



## PROGRAMA ACTOS CONMEMORATIVOS DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER 2016

**6 DE MARZO**

En el C.E.R.E.

(Centro De Exposiciones y representaciones escénicas)

• 17:00 h. •

Presentación pública del

**“II PLAN DE IGUALDAD DE GÉNERO DEL  
AYUNTAMIENTO DE MIGUELTURRA (2016-2018)”**,  
a cargo de la Alcaldesa, MARÍA VICTORIA SOBRINO GARCÍA  
y la Concejala de Igualdad ANA BELÉN CHACÓN ZARCO.



**II PLAN DE IGUALDAD**

Ayuntamiento de Miguelturra

**2016-2018**

• 17:30 h. •

**CAFÉ-TERTULIA** sobre lo proyectado en el  
**VÍDEO “HABLAMOS DE IGUALDAD  
DE GÉNERO... MIGUELTURRA OPINA”**,  
elaborado con las opiniones que, sobre igualdad de género,  
han emitido vecinos y vecinas (jóvenes, adultos/as y mayores)  
a través de entrevistas personales realizadas por el equipo  
técnico del Centro de la Mujer.



*“Hablamos de Igualdad...  
Miguelturra opina”*



## INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

**A PARTIR DEL DÍA  
4 DE MARZO,  
EN EL CENTRO DE LA MUJER,  
DE 9:00 A 14:00 h.**

C/. Lentejuela, 7  
13170 Miguelturra (Ciudad Real)  
Telf. 926 27 20 08 / Fax 926 24 20 30

centromujer\_miguelturra@yahoo.es  
centromujer@ayto-miguelturra.es

NOTA: Las fechas de inicio y horarios de los  
cursos podrán sufrir alguna modificación  
que será notificada a las personas  
inscritas en ellos.



## PROGRAMA DE ACTIVIDADES MARZO-JUNIO 2016 y DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER



*“Hablamos de Igualdad...  
Miguelturra opina”*



**Miguelturra, marzo de 2016**

# PROGRAMA DE ACTIVIDADES MARZO-JUNIO 2016



## ÁREA DE EMPLEO

### CURSO DE INFORMÁTICA BÁSICA E INTERPRETACIÓN DE DOCUMENTOS OFICIALES

- **TEMPORALIZACIÓN:** 30 HORAS. Martes y jueves (mañanas de 10:00 a 11:30 h. y tardes de 19:00 a 20:30 h.). Del 15 de marzo al 16 de junio.
- **Imparte:** Técnico Informático del Centro de Internet Municipal.
- **LUGAR:** Centro de la Mujer. Aula de Informática.
- **MATRÍCULA:** Gratuita.

### TALLER MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

- **TEMPORALIZACIÓN:** 3 HORAS. Miércoles 6 de abril, de 9:30 a 12:30 h.
- **Imparte:** IMSAC.
- **LUGAR:** Centro de la Mujer.
- **MATRÍCULA:** 15,00 €.

### CURSO DE INGLÉS NIVEL MEDIO

- **TEMPORALIZACIÓN:** 60 HORAS. Lunes, miércoles y viernes (tardes de 16:30 a 18:30 h.). Del 30 de marzo al 16 de junio.
- **Imparte:** Academia LA ESTRELLA.
- **Lugar:** Centro de la Mujer.
- **MATRÍCULA:** 30,00 €.

### TALLER "GESTIÓN EFICAZ DEL TIEMPO... ¿CONCILIO BIEN MI TIEMPO?"

- **TEMPORALIZACIÓN:** Viernes 20 y 27 de abril, de 9:30 a 11:00 h.
- **Imparte:** Asesora de empleo y empresas del Centro de la Mujer.
- **LUGAR:** Centro de la Mujer.
- **MATRÍCULA:** Gratuita.

### TALLERES DE TÉCNICAS DE BÚSQUEDA DE EMPLEO. AUTOEMPLEO.

- **TEMPORALIZACIÓN:** Jueves 21 y 28 de abril, de 9:30 a 11:00 h.
- **Imparte:** Asesora de empleo y empresas del Centro de la Mujer.
- **LUGAR:** Centro de la Mujer.
- **MATRÍCULA:** Gratuita.



## ÁREA PSICOLÓGICA

### GRUPO DE AUTOAYUDA: "AUTOCONOCIMIENTO Y SALUD EMOCIONAL"

- **TEMPORALIZACIÓN:** Martes de 12:00 a 13:30 h. De abril a junio.
- **Nº plazas:** 20.
- **Imparte:** PSICÓLOGA DEL CENTRO DE LA MUJER.
- **MATRÍCULA:** Gratuita.



