

# universidad popular

Cursos y Talleres

2012-2013



MAZARRÓN

# Cursos y Talleres

# 2012 2013

Plazo de matrícula  
del 24 de Septiembre  
al 5 de Octubre

## ÍNDICE

Presentación	1	Aeróbic, Step, Tonificación	12
Informática I	2	Disco-Step	12
Informática II	2	Bailes de Salón	13
Gestión Web y Redes Sociales	3	Sevillanas	13
Máster en Gestión de Empresas	4	Yoga	14
Contabilidad Europea	5	Tai-Chi	14
Inglés. Elementary I	6	Historia de Mazarrón	15
Inglés. Elementary II	6	Taller de la Memoria	15
Inglés Pre-Intermediate	7	Club de Lectura	16
Inglés. Conversación	7	Citas con la Historia	16
Alemán. Level I	8	Aprendiendo a vivir	17
Spanish Course. Level I	8	Pensamiento Positivo	17
Spanish Course. Level II	9	Relajación	18
Spanish Fuer Deutsche	9	Notas de Interés	19
Talk!	10	Tabla resumen	21
Guitarra	11		

# PRESENTACIÓN

---

Con el inicio del nuevo curso, la Universidad Popular de Mazarrón lanza su nuevo programa de Cursos y Talleres. En esta ocasión nos encontramos con una oferta formativa a través de la cual se permite a los vecinos acceder a una oferta de calidad y a participar en un programa de formación continua que les permite actualizar sus conocimientos en diversas áreas, mejorar sus perspectivas laborales y una forma diferente de ocupar su ocio y tiempo libre.

En el terreno de la formación, este programa es una oportunidad para actualizar conocimientos que permitan la especialización en el empleo o la mejora de las expectativas en el mismo. En el apartado del ocio y tiempo libre, la programación contempla cursos centrados en el conocimiento, la promoción y la puesta en valor de nuestro municipio, al tiempo que también se ofrecen actividades de corte más lúdico.

En definitiva, un completo programa de incuestionable utilidad y función social, que permite la formación continua y el acceso a la cultura a todos los vecinos de nuestro municipio y un mayor aprovechamiento de su tiempo libre. Por ello, me gustaría animar a todos a formar parte de este proyecto, al igual que lo han hecho miles de mazarroneros a lo largo de estos años.

**María Celeste Soria Travieso**

Concejala de Cultura

Otro año más, y son más de treinta, la Universidad Popular de Mazarrón abre sus puertas con el fin de posibilitar que la cultura y la educación se conviertan en uno de los ejes que orienten estos tiempos convulsos hacia posiciones que tengan que ver con el enriquecimiento personal a través del conocimiento. Ese es nuestro principal objetivo, propiciar que el participante encuentre lo que busca en este terreno, que lo aproveche y que se encuentre a gusto con lo que hace, con quien lo hace y donde lo hace.

En esta ocasión se mantienen los cursos y talleres que se configuran como oferta estable dada la demanda que vienen registrando y se incorporan otros nuevos respondiendo a las sugerencias que hemos recibido y a las necesidades detectadas. Las incorporaciones tienen que ver, fundamentalmente, con los idiomas, ya que se configuran como piedra angular en la búsqueda de empleo.

Como podéis apreciar una oferta pensada para que se participe, ya que la diversidad de horarios y de disciplinas ofrece la oportunidad de aprovechar ese poco tiempo libre que nos queda; es por eso que os animo a que vengáis a la Universidad Popular y hagáis realidad vuestros anhelos, aprendiendo y conviviendo, que es otra forma de ver el mundo.

Os esperamos.

**José María López Ballesta**

Director de la Universidad Popular

## INFORMÁTICA NIVEL I.

Lunes y Miércoles

**Grupo I. Mañanas**

10.30-12.00 h.

**Grupo II. Tardes**

21.00-22.30 h.

17 Plazas máx.

80 horas (2 cuat.)

60€ (Por cuat.)

Certificado

Lugar:

Universidad Popular

### OBJETIVOS

Con este curso el alumno podrá adquirir conocimientos generales en informática, un manejo básico del ordenador a nivel usuario. El interesado podrá familiarizarse con el manejo del sistema operativo y herramientas básicas como la gestión del correo electrónico, navegación por Internet, y otros programas de uso más habitual. En este curso también se ofrece una introducción a la edición de textos y un primer acercamiento a programas de gestión y ofimática. Se facilita un ordenador a cada participante.

### DESTINATARIOS

Para interesados en aprender informática desde el principio y para los que tengan unos conocimientos mínimos y quieran ampliarlos.

Martes y Jueves.

**Grupo I**

10.00-12.00 h.

**Grupo II**

20.30-22.30 h.

17 Plazas máx.

110 horas (2 cuat.)

