

CADENA
SER

la VIDA BUENA

CONGRESOSdelBIENESTAR

del 18 al 20 de marzo de 2016
TUDELA



www.congresosdelbienestar.es

la VIDA BUENA

el congreso



Vivir una **Vida Buena** es una oportunidad que el ser humano tiene a su alcance, pero que a veces desperdicia por falta de inteligencia. Pero no de la inteligencia que sirve para resolver operaciones matemáticas o problemas complejos, sino de la inteligencia del Bienestar, que consiste en ver la vida tal cual es, en su conjunto, con sus lados buenos y sus lados malos, y de aceptar lo que llegue.

Esta inteligencia no implica la adquisición de nuevos conocimientos, sino de abandonar viejas certidumbres, limpiar la mente de pensamientos tóxicos para dejar paso al Bienestar que generalmente reside en el día a día más simple.

Vivir una **Vida Buena** nos lleva directamente a encontrar cierto sentido a la vida, que es algo inherente a la condición de cada ser humano, una preocupación permanente a lo largo de toda su existencia.

Parafraseando a Albert Camus, -“Encontrar un sentido a la vida es la más angustiosa de las preguntas”-, Tudela va a analizar alguna de las claves de la Vida Buena, lejos de fórmulas que no existen y cerca de la imaginación y la sabiduría.





SEDES:

Teatro Gaztambide: Salón de Conferencias. Tudela (Navarra).

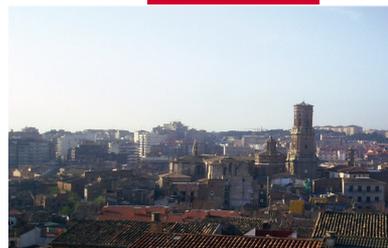
El teatro Gaztambide es un espacio cultural moderno en pleno centro de Tudela. A pocos minutos del casco viejo tudelano.

El teatro se encuentra en:
Camino de San Marcial, 27, 31500 Tudela, Navarra

Centro Cívico Lestonnac: (Tudela – Navarra).

Se encuentra anexo al Teatro Gaztambide. El edificio cuenta con diferentes salas en las que se llevan a cabo algunas de las actividades paralelas que van a tener lugar durante la celebración del Congreso.

Camino de San Marcial, 27, 31500 Tudela, Navarra



TUDELA

la VIDA BUENA

programa

TEATRO GAZTAMBIDE

Programa Oficial

viernes, 18 de marzo de 2016

18:00

CONFERENCIA INAUGURAL

Elsa Punset

“LAS PEQUEÑAS REVOLUCIONES”



Cada día podemos mejorar algo de nuestra vida empezando una nueva rutina. Son pequeñas revoluciones para cambiar aquellos hábitos, costumbres y maneras de actuar que ya no sirven o que directamente pesan. Elsa nos dará ideas para activarnos, desconectar, protegernos de los entornos tóxicos o conseguir desarmar la soledad. En definitiva, pequeños pasos para grandes cambios en nuestra vida y nuestro entorno.

20:00

Fernando Savater / Manuel Jabois Sueiro

“EL VALOR DE VIVIR”



XXXX



www.congresosdelbienestar.es

Programa Oficial

sábado, 19 de marzo de 2016

11:00

Silvia Congost

“¿QUIEN TE QUIERE, TE HARÁ LLORAR?”



¿Por qué sufrimos tanto por amor? ¿En qué momento asumimos que amar y sufrir pueden ir juntos de la mano? ¿Es posible estar atrapados en una relación tóxica y aun así, sentir que tenemos una Vida Buena? Para saber hacia dónde vamos en el amor, necesitamos antes conocernos, tener muy claro que es lo que buscamos y qué es lo que no estamos dispuestos a negociar. En esta ponencia vamos a resolver las dudas acerca del amor y la dependencia emocional, temas imprescindibles para alcanzar la Vida Buena que todos deseamos.

