



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.

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

INSCRIPCIONES A PARTIR DEL 02 DE OCTUBRE



PLAN DE ALFABETIZACIÓN TECNOLÓGICA DE EXTREMADURA



Cumplimos los objetivos de desarrollo sostenible

BARRIOS EN MOVIMIENTO

ESTIMULACIÓN CORPORAL Y MENTAL. “El ejercicio silencia la mente”

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

GRUPO I.

BARRIO DEL PILAR

Del 09 de octubre al 20 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: lunes y miércoles
de 09:30 a 10:30 h. / 30 horas.

BARRIO CRUZ DEL RÍO

Del 09 de octubre al 20 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: lunes y miércoles
de 11:00 a 12:00 h. / 30 horas.

GRUPO II.

BARRIO DEL PILAR

Del 10 de octubre al 19 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: martes y jueves
de 09:30 a 10:30 h. / 30 horas.

BARRIO CRUZ DEL RÍO

Del 10 de octubre al 19 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: martes y jueves
de 11:00 a 12:00 h. / 30 horas.

GRUPO III.

PARQUE DE LA CONSTITUCIÓN

Del 09 de octubre al 20 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: lunes y miércoles
de 12:30 a 13:30 h. / 30 horas.

GRUPO IV.

PARQUE DE LA CONSTITUCIÓN

Del 10 de octubre al 19 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: martes y jueves
de 12:30 a 13:30 h. / 30 horas.

BAILES. “Diviértete y potencia la alegría de vivir”

El baile aporta numerosos beneficios a tu salud física y mental. Conoce y practica las diferentes disciplinas de baile.

Del 13 de octubre al 20 de diciembre.
Nº Plazas: 15 por grupo. Cuota: 18 €. / 18 horas.
Horario: viernes

- Grupo I - de 09:30 a 10:20 h.
- Grupo II - de 10:25 a 11:15 h.
- Grupo III - de 11:20 a 12:10 h.
- Grupo IV - de 12:15 a 13:05 h.

- Lugar: Parque de la Constitución
- Monitora: Justi Segador Chamizo.

TALLERES INTENSIVOS ¡NOVEDAD!

MANEJA TU ANSIEDAD

La ansiedad es uno de los principales problemas de salud, dificultando el funcionamiento diario de la persona, este taller nos permitirá identificar las señales de ansiedad y favorecer la sensación de control ante ellas.

Del 16 de octubre al 06 de noviembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 8 €. Horario: lunes de 17:00 a 19:00 h. / 8 horas.
- Monitora: Verónica Valhondo Guerrero.

AUTOMAQUILLAJE

Conoce y aplica las técnicas que te permitirán realzar tus rasgos y resaltar tu propia belleza.

Del 14 al 24 de noviembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 8 €. Horario: martes y viernes
de 17:00 a 19:00 h. / 8 horas.
- Monitora: Yolanda Ruiz Barco.

ELABORACIÓN DE MENÚS SALUDABLES Y EQUILIBRADOS

Martes 10 y miércoles 11 de octubre. Nº Plazas: 15
Cuota: 4 €. Horario: de 17:30 a 19:30 h. / 4 horas.
- Monitora: María Teresa Galache Vicente.

ARTE FLORAL

Del 29 de noviembre al 01 de diciembre. Nº Plazas: 15.
Cuota: 4 €. Duración: 4 horas.
* Horarios por determinar
- Imparte: Florusa.

Conciertos didácticos AUPEX

CLÁSICOS POPULARES. TRES SIGLOS DE MÚSICA. “Dúo Bernáldez”

09 de noviembre. 12:00 h. Teatro Las Vegas

* Destinado a colegios.

* NOTA:

Para los cursos y talleres donde haya **más candidatos que número de plazas ofertadas**, la ocupación de las mismas se hará por **sorteo**. Así mismo, **deberán tener un máximo y un mínimo de participantes** para poder desarrollarse, a criterio de la organización y dependiendo de varios indicadores.

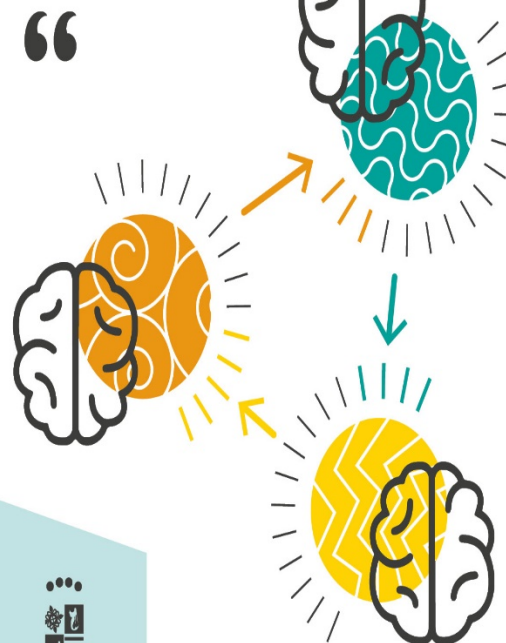
UNIVERSIDAD POPULAR

VILLANUEVA DE LA SERENA

CURSOS / TALLERES / ACTIVIDADES

OCTUBRE - DICIEMBRE 2023

CREANDO EXPERIENCIAS



MANUALIDADES Y CREATIVIDAD

COSTURA E IMAGEN PERSONAL.

Aprende nociones básicas de costura para la vida diaria, confecciona tus prendas con estilo propio.

Del 19 de octubre al 21 de diciembre. Nº Plazas: 15.
Cuota: 30 € (imprescindible máquina de coser)
Horario: jueves de 16:30 a 19:30 horas / 30 horas.

- *Monitora: Josefa Carrillo Caballero*

GANCHILLO PARA DES (CONECTAR).

Consiste en entrelazar bucles de hilo con una aguja o gancho, estableciendo lazos sociales e integradores dentro del tejido en grupo.

Del 10 de octubre al 12 de diciembre. Nº Plazas: 15.
Cuota: 30 €. Horario: martes de 17:00 a 20:00 horas / 30 horas.
- *Monitora: Alba María Frutos Mera.*

CANCIÓN A MEDIODÍA.

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.

Del 10 de octubre al 28 de noviembre. Nº Plazas: 15.
Cuota: 8 €. Horario: martes de 13:00 a 14:00 horas / 8 horas.
- *Monitor: Jose María Oliver Vivas.*

EDUCACIÓN

CURSO DE INICIACIÓN AL INGLÉS.

Del 10 de octubre al 21 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: martes y jueves de 10:30 a 12:00 h. / 30 horas.

CURSO DE INGLÉS I. MAÑANAS

Del 10 de octubre al 21 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: martes y jueves de 12:00 a 13:30 h. / 30 horas.

CURSO DE INGLÉS I. TARDES

Del 10 de octubre al 21 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: martes y jueves de 19:30 a 21:00 h. / 30 horas.

CURSO DE INGLÉS II. MAÑANAS

Del 09 de octubre al 20 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: lunes y miércoles de 12:00 a 13:30 h. / 30 horas.

CURSO DE INGLÉS II. TARDES

Del 10 de octubre al 21 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: martes y jueves de 18:00 a 19:30 h. / 30 horas.

CURSO DE INGLÉS III.

Del 09 de octubre al 20 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: lunes y miércoles de 10:30 a 12:00 h. / 30 horas.

- *Monitora: María del Carmen Serradilla Santos.*

LENGUA Y CULTURA ESPAÑOLA PARA INMIGRANTES. PROGRAMA DE APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA. PROGRAMA PAL.

Promover el aprendizaje de la Lengua Española adquiriendo nociones básicas de lectura, escritura y cálculo, como vehículo indispensable para la integración y participación social.

Fecha por determinar. Nº Plazas: 20
Cuota: gratuito. Horario: de lunes a jueves de 10:00 a 12:00 h. / 150 horas.
- *Lugar: Sala multiusos, local 18, Plaza de Salamanca.*
- *Monitoría por determinar.*

LENGUAJE DE SIGNOS. NIVEL II.

Continuación del taller de iniciación de lenguaje de signos. Indicado para personas que ya tienen conocimientos y quieran afianzar y tener herramientas de comunicación con las personas no oyentes, como vehículo de integración e inclusión.

Del 11 de octubre al 04 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 30 €. Horario: lunes y miércoles de 17:00 a 19:00 h. / 30 horas.
- *Monitora: Gloria Rivas Gómez.*

HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE PARA LA MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA. CONCEPTOS Y APLICACIONES PRÁCTICAS. **¡NOVEDAD!**

Curso dirigido a todas las personas interesadas en mejorar su calidad de vida con un curso donde se combinan la teoría y la práctica y que aportará las herramientas para mejorar la calidad de vida.

Del 14 de noviembre al 07 de diciembre. Nº Plazas: 20
Cuota: 15 €. Horario: martes y jueves de 17:00 a 20:00 h. / 30 horas.
- *Monitor: Francisco Javier Grijota Pérez.*

ADULTOS Y MAYORES ACTIVOS

TALLER DE MEMORIA “ENTRENAMOS POR UNA MENTE ACTIVA”

Entrenar nuestra memoria con el fin de prevenir y/o frenar su deterioro. Este taller nos permite recordar el pasado, vincularlo al presente y trabajar desde un espacio lúdico en el que nuestros mayores sean parte activa de la formación.

Del 19 de octubre al 21 de diciembre. Nº Plazas: 15.
Cuota: 20 €. Horario: jueves de 10:30 a 12:30 horas / 20 horas.
- *Monitora: Sonia Benito Lorenzo.*

INFORMÁTICA

NIVEL BÁSICO.

TALLER BÁSICO DE INFORMÁTICA.

Del 16 al 31 de octubre.
Horario: lunes a viernes de 12:00 a 13:30 h. / 20 horas.

Contenidos:

- Manejo del ratón y teclado
- Elaboración de documentos sencillos
- Uso del correo electrónico
- Uso básico del móvil

NIVEL INTERMEDIO.

TALLER DE OFIMÁTICA CON LIBREOFFICE.

Del 06 al 21 de noviembre.
Horario: lunes a viernes de 12:00 a 13:30 h. / 20 horas.

Contenidos:

- Procesador de textos LibreOffice Writer
- Hoja de cálculo LibreOffice Calc

NIVEL AVANZADO.

TALLER AVANZADO DE INFORMÁTICA.

Del 23 de noviembre al 13 de diciembre.
Horario: lunes a viernes de 12:00 a 13:30 h. / 20 horas.

Contenidos:

- Creación de contenidos digitales con Canva
- Herramientas en la Nube (Google Docs)
- Uso del Certificado Digital para trámites Online

CHARLAS DEMOSTRATIVAS.

COMPRAS SEGURAS EN INTERNET Y BANCA DIGITAL.

22 de noviembre.
Horario: de 12:00 a 14:00 h.

Contenidos:

- Charla de dos horas para enseñar a comprar y pagar por internet en tiendas online.

¿CÓMO ELEGIR EL REGALO TECNOLÓGICO PERFECTO?.

14 de diciembre.
Horario: de 12:00 a 14:00 h.

Contenidos:

- Charla de dos horas para enseñar a elegir un móvil o un ordenador o cualquier otro elemento tecnológico para regalar estas navidades.

ARTE CULINARIO

TALLER DE APERITIVOS NAVIDEÑOS “DE LA LATA A LA TAPA”

Aperitivos rápidos, sencillos y económicos para triunfar en Navidad.

Del 20 al 24 de noviembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 10 €. Horario: de lunes a viernes de 09:30 a 11:30 h. / 10 horas.

TALLER DE POSTRES PARA NAVIDAD.

Elaboración con productos de temporada.

Del 27 de noviembre al 01 de diciembre. Nº Plazas: 15
Cuota: 10 €. Horario: de lunes a viernes de 09:30 a 11:30 h. / 10 horas.

- *Monitora: María José Muñoz Blázquez.*

NATURALEZA Y MUNDO ANIMAL

CURSO DE ORNITOLOGÍA II. AVES RESIDENTES E INVERNANTES.

Se realizarán rutas de observación y estudio de las aves en Villanueva de la Serena y su entorno.

Del 17 de octubre al 12 de diciembre. Nº Plazas: 20
Cuota: 24 €. Horario: martes de 16:30 a 19:30 h. / 24 horas.

*El taller se realizará en el exterior
- *Monitor: Antonio Gentil Cabrilla.*