

**MENTES
INQUIETAS**



**UNIVERSIDAD
POPULAR**

CURSOS•TALLERES•ACTIVIDADES

2022



HOLA!

UNIVERSIDAD
POPULAR
CURSOS • TALLERES • ACTIVIDADES
2022

Comenzamos el año, y con él los **cursos y talleres en la Universidad Popular**. Retomamos la actividad, retomamos nuestras aficiones; algo que hemos aprendido a valorar y mucho durante todo este tiempo de pandemia que llevamos viviendo. Y lo hacemos con ilusión y también con seguridad para todas aquellas personas que habéis hecho de la Universidad Popular uno de vuestros lugares de encuentro, aprendizaje y amistad.

Ponemos a vuestra disposición una amplia programación con la que buscamos ir recuperando nuestro día a día, con actividades en áreas tan importantes como **la salud, la cocina, la creatividad, la educación, la música, idiomas, igualdad**; entre otras. Actividades que no solo se desarrollan en las instalaciones del centro educativo, también en los barrios y al aire libre. En definitiva, una propuesta para este primer semestre con la que pretendemos dar respuesta a todos los gustos y demandas que los ciudadanos nos hacéis.

Nuestra Universidad Popular abre de nuevo sus puertas a las personas con ganas de formarse, de aprender, de convivir, como siempre ha sido y seguirá siendo. Y lo hace cumpliendo con su función social, la de facilitar el acceso a esta formación a todas las personas, la que siempre debe tener: **volcarse con sus participantes**.

Muchos conocen la Universidad Popular, lo que se hace y lo que ofrece, pero hay otras personas que aún no han tenido la oportunidad de acercarse a nuestras actividades. Todo el que quiera, encontrará su sitio y alguna actividad motivadora, porque **todas las propuestas que la Universidad Popular hace, es por y para la ciudadanía**.

En definitiva, una programación que mantiene actividades consolidadas y con mucha aceptación y demanda; al tiempo que introducimos novedades en prácticamente todas las áreas. Todo ello con el fin de adaptarnos a las demandas y gustos de los ciudadanos, que **es para los que trabajamos**.

Bienvenidos.




Ayuntamiento de
VILLANUEVA
de LA SERENA

17 FEB > 12 MAY

NOVEDAD

TALLER “HOY COSE LA MAQUINA”

Aprende con tu propia máquina todo lo que se puede hacer con una máquina de coser.

REQUISITOS:

Máquina de coser propia.

Monitora: Josefa Carrillo Caballero.

Horario: jueves de 16:30 a 19:00 horas

Duración: 30 horas

Plazas disponibles: 12

Cuota: 30€

14 FEB > 4 ABR

ESCUELA DE PATRONAJE

Patronaje y aplicación práctica, haz tu propio vestido.

- Símbolos e interpretación de un patrón.
- Patrones base de cuerpo y traslados de pinzas, patrón base de falda y manga.

REQUISITOS:

Conocimientos previos muy básicos de patronaje.

Monitora: Carmen Lozano López de Haro.

Horario: lunes y miércoles de 17:00 a 19:00 horas

Duración: 30 horas

Plazas disponibles: 12

Cuota: 30€ + material

22 FEB > 10 MAY

TALLER “NUEVO GANCHILLO, DE AMATEUR A PROFESIONAL”

Aprende a tejer crochet, una técnica de tejer a mano. El término proviene del germánico *croc* y del francés antiguo *crochet*, que significan “gancho”. Es una técnica de tejido a mano en la que se usa un ganchillo o gancho para formar cadenas con hilos.

Monitora: Alba María Frutos Mera.

Horario: martes de 17:00 a 19:30 horas

Duración: 30 horas

Plazas disponibles: 15

Cuota: 30€ + material

16 FEB > 4 MAY

TALLER DE MOSAICOS “FUNCIONALIDAD Y CREATIVIDAD”

Aprende a elaborar tus propios mosaicos, explora tu creatividad y crea diseños únicos. Esta técnica consiste en pegar sobre un soporte, con una cola adecuada, las teselas o trozos de azulejos que previamente hemos cortado o partido.