60€ (Por cuat.)

Certificación: 50€

Lugar:

Universidad Popular

## INFORMÁTICA NIVEL II. OFIMÁTICA.

### OBJETIVOS

A través de este curso el alumno aprenderá a manejar con un nivel medio-alto las aplicaciones más utilizadas en el ámbito de la oficina y la administración empresarial. El curso se plantea con ejercicios prácticos en los que el alumno podrá familiarizarse con los documentos y tratamiento de la información. Para realizar el curso se necesitan conocimientos mínimos de Informática (manejo básico del ordenador y el sistema operativo). Formación avanzada en ofimática a través del Pack de Office, manejo de bases de datos (Access), hoja de cálculo (Excel), edición de textos (Word) y elaboración de documentos tipo, gestión Web, correo y comercio electrónico. Un usuario por ordenador. Se realizarán pruebas de evaluación a lo largo del curso. Al término del mismo se obtendrá la certificación correspondiente.

### DESTINATARIOS

Usuarios que deseen ampliar sus conocimientos en gestión informática. Se exigirá un nivel mínimo, como aspectos básicos del Sistema Operativo.

## GESTIÓN WEB Y REDES SOCIALES

### OBJETIVOS

En los últimos años las redes sociales han adquirido una gran importancia en el ámbito de la comunicación tanto personal como empresarial, comercial, etc. Este curso permite conocer las herramientas específicas para la Gestión de páginas Web y el funcionamiento de las redes sociales, todo ello aplicado a la comunicación personal, gestión de empresas y comercios, etc, porque, hoy por hoy, lo que no está en Internet no existe.

Los interesados podrán familiarizarse con los recursos que ofrecen las nuevas tecnologías. Incluye gestión de correo electrónico y página web, redes sociales (Facebook, Twenty), comercio electrónico, gestión de datos personales en Internet, seguridad en la red, gestión de blogs, etc.

### DESTINATARIOS

Para los que quieran aprender el uso de las nuevas tecnologías, manejo de redes sociales, actualizar conocimientos y resolver sus dudas en informática e Internet. Se requieren conocimientos elementales (manejo básico del ordenador y el Sistema Operativo).

Viernes  
20.00-22.00 h.  
19 Octubre  
al 31 de Mayo  
17 Plazas máx.  
80 horas  
60€  
Certificado

Lugar:  
Universidad Popular

Lunes y Miércoles  
20.00-22.30 h.  
Del 15 de Octubre  
al 29 de Mayo  
20 Plazas máx.  
300 horas  
(140 presenciales)  
60€ (curso)  
Certificado 20€

Lugar:  
Universidad Popular

## MASTER EN GESTIÓN DE EMPRESAS

Se compone de tres cursos: Gestión y Fiscalidad de PYMES, Legislación, Recursos Humanos y Contabilidad. El alumno deberá completarlos todos para obtener la acreditación del Máster y el certificado correspondiente. También se puede realizar cada bloque de forma separada.

### GESTIÓN DE PYMES

Se estudiará todo el proceso de creación y puesta en marcha de una empresa desde el principio, los trámites necesarios para la creación, gestión y financiación de empresas (licencias, planes de empresa, franquicias, etc). También las formas jurídicas de la empresa y la constitución de sociedades así como los trámites administrativos y obligaciones fiscales del empresario. Se completa con la gestión de contratos y solicitud de subvenciones. El curso tiene una duración de 45 horas lectivas (del 15 de Octubre al 19 de Diciembre).

### LEGISLACIÓN y RECURSOS HUMANOS

El conocimiento de la Ley es primordial en el ámbito de la empresa. Con este curso se propone el aprendizaje del procedimiento administrativo, Ley 30/1992, de 26 de noviembre, de Régimen Jurídico de las Administraciones Públicas y del Procedimiento Administrativo Común. Proporcionar una formación integral en la función de Recursos Humanos. El concepto de Recursos Humanos (RR.HH.) agrupa al conjunto de trabajadores de una empresa. El alumno conocerá las principales funciones de RR.HH. como son la confección de plantillas de trabajadores, formación de empleados, ascensos de personal y política salarial. El curso tiene una duración de 24 horas presenciales (Del 7 de Enero al 27 de Febrero)

### CONTABILIDAD

El tercer curso del Máster se centra en la Contabilidad y la aplicación del Nuevo Plan Contable Europeo. Los contenidos del curso se centrarán en los libros de registro, la facturación, albaranes, la letra de cambio, el pagaré, emisión y cobro de recibos, gestión de existencias, formas de pago, pedidos, impuestos e IVA, los contratos mercantiles, gestión de proveedores y clientes. Todo ello con supuestos prácticos y aplicando desde el asiento de apertura al de cierre todos y cada uno de los temas mencionados anteriormente. Duración del curso: 60 horas lectivas (27 de Febrero al 29 de Mayo de 2011).