13:00

Pablo D'ors

“EL CAMINO DE LA MEDITACIÓN”



XXXX

la VIDA BUENA

programa

TEATRO GAZTAMBIDE

Programa Oficial

sábado, 19 de marzo de 2016

17:00

Concha Velasco / Gonzalo García Pelayo

“EL JUEGO DE LA VIDA”



XXX

19:00

José Antonio Marina

“LA EDUCACIÓN DEL SER. LA NUEVA EDUCACIÓN ES TAREA DE TODOS
¿QUÉ PUEDO HACER YO PARA SER EL CAMBIO EDUCATIVO?”



La nueva educación es tarea de todos. ¿Qué puedo hacer yo para ser el cambio educativo?

Estudiar puede ser duro, pero aprender es hermoso. Es una de las experiencias cumbres de la condición humana. Somos curiosos y activos por naturaleza. Nuestros sistemas educativos olvidan con frecuencia que hay que fomentar la satisfacción de aprender, de descubrir, de explorar, de conocer. Hay un momento triste en la evolución educativa de todos los niños cuando sustituyen el deseo de saber por el deseo de aprobar. El primer paso para constituir una «sociedad del aprendizaje» es recuperar la «pasión de aprender», con la que nacemos.



www.congresosdelbienestar.es

Programa Oficial

domingo, 20 de marzo de 2016

11:00

Daniel Innerarity

“LA VIDA BUENA FRENTE A LA BUENA VIDA”



Hay una tensión inevitable entre vida buena y buena vida porque no siempre coinciden la moral y la felicidad. Hay buenos sin suerte y malos con ella y en esto consiste unos de los principales escándalos de nuestra condición humana. Pero esta tensión nos puede ayudar a perfilar mejor la naturaleza de ambas dimensiones, así como de la importancia que juega la suerte en la vida humana. El bien humano es frágil, el instante dichoso no es todo lo durable que deseáramos y la felicidad podría definirse como la moral afortunada.

13:00

CLAUSURA

Juan Echanove / Antonio Fraguas (Forges)

“SUSPIROS DE ESPAÑA”



XXXX

la VIDA BUENA

actividades paralelas



LA RADIO EN EL CONGRESO

sábado, 19 de marzo de 2016

8.00 a 12.00

“A VIVIR” con Javier del Pino

Se emitirá desde el salón de plenos del Ayuntamiento de Tudela



www.congresosdelbienestar.es



CULTURA INVITADA: INDIA

Lestonnac

sábado, 19 de marzo de 2016

- 10.00h **Ayurveda**
Charla introductoria a la medicina tradicional de India, el Ayurveda
- 11.00h **Pranayama y meditación (Yoga Nidra)**
Sesión práctica y activa sobre la influencia de la respiración en nuestros estados mentales
- 17.00h **Danza Bollywood**

domingo, 20 de marzo de 2016

- 11.00h **Yoga para “andar por casa”**
Clase práctica de Hatha Yoga realizada en pie con movimientos sencillos que ayudan a destensar y relajar el cuerpo

la VIDA BUENA

actividades paralelas



Teatro Gaztambide (Sala Multiusos 1ª Planta)