Monitora: María Abril Sanz.

Horario: miércoles de 16:30 a 19:00 horas

Duración: 30 horas

Plazas disponibles: 8

Cuota: 30€ + material

CULTURA
ÁREA DE CREATIVIDAD

22 FEB > 17 MAR

TALLER DE AUTO MAQUILLAJE

Desarrolla las habilidades en las nuevas técnicas básicas de maquillaje y aplicártelas tú misma.

Monitora: Yolanda Ruiz Barco.

Horario: martes y jueves 17:00 a 19:30 horas

Duración: 20 horas

Plazas disponibles: 10

Cuota: 15€

23 FEB > 1 JUN

NOVEDAD

TALLER DE INTERPRETACIÓN

Iníciate en el mundo de la interpretación y aprende las herramientas básicas, estimulando la creatividad y capacidad de juego.

Monitora: Nuria Ayuso.

Horario: miércoles de 20:00 a 22:00 horas

Duración: 30 horas

Plazas disponibles: 15

Cuota: 15€

VARIAS FECHAS

ARQUITECTURA Y CIUDAD

Villanueva de la Serena sorprende por su vitalidad cultural y arquitectónica. Es por ello que hemos elegido este formato de actividad para crear un tono distendido donde los participantes puedan disfrutar y enriquecer sus conocimientos sobre la arquitectura y cultura de nuestra ciudad.

Monitor: Rubén Morcillo.

24 FEB Estilo herreriano-Iglesia Ntra. Sra. de la Asunción (*exterior*)

24 MAR Estilo industrial-Palacio Consistorial La Jabonera (*exterior*)

28 ABR Estilo contemporáneo vanguardista-Palacio Congresos

26 MAY Arquitectura defensiva de nuestro entorno

Horario: jueves a las 10:00 horas

Plazas disponibles: hasta completar aforo

Cuota: GRATUITA

15 FEB > 31 MAY

NOVEDAD

UN VERMUT Y UNA CANCIÓN

Creamos un espacio para disfrutar del canto colectivo de manera natural y desenfadada, acompañados por la guitarra y la voz de Chema Oliver y compartiendo un vermut. Los asistentes a la actividad podrán proponer canciones para otras sesiones y crearemos un cancionero común a lo largo del curso.

MARTES ALTERNOS del 15 de febrero al 31 de mayo.

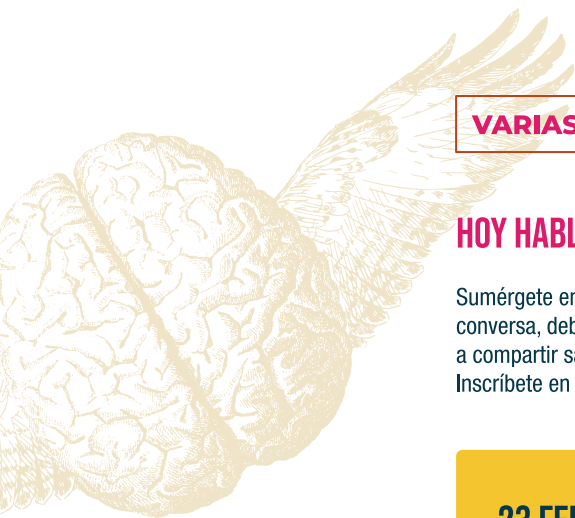
Monitor: Chema Oliver Vivas.

Horario: martes de 13:00 a 14:00 horas

Plazas disponibles: 12

Cuota: GRATUITA

CULTURA
ÁREA DE CREATIVIDAD



VARIAS FECHAS

HOY HABLAREMOS DE ...

Sumérgete en los más interesantes temas culturales, conversa, debate, aprende... ¡aquí todos y todas venimos a compartir sabiduría! Cinco temas, cinco fechas. Inscríbete en la que más te guste.