## CONTABILIDAD EUROPEA

### OBJETIVOS

Conocer el nuevo Plan General Contable Europeo. La contabilidad es una necesidad tanto para profesionales del área contable como para los trabajadores de otras áreas de la empresa. Aprenderás de forma práctica, con ejemplos reales. El curso cuenta con ejemplos detallados para la aplicación de lo aprendido. Este curso se desarrolla en 110 horas lectivas presenciales distribuidas en dos cuatrimestres.

### DESTINATARIOS

Para todos los que deseen aprender a llevar la contabilidad de una Pyme. También válido para los que quieran actualizar sus conocimientos.

Martes y Jueves

20.00-22.00 h.

16 de Octubre

al 30 de Mayo

16 Plazas máx.

110 horas

60€

Certificado

Lugar:

Universidad Popular

Lunes y Miércoles.

21.00-22.30 h.

Del 15 de Octubre

al 29 de Mayo

24 Plazas máx.

80 horas (2 cuat.)

60€

Certificado

Lugar:

Universidad Popular

Martes y Jueves.

21.00-22.30 h.

Del 16 de Octubre

al 30 de Mayo

24 Plazas máx.

80 horas (2 cuat.)

60€

Certificado

Lugar:

Universidad Popular

## INGLÉS. ELEMENTARY I.

### OBJETIVOS

Aprender a comunicarse y entender el idioma a un nivel básico. Posibilidad de utilización de los contenidos de clase de forma inmediata con el fin de dotar al curso de la máxima utilidad.

Conseguir a través de la familiarización de sonidos, estudio y aplicación de estructuras sencillas, lectura comprensiva y pequeñas composiciones escritas, las cuatro destrezas del idioma: hablar, comprender, leer y escribir.

### DESTINATARIOS

Para empezar de cero. Personas que no han tenido contacto con el idioma o que poseen unas nociones mínimas del mismo. No se requieren conocimientos previos.

## INGLÉS. ELEMENTARY II.

### OBJETIVOS

Se pretende profundizar en el dominio y el conocimiento del idioma, siempre partiendo de un nivel elemental el cual sea accesible a todos los participantes en el curso.

También se persigue un aprovechamiento personal, profesional y laboral dependiendo del interés individual del alumno en el curso. Este curso también es continuación del Nivel I para alumnos que hayan realizado ese curso en la Universidad Popular en años anteriores.

### DESTINATARIOS

Quienes ya posean un conocimiento previo del idioma, de nivel elemental, y desean perfeccionarlo. También para los que han terminado el Nivel I del Curso de Inglés de la Universidad Popular. Se exigirán conocimientos previos a nivel básico.



**INGLÉS. PRE-INTERMEDIATE.****OBJETIVOS**

Aprender el idioma a través de las cuatro destrezas: Listening, Speaking, Reading, Writing. El objetivo es que el alumno desarrolle la capacidad auditiva escuchando diálogos, lecturas, canciones, conversaciones etc.

*Speaking.* Esta habilidad es claro objetivo de logro para los alumnos, donde las clases deben ser impartidas en inglés, para poder familiarizarse con sus expresiones idiomáticas, formación de frases y capacidad de percepción.

*Reading.* La lectura provee una mejor percepción sobre el idioma en este caso el inglés, creando situaciones de duda y por consecuencia la búsqueda de palabras nuevas y además la lectura permite mejorar la escritura y al pronunciación.

*Writing.* Esta habilidad es importante para el alumno porque le permite transmitir sus ideas de una manera ordenada y concreta, a través de textos sencillos o párrafos.

**DESTINATARIOS**

Para alumnos que hayan terminado el nivel II de la Universidad Popular o el nivel básico I de la E.O.I. o que tengan un buen nivel de inglés. Se requiere un buen nivel de inglés.

**INGLÉS. CONVERSACIÓN.**

Practicar específicamente las destrezas de "SPEAKING" y "LISTENING" ("elementary level" aprobado). El objetivo principal es el desarrollo de la producción oral y auditiva, logrando que el alumno incorpore el lenguaje de forma natural.

Este curso está diseñado de forma que el alumno desarrolle su capacidad oral. El objetivo es que el alumno se desenvuelva en de todo tipo tanto laborales, como cotidianas.

**DESTINATARIOS**

Para alumnos que tengan finalizado el Curso de Inglés I y II de la Universidad Popular, nivel básico 1 de E.O.I., o ESO.

