



2ª Programación

Curso 2024/25

CURSOS Y TALLERES

PRIMAVERA 2025

Inscripciones on line en

<https://universidadpopular.bolanosdecalatrava.es>

Desde el martes 14 de enero hasta el viernes 31 de enero (o agotar plazas disponibles)

INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA		MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura	1º Turno: martes y jueves de 09:30 a 11:00 2º Turno: martes y jueves de 19:30 a 21:00	
MONITOR: J. Alberto Aranda		
Conceptos básicos de informática, programas de Windows (calculadora, Paint,...), funciones básicas de Word, Internet y Correo Electrónico.		

TALLERES DE ADMINISTRACIÓN ELECTRÓNICA (GRATUITO)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identidad digital: sistema Cl@ve, Certificado Digital y Carpeta Ciudadana. (2 abril –mañana-) 2. Seguridad Social y Servicio Público de Empleo Estatal (SEPE) (9 abril –mañana-) 3. DGT y SESCAM: uso de apps móviles (23 abril –mañana) 	
	Monitor: Técnicos en Competencias Digitales. Lugar: Centros PID. Horario por determinar (se contactará con los inscritos).	

EJERCICIOS DE FUERZA PARA MAYORES		MATRÍCULA 35 € (El pago se realizará en el Centro)
Bike Fit Center (C/ Gran Capitán)	martes y jueves de 10:30 a 11:00	
Actividad dirigida a mayores para obtener un nivel de salud óptimo y poder realizar las actividades cotidianas sin dolor. Actividad gestionada por Bike Fit Center		

PILATES		MATRÍCULA 30 €
Gimnasio Kimte ´s	1º Turno: lunes y miércoles de 9:15 a 10:15 2º Turno: lunes y miércoles de 10:15 a 11:15 3º Turno: martes y jueves de 17:30 a 18:30 4º Turno: martes y jueves de 18:30 a 19:30	
MONITORA: Gimnasio Kimte ´s		

TALLER DE AJEDREZ		MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura	1º turno: martes y jueves, de 19:00 a 20:00 h 2º turno: martes y jueves, de 20:00 a 21:00 h	
MONITOR: José Ramón Ramírez		
Dirigido a todas las edades y tanto a nivel básico como avanzado.		

ENTRENAMIENTO FUNCIONAL		MATRÍCULA 30 €
Campo de Fútbol	martes y jueves, de 21:00 a 22:30	
MONITORA: Pilar Arreaza		
Entrena tu cuerpo para dotarlo de más flexibilidad y fuerza a base de estiramientos y equilibrio de cargas.		

TALLER DE TEATRO Y CINE		MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura	lunes y miércoles, de 20:00 a 23:00	
MONITOR: Luis García		
Mediante dinámicas de risoterapia, relajación, expresión corporal, baile, música... los usuarios descubrirán y activarán todo lo necesario para participar en una representación teatral. Ya sea como actores, bailarines, cantantes...		

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO		MATRÍCULA 30 €
Campo de fútbol	1º Turno: martes y jueves de 10:00 a 11:30 2º Turno: martes y jueves de 17:30 a 19:00	
MONITORA: Sonia Prieto		

ZUMBA		MATRÍCULA 30 €
Campo de fútbol	1º Turno: martes y jueves de 11:30 a 13:00 2º Turno: martes y jueves de 19:00 a 20:30	
MONITORA: Sonia Prieto		

MINDFULNESS Y BIENESTAR EMOCIONAL		MATRÍCULA 30 €
Casa de Cultura	Miércoles, de 19:30 a 20:30	
MONITOR: Dámaso Martín Aranda		

MANUALIDADES Y RECICLAJE DECORATIVO		MATRÍCULA 25 €
Bricamu (C/ Almagro)	1º Turno: martes de 17:00 a 19:00 2º Turno: miércoles de 18:00 a 20:00	
MONITORA: M ^a José García. Recicla objetos cotidianos a través de técnicas, como pintura en tela, pintura en cerámica, decoración de madera y cristal...		

