i a la parla dels seus habitants actuals i pretèrits. Cada terme mostra un microcosmos farcit d'una riquesa cultural que abasta les més diverses disciplines: botànica, biologia, geologia, geografia, lingüística, història, etnologia,... La toponímia només s'entén i es pot abordar des de la tan repetida interdisciplinarietat. L'estudi dels noms de lloc s'ajuda de cadascuna de les matèries esmentades, i també és auxiliar de cadascuna d'elles. Les enquestes orals, doncs, són un recull, no sols toponímic sinó antropològic, en el sentit més ampli del coneixement humà sobre un territori natural, antropitzat, cultural al llarg dels segles. Els grans mestres del territori són els masovers, els llauradors, els pastors,... tots aquells i aquelles que viuen o han viscut el territori. La urgència de les enquestes de gran part del nostre àmbit rural rau, precisament, en la desaparició d'una cultura secular lligada a la terra o, en alguns casos costaners, en la devastació urbanitzadora de les darreres dècades.

El mediterrani és un paisatge cultural, generat al llarg de la interacció de més de 9.000 anys entre l'ésser humà i el seu entorn. L'estudi de la toponímia ens permet acostar-nos d'una manera didàctica i divertida al coneixement d'aquest bioma únic en el món, així com conèixer el seu passat, les cultures que han viscut i com han usat els

seus recursos i altres coses que no es veuen “a simple vista” i que de ben segur, ens sorprendran.

## **Temari i desenvolupament del curs**

### 1. Introducció.

- La toponímia i processos de formació.
- Varietats dialectals valencianes.
- Eines per a l'estudi de la toponímia. La deducció.
- La precisió de la toponímia: els genèrics, els especificatius, els augmentatius i diminutius.
- L'adjectivització de la toponímia

### 2. La toponímia per temes.

- L'antroponímia i la fitotoponímia
- L'oronímia i la hidronímia
- Els noms dels llocs basats en fets històrics i usos quotidians. El poblament, els usos, professions i les comunicacions
- La geologia, la litologia i els sòls
- Toponímia creativa i altres curiositats

Visita de camp: Visita al sistema de repartiment de reg de l'Horta de Gandia i a la seua toponímia.

### **3. AUDICIONS COMENTADES. UNA VISIÓ CRÍTICA DE LA HISTÒRIA DE LA MÚSICA. CONCERTS EN VIU (10h)**

TELMO GADEA BOIX

#### **Objectiu del curs**

A través del visionat i l'audició d'obres de la música clàssica, es pretén el coneixement del gènere, però contextualitzat amb altres manifestacions artístiques, èpoques i fets històrics.

#### **Resum del curs**

Quan assistim a una representació operística, a un concert simfònic, o a un recital de piano, sovint ens conformem en considerar si ens ha agradat o no. L'experiència auditiva ens sembla suficient per a valorar el concert. Si a més coneixem el gènere, el context històric, la circumstància del compositor, o la dificultat tècnica de l'obra, podem realitzar una valoració més completa i real.

#### **Temari i desenvolupament del curs**

1. La música vocal: la cançó, l'oratori, l'òpera i la sarsuela.
2. La música instrumental: des de la música de cambra fins a la música simfònica.
3. La música al cinema, el teatre. El gènere musical.
4. Curiositats de la música:
  - a. La música com a eina de canvi.
  - b. Hi ha música "bona" i "dolenta"?
  - c. Els compositors i la seua vida.

Classes pràctiques i de camp: Concerts didàctics.



## 4. FONAMENTS DEL DISSENY I DESENVOLUPAMENT DE PÀGINES WEB (6h)

ALEJANDRO CÁNOVAS SOLBES

### Objectiu del curs

Ensenyar a crear pàgines bàsiques de manera senzilla a persones amb baix coneixement previ sobre disseny web.

### Resum del curs

Entendre els conceptes bàsics del disseny web i l'estructura d'una pàgina. Aprendre a usar HTML i CSS per a crear i donar estil a pàgines web simples. Familiaritzar-se amb l'ús de ferramentes en línia per a ajudar en el disseny web. Practicar el disseny i desenvolupament de pàgines web a través d'exercicis pràctics. Aprendre a publicar la pàgina en servidors locals o en el núvol.

