



INFORMACIÓN / INFORMAZIOA :

pedrofabro@deusto.es



BLOG:
pedrofabro.deusto.es



ASOCIACIÓN DE PERSONAS JUBILADAS UNIVERSIDAD DE DEUSTO

PEDRO FABRO

JUBILATUEN ELKARTEA DEUSTUKO UNIBERTSITATEA



**UNIVERSIDAD DE DEUSTO
DEUSTUKO UNIBERTSITATEA**

**CICLO DE CONFERENCIAS
SUMAR VIDA A NUESTROS AÑOS**

CURSO 2025-2026

SALA GÁRATE

HORARIO: 11:30 hrs

INFORMACIÓN GENERAL

OBJETIVO

En nuestra realidad actual es un hecho que hay una mayor duración de la vida.

Ciertamente se agregan años a la vida y éste ha sido un enorme logro, en gran parte debido a los avances médico sanitarios, a la mejora en la salud pública, a la salud y cuidados personales y a las condiciones sociales.

Lo que ya no es tan claro ni generalizable es que nuestros años estén llenos de vida; existir es algo automático, pero el aprender a vivir es algo voluntario y activo. Aprender a vivir es desarrollar nuestro potencial para llegar a ser personas plenas, felices, alegres, solidarias... Aprender a vivir no consiste en tener más cosas, sino en ser más persona; y esto llena de vida los años.

DESTINATARIOS

El ciclo de conferencias estará abierto a la participación de la ciudadanía de Bilbao y alrededores.

PONENTES Y CALENDARIO

Las conferencias serán impartidas por investigadores, expertos y profesionales de diferentes disciplinas, de La Universidad de Deusto y otras universidades.

2025

14 de Octubre. Andoni Jauregi :
“Nutrición y actividad: comer y que no te coman”.

11 Noviembre . Xabier Río: “La funcionalidad y fragilidad en edad adulta y adulta mayor”.

9 Diciembre. Arkaitz Larrinaga:
“La relación sueño, descanso y actividad física”.

PONENTES Y CALENDARIO

2026

20 de enero . Pedro Fernández de Larrinoa y Pili Castro:
“Soledad no deseada”.

17 de febrero. Izaskun Orue:
“Estrés y salud”.

10 de marzo. Alboan-Ellacuría:
“Beneficios de la solidaridad”.

28 de abril. Antonio Escribano:
“Beneficios del aceite de oliva para la salud”.

19 de mayo. Manuel Cuenca:
“Ocio interior”.

COORDINAN: Begoña Matellanes y Marisa Amigo

INSCRIPCIÓN GRATUITA:

<https://forms.gle/>

[FmiKFy4aEdJSYNDp7](https://forms.gle/FmiKFy4aEdJSYNDp7)

NOTA:

Las fechas o sala pueden cambiar por razones ajenas a nuestra voluntad. Se informará de los cambios por correo electrónico y en el blog de la Asociación.