23 FEB

PRODUCCIÓN SOSTENIBLE DE ALIMENTOS

Ponente: José María Vega Piqueres.

9 MAR

ASTRONOMÍA (UN VISTAZO AL SOL)

Ponente: Carlos J. Rodríguez Jiménez.

23 MAR

LOS SECRETOS DE LAS PIEDRAS

Ponente: José Antonio Carnerero.

6 ABR

ECONOMÍA. MONEDA VIRTUAL (BITCOIN)

Ponente: Ángel Guerrero.

20 ABR

MITOLOGÍA EN EL SIGLO XXI

Ponente: Nieves Crespo.

Horario: Miércoles de 19:30 a 20:30 horas

Plazas disponibles: 15 plazas/sesión

Cuota: GRATUITA

CULTURA
ÁREA DE SOCIEDAD

9 FEB > 29 JUN

CURSO DE INGLÉS FIRST C. - MAÑANAS

Aprende inglés de la manera más amena y divertida.
Formación completa en horario de mañana para este
curso del NIVEL FIRST C.

Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.

Horario: lunes y miércoles de 10:30 a 12:00 horas

Duración: 60 horas

Plazas disponibles: 12

Cuota: 30€

8 FEB > 28 JUN

CURSO DE INGLÉS I. - MAÑANAS

Aprende inglés de la manera más amena y divertida.
Formación completa en horario de mañana para este
curso del NIVEL I.

Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.

Horario: martes y jueves de 10:00 a 11:30 horas

Duración: 60 horas

Plazas disponibles: 12

Cuota: 30€

EDUCACIÓN
ÁREA DE IDIOMAS

8 FEB > 28 JUN

CURSO DE INICIACIÓN AL INGLÉS - MAÑANAS

Aprende inglés de la manera más amena y divertida.
Formación completa en horario de mañana para este
curso de INICIACIÓN al inglés.

Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.

Horario: martes y jueves de 12:00 a 13:30 horas

Duración: 60 horas

Plazas disponibles: 12

Cuota: 30€

8 FEB > 28 JUN

CURSO DE INGLÉS 2. - TARDES

Aprende inglés de la manera más amena y divertida.
Formación completa en horario de tarde para este curso
del NIVEL 2.

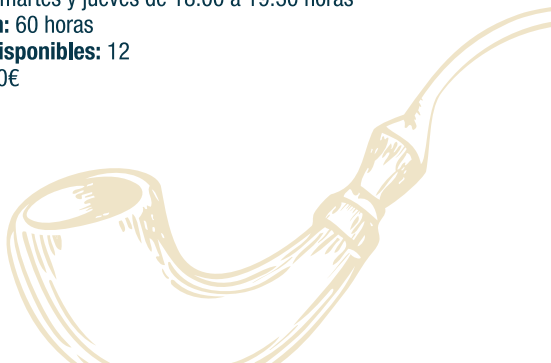
Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.

Horario: martes y jueves de 18:00 a 19:30 horas

Duración: 60 horas

Plazas disponibles: 12

Cuota: 30€



8 FEB > 28 JUN

CURSO DE INICIACIÓN AL INGLÉS - TARDES

Aprende inglés de la manera más amena y divertida.
Formación completa en horario de tarde para este curso
del NIVEL FIRST C.

Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.

Horario: martes y jueves de 19:30 a 21:00 horas

Duración: 60 horas

Plazas disponibles: 12

Cuota: 30€

16 FEB > 24 JUN

NOVEDAD

GRUPO DE CONVERSACIÓN "BREAKFAST CONVERSATION"

VIERNES:

NIVEL II de 9:30a 10:15 h.

NIVEL I de 10:30 a 11:15 h.

MIÉRCOLES: NIVEL I de 20:15 a 21:00 h.

JUEVES: NIVEL II de 20:15 a 21:00 h.

Monitores: Escuela Municipal de inglés.

