



CURSOS Y TALLERES

2016-2017
Casa de la Mujer

Índice



Calendario de Cursos.	3
Conciliación y Corresponsabilidad.	7
Crecimiento Personal y Capacitación.	10
Igualdad de Oportunidades.	16
y además... ..	25
Periodos de Inscripción.	26
Lugares de información, inscripción y bajas.	28
Normas de matriculación.	29
Formas de pago, bajas y devoluciones.	29



CALENDARIO DE CURSOS

- CONCILIACIÓN Y CORRESPONSABILIDAD
- CRECIMIENTO PERSONAL
- IGUALDAD DE OPORTUNIDADES

CURSO COMPLETO

CURSOS/TALLER	FECHAS	HORARIO	PÁG
ENCUENTROS CON LECTORAS	28 de septiembre de 2016 al 17 de mayo de 2017	Miércoles de 17.30h-19.30h.	10
BAILA SEVILLANAS, una terapia física y mental.	03 de octubre de 2016 – 05 de junio de 2017	Lunes de 10.00h – 12.00h.	10
¿TE ATREVES A ESCRIBIR?: talleres de escritura creativa	Inicial: 7 de octubre 2016 a 9 de junio de 2017	Viernes de 10.00h-12.00h.	16
¿TE ATREVES A ESCRIBIR?: talleres de escritura creativa	Avanzado: 7 de octubre 2016 a 9 de junio de 2017	Viernes de 12.00h-14.00h.	16
Madera, metal y resina. Pintura y técnicas decorativas.	27 de septiembre de 2016 23 de mayo de 2017	Martes de 16.00h. -19.00h.	17
Taracea Marquetería	17 de octubre de 2016 29 de mayo de 2017	Lunes de 16.00h. -19.00h	17
Tapicería	19 de octubre de 2016 19 de octubre de 2017	Miércoles de 10.00h. –13.00h	18
Restauración	19 de octubre de 2016 17 de mayo de 2017	Miércoles de 16.00h. -19.00h	18
Repujado en cuero	17 de octubre de 2016 29 de mayo de 2017	Lunes de 16.00h. -19.00h	18
Bolillos	13 de octubre de 2016 – 18 de mayo de 2017	Jueves de 10.00h. – 13.00h	19
Artesanía diversa	14 de octubre de 2016 – 12 de mayo de 2017	Viernes de 10.00h. – 13.00h	19

Patchwork	17 de octubre de 2016 – 29 de mayo de 2017	Lunes de 10.00h. – 13.00h	19
Pintura en tela	27 de septiembre de 2016 – 23 de mayo de 2017	Martes de 10.00h. – 13.00h	20
Tapices y macramé	14 de octubre de 2016 – 12 de mayo de 2017	Viernes de 10.00h. – 13.00h	20
Pintura en todas las superficies	19 de octubre de 2016 – 17 de mayo de 2017	Miércoles de 10.00h. – 13.00h	20

1er TRIMESTRE

CUROS/TALLER	FECHAS	HORARIO	PÁG
MUJER Y SALUD	26 de octubre – 30 de noviembre de 2016	Miércoles de 10.00h-12.00h.	11
COACHING DESDE EL CUERPO Y LA DANZA	3 de octubre – 19 de diciembre de 2016	Lunes 19.00h-21.00h.	11
PARA SEPARARSE BIEN	19 de octubre – 14 de diciembre de 2016	Miércoles 11.00h-13.00h.	11
DE AMOR NO SE SUFRE	19 de Octubre – 14 de Diciembre de 2016	Miércoles 18.00h -20.00h.	12
PSICODEFENSA	19 de octubre – 14 de diciembre de 2016	Miércoles de 18.00h -19.30h.	13
LOS PELIGROS DE LA MODA	19 de octubre – 14 de diciembre de 2016	Miércoles de 10.30h -12.00h.	13
SEGURAS EN LA RED	21 - 24 de noviembre de 2016	De Lunes a jueves de 17.00 a 20.00h.	13
MUJERES DE CINE	27 de septiembre – 27 de octubre de 2016	Martes y jueves de 18.00h.-20.00h.	21
INFORMÁTICA NIVEL INICIAL	03 de octubre – 21 de diciembre de 2016	Lunes y miércoles 11.30h – 13.00h. Lunes y miércoles 17.30h – 19.00h.	22