Martes y Jueves  
19.30-21.00 h.  
Del 16 de Octubre  
al 30 de Mayo  
24 Plazas máx.  
80 horas (2 cuat.)  
60€  
Certificado

Lugar:  
Universidad Popular

Lunes  
19.30-21.00 h.  
Del 15 de Octubre  
al 27 de Mayo  
24 Plazas máx.  
80 horas (2 cuat.)  
45€  
Certificado

Lugar:  
Universidad Popular

Días: A determinar  
Horas: 21.00-22.30 h.  
Del 15 de Octubre  
al 28 de Mayo  
24 Plazas máx.  
80 horas (2 cuat.)  
60€  
Certificado

Lugar:  
Universidad Popular

Tuesday - Thursday  
9.00-10.30 h.  
16 October - 30 May  
Maximum  
20 Students  
110 hours  
Price: 60€  
(Every four months)

Place:  
Universidad Popular

## ALEMÁN. LEVEL I

### OBJETIVOS

A través de este curso, el interesado se podrá iniciar en el idioma. El aprendizaje se hará mediante la resolución de situaciones del día a día, y se completará con el conocimiento del país, la geografía, sus gentes y sus costumbres. Todo ello, sumado a los conocimientos básicos del idioma, permitirá al alumno entender mejor los conceptos y progresar más rápidamente.

### DESTINATARIOS

Para los que quieren aprender alemán comenzando por el principio, con vistas a una mejora de sus perspectivas laborales. El aprovechamiento de este curso permite llegar a entender el manejo de documentación sencilla en alemán. El curso cuenta con profesor nativo y se facilitará la adquisición de material específico al alumno.

## SPANISH COURSE. LEVEL I.

### OBJETIVES

This course is oriented to people who have little to no knowledge of the Spanish Language. So, it is based mainly on the acquisition of vocabulary and useful expressions used in daily situations and it also introduces people to the Spanish grammar in a very elementary level.

### WHO FOR

This course is focussed on the practice of mainly two skills. speaking and listening comprehension.

**SPANISH COURSE. LEVEL II.****OBJETIVES**

This course is oriented to people who have some knowledge of the Spanish Language. So, it is based mainly on the acquisition of vocabulary and useful expressions used in daily situations and it also introduces people to the Spanish grammar in a very elementary level.

**WHO FOR**

This course is formed on four skill: reading, writing, speaking and listening.

**SPANISCH FUER DEUTSCHE.**

Die Volkshochschule (VHS) von Mazarron - Universidad Popular - bietet ab Herbst einen Spanisch-Kurs an. Der Dozent ist Deutscher und hat viele Jahre in Deutschland an einer VHS Spanisch unterrichtet. Dieser Kurs soll die Aussprache verbessern, den Wortschatz erweitern; wir lesen einfache Texte, lernen Grammatik und ueben Gespraechе im Alltag. Ausserdem erfahren Sie mehr ueber Land und Leute. Wir beruecksichtigen die Weihnachtszeit mit einer laengeren Pause.

Voraussetzung, bzw. fuer wen geeignet:

Jeder, der ein paar Woerter Spanisch spricht und diese wunderbare Sprache besser beherrschen moechte.

Einmal woechentlich, Donnestarg, 90 Minuten.

Tuesday - Thursday.  
11.00-12.30 h.  
16 October - 30 May  
Maximum  
20 Students  
110 hours  
Price: 60€  
(Every four months)

Place:  
Universidad Popular

Jueves  
Horario a determinar  
(90 minutos)  
20 Plazas  
Precio: 60 €

Lugar:  
Universidad Popular

Días: A determinar  
Sesiones de 1,5 horas  
Del 15 de Octubre  
al 31 de Mayo  
30€  
Gratis alumnos  
Inglés UPM

Lugar:  
Universidad Popular

Day at time to be  
confirmed  
Sessions 1,5 hours  
10th October  
to 31st May  
Price: 30€  
Free students  
Spanish Course

Place:  
Universidad Popular

## TALK!

**HABLA, TALK, REDE, PARLE, RECH'...**

### OBJETIVOS

Complementar la enseñanza teórica del idioma inglés u otros conversando con personas no nativas que, a su vez, están aprendiendo español. Conocerse, interactuar y beneficiarse unos de otros.

### DESTINATARIOS

Para los alumnos matriculados en la Universidad Popular, (incluido en sus programas), y para todos los que quieran practicar inglés u otro idioma sumándose a estos encuentros.

GRATUITO PARA LOS MATRICULADOS EN LOS CURSOS DE INGLÉS DE LA UNIVERSIDAD POPULAR.

**HABLA, TALK, REDE, PARLE, RECH'...**

### OBJETIVES

To supplement classroom learning of Spanish with face to face use of the language with Spanish nationals who are learning other languages. Meet, interact and benefit from each other.

### WHO FOR

Universidad Popular enrolled students - as part of their programmes - and anyone who wants to practise Spanish or another language with a native speaker.