### Temari i desenvolupament del curs

#### 1. Fonaments del disseny web

- Què és una pàgina web i com funciona?
- Estructura d'una pàgina web: introducció a HTML i a CSS.
- Navegadors web i com s'usen.
- Agregar text, imatges i enllaços.
- Publicació local de la pàgina web.

#### 2. Ferramentes en línia per a disseny web bàsic.

- Introducció a ferramentes d'assistència per a disseny web.
- Utilització de Canva en el disseny web.
- Publicació de la pàgina web en un servidor Canva.

## 5. CLAUS DEL PROCESSAMENT MEDIÀTIC (8h)

DIEGO ÁLVAREZ SÁNCHEZ

### Objectiu del curs

Explorar com entenem i reaccionem al que veiem i escoltem en els mitjans per a comprendre'n l'impacte en les nostres opinions i comportaments.

### Resum del curs

El curs explora com els missatges dels mitjans capten la nostra atenció, es processen en les nostres ments i finalment influeixen en les nostres actituds i accions. A través de teories clau i exemples actuals, revelarem les dinàmiques darrere de la nostra interacció amb els mitjans. Els participants adquiriran eines per a analitzar i comprendre críticament l'impacte mediàtic en la societat i en ells mateixos.

### Temari i desenvolupament del curs

1. Fonaments del processament de missatges mediàtics.
  - Processos cognitius en la recepció mediàtica.
  - Comprensió i retenció de missatges mediàtics.
  - Respostes afectives i cognitives als mitjans.
2. Teoria de l'establiment de l'agenda.
  - Conceptes clau i evolució històrica.
  - Mecanismes i efectes en l'opinió pública.
  - Estudis de cas i anàlisi crítica.
3. Teoria de l'emmarcat.
  - Definició i principis de l'emmarcat.
  - Efectes de l'emmarcat en la percepció i avaluació dels missatges mediàtics.
  - Aplicacions pràctiques en la comunicació mediàtica.
4. Teories d'usos i gratificacions.
  - Orígens i desenvolupament de les teories d'usos i gratificacions.
  - Diferents enfocaments i models teòrics.
  - Investigació i crítiques contemporànies.

## **6. LES COMARQUES CENTRALS. TERRITORI I URBANISME (10h)**

JUAN BAUTISTA TORMO FLORES

### **Objectiu del curs**

Proporcionar les principals claus interpretatives del Territori i el seu desenvolupament urbanístic que permeten veure i comprendre les comarques centrals. Adquirir els coneixements necessaris que possibiliten l'alumne a descobrir millor les Comarques Centrals i les seues transformacions al llarg de la història. Amb això l'alumne podrà visitar, valorar i apreciar el seu Territori amb les seues singularitats.

### **Resum del curs**

Després d'una introducció breu sobre els conceptes bàsics de l'estudi d'un territori i la seua evolució històrica, analitzarem els assentaments humans en relació amb el paisatge, ens endinsarem en els esquemes de la ciutat històrica valorant les empremtes que han deixat a les nostres ciutats actuals, per aprofundir així en la ciutat que ha arribat als nostres dies i la seua configuració actual.

### **Temari i desenvolupament del curs**

1. Introducció a l'estudi d'un territori.
2. Anàlisi dels assentaments humans.
3. Cascs històrics i eixamples a les nostres ciutats

Visita de camp: Es programa una visita de camp a algunes ciutats de les comarques centrals.

## 7. MÚSICA I CIÈNCIA (10h)

RUBÉN PICÓ VILA

### Objectiu del curs

L'objectiu d'aquest curs és proporcionar als participants una comprensió profunda de la interrelació entre la música i la ciència, per a destacar com la música influeix en la nostra percepció, emocions i salut a través d'una exploració accessible i interactiva de diversos camps científics.

### Resum del curs

Aquest curs ofereix una visió integradora sobre com la música es relaciona amb diversos camps científics com són la física, la matemàtica, la neurologia i la biologia. El curs es desenvoluparà en sessions que combinen teoria i exemples pràctics, destinades a oferir una comprensió més profunda de l'impacte de la música en el nostre dia a dia i en el nostre organisme.

### Temari i desenvolupament del curs

#### 1. Introducció i el so i la seua natura.

- Introducció al vincle entre música i ciència.
- Conceptes bàsics d'acústica: com els instruments musicals generen so.

#### 2. La percepció del so i la psicologia de la música.

- Processament del so en el cervell: des de l'orella fins als processos cognitius.
- Efectes de la música en el cervell: estudi dels beneficis terapèutics i emocionals.

