

5

ASOCIACIÓN DE VIUDAS "NTRA. SRA. DE LA ESTRELLA"

• **CURSO DE "AUXILIAR DE HOSTELERÍA Y TURISMO"**
Subvencionado por la Diputación Provincial de Ciudad Real

CLASES TEÓRICAS (60 HORAS)

FECHA DE INICIO: 02/11/2015

FECHA DE FINALIZACIÓN: 20/11/2015

HORARIO: de lunes a jueves, de 9:30 a 13:30 horas
(4 horas/día)

PRÁCTICAS PROFESIONALES NO LABORALES (100 HORAS):

FECHA DE INICIO: 23/11/2015

FECHA DE FINALIZACIÓN: 30/12/2015

HORARIO: de lunes a viernes, (5 horas diarias)

IMPARTE: ENFOCO. **Lugar:** Centro de la Mujer

MATRÍCULA: Socias: gratuita. No socias: 20 € (cuotas
10 €/mes). **Nº alumnas:** 20.

6

ASOCIACIÓN DE MUJER Y DEPORTE CLARA PERLERINA

• **TALLER DE HIGIENE POSTURAL Y ERGONOMÍA**

TEMPORALIZACIÓN: Jueves de 17:00 a 18:30 h.

Del 8 de Octubre al 19 de Noviembre

MATRÍCULA: 10 € mensuales.

LUGAR: Gimnasio del Centro de Servicios Sociales.

• **TALLER DE ZUMBA**

TEMPORALIZACIÓN: Octubre, Noviembre y Diciembre.

Martes y jueves de 17 a 18 horas

MATRÍCULA: 10 € mensuales.

LUGAR: Gimnasio AIRUN.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

**A PARTIR DEL DÍA 21 DE SEPTIEMBRE
EN EL CENTRO DE LA MUJER,
DE 9 A 14 HORAS**

C/. Lentejuela, 7 - 13170 MIGUELTURRA (Ciudad Real)

Tel.: 926 27 20 08 - Fax: 926 24 20 30

centromujer@ayto-miguelturra.es

centromujer_miguelturra@yahoo.es

web: www.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.



Castilla-La Mancha



PROGRAMA DE ACTIVIDADES

(OCTUBRE-DICIEMBRE 2015)



Castilla-La Mancha



PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES OCTUBRE-DICIEMBRE 2015

1

ÁREA DE EMPLEO

• CURSO DE INFORMÁTICA BÁSICA

TEMPORALIZACIÓN: 30 HORAS. Martes y Jueves (mañanas de 10:00 a 11:30 h. tardes de 19:00 a 20:30 h.). Del 6 de octubre al 15 de diciembre.
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. Viernes, 30 de octubre, de 9:30 a 12:30 h.
Imparte: IMSAC. **LUGAR:** Centro de la Mujer.
MATRÍCULA: 15 €.

• CURSO DE INGLÉS NIVEL BÁSICO

TEMPORALIZACIÓN: 60 HORAS. Lunes, Miércoles y Viernes (tardes de 16:30 a 18:30 h.). Del 19 de Octubre al 17 de Diciembre.
Imparte: Academia LA ESTRELLA.
Lugar: Centro de la Mujer. **MATRÍCULA:** 30 €.

• TALLER TÉCNICAS DE BÚSQUEDA DE EMPLEO

TEMPORALIZACIÓN: Jueves 19 de octubre y 17 de diciembre, de 9:30 a 11:30 h.
Imparte: La técnico de Empleo y empresas del Centro de la Mujer. **Lugar:** Centro de la Mujer.
MATRÍCULA: Gratuita.

2

ÁREA PSICOLÓGICA

• GRUPO DE AUTOAYUDA: "AUTOCONOCIMIENTO Y SALUD EMOCIONAL"

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

3

ÁREA DE PARTICIPACIÓN SOCIAL Y CALIDAD DE VIDA

• TALLER DE LECTO-ESCRITURA:

"UN RECORRIDO POR LA HISTORIA DE LAS MUJERES"

OBJETIVO: Conocer y reconocer a mujeres que lucharon por cambiar la Historia, por cambiar nuestra Historia, para que hoy podamos disfrutar de muchos de nuestros derechos, que nos permiten ser más felices, tanto a mujeres como a hombres. Porque los libros a veces no nos cuentan la vida de estas mujeres, muchas de ellas escondidas en rincones de la Historia, y son precisamente algunos de estos rincones los que vamos a visitar en nuestro taller. Al terminar de leer cada una de las historias, surgirán muchas preguntas y reflexiones que responderemos por escrito.

TEMPORALIZACIÓN: Jueves de 17:00 a 18:30 h.

Octubre y Noviembre.

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 € mensuales.

• 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 psicósomáticos (depresión, desánimo).

TEMPORALIZACIÓN: Martes y jueves, de 11:00 a 12:00 h.

Imparte: ALMA SOCIAL.

MATRÍCULA: 15 € mensuales.

CURSOS ORGANIZADOS POR ASOCIACIONES LOCALES

4

ASOC. EMPLEADAS DE HOGAR

• CURSO DE "AUXILIAR DE DIETÉTICA Y NUTRICIÓN EN COMEDORES ESCOLARES Y CENTROS SOCIOSANITARIOS". Subvencionado por la Diputación Provincial de Ciudad Real

CLASES TEÓRICAS (60 HORAS)

FECHA DE INICIO: 05/10/2015.

FECHA DE FINALIZACIÓN: 23/10/2015.

HORARIO: de lunes a jueves, de 9:30 a 13:30 h. (4 horas diarias).

PRÁCTICAS PROFESIONALES NO LABORALES (100 HORAS):

FECHA DE INICIO: 26/10/2015.

FECHA DE FINALIZACIÓN: 27/11/2015.

HORARIO: de lunes a viernes, (5 horas diarias).

IMPORTE: ENFOCO. **Lugar:** Centro de la Mujer

MATRÍCULA: Socias: gratuita. No socias: 20 € (cuotas 10 €/mes). **Nº alumnas:** 20.

• TALLER DE RISOTERAPIA

TEMPORALIZACIÓN: Martes de 17:00 a 18:30 h. Del 6 de Octubre al 17 de Noviembre.

MATRÍCULA: Socias: gratuita. No socias: 10 €.

LUGAR: Gimnasio Centro de Servicios Sociales.

• CURSO BÁSICO DE LECTO-ESCRITURA

TEMPORALIZACIÓN: Octubre y Noviembre.

Lunes y Miércoles de 17:00 a 18:00 h.

MATRÍCULA: Socias: gratuita. No socias: 10 €.

LUGAR: Centro de la Mujer.