FREE FROM STUDENTS SPANISH COURSE LEVEL I - LEVEL II.

**GUITARRA.****OBJETIVOS**

Aprender a tocar la guitarra desde el principio mediante un método rápido y eficaz. Los interesados podrán tocar canciones sencillas prácticamente desde el primer día y todo lo relacionado con la guitarra española como afinación, ritmos y arpeggios, interpretación y lectura de textos musicales sencillos, prácticas de partituras, interpretación de canciones populares, etc.

Igualmente estos objetivos se aplicarán a los que estén interesados en aprender a tocar el laúd o la bandurria.

**DESTINATARIOS**

Para los que quieran iniciarse en la guitarra española o en los instrumentos tradicionales como el laúd o la bandurria.

Lunes y Miércoles  
20.00-21.30 h.  
15 de Octubre  
al 30 de Mayo  
14 Plazas máx.  
40 h. (2 cuat.)

Lugar:  
Universidad Popular

Lunes, Martes,  
Miércoles y Jueves  
20.30-21.30 h.  
15 Octubre  
al 30 Mayo  
24 Plazas máx.  
60€

Lugar:  
Pabellón Colegio La  
Cañadica

Lunes, Martes,  
Miércoles y Jueves  
9.00-10.00 h.  
15 Octubre  
al 30 Mayo  
24 Plazas máx.  
60€

Lugar:  
Pabellón La Aceña

## AERÓBIC, STEP, TONIFICACIÓN.

### OBJETIVOS

La práctica del Aeróbic es muy beneficiosa, es divertida y nos mantiene sanos y fuertes definiendo nuestros músculos. El aeróbic, además, aumenta la capacidad cardiovascular, previene la osteoporosis, y se desarrolla la flexibilidad y la coordinación. Los beneficios del Aeróbic se notan día a día. Te sentirás más ágil, más resistente, con más ánimo para tus tareas cotidianas, en definitiva, notarás cómo mejora tu calidad de vida.

### DESTINATARIOS

Dirigido a quienes desean mantenerse plenamente en forma, con un ejercicio continuado, de gran rendimiento y resultados inmediatos.

## DISCO-STEP. (Baile adelgazante)

### OBJETIVOS

Disco-Step es un curso que propone una divertida opción de hacer ejercicio para adelgazar. Una modalidad que actualmente tiene mucha aceptación entre quienes pretenden mantenerse en forma y cuidarse. El éxito de este curso se debe a que las coreografías que se hacen incluyen movimientos y posturas similares al baile, las cuales cumplen funciones tonificadoras. El principal aliciente de este curso es su diversión, porque se trata de una actividad muy divertida para quemar calorías a la vez que se realizan ejercicios con los que se queman más calorías en menos tiempo que con los habituales ejercicios de aeróbic y otras disciplinas.

### DESTINATARIOS

Para todos aquellos que quieran mantenerse en forma a través de una actividad divertida en la que se combina la música, el baile y el ejercicio aeróbico.

**BAILES DE SALÓN.****OBJETIVOS**

Iniciar a los interesados en los ritmos latinos y los conceptos fundamentales del baile. Se comenzará con el Merengue para la práctica de los pasos básicos.

Para el afianzamiento de la técnica se introducirán nuevos movimientos, continuando el curso con el Cha-cha-cha y la Bachata para, seguidamente, comenzar con la Salsa.

El curso también ofrece una introducción a otro tipo de bailes como el Tango y el Pasodoble.

**DESTINATARIOS**

Dirigido a quienes no conozcan este tipo de bailes, o quieran reforzar su aprendizaje mediante la práctica de los ritmos latinos. No es imprescindible pareja de baile.

**SEVILLANAS.****OBJETIVOS**

Las sevillanas son el baile folklórico español más popular. Se baila en los patios de las casas, en fiestas privadas, en fiestas locales y hasta en discotecas. Los pasos de las sevillanas son siempre los mismos, aunque con variaciones y se pueden bailar de diversas formas: en pareja, dos mujeres, de a tres, chicos y chicas cruzándose, en varias parejas que se cambian o en grupo formando una o dos líneas. Si quieres aprender, tan sólo necesitas unas zapatillas de baile.

**DESTINATARIOS**

Dirigido a los que aún no conocen este tipo de baile y también a los que quieren mejorar en su práctica. El curso se ofrece en sesiones dobles de sábado tarde.

De Lunes a Jueves,  
dos niveles, dos días  
por nivel

21.00-22.30 h.

Del 15 de Octubre  
al 30 de Mayo

24 Plazas máx.

60€

Lugar:

C.P. La Aceña

Sábados

16.00-18.00 h.

