



Ayuntamiento de
VILLANUEVA
DE LA SERENA

UNIVERSIDAD POPULAR

VILLANUEVA DE LA SERENA

CURSOS / TALLERES / ACTIVIDADES

SEPTIEMBRE - DICIEMBRE **2022**



PROGRAMACIÓN UNIVERSIDAD POPULAR SEPTIEMBRE-DICIEMBRE 2022
CURSOS-TALLERES-ACTIVIDADES

"FORM-ARTE."

CREATIVIDAD

"CREATIVIDAD Y SOSTENIBILIDAD"

Aprende a reutilizar esos "trastos" y darlos un nuevo uso, utilizando técnicas de mosaico.

Del 21 de septiembre al 14 de diciembre de 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota: 30€ Duración: 30 horas.

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

Monitora: María Abril Sanz

"ARREGLA Y COSE CON TU MÁQUINA"

Aprende todo lo que se puede hacer con una máquina de coser, desde los pequeños arreglos a poder confeccionar tus propias prendas.

Del 22 de septiembre al 15 de diciembre de 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota: 30 € (imprescindible máquina de coser).

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

Monitora: Josefa Carrillo Caballero

ESCUELA DE MODA "CREA TUS PROPIAS PRENDAS"

Patronaje y aplicación práctica, obteniendo como resultado final tu propia camisa y tu propia falda

Del 19 de septiembre al 9 de noviembre 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota: 30 € + material Duración: 30 horas.

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

Monitora: Carmen Lozano López de Haro

"GANCHILLO CREATIVO"

Lo que conocemos como ganchillo o "Crochet" consiste simplemente en entrelazar bucles de hilo con una aguja o gancho. Una técnica que ha pasado de estar olvidada a estar de plena actualidad.

Del 20 de septiembre al 29 de noviembre de 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota: 30 € + material. Duración 30 horas.

Horario: martes de 17 a 20:00 horas.

Monitora: Alba María Frutos Mera.

“Tejiendo la Navidad” (NOVEDAD)

Aprende a tejer tu propia navidad, utilizando la técnica de crochet Amigurumi, una técnica japonesa adaptada a nuestras costumbres con resultados que no dejan a nadie indiferente.

Del 26 de octubre al 14 de diciembre de 2022.

N.º Plazas: 12. Cuota: 10 €+ material Duración: 20 horas.

Horario: miércoles de 16:00 a 18:30 horas.

Monitora: Eva Mª Llanos Mera

“ENAMORARTE” Manualidades y reciclaje. (NOVEDAD)

Con este taller desarrollarás tu creatividad y la imaginación a través de manualidades utilizando el reciclaje, para así poner nuestro granito de arena en hacer un mundo más sostenible. Te enamorarás de este taller.

Del 20 de septiembre al 20 de diciembre

N.º Plazas: 15. Cuota: 15 €+ material. Duración: 30 horas.

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

Monitora: Ruth Alarcón Rayego.

ARTE URBANO Y ARTE PÚBLICO (NOVEDAD)

Actividad destinada preferiblemente a jóvenes con inquietudes en el mundo del arte urbano y arte público, donde podrán conocer las distintas tendencias y practicarlas, un taller novedoso que pone en valor el arte nacido de la calle.

Del 25 de octubre al 1 de diciembre de 2022

N.º Plazas: 15. Cuota: 15 €+ material. Duración: 30 horas.

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

Espacio para Creación Joven (Salto de agua)

Monitora: Dionisio Moreno

“Los recursos de la creatividad. ¿Cómo perder el miedo al folio en blanco? (NOVEDAD)

Con este taller podrás perder el miedo al folio en blanco, que suele ser el espejo de tu temor a escribir. Ponte el reto de desafiar cada día a ese enemigo con un plan ordenado.

Del 22 de septiembre al 22 de diciembre de 2022

Nº Plazas: 15. Cuota: 10€ Duración: 20 horas.

Horario: 20:00 a 21:30 jueves

Monitora: Consuelo Pineda Pizarro.

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.

Martes alternos del 20 de septiembre al 13 de diciembre de 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota: 6€ Duración: 6h.

Horario: martes de 13:00h a 14:00h.

Monitor: Chema Oliver Vivas.

EDUCACIÓN

INICIACIÓN AL INGLÉS.

Del 20 de septiembre al 22 de diciembre de 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota: 30 € Duración: 37,5 horas

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

Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.

INICIACIÓN AL INGLÉS.

Del 20 de septiembre al 22 de diciembre de 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota: 30 € Duración: 37,5 horas

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

Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.

INGLÉS I.

Del 19 de septiembre al 21 de diciembre de 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota: 30 € Duración: 37,5 horas

Horario: lunes y miércoles de 11:30 a 13:00 horas.

Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.

INGLÉS II. MAÑANAS

Del 20 de septiembre al 22 de diciembre de 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota: 30 € Duración: 37,5 horas

Horario: martes y jueves de 11:30 a 13:00 horas.

Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.

INGLÉS II. TARDES

Del 20 de septiembre al 22 de diciembre de 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota: 30 € Duración: 37,5 horas

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

Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.

INGLES III.

Del 19 de septiembre al 21 de diciembre de 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota: 30 € Duración: 37,5 horas

Horario: lunes y miércoles de 10:00 a 11:30 horas

Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.

ADULTOS Y MAYORES ACTIVOS

MEMORIA "Entrenamos por una mente activa".

La memoria, al igual que otras capacidades mentales, se puede potenciar gracias al entrenamiento personal, como las habilidades físicas y manuales. Lo importante es mantenerse activo en todos los sentidos a lo largo de nuestra vida, para que nuestras capacidades disminuyan lo menos posible.

Del 22 de septiembre al 16 de noviembre de 2022.

N.º Plazas:12. Cuota: 16 € Duración: **16 horas**

Horario: 10:30 a 12:30 jueves

Monitora: Sonia Benito Lorenzo.

MATEMÁTICAS EN LA VIDA DIARIA "Vivir con números" (NOVEDAD)

Con este taller trabajaremos las matemáticas en situaciones cotidianas de nuestro día a día, ver y comprender los contenidos matemáticos que nos rodean y poder convivir con ellos sin que pasen desapercibidos.

Del 13 de octubre al 01 de diciembre de 2022.

N.º Plazas:12. Cuota: 8 € Duración: **16 horas**

Horario: 10:30 a 12:30 miércoles

Monitora: Sonia Benito Lorenzo.

TECNOLOGÍA

INICIACIÓN A LA FOTOGRAFÍA

Constará de cuatro talleres de 4 horas donde podrás empezar a manejar tu cámara digital y poder conocer técnicas que harán que immortalices momentos y vivencias sacando el mayor partido a tu cámara.

Taller de iniciación a la fotografía digital.

Taller de manejo de flashes externos.

Taller de fotografías de alta velocidad.

Taller de fotografías de larga exposición.

Del 03 de octubre al 25 de octubre de 2022.

N.º Plazas: 15. Cuota por taller: 12€ Cuota curso completo: 40€.

Para socios de fotobjetivo 50%.descuento.

Horario: lunes y martes de 19:00 a 21:00 horas

Monitores: Asociación Fotobjetivo.

INFORMÁTICA.

Nivel Básico

Taller de Competencias Digitales Básicas. Horario de Mañana y/o tarde. 40 horas. Curso para aprender conceptos básicos de informática: Manejo de ratón y teclado, elaboración de documentos sencillos y navegación por Internet.

Taller Reto Digital para mayores de 55 años. 20 horas. Horario de mañana. Curso destinado a personas mayores que quieren aprender a manejar un ordenador y también un teléfono móvil.

Nivel Intermedio.

Taller Conecta: Competencia Intermedias. Horario de mañana y/o tarde. 40 horas. Utilización del Correo electrónico. Redes sociales con Facebook y uso de videollamadas con Whatsapp.

Taller de Ofimática con LibreOffice. Horario de Mañana. 15 horas. Creación y edición de documentos y hojas de cálculo.

Nivel Avanzado.

Taller de creación de contenidos digitales. Horario de mañana. 15 horas. Diseño gráfico online con Canva y Creación de Blog con Blogger.

Taller sobre Herramientas de Teletrabajo y Colaboración Digital. Horario de mañana. 15 horas. 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).

Trámites y gestiones online con la administración. Horario de Mañana. 12 horas. Curso para obtener el certificado digital y poder usarlo en la realización de trámites con la Administración.

TALLERES DE LABORATORIO SOCIAL DIGITAL PARA JÓVENES.

Taller básico sobre diseño e impresión 3D. 10 Horas. Horario de mañana.

Taller básico de Raspberry PI. 10 horas. Horario de mañana.

Taller de Edición de Video para Youtubers. 10 horas, horario de tarde.

Taller Iniciación a la Robótica. 10 horas. Horario de mañana o de tarde.

CHARLAS DEMOSTRATIVAS

Charla sobre municipios inteligentes y SmartCities. 2 horas. Horario por determinar.

Charla sobre compras seguras en Internet y Banca Digital. 2 horas. Horario por determinar. Cercano al Black Friday.

SESIONES INDIVIDUALIZADAS

PARA AUTÓNOMOS Y EMPRENDEDORES SOBRE MARKETING DIGITAL, DISEÑO DE PÁGINAS WEB Y USO DE LAS REDES SOCIALES. Horario por determinar. Entre 4 y 10 horas.