sábado, 19 de marzo de 2016

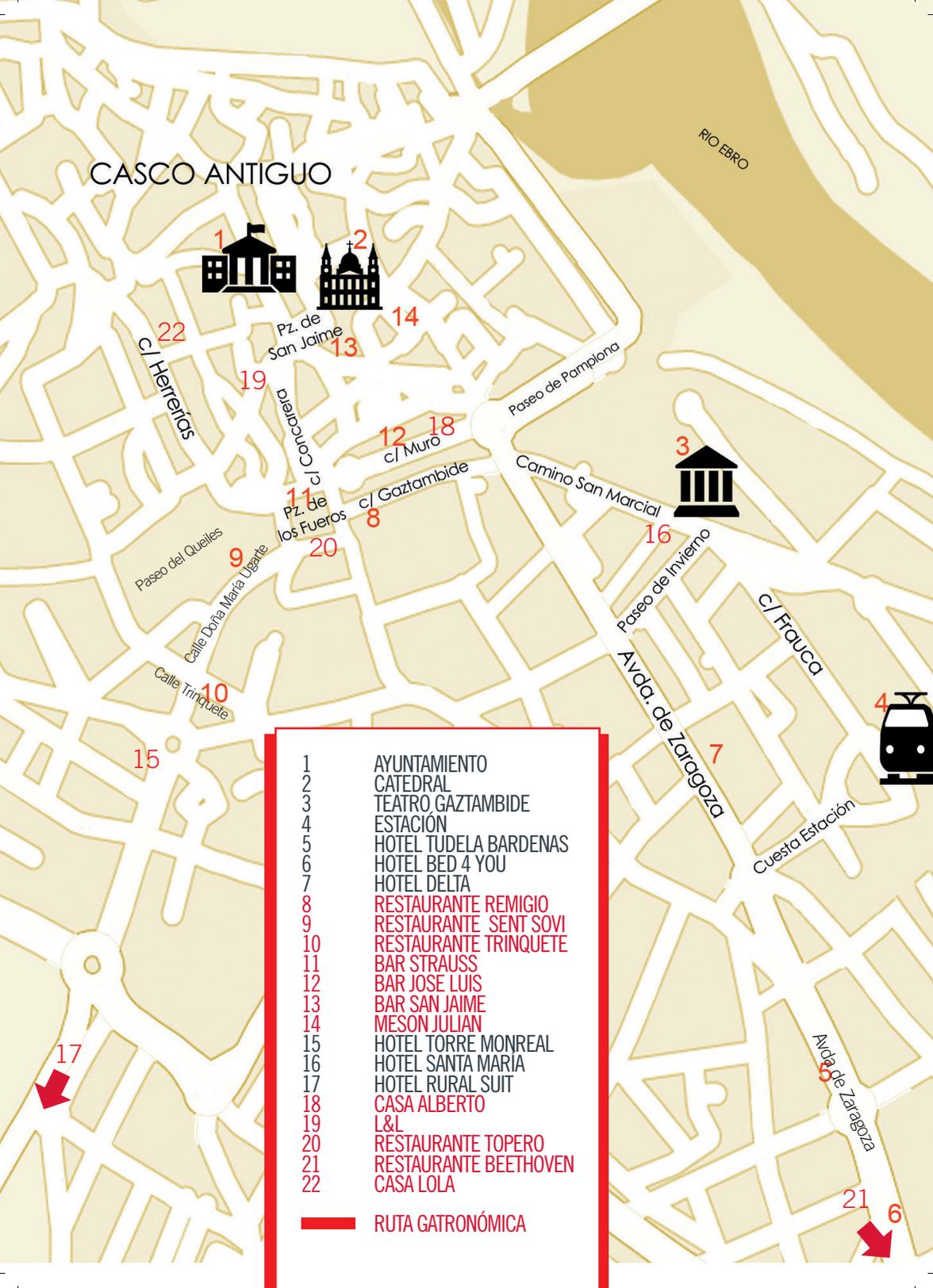
- 11.00h Lancy Doden “ Mi viaje al norte” (Fundación Vicente Ferrer)
- 12.15h Eduardo González Zorzano “Una buena nutrición para una vida buena”
- 18.00h Adrián Subia Sainz “El pacharán y la vida buena”
- 19.00h Irene Visedo “Alquimia interna”

domingo, 20 de marzo de 2016

- 10.00h Carlos Aurensanz “La literatura y la vida buena”
- 12.00h Gastronomía



CASCO ANTIGUO



- 1 AYUNTAMIENTO
- 2 CATEDRAL
- 3
- 4 ESTACIÓN
- 5 HOTEL TUDELA BARDENAS
- 6 HOTEL BED 4 YOU
- 7 HOTEL DELTA
- 8 RESTAURANTE REMIGIO
- 9 RESTAURANTE SENT SOVI
- 10 RESTAURANTE TRINQUETE
- 11 BAR STRAUSS
- 12 BAR JOSE LUIS
- 13 BAR SAN JAIME
- 14 MESON JULIAN
- 15 HOTEL TORRE MONREAL
- 16 HOTEL SANTA MARIA
- 17 HOTEL RURAL SUIT
- 18 CASA ALBERTO
- 19 L&L
- 20 RESTAURANTE TOPERO
- 21 RESTAURANTE BEETHOVEN
- 22 CASA LOLA