Horario: SEGÚN GRUPO

Duración: 18 horas (semanas alternas)

Plazas disponibles: 10/grupo

Cuota: 8€

EDUCACIÓN

ÁREA DE IDIOMAS



23 MAY > 2 JUN

CURSO DE FOTOGRAFÍA NOCTURNA Y LARGA EXPOSICIÓN

¿Quieres mejorar la calidad de tus fotografías nocturnas o quieres aprender a dominar la larga exposición?... Aprende todo lo necesario para realizar espectaculares instantáneas con baja condición luminica. Comparte información, resuelve tus dudas y exprime tu cámara aprendiendo de personas más experimentadas que tú.

Monitor: Asociación Fotoobjetivo.

Horario: lunes, martes, miércoles de 20:00 a 22:00 h.

Duración: 12 horas

Plazas disponibles: 12

Cuota: 30€ • 15€ para socios

FEB > JUN

TALLER DE COMPETENCIAS DIGITALES BÁSICAS

Curso para aprender conceptos básicos de informática: Manejo de ratón y teclado, elaboración de documentos sencillos y navegación por Internet.

NIVEL: Básico

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: de mañana

Duración: 20 horas

Plazas disponibles: 8

Cuota: GRATUITA

FEB > JUN

TALLER RETO DIGITAL PARA MAYORES DE 55 AÑOS

Curso destinado a personas mayores que quieren aprender a manejar un ordenador y también un teléfono móvil.

NIVEL: Básico

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: de mañana

Duración: 20 horas

Plazas disponibles: 8

Cuota: GRATUITA

FEB > JUN

TALLER CONECTA: TECNOLOGÍA EN FAMILIA

Utilización del Correo electrónico. Redes sociales con Facebook y uso de videollamadas con Whatsapp.

NIVEL: Intermedio

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: de mañana

Duración: 10 horas

Plazas disponibles: 8

Cuota: GRATUITA

TECNOLOGÍA

ÁREA DE TECNOLOGÍA

FEB > JUN

TALLER DE OFIMÁTICA CON LIBREOFFICE

Creación y edición de documentos y hojas de cálculo.

NIVEL: Intermedio

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: de mañana

Duración: 15 horas

Plazas disponibles: 8

Cuota: GRATUITA

FEB > JUN

TALLER DE CREACIÓN DE CONTENIDOS DIGITALES

Diseño gráfico online con Canva y creación de blog con Blogger.

NIVEL: Avanzado

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: de mañana

Duración: 15 horas

Plazas disponibles: 8

Cuota: GRATUITA

FEB > JUN

TALLER SOBRE HERRAMIENTAS DE TELETRABAJO Y COLABORACIÓN DIGITAL

Taller para aprender a manejar las herramientas en la nube (Google Drive, Google Docs y Google Calendar) y de comunicación por videoconferencias (Google Meet y Zoom)

NIVEL: Avanzado

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: de mañana

Duración: 15 horas

Plazas disponibles: 8

Cuota: GRATUITA

FEB > JUN

TRÁMITES Y GESTIONES ONLINE CON LA ADMINISTRACIÓN

Curso para obtener el certificado digital y poder usarlo en la realización de trámites con la Administración.

NIVEL: Avanzado

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: de mañana

Duración: 12 horas

Plazas disponibles: 8

Cuota: GRATUITA



TECNOLOGÍA

ÁREA DE TECNOLOGÍA

FEB > JUN

TALLER BÁSICO SOBRE DISEÑO E IMPRESIÓN 3D

Diseño gráfico online con Canva y creación de blog con Blogger.

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: de mañana

Duración: 10 horas

Plazas disponibles: 8

Cuota: GRATUITA

FEB > JUN

TALLER BÁSICO DE RASPBERRY PI

Taller para aprender a manejar las herramientas en la nube (Google Drive, Google Docs y Google Calendar) y de comunicación por videoconferencias (Google Meet y Zoom)

NIVEL: Avanzado

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: de mañana

Duración: 10 horas

Plazas disponibles: 8

Cuota: GRATUITA

FEB > JUN

CHARLA SOBRE MUNICIPIOS INTELIGENTES Y SMARTCITES

Diseño gráfico online con Canva y creación de blog con Blogger.