20 Octubre

al 25 Mayo

24 Plazas máx.

50€

Lugar:

Universidad Popular

Martes y Jueves  
19.00-21.00 h.  
Del 16 de Octubre  
al 30 de Mayo  
24 Plaza máx.  
60€

Lugar:  
IES Domingo  
Valdivieso

Martes y Jueves  
20.30-22.30 h.  
Del 23 de Octubre  
al 30 de Mayo  
24 Plazas máx.  
60€

Lugar:  
C.P. Infanta Leonor

## YOGA.

### OBJETIVOS

El contenido del curso se centraría, en el desarrollo habitual de una sesión, desde que se aprende a respirar, las distintas posturas de meditación, ejercicios de piernas, espina dorsal, de acción abdominal etc.

En definitiva, tonificar los músculos en general, las glándulas y los órganos internos, a los que se añade el reequilibrio del cuerpo y la mente propios del Yoga.

El Yoga es una técnica precisa y eficaz para mejorar nuestra calidad de vida.

### DESTINATARIOS

Para los que no lo conocen aún, familiarizarse con el Yoga. Y a quienes ya lo practican, se les ofrece la oportunidad de practicarlo regularmente.

## TAI-CHI.

### OBJETIVOS

El Tai-Chi es una actividad que puede practicarla cualquier persona. No requiere ninguna habilidad especial, ni estar en buena forma física, ni tener una edad determinada.

Con la práctica del Tai-Chi se consigue una mejora a nivel físico, evidente desde los primeros días y, con el tiempo, también una mejora de la calidad de vida.

Nivel iniciación, ejercicios de Qi Gong y aprendizaje de la forma de 24 movimientos y continuación de la forma de 78.

### DESTINATARIOS

Dirigido a quienes desean mejorar su calidad de vida a través de esta práctica oriental. Poner en forma cuerpo y mente con tan sólo unos minutos de dedicación.



**HISTORIA DE MAZARRÓN.****OBJETIVOS**

Conocer la historia del municipio de una forma amena y rigurosa. En el desarrollo del curso se incluirán las correspondientes visitas y salidas de campo a los puntos de interés histórico ubicados en la localidad. Así mismo, a través de este taller podrás conocer también la historia de otros lugares de la Región de Murcia, siempre y cuando esté ligada a la propia historia del Municipio. También se atenderán aquellas actividades puntuales que resulten de interés para la finalidad del curso.

**DESTINATARIOS**

Todos aquellos que quieran conocer sus raíces, las costumbres y tradiciones de su pueblo así como los lugares emblemáticos de Mazarrón en cada momento del pasado.

**TALLER DE LA MEMORIA.****OBJETIVOS**

Preservar el patrimonio inmaterial a través de las aportaciones de la transmisión oral y las costumbres y tradiciones del pasado reciente de Mazarrón.

Recuperar el pasado reciente a través de las vivencias, las costumbres, los oficios perdidos, las fiestas, todo lo que formaba parte de la vida cotidiana del municipio hasta hace unos años, costumbres muchas de ellas que, hoy por hoy, ya se han perdido.

**DESTINATARIOS**

Dirigido a los interesados en la parte más reciente del pasado de Mazarrón. Un pasado que no todos conocemos y que con las aportaciones personales se podrá ir reconstruyendo.

Lunes  
21.00-22.00 h.  
Del 22 de Octubre  
al 29 de Abril  
14 Plazas máx.  
Gratuito

Lugar:  
Universidad Popular

Jueves último de  
cada mes  
21.00-22.00 h.  
Del 25 de Octubre  
al 25 de Abril  
14 Plazas máx.  
Gratuito

Lugar:  
Universidad Popular

Martes  
19.00-20.30 h.  
Del 16 de Octubre  
al 28 de Mayo  
14 Plazas máx.  
Gratuito

Lugar:  
Universidad Popular

A determinar  
20.30-21.30 h.  
Del 15 de Octubre  
al 25 de Abril  
14 Plazas máx.  
40 horas  
Gratuito

Lugar:  
Universidad Popular

## CLUB DE LECTURA.

### OBJETIVOS

Este taller tiene como objetivo fomentar la lectura, mejorar y consolidar el hábito lector de los ciudadanos. Una actividad sociocultural cuya finalidad es el intercambio de ideas generadas a partir de la lectura periódica de textos literarios, científicos y artículos de la prensa diaria. Las sesiones serán moderadas y orientadas por un coordinador. El curso es gratuito y la Universidad Popular facilitará en la medida de lo posible los materiales para su desarrollo. Igualmente se prevé la realización de actividades, lecturas teatralizadas, etc.

### DESTINATARIOS

El curso está dirigido a todos aquellos que tengan interés por la lectura, tanto si ya poseen el hábito de leer regularmente como si aún no lo han alcanzado.