 RUTA GATRONÓMICA

la VIDA BUENA

ponentes

DANIEL INNERARITY



Bilbao, (1959) Catedrático de filosofía política y social, investigador IKERBASQUE en la Universidad del País Vasco y director del Instituto de Gobernanza Democrática. Doctor en Filosofía, amplió sus estudios en Alemania, como becario de la Fundación Alexander von Humboldt, Suiza e Italia. Ha sido profesor invitado en diversas universidades europeas y americanas, recientemente en el Robert Schuman Centre for Advanced Studies del Instituto Europeo de Florencia, así como en la London School of Economics. Actualmente, es Director de Estudios Asociado de la Fondation Maison des Sciences de l'Homme de Paris. Entre sus últimos libros cabe destacar *Un mundo de todos y nadie*; *La democracia del conocimiento*, Premio Euskadi de Ensayo 2012; *La humanidad amenazada: gobernar los riesgos globales* (con Javier Solana); *El futuro y sus enemigos*; *El nuevo espacio público*; *La sociedad invisible*, Premio Espasa de Ensayo 2004; *La transformación de la política*. III Premio de Ensayo Miguel de Unamuno y Premio Nacional de Literatura en la modalidad de Ensayo 2003; y *Ética de la hospitalidad*, Premio de la Sociedad Alpina de Filosofía 2011 al mejor libro de filosofía en lengua francesa. Algunos de sus libros han sido traducidos en Francia, Portugal, Estados Unidos, Italia y Canadá. Ha recibido el Premio Príncipe de Viana de la Cultura en 2013 otorgado por el Gobierno de Navarra. Este premio reconoce la trayectoria de personas o entidades relevantes en el mundo de la cultura. La revista francesa "Le Nouvel Observateur" le incluyó el año 2004 en una lista de los 25 grandes pensadores del mundo.

ELSA PUNSET



Londres, (1964) Elsa Punset es escritora y divulgadora. Su destacada presencia en medios de comunicación, talleres y conferencias la han consolidado como una de las principales referencias en el ámbito de habla hispana en la aplicación de la inteligencia emocional como herramienta para el cambio positivo. Nacida en Londres, Elsa es licenciada en Filosofía y Letras, Máster en Humanidades por la Universidad de Oxford y en Periodismo por la Universidad Autónoma de Madrid. Es asimismo Máster en Educación Secundaria por la Universidad Camilo José Cela de Madrid. Directora de contenidos en el Laboratorio de Aprendizaje Social y Emocional (LASE), ha colaborado en televisión en el *Hormigueo* y con la sección propia "la Mirada de Elsa" en *Redes* y en *Para todos* la 2. Ha escrito la fábula "el León Jardinero" y los libros "Brújula para Navegantes Emocionales", "Inocencia Radical" y, en el 2012, su bestseller "Una Mochila para el Universo" editado ya en catorce países. En 2014 publicó su libro sobre inteligencia social, "El Mundo en tus Manos" y tiene a punto otro que presentará en marzo, titulado "Las pequeñas revoluciones"