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: por determinar • **Duración:** 2 horas

Plazas disponibles: 8 • **Cuota:** GRATUITA

FEB > JUN

CHARLA SOBRE COMPRAS SEGURAS EN INTERNET Y BANCA DIGITAL

Taller para aprender a manejar las herramientas en la nube (Google Drive, Google Docs y Google Calendar) y de comunicación por videoconferencias (Google Meet).

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: por determinar • **Duración:** 2 horas

Plazas disponibles: 8 • **Cuota:** GRATUITA

SESIONES INDIVIDUALIZADAS PARA AUTÓNOMOS Y EMPRENDEDORES SOBRE MARKETING DIGITAL, DISEÑO DE PÁGINAS WEB Y REDES SOCIALES

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

Horario: por determinar

Duración: entre 4 y 10 horas

TECNOLOGÍA
ÁREA DE TECNOLOGÍA

11 FEB > 18 FEB

CURSO DE CORTADORAS DE JAMÓN “PROGRAMA IRPF2020”

Preferentemente para:

Mujeres jóvenes y adultas desempleadas en situación de exclusión social con edad, a partir de los 16 años.

PLAZO DE INSCRIPCIÓN: del 1 al 9 de febrero 2022

Horario: de lunes a viernes (mañana y tarde)

Duración: 42 horas

Plazas disponibles: 15

Cuota: GRATUITA

21 FEB > 31 MAR

CURSO DE COACHING-INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA MUJERES “PROGRAMA IRPF2020”

Preferentemente para:

Mujeres jóvenes y adultas desempleadas en situación de exclusión social con edad, a partir de los 16 años.

PLAZO DE INSCRIPCIÓN: del 1 al 15 de febrero 2022

Horario: de lunes a jueves de 9:30 a 13:30 horas

Duración: 96 horas

Plazas disponibles: 15

Cuota: GRATUITA

2 MAR > 4 MAY

MUJERES QUE CAMBIARON LA HISTORIA

Serie de conferencias que reafirman la importancia de la mujer a lo largo de la historia de la humanidad.

Conferencias impartidas por: Estefanía Romero Capita.

> MUJERES EXTREMEÑAS, DESCUBRIDORAS

Inés de Suarez y Catalina Bustamante.

> LAS HERMANAS BRÖNTE

Emily, Anne y Charlotte: una moderna rebeldía.

> AGATHA CHRISTIE

La gran dama del misterio.

> MUJERES DE CIENCIA

María Andresa Casamayor, Dorotea Barnés
y María Montserrat Capdevila D'Oriola.

> MUJERES QUE INSPIRARON HISTORIAS

Gala Dali, Marie-Thérèse Walter, Olga Koklova
y Eva Gouel.

> REINAS

Juana la loca, Isabel la Católica e Isabel Clara Eugenia.

> MUJERES EN LA SOMBRA

María Teresa de León, Elena Garro y Zeida Sayre.

> POR LOS DERECHOS DE LAS MUJERES

Clara Zetkin, Clara Campoamor y Dolores Ibárruri.

> UNA MIRADA AL ARTE

Rosa Bonhuer, Mary Cassatt y Tamara de Lempicka.

> ALMUDENA GRANDES

Autora con gran vinculación cinematográfica.

Horario: miércoles de 10:30 a 11:45 horas

Plazas disponibles: 15

Cuota: GRATUITA

IGUALDAD
CONFERENCIAS



VARIAS FECHAS

NOVEDAD

TALLERES INTENSIVOS “EL PODER DE SER QUIEN SOY”

> CONECTANDO CON MI NIÑO/A INTERIOR

Horarios:

viernes 4 marzo (17:00 a 20:00 h.) • sábado 5 marzo (9:00 a 14:00 h. y 17:00 a 20:00 h.)