## ÁREA DE PARTICIPACIÓN SOCIAL Y CALIDAD DE VIDA

### TALLER DE LECTO-ESCRITURA PARA MUJERES ADULTAS

- **TEMPORALIZACIÓN:** Jueves de 17:00 a 18:30 h. Abril y mayo.
- **Imparte:** TÉCNICA DE IGUALDAD DEL CENTRO DE LA MUJER.
- **Lugar:** Centro de la Mujer.
- **MATRÍCULA:** Gratuita.

### CURSO DE YOGA

- **TURNOS:** Mañanas: lunes y miércoles de 10:00 a 11:00 h. y de 11:00 a 12:00 h. Viernes de 11:00 a 12:00 h.
- **Tardes:** Lunes y miércoles de 17:30 a 18:30 h. y de 18:30 a 19:30 h.
- **Imparte:** ALMA SOCIAL.
- **MATRÍCULA:** 15,00 € mensuales (sólo plazas disponibles).

### CURSO DE YOGA TERAPÉUTICO

- **OBJETIVO:** Dirigido a aquellas personas con más limitaciones, dolores o lesiones, especialmente de espalda, Y también fibromialgia, fijaciones vertebrales, lesiones articulares, problemas psicosomáticos (depresión, desánimo).
- **TEMPORALIZACIÓN:** Martes y jueves de 11:00 a 12:00 h.
- **Imparte:** ALMA SOCIAL.
- **MATRÍCULA:** 15,00 € mensuales (sólo plazas disponibles).



## CURSOS ORGANIZADOS POR ASOCIACIONES LOCALES

### ASOCIACIÓN EMPLEADAS DE HOGAR CURSO DE RECEPCIONISTA CON INGLÉS BÁSICO

#### CLASES TEÓRICAS (80 horas).

- **TEMPORARIZACIÓN:** Del 14 de marzo al 1 de abril.
- **HORARIO:** De lunes a viernes, de 9:30 a 13:30 h.

#### PRÁCTICAS PROFESIONALES NO LABORALES (100 horas):

- **TEMPORARIZACIÓN:** Del 4 de abril al 6 de mayo.
- **HORARIO:** de lunes a viernes (5 horas diarias).
- **Imparte:** ENFOCO. **Lugar:** Centro de la Mujer.
- **MATRÍCULA:** Socias: gratuita. No socias: 30,00 €. (Nº alumnas/os: 20).

### TALLER DE RISOTERAPIA

- **TEMPORALIZACIÓN:** Miércoles de 17:00 a 18:30 h. Del 1 al 29 de junio.
- **MATRÍCULA:** Socias: gratuita. No socias: 10,00 €.
- **LUGAR:** Gimnasio Centro de Servicios Sociales.

### ASOCIACIÓN DE VIUDAS "NTRA. SRA. DE LA ESTRELLA" CURSO DE CAMARERA/O DE PISOS

#### CLASES TEÓRICAS (60 HORAS).

- **TEMPORALIZACIÓN:** Del 18 de abril al 9 de mayo.
- **HORARIO:** De lunes a viernes, de 9:30 a 13:30 h.

#### PRÁCTICAS PROFESIONALES NO LABORALES (100 horas):

- **TEMPORALIZACIÓN:** Del 16 de mayo al 30 de junio.
- **HORARIO:** De lunes a viernes (5 horas diarias).
- **Imparte:** ENFOCO. **Lugar:** Centro de la Mujer
- **MATRÍCULA:** Socias: gratuita. No socias: 25,00 €. Nº alumnas/os: 20.

### ASOCIACIÓN DE MUJER Y DEPORTE CLARA PERLERINA TALLER DE HIGIENE POSTURAL Y ERGONOMÍA

- **TEMPORALIZACIÓN:** Lunes de 18:00 a 20:00 h. Del 23 de mayo al 27 de junio.
- **MATRÍCULA:** 10,00 € mensuales.
- **LUGAR:** Centro de la Mujer.

### TALLER DE SEVILLANAS

- **TEMPORALIZACIÓN:** Jueves y viernes de 16:00 a 17:00 h. A partir del 17 de marzo.
- **MATRÍCULA:** 15,00 €. **LUGAR:** Gimnasio AIRUN.