JOSE ANTONIO MARINA



Toledo (1939) Catedrático excedente de filosofía en el instituto madrileño de La Cabrera, Doctor Honoris Causa por la Universidad Politécnica de Valencia, además de conferenciante y floricultor. Estudió filosofía en la Universidad Complutense de Madrid, teniendo por compañero a su amigo y también escritor Álvaro Pombo. Ha dedicado toda su labor de investigador a la elaboración de una teoría de la inteligencia que comienza en la neurología y termina en la ética. La función principal de la inteligencia no es conocer sino avanzar la felicidad y la dignidad. Dentro de este proyecto ha dedicado libros a la creación, los sentimientos, la voluntad, el lenguaje, la ética, la religión y la política. Ha sido galardonado con numerosos premios: Anagrama de Ensayo, premio Giner de los Ríos de la innovación Educativa y premio Nacional de Ensayo. Su proyecto vital es profundizar en la educación y el aprendizaje, la actividad fundacional de la especie humana. El último de sus libros publicados es *Los miedos y el aprendizaje de la valentía*, en noviembre del 2015. Destacan también: *Despertar al diádoco*, *Talento*, *motivación e inteligencia* *El aprendizaje de la creatividad*, *La educación del talento*, *La inteligencia ejecutiva* y *Palabras de amor*.

PABLO D'ORS



Madrid, (1963) Tras graduarse en Nueva York y estudiar Filosofía y Teología en Roma, Praga y Viena se doctora en Roma en 1996, bajo la dirección de su maestro Elmar Salmann, con una tesis titulada "Teopoeética: Teología de la experiencia literaria". Es ordenado sacerdote en 1991. De vuelta a España, compagina su trabajo pastoral con su labor de profesor de Dramaturgia y de Estética Teológica en diversos centros superiores de España y de Argentina. Tras conocer al jesuita Franz Jalics, en 2014 funda la asociación "Amigos del Desierto". Poco después es nombrado consejero del Pontificio Consejo de la Cultura por designación expresa del papa Francisco. Su trayectoria como novelista comienza en 2000, inaugurando su inconfundible estilo, cómico y lírico a un tiempo, espiritual y sensorial. Entre 2001 y 2007 compatibiliza su tarea creativa con la crítica literaria en el suplemento cultural del diario ABC. Su novela *Andanzas del impresor Zollinger* es adaptada al teatro y representada en 2011 en Italia. Todas sus obras, emparentadas principalmente con la literatura de Franz Kafka, Hermann Hesse y Milan Kundera, han tenido una excelente acogida por la crítica. El reconocimiento del público le llega con su *Trilogía del silencio*, conformada por *El amigo del desierto* (Anagrama, 2009-2015), la aclamada *Biografía del silencio* (Siruela, 2012), que sigue constituyendo un auténtico fenómeno editorial, y *El olvido de sí* (Pre-textos, 2013), un homenaje a Charles de Foucauld, explorador de Marruecos y ermitaño en el Sahara, de quien se lo considera hijo espiritual. En la actualidad, escribe y anima la red de meditadores "Amigos del desierto".



SILVIA CONGOST



Silvia Congost es psicóloga especializada en autoestima y dependencia emocional. Tras haber sufrido personalmente una relación de dependencia emocional, su pasión ha sido ayudar a otras personas a liberarse de relaciones tóxicas y destructivas y enseñarles a construir relaciones sanas y satisfactorias. Con este objetivo, Silvia escribe libros, colabora con medios de comunicación (TV y RADIO), imparte seminarios y es conferenciante dentro y fuera del país. Máster experta en Coaching, Máster en Rebirthing, Postgrado en terapia de pareja, formada en PNL y con profesionales de referencia como Jorge Bucay o Walter Riso.

El éxito de su trabajo se caracteriza porque en menos de 10 sesiones consigue generar los cambios que la persona necesita. Así lo corroboran todos sus pacientes y los numerosos testimonios que escriben sobre su experiencia en la web de la autora que actualmente cuenta con más de 100.000 visitas mensuales.

Sus libros publicados son Cuando amar demasiado es depender (Zenith, 2013), Autoestima Automática (Zenith 2015) y La llave de las emociones (Zenith 2014).

FERNANDO SAVATER



San Sebastián, (1947) Fernando Savater, filósofo y escritor, fue profesor de Ética en la Universidad del País Vasco y hoy en día imparte clases en la Facultad de Filosofía de la Universidad Complutense de Madrid. Autor de numerosos ensayos, obras de teatro y narrativa, Savater se ha convertido en uno de los intelectuales de mayor prestigio y algunas de sus creaciones han merecido galardones tan destacados como el Premio Nacional de Literatura y el González-Ruano de Periodismo.