Plazas disponibles: 12 • **Cuota:** 5€

> SUPERANDO LA ADVERSIDAD: RESILENCIA

Horarios:

viernes 25 marzo (17:00 a 20:00 h.) • sábado 26 marzo (9:00 a 14:00 h. y 17:00 a 20:00 h.)

Plazas disponibles: 12 • **Cuota:** 5€

> MI EGO Y YO: ¿QUIÉN GANA?

Horarios:

viernes 22 abril (17:00 a 20:00 h.) • sábado 23 abril (9:00 a 14:00 h. y 17:00 a 20:00 h.)

Plazas disponibles: 12 • **Cuota:** 5€

Impartido por: Ana María González González. Centro de Recuperación Emocional “Eusebia López”

NOVEDAD

TALLERES ESTÁNDAR

> **COMO ACOMPAÑAR MIS PERDIDAS Y LAS DE OTRAS PERSONAS** Mejorar la calidad de vida de las personas y familias en caso de fallecimiento de un ser querido.
Horario: del 8 marzo al 31 de mayo (martes de 10:30 a 12:00 h.) • **Duración:** 20 h. • **Plazas disponibles:** 12 • **Cuota:** 15€ • **Impartido por:** Sofía Yuste.

> VIVIR MAS Y MEJOR

Claves para tu salud y para tu longevidad.

Horario: del 1 marzo al 1 de abril (martes y viernes de 11:00 a 13:00 h.) • **Duración:** 20 h.

Plazas disponibles: 15 **Cuota:** 20€ • **Impartido por:** Logan Gómez Chauvet.

> AUTOCONTROL

Como dominar nuestras emociones.

Horario: del 3 al 24 de marzo (lunes y jueves 10:00 a 12:00 h.)

Duración: 14 h. • **Plazas disponibles:** 12 • **Cuota:** 14€

Impartido por: Susana Rico Rodríguez.

> TALLER DE FELICIDAD

Descubrir en que consiste en verdad la felicidad y aprender la manera sencilla de conseguirla.

Horario: del 4 abril al 16 de mayo (lunes y jueves de 16:30 a 18:30 h.)

Duración: 20 h. • **Plazas disponibles:** 15 • **Cuota:** 20€

SALUD
ÁREA DE BIENESTAR

VARIAS FECHAS

TALLER DE PAN ARTESANO

A partir de ahora podrás elaborar tu propio pan en casa.

Monitor:

Javier Quintan Lorenzo. (*Obrador artesano Quintana*)

Miércoles 16 febrero: de 10:00 a 13:00 horas

Miércoles 23 febrero: de 10:00 a 13:00 horas

Plazas disponibles: 10 • **Cuota:** 6€

VARIAS FECHAS

TALLER DE REPOSTERÍA

Iníciate en el arte de la repostería, aprendiendo a elaborar recetas de forma dinámica y divertida.

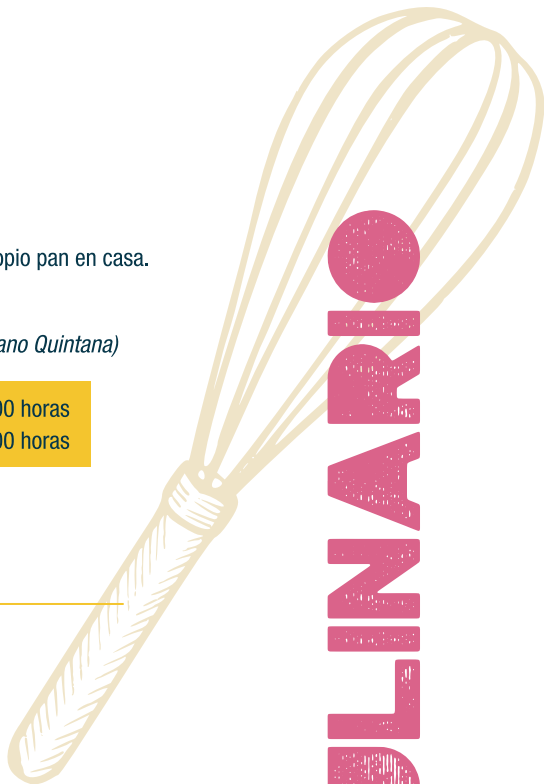
Monitor:

Juan Antonio Parejo Ruiz (*La Florentina*)

Miércoles 9 marzo: de 10:00 a 13:00 horas

Miércoles 23 marzo: de 10:00 a 13:00 horas

Plazas disponibles: 10 • **Cuota:** 6€



AL CALOR DE LOS FOGONES

VARIAS FECHAS

TALLER VEGANO

Aprenderás a elaborar platos sencillos y saludables. Iníciate en la cocina vegetal.

Monitor:

Jorge Díaz Pérez (*Restaurante Becada*)

Miércoles 6 abril: de 10:00 a 13:00 horas

Miércoles 20 abril: de 10:00 a 13:00 horas

Plazas disponibles: 10 • **Cuota:** 6€

VARIAS FECHAS

TALLER TAPAS Y APERITIVOS

Practica las técnicas precisas para la preparación de recetas de rápida elaboración. Aprende la preparación y presentación de tapas, pinchos y aperitivos.

Monitor:

Jorge Fernández Marín (*Taberna Sevebrau*)

Miércoles 4 mayo: de 10:00 a 13:00 horas

Miércoles 18 mayo: de 10:00 a 13:00 horas

Plazas disponibles: 10 • **Cuota:** 6€

VARIAS FECHAS

TALLER SUSHI

¿Te gusta la cocina japonesa? Aprende a elaborarla en este taller, iniciándote en recetas fáciles y muy sabrosas.

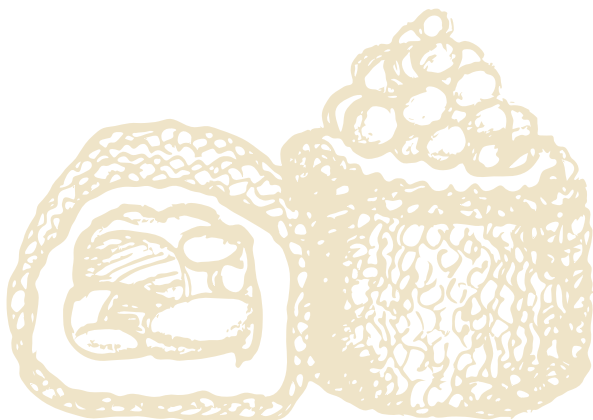
Monitor/a: Tsuna Asia Fusión.

Miércoles 8 junio: de 10:00 a 13:00 horas

Miércoles 22 junio: de 10:00 a 13:00 horas

Plazas disponibles: 10

Cuota: 6€



ARTE CULINARIO

AL CALOR DE LOS FOGONES



NATURALEZA Y SOSTENIBILIDAD

19 ABR > 31 MAY

TALLER DE ETNOBOTANICA AVANZADA EN VILLANUEVA DE LA SERENA Y SU ENTORNO

Aprenderás de forma práctica el conocimiento de las plantas silvestres y urbanas de la localidad y alrededores.
El taller se realizará en el exterior.

Monitor: Antonio Gentil Cabrilla.

Horario: martes de 17:00 a 20:00 horas

Duración: 21 horas

Plazas disponibles: 15

Cuota: 20€

ABR-MAY 2022

CONOCE TU ENTORNO NATURAL

Acompáñanos y disfruta de la floración de nuestro entorno, así como de la zona del **Quinto Coto** y los campos de cultivo de temporada, el **Centro Medioambiental**, campo de golf y zona de acampada, a través de visitas-charlas guiadas.

Colabora: Concejalía de Agricultura y Medioambiente.

FRUTALES EN FLOR: Abril

QUINTO COTO: Mayo

Horario: Sábados por la mañana

ACTIVIDADES EN LOS BARRIOS: ESTIMULACIÓN CORPORAL Y MENTAL

Potencia tu salud mental, física y emocional.

Monitor: Justi Segador Chamizo.

