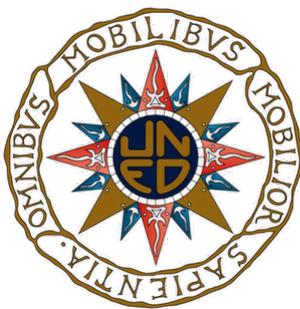


CURSOS  
DE VERANO 2020  
XXXI Edición



La Universidad Nacional de Educación a Distancia  
considerando que

**FELIX ROLDAN BURGOS**

con NIF nº 07509161Y

ha participado con aprovechamiento en el curso

## Prácticas de meditación Mindfulness

Dirigido por Pilar Rubio de Lemus e impartido en la sede de Madrid los días del 6 al 8 de julio de 2020, expide el presente

### CERTIFICADO

Madrid a 23 de julio de 2020

Nº de horas: 20 horas

La UNED, en virtud del artículo 11 del Reglamento sobre los Cursos de Verano organizados por la Universidad Nacional de Educación a Distancia (BICI 13-01-2020), reconoce para este curso 1.0 crédito ECTS: reconocible como crédito por actividad universitaria cultural en los Grados de la UNED y en los de universidades y centros con convenio de mutuo reconocimiento.

Este título se otorga como propio de la UNED y no tiene el carácter oficial establecido en el nº 30 de la Ley Orgánica 4/2007 que modifica el art. 34 de la Ley Orgánica 6/2001 de Universidades.

Ámbito: DAC - La autenticidad, validez e integridad de este documento puede ser verificada mediante el "Código Seguro de Verificación (CSV)" en la dirección <https://sede.uned.es/valida/>



182F35D6C7FE2387932E0E8E4B9A59A7

# Programa

---

## lunes, 6 de julio

17:00-19:00 h. **¿Qué es la meditación Mindfulness?**

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

19:00-21:00 h. **Mindfulness y supervivencia**

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

## martes, 7 de julio

10:00-12:00 h. **Mindfulness based mental balance (I): El estado Mindful de consciencia**

Santiago Segovia Vázquez *Catedrático de Psicobiología de la UNED (jubilado). Psicólogo General Sanitario acreditado. Director Asistencial de ELEA, Instituto Psicoeducativo. Creador y Director del Programa Mindfulness Based Mental Balance (MBMB).*

12:00-14:00 h. **Mindfulness based mental balance (II): La práctica de autocompasión y compasión**

Santiago Segovia Vázquez *Catedrático de Psicobiología de la UNED (jubilado). Psicólogo General Sanitario acreditado. Director Asistencial de ELEA, Instituto Psicoeducativo. Creador y Director del Programa Mindfulness Based Mental Balance (MBMB).*

17:00-19:00 h. **Mindfulness. Emociones y relaciones interpersonales (I)**

Miguel Ángel Santed Germán *Profesor Titular de Psicopatología. UNED.*

19:00-21:00 h. **Mindfulness. Emociones y relaciones interpersonales (II)**

Miguel Ángel Santed Germán *Profesor Titular de Psicopatología. UNED.*

## miércoles, 8 de julio

09:00-11:00 h. **Mindfulness y consciencia corporal**

Manuel Paz Yepes *Médico. Psicoterapeuta.*

11:00-13:00 h. **Mindfulness para la regulación emocional en la vida cotidiana**

Manuel Paz Yepes *Médico. Psicoterapeuta.*

Ámbito: DAC - La autenticidad, validez e integridad de este documento puede ser verificada mediante el "Código Seguro de Verificación (CSV)" en la dirección <https://sede.uned.es/validar>



182F35D6C7FE2387932E0E8E489A89A7