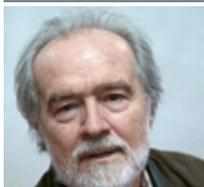
MANUEL JABOIS SUEIRO



Sangenjo, (Pontevedra, 1978) Periodista y columnista. En 2003 ganó el XXIV Premio Nacional de Periodismo Julio Camba. En 2008 apareció su primera novela, A estación violenta, escrita en gallego. En 2011 publicó Irse a Madrid y otras columnas en Pepitas de calabaza, una recopilación de artículos publicados en el Diario de Pontevedra, El Progreso y la revista digital FronteraD, recibido con buenas críticas.

Durante su carrera profesional ha colaborado con los periódicos El Progreso, De luns a venres, la revista de humor Retranca, en el diario El Mundo, el Diario de Pontevedra, la cadena de radio Onda Cero y con el magazín cultural digital Jot Down. En abril de 2012 publicó un breve ensayo de carácter autobiográfico sobre fútbol, Grupo Salvaje. En enero de 2015 después de pasar unos años colaborando con el diario El Mundo, traído de la mano de Pedro J. Ramírez, pasó a trabajar en el diario El País.

GONZALO GARCÍA PELAYO



Madrid, (1947) Productor musical, director de cine, locutor de radio, jugador de casinos y apoderado de toreros. Cursó estudios de cine en la Escuela Oficial de Cinematografía, que tuvo que dejar por la expulsión masiva debido a la huelga general de alumnos. Trabajó para Radio Nacional y Radio Popular en programas musicales. Ha producido discos de los grupos Triana, Smash, Alameda y Medina Zahara, y de los cantautores Gerena, Pau Ribá, María Jiménez y Amancio Prada. Ha colaborado en varios programas musicales para televisión.

Diseñó un método legal para ganar en las mesas de ruleta de los casinos, aprovechándose de imperfecciones en la fabricación de las mesas. Se dedicó al mundo de la probabilidad y del azar, específicamente en ámbitos del mundo del póquer y la apuesta deportiva online. Filmografía: 1975.- Manuela, 1978.- Vivir en Sevilla, 1979.- Frente al mar, 1981.- Corridas de alegría.

la VIDA BUENA

ponentes

JUAN ECHANOVE



Madrid, (1961) Juan Echanove es un actor español muy polifacético cuyo rostro es de sobra conocido por los espectadores de cine y televisión. Echanove se dio a conocer en la pequeña pantalla a mediados de los años ochenta gracias a la serie Turno de oficio, que le abrió las puertas del séptimo arte. Desde entonces, Echanove ha participado en decenas de películas y ha ganado importantes premios, entre ellos dos Goya: al mejor actor de reparto por Divinas palabras (1987) y al mejor actor protagonista por Madregilda (1993), que también le reportó la Concha de Oro al mejor actor del Festival de San Sebastián.

Actor fetiche de José Luis García Sánchez, para el que ha trabajado en siete largometrajes, Juan Echanove también ha tenido éxito en televisión gracias a sus participaciones en Hermanos de leche (1994), Un paso adelante (2004) y Cuéntame (2005). Echanove se ha declarado en varias ocasiones contra todo tipo de terrorismo, hasta el punto de ser expulsado del Congreso en 2003 por llevar una pegatina de "No a la guerra", contra la política de José María Aznar. Un año después, manifestó su alegría por la victoria de José Luis Rodríguez Zapatero en las elecciones generales.

También cabe destacar sus notables dotes de cantante, que le llevaron a grabar un disco junto a Víctor Manuel, Ana Belén, Miguel Ríos, Joaquín Sabina y Joan Manuel Serrat, titulado Mucho más que dos (1994). El disco se completó con una gira por toda España que tuvo bastante éxito.