2º TRIMESTRE

CURSOS/TALLER	FECHAS	HORARIO	PÁG
SÉ MANITAS EN TU HOGAR	10 de enero - 21 de febrero de 2017	Martes 19.00h-21.00h.	7
EMANCIPATE	Desde el 20 hasta 23 de febrero de 2017	De Lunes a jueves de 10.00 a 13.00h.	7
AUTONOMIA PERSONAL – BRICOLAJE	28 de febrero - 28 de marzo de 2017	Martes 19.00h-21.00h.	8
ESPACIO DE MUJER: BIENESTAR PSICOSOCIAL	1 de febrero – 1 de marzo de 2017	Miércoles 17.30h-19.30h.	14
HABILIDADES EMOCIONALES A TRAVÉS DE LA CALIGRAFÍA	06 – 20 de febrero 2017	Lunes 18.00h –20.00h.	14
HABILIDADES PARA DESARROLLAR LA AUTOESTIMA	16 de marzo – 18 de mayo de 2017	Jueves 17.30h-19.30h.	15
EL LABERINTO DE MIS EMOCIONES	14 de marzo – 16 de mayo de 2017	Martes 18.00h–20.00h.	15
HABILIDADES PERSONALES PARA LA RELACIÓN SOCIAL	15 de marzo – 17 de mayo 2017	Miércoles 10.00h –12.00h.	15
PROGRAMA EMPRENDE FASE I	09 de enero – 03 de abril 2017	Lunes 10.00h-12.30h.	21
TALLER DE TEATRO: “El viaje hacia ti a través del teatro” ¡Vive el proceso de un montaje teatral!	09 de enero – 12 de junio de 2017	Lunes 18.30h -21.30h.	22
INFORMÁTICA NIVEL INTERMEDIO	09 de enero – 5 de abril de 2017	Lunes y miércoles 11.30h – 13.00h. Lunes y miércoles 17.30h – 19.00h.	23
FACEBOOK	25 de enero – 22 de febrero de 2017	Miércoles 09.30h – 11.30h.	23
ADMINISTRACIÓN PÚBLICA ELECTRÓNICA	30 enero – 27 de febrero de 2017	Lunes 09.30h – 11.30h.	23
LINKEDIN	06-20 de marzo de 2017	Lunes 09.30h – 11.30h.	24
ORGANIZACIÓN EN EL PC Y TAREAS COTIDIANAS	01– 29 marzo de 2017	Miércoles 09.30h – 11.30h.	24

3er TRIMESTRE

CURSOS/TALLER	FECHAS	HORARIO	PÁG
ATRÉVETE CON LA CASA	18 de abril - 30 de mayo de 2017	Martes 19.00h-21.00h.	8
TIEMPO: RENDIMIENTO Y PRODUCTIVIDAD GESTIÓN DEL TIEMPO	18 de abril - 06 de Junio de 2017	Martes 10.00h-12.00h.	8
TAREAS DOG-MÉSTICAS	20 y 27 de mayo de 2017	Sábado 10.00h-14.00h.	9
PROGRAMA EMPRENDE II	17 de abril – 05 de junio 2017	Lunes 10.00h–12.30h.	21
INFORMÁTICA INTERMEDIO 2:	17 de abril – 07 de junio de 2017	Lunes y miércoles 11.30h – 13.00h. Lunes y miércoles 17.30h – 19.00h.	24
COACHING PARA MUJERES: “MUJER, LÍDER DE TU VIDA”	17 de abril– 05 de junio 2017	Lunes 19.00h–21.00h.	16





CONCILIACIÓN Y CORRESPONSABILIDAD

La conciliación de la vida laboral, familiar y personal es una estrategia que facilita la consecución de la igualdad efectiva de mujeres y hombres. Se dirige a conseguir una nueva organización social donde mujeres y hombres puedan hacer compatibles las diferentes facetas de su vida: el empleo, la familia y el ocio y el tiempo personal.

Un modelo de vida, donde existan relaciones igualitarias entre mujeres y hombres, puede conseguir beneficios, como son unas relaciones interpersonales más placenteras y enriquecedoras. Para ello es necesario que exista un equilibrio en la toma de decisiones, en el reparto de las responsabilidades domésticas y de cuidado y en la distribución del tiempo.

SÉ MANITAS EN TU HOGAR

Cambiar un enchufe, desatascar una tubería, coser un bajo, cocina rápida y sana
Aprender pequeñas reparaciones y actividades que nos dan una mayor autonomía en casa y nos hacen ahorrar dinero y mejorar nuestra calidad de vida y de convivencia en la familia.

Fechas	10 de enero - 21 de febrero de 2017
Horario	Martes 19.00h-21.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

EMANCIPATE

¡INDEPENDÍZATE! De tu pareja, de tus padres... y aprende a hacerlo tú. Ser manitas no es tan difícil... Repasamos todas las tareas de casa y te damos trucos e ideas para facilitar tu autonomía en el hogar. Desde cambiar un enchufe, desatascar una tubería o arreglar un grifo a coser un bajo, cocina rápida, sana a low cost, todo aquello que siempre quisiste preguntar y nunca te atreviste sobre lavar y planchar la ropa... ¿Tienes dificultades para organizarte? Ven y os ayudamos a organizar el tiempo.

Fechas	20 hasta 23 de febrero de 2017
Horario	De Lunes a Jueves de 10.00 a 13.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres de 18 a 35 años
Lugar	Imagina
Precio	Gratuito

AUTONOMÍA PERSONAL – BRICOLAJE

¿Cansado/a de pedir favores a tus amigas/os o familia para que te cuelguen un cuadro o te arreglen el grifo de la cocina que no para de gotear? Este es tu curso! Te enseñamos a realizar pequeñas reparaciones domésticas para que no te den trócola por fusible: electricidad, fontanería y taladro en un curso eminentemente práctico que te ayudará a ser más independiente en el hogar.

Fechas	28 de febrero - 28 de marzo de 2017
Horario	Martes 19.00h -21.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

ATRÉVETE CON LA CASA

Ven al taller de Atrévete con la casa y aprende pequeñas reparaciones domésticas, desde cambiar un enchufe a arreglar ese grifo que gotea todo el tiempo o... Colgar los cuadros que tienes en el trastero desde la última mudanza! ¡INDEPENDÍZATE! De tu pareja, de tus padres... y aprende a hacerlo tú. Ser manitas no es tan difícil... Además repasamos todas las tareas de casa y te damos trucos e ideas para facilitar tu autonomía en el hogar. Desde Coser un bajo, cocina rápida, sana a low cost, todo aquello que siempre quisiste preguntar y nunca te atreviste sobre lavar y planchar la ropa... ¿Tienes dificultades para organizarte? Ven con tu pareja y os ayudamos a organizar el tiempo.

Fechas	18 de abril - 30 de mayo de 2017
Horario	Martes 19.00h-21.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

TIEMPO: RENDIMIENTO Y PRODUCTIVIDAD GESTIÓN DEL TIEMPO

Casi siempre hablamos de Organización del tiempo, cuando realmente lo que organizamos son las tareas y actividades que hacemos en un determinado periodo de tiempo. Cada vez nos quejamos más de “falta de tiempo”, compartimos una sensación de no llegar a todo lo que creemos que tenemos que hacer, pero no somos conscientes de que la mayoría de las veces no nos estamos realizando las preguntas correctamente.

Con lo que hacemos ¿estamos consiguiendo los resultados que buscamos?
El tiempo que invierto en realizar una determinada tarea, ¿es el adecuado?
Qué es mejor, ¿cantidad de tiempo o calidad de tiempo?
Éstas son algunas de las cuestiones que vamos a trabajar en este taller, ¿Cómo nos organizamos?

Fechas	18 de abril - 06 de Junio de 2017
Horario	Martes 10.00h-12.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

TAREAS DOMÉSTICAS

Ven con tu familia para divertirte con animales específicamente adiestrados para aprender sobre las diferentes tareas domésticas.