## CITAS CON LA HISTORIA.

### OBJETIVOS

A través de este curso de carácter abierto, se proponen una serie de actividades y de sesiones relacionadas con diversos aspectos de la Historia con carácter general.

A través de las distintas sesiones, se podrán desarrollar con mayor o menor profundidad determinados momentos de la Historia, en función del interés y las propuestas de los participantes del curso. A esto se añade la posibilidad de realizar salidas a lugares relacionados con los distintos momentos históricos que se traten.

### DESTINATARIOS

Dirigido a los interesados en la Historia en General. Hechos y lugares, protagonistas de la historia, en un curso que se ajustará a las peticiones de los participantes.

**APRENDIENDO A VIVIR.****OBJETIVOS**

Conseguir un equilibrio psíquico y emocional. Nuestra vida cotidiana nos pone a prueba constantemente con sucesos y acontecimientos más o menos impactantes que van minando nuestra estabilidad emocional.

Este curso ofrece al interesado la oportunidad de aprender mecanismos para resistir estos impactos de nuestra vida diaria, cómo afrontarlos y mantener la fortaleza psíquica necesaria ante la adversidad, saber orientarnos y conocer los recursos para poder resistir y oponernos a los golpes.

**DESTINATARIOS**

Interesados en general. Especialmente dirigido a aquellas personas que hayan sufrido algún tipo de impacto psicológico o suceso traumático.

**PENSAMIENTO POSITIVO.****OBJETIVOS**

El pensamiento positivo y la motivación frente a la depresión, estrés, ansiedad, tristeza y baja autoestima, funcionan condicionando nuestra vida.

El poder de la mente, aliado a un pensamiento positivo, puede hacer la diferencia en la vida de las personas.

Con el pensamiento positivo aprenderás a mirar en tu interior y conocer el poder de tu mente para poder programar así tu vida futura y alcanzar la verdadera felicidad.

Los participantes de este curso podrán hacer también el de Relajación gratuitamente.

**DESTINATARIOS**

Para los que deseen mejorar su calidad de vida y vivir de una manera más sana, feliz y armoniosa.

Viernes  
18.00-19.30 h.  
Un cuatrimestre  
14 Plazas máx.  
Gratuito

Lugar:  
Universidad Popular

Miércoles  
20.30-22.00 h.  
Inicio 17 de Octubre  
Final 30 de Enero  
14 Plazas máx.  
50€

Lugar:  
Universidad Popular

Martes y Jueves  
16.30-17.15 h.  
Inicio 16 de Octubre  
Final 31 de Enero  
14 Plazas máx.  
15€

Lugar:  
Universidad Popular

## RELAJACIÓN.

### OBJETIVOS

Los relajación influye sobre los órganos del cuerpo, para protegerlos de un desgaste innecesario, y especialmente a los órganos implicados en las enfermedades relacionadas con el estrés. Es un tratamiento eficaz contra el estrés y permite hacer frente a las dificultades, para calmar la mente y permitir que el pensamiento sea más claro y eficaz.

Se ha descubierto que la información positiva almacenada en la memoria, resulta más accesible cuando la persona está relajada. Los sistemas corporales asociados con los estados de tensión y de relajación son El sistema nervioso y endocrino y la musculatura. A través de las sesiones de relajación el interesado podrá mejorar notablemente su calidad de vida.

El Plazo de Matrícula del Primer Cuatrimestre será del 24 de Septiembre al 5 de Octubre, de 10 a 1 por las mañanas y de 8 a 10 por las tardes.

Para matricularse, los interesados deberán venir provistos del D.N.I. o pasaporte en su defecto. Una vez hecha la matrícula, se deberá hacer un ingreso en CajaMurcia por el importe de la misma. La matrícula no se considerará formalizada hasta que el interesado no presente el resguardo de ingreso. Una vez finalizado el plazo de matrícula, se procederá a tramitar la baja de aquellos que no hayan formalizado la misma y se cederá su plaza a los inscritos en lista de espera.

Quienes no puedan realizar la matrícula personalmente podrán ser inscritos por otra persona que deberá venir provista del D.N.I. del interesado. Una misma persona no podrá matricular a más de dos participantes.

No se contemplan reservas de matrícula. Las inscripciones se realizarán respetando estrictamente el orden de llegada de los interesados y no se tendrán en cuenta ningún tipo de circunstancias particulares. En este sentido, la atención telefónica será exclusivamente informativa y no se realizarán inscripciones ni reservas por teléfono.

Los precios de matrícula para cada curso se refieren al cuatrimestre Octubre 2012-Enero 2013. Al término del cuatrimestre la Universidad Popular abrirá un nuevo plazo de matrícula para el periodo Febrero 2013-Mayo 2013.

La edad mínima para el acceso a los Cursos y Talleres de la Universidad Popular es de 16 años cumplidos.