#### 3. Matemàtiques i física de la música.

- Exploració de la relació entre música i matemàtiques: patrons, ritmes i proporció àuria.
- Ressonància i harmònics: per què alguns sons ens agraden més que altres?

#### 4. Música, neurologia i biologia.

- La música com a influència en la neuroplasticitat, els camins neurals i els sistemes biològics, amb efectes com ara la reducció de l'estrès i la millora de la funció immunitària.
- Impacte de la música en el comportament d'espècies animals, que modifiquen respostes emocionals i físiques a través de melodies específiques.

Visita de camp: Visita a algun auditori i/o conservatori per a reconèixer què s'ha vist en el curs.

## **8. HISTÒRIES EN MOVIMENT. Narrar en Stop Motion (8h)**

ROCÍO BENAVENT MÉNDEZ

### **Objectiu del curs**

Ensenyar a contar històries a través de l'animació, utilitzant la tècnica del Stop Motion. Oferir una eina amb la qual compartir la realitat i visió del món, i fer ús de la creativitat i el pensament crític.

### **Resum del curs**

En aquest curs es veurà la tècnica d'animació Stop Motion anomenada pixilació, que consisteix a produir l'efecte que les persones i els objectes es moguen com si estigueren animats artificialment, a manera de marionetes. Es crearan narracions breus amb aquest mètode fent ús d'aplicacions mòbils.

### **Temari i desenvolupament del curs**

1. Introducció al Stop Motion.
2. Què és la pixilació?
3. Aplicacions mòbils.
4. Narrativa audiovisual.
5. Exercicis pràctics.

## **9. DESCOBREIX LA BIODIVERSITAT DE LA TEUA CIUTAT: GANDIA (12h)**

VÍCTOR GALLEGO ALBIACH  
JUAN PABLO LUCIO PUIG

### **Objectiu del curs**

L'objectiu principal del curs és que els alumnes descobrisquen la biodiversitat que els envolta, aprenent a identificar les espècies més emblemàtiques de fauna i flora que habiten els espais naturals que envolten la ciutat de Gandia.

### **Resum del curs**

En un món cada vegada més urbanitzat, els espais verds actuen com un autèntic pulmó a les ciutats, i exerceixen un paper important com a refugi per a una gran quantitat d'espècies. La ciutat de Gandia presenta una situació privilegiada com a entorn natural atesa la seua proximitat a l'horta, el riu i el mar, amb nombroses zones verdes que alberguen un gran nombre d'espècies d'animals i plantes. En el desenvolupament d'aquest curs es realitzen diferents tallers sobre biodiversitat urbana, on l'objectiu és promoure la conservació del patrimoni natural que allotgen les ciutats, per a posar com a exemple i valoritzar els espais naturals que envolten la ciutat de Gandia.

### **Temari i desenvolupament del curs**

La proposta ha estat estructurada en diverses activitats que van des de xarrades divulgatives fins a la realització d'un test de biodiversitat, que es realitzaran al mateix camp, on els professors ensenyaran als alumnes la fauna i flora que habiten els diferents paratges a visitar. L'activitat es divideix en 3 tallers:

1. Els aiguamolls com a font de biodiversitat. Es veurà la fauna i flora que allotgen les zones humides com, per exemple, l'ullal de la Perla.
2. Rius amb Vida. S'estudiarà la fauna i flora que allotgen els rius, en particular, el Serpis.



3. El Mediterrani, un mar únic. Es veurà la fauna i flora que acull la nostra costa del mar Mediterrani i les zones dunars.

Visita de camp: Eixides als paratges naturals que envolten Gandia.



## **10. ENTENDRE INTERNET. NAVEGAR DE FORMA SEGURA PER LA XARXA (8h)**

XELO PART ESCRIVÁ

### **Objectiu del curs**

Entendre els fonaments de la xarxa Internet. Conèixer els aspectes bàsics de seguretat: galetes, antivirus, *phishing* o pesca per correu electrònic, ciberatacs. Aprendre a navegar de manera segura utilitzant, quan calga, navegació anònima, restricció de galetes, antivirus gratuïts, blocadors d'anuncis.

### **Resum del curs**

En aquest curs, aprendrem les característiques, prestacions i fonaments de la xarxa global Internet. S'obtindran coneixements i habilitats per a l'ús eficaç i segur de la xarxa, tant quan es navega a la recerca d'informació, com quan s'utilitzen xarxes socials, correu electrònic, plataformes de bancs o pàgines de compres.