A través de la presencia de perros específicamente adiestrados como modelos conductuales y como potenciadores del aprendizaje, se desmontarán los distintos roles asociados al ámbito familiar, en especial a aquellos asignados a la mujer.

Fechas	20 y 27 de mayo de 2017
Horario	Sábado 10.00h-14.00h.
Dirigido a	Dirigido a familias con menores de 4 a 11 años
Lugar	Casa de Asociaciones
Precio	Gratuito



CRECIMIENTO PERSONAL Y CAPACITACIÓN

Desarrollar la conciencia de tener el derecho a tener derechos, reconocer la propia autoridad y confiar en la capacidad de lograr propósitos. Dicha autoridad se produce cuando cada mujer genera autoconfianza, seguridad subjetiva y legitimidad para ser quien es y para existir, es decir, para autoafirmarse y atreverse, tomar decisiones propias y movilizarse para realizarlas en la existencia. ... una mujer es o está empoderada cuando esas capacidades se convierten en poderes vitales y se tornan estructurales, se vuelven su forma de ser.

ENCUENTROS CON LECTORAS

Acercamiento y profundización en los libros de una forma creativa, lúdica y placentera. Fomentar la existencia de personas más activas por medio de la participación y el ejercicio de las capacidades de relación, comunicación y crítica. Hacer de la lectura una práctica compartida. Realizar actividades alrededor de la palabra para crear mecanismos de formación y de desarrollo personal

Fechas	Miércoles 28 de septiembre de 2016 al 17 de mayo de 2017 (actividad quincenal).
Horario	De 17.30h-19.30h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratis

BAILA SEVILLANAS, una terapia física y mental.

El baile es una de las mejores opciones para mantenerse en forma, facilitar el movimiento muscular sin darse cuenta y disfrutar de una buena terapia tanto para el cuerpo como para el alma. Acércate al flamenco con las clases de sevillanas para mantenerte feliz y en forma.

Fechas	03 de octubre de 2016 – 05 de junio de 2017
Horario	Miércoles de 10.00h –12.00h.
Dirigido a	C.C. Málaga, 50
Lugar	Dirigido a mujeres
Precio	31.38€ trimestre



MUJER Y SALUD

Favorecer la adquisición y conservación de hábitos saludables adecuados a las diferentes etapas en la vida de la mujer. Difundir la cultura de la salud en nuestra comunidad, así como la mejor utilización de los servicios de asistencia sanitaria.

En colaboración con el Área de Salud del Patronato de Bienestar Social.

Fechas	26 de octubre – 30 de noviembre de 2017
Horario	Miércoles de 10.00h-12.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

COACHING DESDE EL CUERPO Y LA DANZA

Favorecer las relaciones de igualdad entre mujeres y hombres, trabajando desde la cooperación, el respeto, el cuidado, la escucha y la corresponsabilidad. Vivir experiencias comunes, a través del contacto físico, la creatividad y la sensibilidad; superando estereotipos culturales y convenciones sociales

El cuerpo es el gran protagonista de este taller que consiste en aprender a escucharlo y a ser más conscientes de los estados emocionales, físicos y mentales, a través de la práctica de diferentes técnicas de coaching y corporalidad como: danza cinco ritmos, danza primal, biodanza, consciencia corporal, etc..

Fechas	3 de Octubre – 19 de Diciembre de 2016
Horario	Lunes 19.00h -21.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	31,38 € curso completo

PARA SEPARARSE BIEN Porque otra forma de separarse es posible.

La ruptura de pareja es un proceso complejo en el que intervienen múltiples elementos, tanto emocionales como legales o económicos, y supone uno de los acontecimientos vitales más estresantes por los que puede pasar una persona, haciéndose especialmente patentes, durante el mismo, las desigualdades de género.

El taller tiene el objetivo de contribuir a la mejora de la situación emocional de las participantes, en este momento de especial vulnerabilidad desde el punto de vista psicológico, intentando establecer relaciones más igualitarias

Por ello, se trata de ofrecerles un espacio de análisis y diálogo, que les permita elaborar de forma positiva el duelo por la ruptura de pareja, mejorando su estado emocional y su autoestima.