TALLER DE HISTORIA LOCAL		MATRÍCULA 10€
Casa de Cultura	INICIACIÓN: jueves de 19:30 a 20:30 AVANZADO: jueves de 20:30 a 21:30	
Monitora: Antonia González		

CLUB DE LECTURA		MATRÍCULA GRATUITA
Casa de Cultura	Viernes de 19:15 a 20:15	
Monitora: Tere Galán		

CORTE Y CONFECCIÓN		MATRÍCULA 30 €
Centro de Adultos	1º Turno: lunes y miércoles de 10:00 a 12:00 2º Turno: lunes y miércoles de 17:00 a 19:00	
MONITORA: M ^a del Monte		

BAILES LATINOS	MATRÍCULA 40 € (asociados) MATRÍCULA 50 € (no asociados) (El pago se realizará en la Asociación)	
Salón del Hogar del Jubilado	INICIACIÓN: Miércoles de 21:30 a 22:30 AVANZADO: Miércoles de 22:30 a 23:30	
Actividad gestionada por Asociación Bailes de Salón Virgen del Monte. Monitora: María Huertas		

RECORRIDO POR EL MUSEO DE LA VIRGEN DEL MONTE		MATRÍCULA GRATUITA
Museo Ermita Virgen del Monte	Sábado de febrero por determinar	
Misceláneas de promesas bordadas custodiadas en el museo de la Virgen del Monte. A cargo de M ^a . Jesús de Toro Calzado. Colabora: Hermandad de la Virgen del Monte.		

PINTURA AL ÓLEO		MATRÍCULA 30 €
Centro de Adultos	1º Turno: lunes y jueves de 18:30 a 20:00 2º Turno: lunes y jueves de 20:00 a 21:30	
MONITOR: Daniel Olmo		

CURSO DE COCINA	MATRÍCULA 30 € (asociados) MATRÍCULA 50 € (no asociados) (El pago se realizará en la Asociación)
Centro de Formación Polígono ind.	Miércoles, de 21:00 a 23:00
Actividad gestionada por la Asociación C. y Gastronómica D ^a . Berenjena. Monitor: Julián Almansa.	

AEROFITNESS (CARDIO,STEP Y TONIFICACIÓN)		MATRÍCULA 30 €
Campo de fútbol	1º Turno: lunes de 11:00 a 12:00, miércoles y viernes, de 09:30 a 10:30 2º Turno: lunes, miércoles y viernes, de 18:30 a 19:30	
MONITORA: Loli Almansa		

TALLER DE MOTIVACIÓN Y NUEVAS ESTRATEGIAS EN LA BÚSQUEDA DE EMPLEO		MATRÍCULA GRATUITA
Casa de Cultura	(4 sesiones de 3 horas de duración, en horario de mañanas de 10:00 a 13:00 – los días 18, 20, 25 y 27 de febrero)	
ESCUELA MUNICIPAL DE EMPLEO Y EMPRENDIMIENTO		
Valorable para las convocatorias de planes de empleo municipales.		

TALLER DE SCRAPBOOKING		MATRÍCULA 25 €
Bricamu (C/ Almagro)	jueves de 11:00 a 13:00	
Aprenderás a realizar diferentes proyectos como tus propios álbumes de recuerdos, tarjetas, cajas, decorar agendas y libretas, y todas aquellas ideas que puedan pasar por tu imaginación.		

CURSO DE FOTOGRAFÍA BÁSICO		MATRÍCULA: 30 €
Casa de Cultura	Martes, de 17:00 a 19:00	
MONITORA: María Martín		
El curso nos enseñará a manejar una cámara, comprender los principios básicos de la composición, la iluminación y la edición de imágenes. Se requiere Cámara digital (preferiblemente una DSLR o mirrorless).		

ARREGLOS DE COSTURA Y RECICLAJE DE PRENDAS DE VESTIR		MATRÍCULA: 30 €
Centro de Adultos	Lunes y Miércoles de 19:00 A 21:00	
MONITORA: M ^a del Monte		

CURSO OFICIAL DE MANIPULADOR DE ALIMENTOS		MATRÍCULA 18 € (pago independiente)
Casa de Cultura	20 de febrero, de 17:00 a 20:00 h.	
MONITOR: LR Consultores		

TALLERES DE ADMINISTRACIÓN ELECTRÓNICA (GRATUITO)	1. Identidad digital: sistema Cl@ve, Certificado Digital y Carpeta Ciudadana. (2 abril -mañana-)
	2. Seguridad Social y Servicio Público de Empleo Estatal (SEPE) (9 abril -mañana-)
	3. DGT y SESCAM: uso de apps móviles (23 abril -mañana-)
Monitor: Técnicos en Competencias Digitales. Lugar: Centros PID. Horario por determinar (se contactará con los inscritos)	

ELABORACIÓN DE POSTRES TÍPICOS DE CUARESMA	MATRÍCULA 15 € (asociados) MATRÍCULA 25 € (no asociados) (El pago se realizará en la Asociación)
Centro de Formación Polígono ind.	Los jueves 20 y 27 de marzo y 3 y 10 de abril, de 21:00 a 23:00
Actividad gestionada por la Asociación C. y Gastronómica D ^a . Berenjena. Monitor: José Gómez.	

ACTIVA TU MENTE		MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura	1º Turno: lunes de 10:00 a 11:30 2º Turno: lunes, de 19:00 a 20:30	
MONITORA: Carmen Pilar (Quiérete Psicología)		
Trabajamos las funciones cognitivas, el déficit de atención, la memoria, la creatividad, etc. Prevenimos el deterioro cognitivo y la demencia, con ejercicios de memoria y de atención.		

TALLERES DE ENTORNO DIGITAL (GRATUITO)	- QUÉ ES ChatGPT Y CÓMO USARLO. (7,5 HORAS)
	- CULTURA Y OCIO GRATUITOS EN TU SMARTPHONE. (7,5 HORAS)
	- PÁSALE LA ITV A TU MÓVIL Y DÉJALO COMO EL PRIMER DÍA. (7,5 HORAS)
	- APLICACIONES Y RECURSOS PARA MENORES. (4 HORAS)
Impartidos por Ciudadanía Digital y BILIB (financiados por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha)	
Los cursos se desarrollarán en la Casa de Cultura, en horario a convenir con los interesados	

TALLER DE GANCHILLO Y BORDADO		MATRÍCULA 30 €
Centro de Adultos	Martes y jueves de 17:00 A 19:00	
MONITORA: Petra Ruiz.		

JORNADAS DE HISTORIA LOCAL	MATRÍCULA GRATUITA
-1ª jornada (Febrero). Heráldica: el arte de los escudos y su significado. Ponente: Javier Alcaide Azcona	
- 2ª Jornada (Marzo). Berenguela la Grande. Ponente: Ángel Daniel de Toro González.	
- 3ª Jornada (Abril). El vestir suntuario de Ntra. Sra. María de los Ángeles del Monte de la Moheda según testimonian los cuadros recuerdos 1888-1978. Ponente: Mª. Jesús de Toro Calzado.	
- 4ª Jornada (Mayo). Catálogo e inventario de la Parroquia de San Felipe y Santiago. Ponentes: Ángel Aranda Palacios y Petra Martín Prado.	

NORMAS GENERALES DE FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS Y TALLERES DE LA UNIVERSIDAD POPULAR

- Con carácter general, **las clases se iniciarán a partir del 10 de febrero** y concluirán el 31 de mayo de 2025.
- El calendario lectivo coincidirá con el **calendario escolar** fijado por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha para educación primaria y secundaria.
- Será necesaria la inscripción de, al menos, **10 alumnos** para que puedan desarrollarse los cursos y talleres.
- Con carácter general, y salvo que se indique lo contrario, las actividades están dirigidas a **mayores de 16 años**, no obstante, puede plantearse la inscripción de niños de 12 a 15 años, siempre que asistan acompañados de un adulto.
- Las inscripciones se realizarán a través de enlace en la web del Ayuntamiento de Bolaños: **<https://universidadpopular.bolanosdecalatrava.es>**. Una vez cubierto el número máximo de plazas, se habilitará un listado de reservas, en el mismo orden de entrega
- La **devolución del importe de la matrícula** solo procederá **siempre que se soliciten antes del inicio de la actividad** y en los siguientes casos:
 - o Cuando el curso o taller estuviera ya completo.
 - o Cuando no se alcance el número mínimo de alumnos para iniciar el curso.
 - o Cuando se hayan producido modificaciones en las condiciones previstas para el desarrollo de la actividad por causa imputable al Ayuntamiento.
- El material de uso personal de cada taller correrá a cargo de cada alumno.
- La Concejalía de Educación del Ayuntamiento de Bolaños de Cva. se reserva el derecho a realizar modificaciones sobre la programación, contenidos, horarios de los cursos o talleres, etc., en aras a optimizar el desarrollo de los mismos.