### **Temari i desenvolupament del curs**

1. Fonaments d'Internet: Naixement de la xarxa, desenvolupament, característiques i funcionament bàsic.
2. Aspectes bàsics de seguretat en Internet.
3. Com navegar de manera segura. Ús d'antivirus i altres eines de protecció de dades i equips.
4. Exercici pràctic.

## 11. SÀVIES, BEATES I HISTÈRIQUES (14h)

IRENE BALLESTER BUIGUES

### Objectiu del curs

Aquest curs pretén donar a conèixer a l'alumnat unes altres històries on les dones són les protagonistes. Oblidades del relat de la història, aquest curs pretén visibilitzar-les i explicar per què foren apartades del coneixement. No obstant, qualsevol disciplina, sense elles, no està completa.

### Resum del curs

Des de monges fins a republicanes passant per escriptores i pintores. Este és un curs que ens parla de la desmemòria. Jutjades per la Inquisició i pel patriarcat, totes elles trobaren amb les seues veus i amb les seues plomes motius per fer front als enclaustraments patriarcals. Condemnades per bruixes, roges i histèriques, l'oblit imposat no ha pogut enfosquir el seu llegat, el qual està més viu que mai.

### Temari i desenvolupament del curs

1. La llibertat anhelada de les monges beguines.
2. El llegat de Christine de Pizan.
3. Sàvies i bruixes cremades en la foguera.
4. Espiritualitat i Inquisició: Teresa de Cepeda y Ahumada i Sor Juana Inés de la Cruz.
5. Els preraphaelites i les germanors patriarcals.
6. Desitjos i amors: el pecat i la femme fatale.
7. El teatre de les boges: les histèriques de la Salpêtrière.
8. Republicanes: imprescindibles i oblidades.

Visita de camp: Visita a una exposició a València.

## **12. EL PACIENT DIGITAL: NOUS REPTES EN UN CONTEXT DE SALUT HIPERCONNECTADA (10h)**

ALBERT MARTINEZ APARISI

### **Objectiu del curs**

Conèixer les tecnologies digitals al servei de la salut. Comprendre els beneficis que els pacients poden obtenir amb l'ús de les tecnologies digitals.

### **Resum del curs**

La disrupció digital afecta tots els sectors i indústries. La salut no és aliena a aquesta realitat. Els sistemes sanitaris estan evolucionant cap a una nova estratègia per a adaptar-se al món digital. L'aplicació de les tecnologies de la informació i de les comunicacions a la salut ens permeten plantejar-nos:

- Cap on anem?
- Com serà el sistema de salut del futur?
- Quin és el paper dels pacients en aquest nou context digital?
- Quines eines estan a l'abast dels pacients per a gestionar la seua salut?

Estem davant una transformació digital en què el pacient ha de situar-se al centre del sistema.

### **Temari i desenvolupament del curs**

1. Transformació digital en sanitat: reptes i barreres.
2. La perspectiva del pacient. Història clínica digital.
3. Teleassistència. Consultes virtuals.
4. Telemonitorització. Ús de dispositius IOT.
5. Ús d'eines digitals per als pacients.

# UNIVERSIDAD SÈNIOR

UPV

## DADES DE CONTACTE I INFORMACIÓ

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

CAMPUS DE GANDIA <http://gandia.upv.es>

C/Paranimf, 1. 46730 Gandia

## HORARIS D'ATENCIÓ A L'ALUMNAT

Telèfon general: 96 284 93 00

Atenció presencial en període d'inscripció (20/06/2024-08/10/2024): dimarts i dijous, de 10.00 a 13.00 hores (Aula 30 Campus Gandia)

Adreça electrònica: [seniorgandia@upv.es](mailto:seniorgandia@upv.es)

## SEU UNIVERSITAT SÈNIOR

Camí de Vera, s/n. Edifici 7A, 1a planta. 46022 VALÈNCIA

Tel: 96 387 98 00 / 96 387 98 54

 [u-senior@upv.es](mailto:u-senior@upv.es)

 <http://www.upv.es/entidades/aus/>

 <https://es-es.facebook.com/seniorupv/>

 <https://www.instagram.com/upvsenior/>

 <https://twitter.com/upvsenior>



Col·labora: