

XI JORNADAS ENFERMERÍA NATURISTA ZARAGOZA

DEL 21 AL 23 DE SEPTIEMBRE DE 2018

BALNEARIO SICILIA****

Carretera Calmarza s/n, JARABA (ZARAGOZA)

“VIDA, COMUNICACIÓN Y SALUD”

Una mirada al interior. El desarrollo de la comunicación y el crecimiento personal como herramientas eficaces para mejorar la relación con la vida y la Salud.

PREJORNADA:

VIERNES 21 SEPTIEMBRE.

15:00 h Salida Facultad de Medicina NUEVA (C/ Domingo Miral s/n)

16:30 h Llegada al Balneario Sicilia y reparto de habitaciones.

17:00 a 17:50 h Conferencia “La importancia de la comunicación: influencia de la farmaindustria, pseudoescépticos y otros grupos de presión”. Dr. Pablo Saz Peiró.

18:00 a 19:00 h Baño Termal en las instalaciones del balneario.

19:30 a 20:45 h Taller de *Touch Drawing* “Técnica de expresión creativa por el tacto”. D^a. Beatriz Campo García. Enfermera. Postgrado en Medicina Naturista.

21:00 h Cena.

22:30 h. Comunicación por el Sonido. Creando Música.

JORNADAS:

SÁBADO 22 SEPTIEMBRE.

8:00 h Salida Facultad de Medicina NUEVA (c/ Domingo Miral s/n).

8:30 h Taller “El despertar de los sentidos: Conecta contigo”. D^a. Juani Lahuerta. Profesora de Yoga y Técnicas de Relajación.

9:00 h Desayuno

10:00 a 10:30 h Llegada y reparto de habitaciones. Entrega de documentación.

10:30 h Café de bienvenida. Visita a los Stands Comerciales.

11:00 h Presentación e inauguración de las Jornadas.

11:30 a 12:45 h Conferencia “Visibilidad y empoderamiento de enfermería en el ejercicio libre” D. José Ovidio Céspedes Tuero. Dr. en Enfermería. Vocal Titular de Terapias Alternativas y Complementarias en el Pleno del Consejo General de Enfermería.

13:00 a 14:00 h Conferencia “Introducción al Mindfulness”. Dr. Javier García Campayo. Psiquiatra. Director del Máster de Mindfulness en la Universidad de Zaragoza.

14:00 h Comida

16:30 a 17:30 h Talleres simultáneos.

T1 “Escucha y equilibra tu cuerpo con kinesiología”. D^a. Silvia Galindo Llatas. Bióloga, Experta en Kinesiología Holística.

T2 “La Geometría Universal en tus manos” Geometría Sagrada D. Jesús Grueso Rubio. Constructor de figuras geométricas.

T3 “Mindfulness para el bienestar”. Dr Javier García Campayo. Psiquiatra. Director del Master de Mindfulness en la Universidad de Zaragoza.

17:45 a 18:30 h Baño termal en las instalaciones del balneario. Grupo 1.

18:30 a 19:15 h Baño termal en las instalaciones del balneario. Grupo 2.

19:30 a 20:30 h Talleres simultáneos.

21:00 h Cena.

22:30 h. “Las estrellas hablan” .Paseo nocturno con Roberto Civera. Divulgador Astronómico.

DOMINGO 23 SEPTIEMBRE.

8:30 h Taller “El despertar de los sentidos: “Movimientos para sintonizar el cuerpo y la mente”. D^a. Juani Lahuerta. Profesora de Yoga y Técnicas de Relajación.

9:00 h Desayuno

10:00 a 11:00 h Talleres simultáneos.

11:15 a 12:00 h Baño termal en las instalaciones del balneario. Grupo 3.

12:00 a 12:30 h Entrega de llaves de habitaciones. Visita a los Stands Comerciales.

13:00 a 14:00 h Taller de comunicación “La capacidad de establecer acuerdos”. Mercadillo de Trueque y Economía Colaborativa.

*Imprescindible traer 3 objetos que no uséis para el Trueque. Vale todo: ropa, libros, Cds , juguetes, ...

14:00 h Comida

16:00 a 17:30 h Clausura y Concierto fin de Jornada. “Comunicación viva: el cuerpo humano una orquesta en constante afinación”. D. Carlos Barona Santiago. Terapeuta del sonido.

17:30 h Despedida y regreso.

-PRECIOS:

*PREJORNADA + JORNADAS: 260 Euros.

*JORNADAS: 175 Euros.

Estancia de niños menores de 3 años Gratuita. De 3 a 11 años 50% compartiendo habitación con los Padres.

-PREINSCRIPCIÓN:

Enviar un mail a enfermerianaturista@gmail.com del 16 de Abril al de 20 Agosto de 2018. Indicando:

- **Nombre, Apellidos y número de asistentes.**
- **Jornadas y prejornadas o solo Jornadas.**

Una vez aceptada la Preinscripción se les remitirá el Boletín de Inscripción y forma de pago.

PLAZAS LIMITADAS. Inscripciones por orden de solicitud.

INCLUYE:

Documentación, Apuntes, Acceso a Conferencias y Talleres.

Alojamiento en Régimen de Pensión Completa, Hotel ****

Uso del Balneario: Piscina Activa según Programa, 7% Descuento en todos los Tratamientos, Gimnasio, Pista de Tenis, Prestamo de Bicicletas, Baloncesto, Pin-pon, Biblioteca, Wiffi y Servicio de Guardería para Niños. Inscripción Gratuita en la Asociación de Enfermería Naturista de Zaragoza, ASENZAR.

NOTAS:

El Traslado Correrá a cargo de cada Participante. Se facilitará Mapa para Desplazamiento.

La Dieta tendrá Opción Ovolactovegetariana, así como de Intolerancias o Necesidades por Enfermedades.

El Alojamiento se realizará en Régimen de Habitaciones Dobles con Opción a Individual, Triple o Cuadruple.

Llevar Bañador, Toalla, Gorro de baño y esterilla para las actividades.

El Programa podrá verse alterado por necesidades del balneario o de la organización.

COMITÉ ORGANIZADOR:

D. Tomás, Fernández Fortún.

Dña Mari Carmen, Gracia Cirugeda.

Dña Beatriz, Campo García.

Dña M^a Elena, Pueyo Bergua.

Dña Elena, Martínez Laborería.

Dña Juani, Lahuerta Casedas.

ORGANIZA:

ASENZAR. Asociación de Enfermería Naturista de Zaragoza.



COLABORA:

Ilustre Colegio Oficial de Enfermería de Zaragoza.



OBJETIVOS:

Compartir Experiencias en el campo de los Cuidados Naturales y Vida saludable.

Convivir con Personas y Profesionales con Inquietudes Naturistas.

Aprender una serie de Técnicas sencillas de Autocuidados.

Mejorar la Comunicación en relación con la Vida y la Salud.

Disfrutar de un entorno único.

Conocer Lugares adecuados para el Descanso y la Salud.
Relajarnos, Aprender y Disfrutar a través de la convivencia y el compartir experiencias.