ANTONIO FRAGUAS (FORGES)



Madrid, (1942) Publica su primer dibujo en 1964 en el diario Pueblo. En 1970 comienza a colaborar en Diez Minutos y trabaja en las revistas de humor Hermano Lobo, Por Favor y El Jueves, y en varios semanarios. Tras dibujar en Diario 16 y El Mundo, en 1995 empieza a publicar el chiste diario en El País, donde continúa en la actualidad. Participa en radio en: No es un día cualquiera, de RNE, con Pepa Fernández.

Ha dirigido dos películas (País S. A., 1975, y El bengadorgusticiero y su pastelera madre, 1977) y cuatro series de humor en televisión, El Mulilandupelicascarabajo (1968), Nosotros (1969) y 24 horas aquí (1976), en TVE, y Deformesemanal (1991), en Telemadrid.

En 2014 se publicaron "El Libro (del los 50 años) de Forges", un recopilatorio de algunas de sus mejores viñetas, y "Coloréitor: El Libro Antiestrés De Forges". Su última publicación ha sido "Lo Más De La Historia De Aquí" (en tres volúmenes).

Recibió la Medalla de Oro al Mérito en el Trabajo en 2007; la Medalla de Oro al Mérito en las Bellas Artes en 2011, y el Premio Ondas Mediterráneas en 2011. En diciembre de 2013 es distinguido con el Premio Nacional de Periodismo Pedro Antonio de Alarcón, en reconocimiento a toda su trayectoria. Recientemente ha sido nombrado 'Doctor Honoris Causa' por la Universidad Miguel Hernández de Elche.

En noviembre ha ganado la edición de 2014 del prestigioso el 'Premio Latinoamericano de Humor Gráfico Quevedos'.

CONCHA VELASCO



Valladolid, 1939 Actriz, cantante, bailarina y presentadora de Televisión. Estudió danza clásica en Madrid y debutó en el ballet de la Ópera de La Coruña. Más tarde fue bailarina flamenca junto a Manolo Caracol y vicetiple en la compañía de Celia Gámez. A los 15 años de edad comenzó a trabajar en el cine con el nombre de Conchita Velasco interpretando pequeños papeles, y cuatro años después, con Las chicas de la Cruz Roja (1958), de Rafael J. Salvia, era ya una estrella de primera categoría en la comedia española.

Intervino como protagonista en decenas de películas, principalmente comedias, que lograron grandes éxitos de taquilla, como Eldía de los enamorados (Fernando Palacios, 1958) y Los tramospos (Pedro Lazaga, 1959). Trabajó repetidamente con José Luis Sáenz de Heredia, con quien rodó La verbena de la Paloma (1963), Historias de la televisión (1965), Los gallos de la madrugada (1971), La decente (1971) y Me debes un muerto (1971), entre otros títulos.

En 1985, junto a su marido Paco Marsó, fundó su propia compañía de teatro e intervino en series de televisión como La comedia musical española, y durante la década de 1990 inició una etapa de intenso trabajo en obras teatrales y musicales. De su extensa trayectoria sobre los escenarios cabe mencionar Don Juan Tenorio (1969), Abelardo y Eloísa (1972), Yo me bajo en la próxima, ¿y usted? (1981), Mamá, quiero ser artista (1986), Carmen Carmen (1988), La Truhana (1992), La rosa tatuada (1997), Las manzanas del viernes (2000) el más desabrochada (2003). Sus más recientes actuaciones en el teatro han sido una nueva versión de Filomena Marturano (2006) y La vida por delante, estrenada en abril de 2009, en que encarnó a una ex prostituta judía en el caso de su vida.

Concha Velasco ha obtenido numerosos reconocimientos a lo largo de su carrera, entre ellos el Premio Nacional de Teatro.



búscanos...
www.congresosdelbienestar.es

 facebook.com/congresosdelbienestar

 [#avidabuena](https://twitter.com/avidabuena)

más info:

Grupo Medeland
tfn: **91 126 43 88**
info@medeland.es
www.medeland.es

presenta

CADENA
SEZ



Ayuntamiento de **Tudela**

patrocina



colabora



Mancomunidad de La Ribera



Hotel DeltaTudela



R.S.G. La Intemperie



produce

