

**Dossier** | Cursos d'estiu



A Santa Pola, la Universitat Miguel Hernández (UMH) organitza un curs de windsurf.

**DESCOBREIX ELS VINS CATALANS**

*A distància, de l'1 al 30 de juliol*

Ho organitza: **Universitat Oberta d'Estiu (UOE)**

El vi català va agafant un camí propi i comença a haver-hi un reconeixement internacional que permetrà d'assolir en poc temps nivells mai no pensats abans. D'aquesta manera es desenvoluparà —envers l'excel·lència— un sector cada vegada més avesat a arribar amb personalitat pròpia al consumidor final. El curs assegurarà que els estudiants tinguin una sòlida comprensió i estimació per les tipicitats de les diverses denominacions d'origen de Catalunya, i del seu entorn.

**NUTRICIÓ, SALUT I BENESTAR: L'ALIMENTACIÓ COM A MEDICINA**

*A distància, de l'1 al 30 de juliol*

Ho organitza: **Universitat Oberta d'Estiu (UOE)**

# D'Àger a Villena, 73 seus universitàries

Les universitats de la Xarxa Vives ofereixen més de 752 cursos a 73 localitats dels Països Catalans, des de Prada de Conflent fins a Eivissa —i també a distància.

Més informació, a [www.estiu.info](http://www.estiu.info).

El concepte clàssic de *nutrició adequada*, la nutrició que aporta els nutrients suficients per a satisfer les necessitats orgàniques mitjançant els aliments, tendeix a ser substituït pel

de *nutrició òptima*, que a més inclou la potencialitat dels aliments per a promoure la salut, millorar el benestar i reduir el risc de tenir malalties. L'objectiu del curs és convidar a la reflexió