Para ello, es preciso establecer un proceso de reflexión, que permita analizar, comprender y aceptar la situación personal, promoviendo cambios positivos, encaminados a transformar el conflicto en evolución.

Fechas	19 de Octubre – 14 de Diciembre de 2016
Horario	Miércoles 11.00h -13.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

DE AMOR NO SE SUFRE... Porque otra forma amar es posible

El Taller surge de la necesidad de realizar un proceso de reflexión en torno a las relaciones de pareja y a los cambios que han tenido lugar en los últimos años respecto al “AMOR y sus consecuencias”. Crearemos un espacio de trabajo sobre los mitos del “Amor Romántico”: Amor irracional, amor sacrificado, amor sin reservas y sin límites, etc y como estos nos han impedido a las mujeres poder mantenernos dentro de las relaciones de pareja como seres libres e independientes.

Buscamos reflexionar sobre las relaciones amorosas desde la igualdad, donde sea posible la comunicación de igual a igual, donde no sólo se compartan las tareas domésticas y el cuidado de los hijos e hijas, si no los afectos. Parejas que se nutren, se enriquecen mutuamente y se aportan equilibrio.

Se trata de repensar en el amor romántico que surge de la idea de que las mujeres somos seres incompletos, que necesitamos para completarnos un hombre a nuestro lado, podemos desmontar falsas creencias sobre lo que significa enamorarse, explorando los componentes culturales, descriptivos y normativos del Amor.

Fechas	19 de Octubre – 14 de Diciembre de 2016
Horario	Miércoles 18.00h.-20.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito



PSICODEFENSA

Hay muchos agentes que tienen consecuencias nocivas sobre las mujeres, desde varias perspectivas: emocional, física, comportamental, psicológica,...

Psicodefensa se divide en módulos en los que se va trabajando todas estas áreas, con el objetivo primordial de empoderar a las mujeres desde una perspectiva triádica del ser humano.

El enfoque de la actividad es integrativo para trabajar la defensa personal y la actividad física, la mente, el control de ansiedad y los sistemas de hipervigilancia.

Fechas	19 de octubre – 14 de diciembre
Horario	Miércoles de 18.00h.-19.30h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

LOS PELIGROS DE LA MODA

El taller está orientado a reconocer, sentir y cuidar el propio cuerpo. Se trabajará de una manera crítica, analizando los peligros de la moda que tienen y han tenido a lo largo de la historia, relacionados directamente con el bienestar de las mujeres.

Fechas	19 de octubre – 14 de diciembre
Horario	Miércoles de 10.30h.-12.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

SEGURAS EN LA RED

Taller dirigido a todas aquellas personas que trabajen con grupos de adolescentes donde se conocerán las principales redes sociales, entendiendo la seguridad en la red: mecanismos para ello. Creando un espacio de reflexión en sobre las nuevas formas de violencia y control a través de las nuevas tecnologías, así como legislación en nuevas tecnologías.

Fechas	Desde el 21 hasta 24 de Noviembre de 2016
Horario	De Lunes a Jueves de 17.00h. a 20.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres de 16 a 25 años
Lugar	Ciber de Imagina
Precio	Gratuito

ESPACIO DE MUJER: BIENESTAR PSICOSOCIAL

La capacidad de aceptación y adaptación a la realidad favorece el bienestar, la salud, la calidad de vida y el sentirse mejor con una misma.

El “vivir” en el pasado o el futuro impide experimentar el presente. Por ello a través de este taller de espacio y tiempo para ti mujer, pretendemos desarrollar herramientas para fomentar el bienestar y aprender a buscar recursos que ayuden a gestionar lo cotidiano desde una perspectiva positiva, pretendemos descubrir actividades gratificantes, fomentar fortalezas personales, definir metas, retomar objetivos y valores.

Fechas	01 de febrero – 01 de marzo de 2017
Horario	Miércoles 17.30h-19.30h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

HABILIDADES EMOCIONALES A TRAVÉS DE LA CALIGRAFÍA.