9 FEB > 29 JUN • GRUPO I

BARRIO DEL PILAR

Horario: lunes y miércoles de 9:30 a 10:30 h.

Duración: 40 h. • **Plazas disponibles:** 15 • **Cuota:** 20€

BARRIO CRUZ DEL RIO

Horario: lunes y miércoles de 11:00 a 12:00 h.

Duración: 40 h. • **Plazas disponibles:** 15 • **Cuota:** 20€

PARQUE DE LA CONSTITUCIÓN

Horario: lunes y miércoles de 12:30 a 13:30 h.

Duración: 40 h. • **Plazas disponibles:** 15 • **Cuota:** 20€

8 FEB > 28 JUN • GRUPO II

BARRIO DEL PILAR

Horario: martes y jueves de 9:30 a 10:30 h.

Duración: 40 h. • **Plazas disponibles:** 15 • **Cuota:** 20€

BARRIO CRUZ DEL RIO

Horario: martes y jueves de 11:00 a 12:00 h.

Duración: 40 h. • **Plazas disponibles:** 15 • **Cuota:** 20€

PARQUE DE LA CONSTITUCIÓN

Horario: martes y jueves de 12:30 a 13:30 h.

Duración: 40 h. • **Plazas disponibles:** 15 • **Cuota:** 20€

BARRIOS

ACTIVIDAD FÍSICA

28 FEB > 30 MAY

TALLER DE FUERZA Y ESTIRAMIENTOS

La fortaleza no llega de la capacidad física.

Llega de una voluntad indomable.

Mahatma Gandhi

Tonificación muscular a través de varias técnicas.
Y trabajar la flexibilidad y elasticidad..

Monitor: Justi Segador Chamizo.

Horario GRUPO I: lunes de 18:00 a 19:00 horas

Horario GRUPO II: lunes de 19:10 a 20:15 horas

Duración: 21 horas • **Plazas disponibles:** 8

Cuota: 10€

11 FEB > 24 JUN

TALLER DE BAILE

Diviértete y potencia la alegría de vivir. El baile aporta numerosos beneficios a tu salud mental, sus diversos beneficios comprueban el famoso refrán: “*Cuerpo sano, mente sana*”. El baile no sólo pone tu cuerpo en forma, si no también tu mente, de esta forma.

Monitor: Justi Segador Chamizo.

Horario GRUPO I: Viernes de 9:30 a 10:30 horas

Horario GRUPO II: Lunes de 10:45 a 11:45 horas

Horario GRUPO III: Lunes de 12:00 a 13:00 horas

Lugar: Parque de la Constitución • **Duración:** 18 horas

Plazas disponibles: 15/grupo • **Cuota:** 10€

INSCRIPCIÓN

INSCRIPCIONES A PARTIR DEL 1 DE FEBRERO DE 2022

EN LOS CURSOS Y TALLERES QUE SE INSCRIBAN MÁS CANDIDATOS
QUE EL NÚMERO DE PLAZAS OFERTADAS, LAS PLAZAS SE
OCUPARAN POR SORTEO EL DÍA 07 DE ABRIL DE 2022

INFORMACIÓN

www.villanuevadelaserena.es
924 84 60 10 - Ext. 41300

IMPORTANTE

Los horarios pueden variar una vez iniciados los cursos y talleres.

Requisitos habituales solicitados, salvo excepción, son:

Ser mayores de 16 años y DNI o NIE

Existe la posibilidad de acceder a **matrícula gratuita** en caso de que
la situación económica no permita el pago de la misma. Consúltanos.

INSCRIPCIONES EN

Centro Educativo Municipal
Jesús García Trujillo de Villanueva de la Serena
C/ José Miguel Santiago Castelo, 7 - Bajo



ESCANEA ESTE CÓDIGO
CON TU SMARTPHONE Y
DESCUBRE MÁS SOBRE
TODOS LOS CURSOS 2022



UNIVERSIDAD POPULAR

CURSOS•TALLERES•ACTIVIDADES

2022