**CALENDARIO 2012-2013.** La fecha de inicio para el Curso 2012/2013 será el Lunes, 15 de Octubre, para los cursos de Lunes y Miércoles, y el Martes 16 de Octubre para los cursos de Martes y Jueves.

La duración de los distintos Cursos/Talleres de la Universidad Popular variará en función de la programación de éstos. En líneas generales, los Cursos se han programado para uno o dos cuatrimestres. Los cursos cortos y a distancia se limitan a las horas establecidas. La fecha de finalización para los cursos talleres del primer cuatrimestre será el 31 de Enero, los cursos de dos cuatrimestres finalizarán el 31 de Mayo de 2013. En el mes de Enero de 2013 habrá una renovación de matrícula con preferencia para los participantes ya inscritos en los cursos de la Universidad Popular.

## NOTAS DE INTERÉS

---

**SOLICITUD DE CERTIFICACIONES.** Es imprescindible asistir regularmente a los cursos y haber realizado el 80% de la formación para poder solicitar cualquier tipo de certificación o acreditación a efectos curriculares. La Universidad Popular no emitirá ningún tipo de certificado si no se cumplen como mínimo estos dos requisitos. En cuanto a los cursos en los que el alumno deba realizar algún tipo de prueba evaluativa a su finalización no se certificarán si ésta no se supera.

**INICIO DE CURSOS.** La Universidad Popular de Mazarrón se reserva el derecho de no comenzar o suspender los Cursos y Talleres que no logren alcanzar un mínimo de participantes o que sufran una pérdida sensible de alumnado durante el curso.

**DEVOLUCIONES.** El plazo para la atención de devoluciones se extenderá desde la fecha de matriculación hasta el **30 de Octubre de 2012**. Después de esta fecha, no se atenderán devoluciones ni se tendrán en cuenta ningún tipo de circunstancias particulares. Es imprescindible la presentación del recibo de matriculación a la hora de solicitar cualquier tipo de devolución o hacer cualquier reclamación. En caso de no poder solicitar la devolución personalmente, el interesado deberá acreditar convenientemente a la persona que actúe en su nombre.

CURSO / TALLER	DÍAS	HORARIO	PLAZAS	PRECIO
<b>INFORMÁTICA</b>				
Informática. Nivel I	Lunes y Miércoles	10.30-12.00 / 21.00-22.30	17	60€
Informática. Nivel II	Martes y Jueves	10.00-12.00 / 20.30-22.30	17	60€
Gestión Web y Redes Sociales	Viernes	20.00-22.00	17	60€
<b>EMPRESAS</b>				
Máster en Gestión de Empresas	Lunes y Miércoles	20.00-22.30	20	60€
Contabilidad Europea	Martes y Jueves	20.00-22.00	16	60€
<b>IDIOMAS</b>				
Inglés. Elementary I	Lunes y Miércoles	21.00-22.30	24	60€
Inglés. Elementary II	Martes y Jueves	21.00-22.30	24	60€
Inglés. Pre-Intermediate	Martes y Jueves	19.30-21.00	24	60€
Inglés. Conversación	Lunes	19.30-21.00	24	45€
Alemán. Level I	A determinar	21.00-22.30	24	60€
Spanish Course. Level I	Tuesday-Thursday	9.00-10.30	20	60€
Spanish Course. Level III	Tuesday-Thursday	11.00-12.30	20	60€
Spanish Fuer Deutsche	Jueves	A determinar	20	60€
Talk!	A determinar			30€
<b>CREATIVIDAD</b>				
Guitarra	Lunes y Miércoles	20.00-21.30	14	60€
<b>MANTENIMIENTO</b>				
Aerobic. Step. Tonificación	Lunes, Martes, Miércoles y Jueves	20.30-21.30	24	60€
Disco-Step	Lunes, Martes, Miércoles y Jueves	9.00-10.00	24	60€
Balles de Salón	Lunes, Martes, Miércoles y Jueves	21.00-22.30	24	60€
Sevillanas	Sábados	16.00-18.00	24	50€
Yoga	Martes y Jueves	19.00-21.00	24	60€
Tai-Chi	Martes y Jueves	20.30-22.30	24	60€
<b>EDUCACIÓN</b>				
Historia de Mazarrón	Lunes	21.00-22.00	14	Gratuito
Taller de la Memoria	Jueves último de cada mes	21.00-22.00	14	Gratuito
Club de Lectura	Martes	19.00-20.30	14	Gratuito
Citas con la Historia	A determinar	20.30-21.30	14	Gratuito
Aprende a vivir	Viernes	18.00-19.30	14	Gratuito
Pensamiento positivo	Miércoles	20.30-22.00	14	50€
Relajación	Martes y Jueves	16.30-17.15	14	15€