Innovador y creativo taller en coordinación con Servicios Sociales del PBS. Este proyecto se basa en plantear el arte de la caligrafía como herramienta pedagógica para la gestión emocional y el desarrollo de actitudes - aptitudes positivas para el crecimiento personal.

De cara a fortalecer y reconstruir las emociones positivas y trabajar actitudes, capacidades y valores tan importantes para el desarrollo profesional como para la vida cotidiana como son la escucha, la observación, la constancia, la paciencia, la concentración o la creatividad. Creemos que el análisis y reflexión sobre esta experiencia pedagógica, conduzca a mejorar la autoestima desde el autodescubrimiento en la acción, de las personas participantes en el taller.

Fechas	06 – 20 de febrero 2017
Horario	Lunes 18.00h –20.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito



HABILIDADES PARA DESARROLLAR LA AUTOESTIMA

La valoración, la aceptación, el conocimiento de una misma como factores elementales para el desarrollo de la identidad femenina. Aprender a detectar la crítica positiva para superar los obstáculos para el cambio personal. Utilizar la resiliencia para una vida más plena.

Fechas	16 de marzo – 18 de mayo de 2017
Horario	Jueves 17.30h -19.30h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

EL LABERINTO DE MIS EMOCIONES

Taller de reflexión que tiene como objetivo el conocerse, aceptarse y desarrollar el propio potencial interno. Aprender a gestionar las emociones. Valorar el auto cuidado, el cuidado mutuo y el respeto como responsables del bienestar emocional. Reflexionar como se establecen a través de la expresión de las emociones los vínculos patológicos y los vínculos sanos.

Fechas	14 de marzo – 16 de mayo de 2017
Horario	Martes 18.00h–20.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres menores de 35 años.
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

HABILIDADES PERSONALES PARA LA RELACIÓN SOCIAL

Trabajar las habilidades de comunicación que nos permiten mejorar nuestra capacidad de expresión en el ámbito público y privado.

Fechas	15 de marzo – 17 de mayo 2017
Horario	Miércoles 10.00h –12.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito



COACHING PARA MUJERES: “MUJER, LÍDER DE TU VIDA”

Desarrollar y potenciar la capacidad de liderazgo y autonomía de la mujer en su vida personal y profesional, así como favorecer la autoestima, la inteligencia emocional, la independencia y la capacidad de elección de las mujeres, utilizando como herramienta el coaching social, y a través de la construcción de un proyecto de vida personal.

Fechas	17 de abril – 05 de junio 2017
Horario	Lunes 19.00h –21.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	31,38 €

IGUALDAD DE OPORTUNIDADES

Conseguir la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres con el objetivo de que desaparezca la discriminación por razón de sexo, es imprescindible no solamente para la evolución social y económica sino también para el establecimiento de unas relaciones humanas constructivas.

Eliminar las desigualdades de género aún existentes en el ámbito laboral y empresarial fomentando y dando visibilidad a las mujeres emprendedoras que a través de sus iniciativas y sus proyectos consiguieren mejorar nuestra sociedad.

¿TE ATREVES A ESCRIBIR?: talleres de escritura creativa

El lenguaje literario surge del centro mismo de la imaginación. Nos lleva al encuentro con las emociones, así como pone en funcionamiento la reflexión y la capacidad crítica. Para ello, en el taller se llevará a cabo la escritura de cuentos, relatos y poemas, la lectura de textos escritos por el alumnado, así como textos de autoras y autores consagrados. Asimismo, se establecerán debates en torno a cuestiones planteadas en el aula.

Fechas	Inicial: 7 de octubre 2016 - 9 de junio de 2017
Horario	Viernes de 10.00h-12.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	31,38 € / trimestre

Fechas	Avanzado: 7 de octubre 2016 - 9 de junio de 2017
Horario	Viernes de 12.00h-14.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	31,38 € / trimestre

CURSOS DE ARTESANÍA

Ampliaremos conocimientos sobre las técnicas y realización de diversas artesanías. La necesidad de crear forma parte importante en nuestras vidas. Nos hace sentirnos felices y libres porque expresamos y experimentamos. El arte nos ayuda a difundir nuestros proyectos, ideas y puntos de vista, de esta manera intervenimos en los espacios públicos. Las fechas de terminación de los talleres son orientativas, dependerán del calendario laboral 2017.