Monitor: Lorenzo Ponce Blanco.

EMPLEO

Cocina creativa “Programa IRPF2020”

Preferentemente para: Mujeres jóvenes y adultas desempleadas, a partir de los 16 años.

De octubre a diciembre de 2022.

N.º Plazas:12. Cuota: Gratuita.

Horario: de lunes a viernes de 9:00 a 13:00 /50 horas.

Plazo de inscripción del 01 al 30 de septiembre de 2022.

HILO Y ARTE EN L’ATELIER VIOLETA

Preferentemente para: Mujeres jóvenes y adultas desempleadas, a partir de los 16 años.

Del 19 de septiembre al 21 de diciembre de 2022.

N.º Plazas:12. Cuota: Gratuita.

Horario: de lunes a viernes de 9:30 a 13:30h./260 horas.

Plaza de inscripción del 01 al 19 de septiembre de 2022

IGUALDAD

MUJERES HACIENDO HISTORIA, HACIENDO FUTURO

Escritoras, científicas, actrices, políticas o aviadoras, entre otras profesiones. Son muchas las mujeres que han cambiado la historia en el tiempo que les tocó vivir con este taller nos adentraremos en el conocimiento de personalidades femeninas que han destacado a lo largo de la historia.

Del 28 de septiembre al 14 de diciembre de 2022.

N.º Plazas 15. Cuota: Gratuito. 10 sesiones de 1 hora/aprox

Horario: miércoles de 10.30 a 11:30h. en Biblioteca

Monitora: Estefanía Romero Capita.

BIENESTAR SOCIAL-PERSONAL

ALIMENTACIÓN SALUDABLE (NOVEDAD)

Claves para que la compra de alimentos repercuta directamente en tu salud y la de los tuyos, indicaciones para poder llevar una dieta saludable con consejos y recetas fáciles de aplicar.

Del 19 de septiembre al 24 de octubre de 2022.

N.º Plazas:15. Cuota: 10€.

Horario: lunes y miércoles de 18:30 a 20:30 /20 horas.

Monitora: Mayte Galache Vicente

“COMO GESTIONAR TU ESTRÉS” (NOVEDAD)

El estrés supone una fuente de presión que repercute a nivel físico y psicológico, con este taller queremos aportar las estrategias necesarias para hacerle frente y convivir de forma positiva con él.

Del 19 de septiembre al 07 de noviembre 2022.

N.º Plazas:15. Cuota: 15€. Duración: 30 horas.

Horario: lunes y jueves de 16:30 a 18:30 horas.

Monitora: María Soukaina Orejudo Rodríguez

BELLEZA Y CUIDADOS PERSONALES

Aprende a utilizar los productos y tratamientos que mejor se adaptan a tu tipo de piel, desarrolla habilidades en las nuevas técnicas básicas de maquillaje y manicura y sobre todo a aplicártelas tú misma.

En dos talleres de 20 y 10 horas, taller de maquillaje y cuidados faciales y taller de manicura, podrás elegir entre talleres individuales o curso completo.

Del 20 de septiembre al 28 de octubre de 2022.

Plazas 10. Cuota taller Maquillaje: 20€ + Material, taller de manicura 10€. Curso completo: 30€.

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

Monitora: Yolanda Ruiz Barco.

REGOGIDOS, SEMIRECOGIDOS Y TRENZAS (NOVEDAD)

Con este taller podrás aprender conceptos básicos de cómo realizar recogidos, semirrecogidos o trenzas, para obtener recursos a la hora de hacer distintos peinados, tanto a sí mismo como a otras personas.

Del 21 de noviembre al 07 de diciembre de 2022.

N.º Plazas:14. Cuota: 15€+material. Duración: 30 horas.

Horario: De lunes a viernes de 16:00 a 19:30.

Monitora: Carmen Romero.

ARTE CULINARIO

TALLER INICIACIÓN A LA CERVEZA ARTESANA Y SU CATA

Iníciate en el conocimiento de la cerveza artesana y su cata, para poder disfrutar de esta bebida milenaria.

Desde el 18 de octubre al 27 de octubre de 2022.

Martes y jueves de 18:00 a 20:00h

Nº de plazas 20 Máximo 12 Mínimo Cuota: 30€

Monitor: José Severiano Fernández de la Cruz

TALLER "LA CATA DE AROMA Y SABOR DEL VINO

Desde 23 de septiembre hasta 21 de octubre

Viernes de 18:00 a 20:00 horas.

Nº de plazas 15 Cuota 30€

Monitor: Juan Luis Moreno Muñana

NATURALEZA Y SOSTENIBILIDAD

TALLER DE ETNOBOTANICA "VILLANUEVA Y SU ENTORNO, ESENCIAS, INFUSIONES, ARTESANÍA Y OTROS USOS DE PLANTAS"

A veces en nuestro entorno más próximo tenemos la posibilidad de tener acceso a plantas silvestres para poder consumir en distintas formas, como infusiones, para preparar ungüentos, perfumes, ... Aprenderás de forma práctica el conocimiento de las plantas silvestres y urbanas de la localidad y alrededores.

Del 11 de octubre de septiembre al 29 noviembre de 2022.

N.º Plazas 20 Cuota:20€.

Horario: martes de 17:00 a 20:00 horas/21 horas.

El taller se realizará en interior y exterior

Monitor: Antonio Gentil Cabrilla.

CONOCE TU ENTORNO NATURAL (NOVEDAD)

Acompáñanos y disfruta de la caída de hojas y los colores del otoño, así como de la zona del Quinto Coto y los campos de cultivo en esta estación, a través de visitas-charlas guiadas.

Mes de noviembre de 2022.

Horario: Por determinar en horario de mañana.

Monitor: Jesús Hidalgo Alonso

BARRIOS EN MOVIMIENTO.

ESTIMULACIÓN CORPORAL Y MENTAL

Con estas actividades tonificamos todos los músculos del cuerpo y potenciamos la salud mental, física y emocional.

"La fortaleza no llega de la capacidad física. Llega de la voluntad indomable" Mahatma Gandhi.

GRUPO I

Barrio del Pilar

Del 19 de septiembre al 21 de diciembre de 2022.

Nº Plazas: 15. Cuota: 20€.

Horario: lunes y miércoles de 09:30h a 10:30h. HORAS/40 horas.

Barrio Cruz del Río

Del 19 de septiembre al 21 de diciembre de 2022.

Nº Plazas: 15. Cuota 20€.

Horario: De lunes a jueves de 11:00h a 12:00h. HORAS/40 horas.

Parque de la Constitución

Del 19 de septiembre al 21 de diciembre de 2022.

Nº Plazas: 15. Cuota: 20€.

Horario: lunes y miércoles de 12:30h a 13:30h. HORAS/40 horas.

GRUPO II

Barrio del Pilar

Del 20 de septiembre al 21 de diciembre de 2022.

Nº Plazas: 15. Cuota: 20€.

Horario: martes y jueves de 09:30h a 10:30h. HORAS/40 horas.

Barrio Cruz del Río

Del 20 de septiembre al 21 de diciembre de 2022.

Nº Plazas: 15. Cuota: 20€.

Horario: martes y jueves de 11:00h a 12:00h. HORAS/40 horas.

Parque de la Constitución

Del 20 de septiembre al 21 de diciembre de 2022.

Nº Plazas: 15. Cuota: 20€.

Horario: martes y jueves de 12:30h a 13:30h. HORAS/40 horas.

Monitora: Justi Segador Chamizo.

BAILES

Diviértete y potencia la alegría de vivir.

El baile aporta numerosos beneficios a tu salud física y mental. Bailaremos todo tipo de música y aprenderemos distintas coreografías.

Del 20 de septiembre al 21 de diciembre de 2022.

Nº Plazas: 15 por grupo. Cuota: 10€.

Horario: Viernes (Grupo I) De 9:30 a 10:30h (Grupo II) De 10:45h a 11:45h (Grupo III) De 12:00h a 13:00h. horas/18 horas.

Lugar: Parque de la Constitución

Monitora: Justi Segador Chamizo.

TAICHI (NOVEDAD)

Iniciación al Taichi. Esta disciplina cuida nuestro cerebro, potenciando nuestra memoria y actúa como ejercicio preventivo de enfermedades que reducen la capacidad cognitiva.

Del 05 de octubre al 07 de diciembre de 2022.

Nº Plazas: 15-20. Cuota: Gratuito.

Horario: Primeros miércoles de cada mes, a las 16:00h.

Lugar: Parque del Rodeo (siempre que la climatología lo permita).

Monitora: Justi Segador Chamizo.

Infórmate en:

www.villanuevadelaserena.es

924 84 60 10 Ext. 41300, 41303

IMPORTANTE

Los horarios pueden variar una vez iniciados los cursos y talleres. Los requisitos habituales solicitados, salvo excepción, son:
Ser mayores de 16 años y DNI o NIE.

En los cursos y talleres que se inscriban más participantes que el número de plazas ofertadas, las plazas se ocuparan por sorteo el día 17 de septiembre de 2022. Los cursos o talleres deberán tener un máximo de participantes y un mínimo para poder desarrollarse, a criterio de la organización, dependiendo de varios indicadores.

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

INSCRIPCIONES DEL 1 DE SEPTIEMBRE AL 14 DE SEPTIEMBRE DE 2022

FORM-arte
2022
SEPTIEMBRE
DICIEMBRE
FORM-arte