Madera, metal y resina. Pintura y técnicas decorativas.

Amplio y variado taller en el que aprenderemos a pintar y repintar cajas, muebles y objetos de madera metálicos. Podremos dar un aire nuevo a las sillas del salón o a los muebles heredados de la abuela o a esa estantería de la habitación de las/os niños/as que no nos combina; así como pintar una caja y convertirla en un costurero o hacer de una caja de vinos un estupendo regalo personalizado.

27 de septiembre de 2016 – 23 de mayo de 2017

Fechas	Martes de 16.00h. -19.00h
Horario	Dirigido a mujeres y a hombres.
Dirigido a	Centro Cívico Distrito Centro
Lugar	94.04€. Dividido en tres pagos de 31.35€
Precio	El costo del material corre a cargo del alumnado

Taracea Marquetería

Arte de crear diseños con los colores y la fibra de chapas de madera en un soporte sólido. Esta técnica se emplea para hacer cuadros o decorar cajas, bandejas, espejos y también para la decoración de muebles.

Fechas	17 de octubre de 2016 – 29 de mayo de 2017
Horario	Lunes de 16.00h. -19.00h
Dirigido a	Dirigido a mujeres y a hombres.
Lugar	Centro Cívico Distrito Centro
Precio	94.04€. Dividido en tres pagos de 31.35€
	El costo del material corre a cargo del alumnado

Tapicería

Adquiere la técnica para tapizar todo tipo de muebles, sillas, sillones, cabeceros...

Fechas	19 de octubre de 2016 – 19 de octubre de 2017
Horario	Miércoles de 10.00h. – 13.00h
Dirigido a	Dirigido a mujeres y a hombres.
Lugar	Local C. Velarde, 14
Precio	94.04€. Dividido en tres pagos de 31.35€ El costo del material corre a cargo del alumnado

Restauración

El arte de recuperar todo tipo de objetos y muebles tanto antiguos como actuales.

Fechas	19 de octubre de 2016 – 17 de mayo de 2017
Horario	Miércoles de 16.00h. -19.00h
Dirigido a	Dirigido a mujeres y a hombres.
Lugar	Local C. Velarde, 14
Precio	94.04€. Dividido en tres pagos de 31.35€ El costo del material corre a cargo del alumnado

Repujado en cuero

En este taller aprenderemos a trabajar el cuero y a embellecer cajas, cuadernos, bolsos, cinturones etc. Material necesario, cuero, buriles.....

Fechas	17 de octubre de 2016 – 29 de mayo de 2017
Horario	Lunes de 16.00h. -19.00h
Dirigido a	Dirigido a mujeres y a hombres.
Lugar	Casa Asociaciones
Precio	94.04€. Dividido en tres pagos de 31.35€ El costo del material corre a cargo del alumnado



Bolillos

Aprenderemos a realizar todo tipo de encajes como hacían nuestras abuelas, pero también nos enseñaran nuevas técnicas con todo tipo de objetos actuales.

Fechas	13 de octubre de 2016 – 18 de mayo de 2017
Horario	Jueves de 10.00h. – 13.00h
Dirigido a	Dirigido a mujeres y a hombres.
Lugar	Casa Asociaciones
Precio	94.04€. Dividido en tres pagos de 31.35€ El costo del material corre a cargo del alumnado

Artesanía diversa

Pintura sobre madera, cristal, metal, tela, paraguas y abanicos pintados a mano alzada, Pastas modelables, tejas, de apañe, trabajos con servilletas, cuadros, velas decoradas, estaño.

Fechas	14 de octubre de 2016 – 12 de mayo de 2017
Horario	Viernes de 10.00h. – 13.00h
Dirigido a	Dirigido a mujeres y a hombres.
Lugar	Casa Asociaciones
Precio	94.04€. Dividido en tres pagos de 31.35€ El costo del material corre a cargo del alumnado

Patchwork

Trabajo de costura que se realiza mediante la unión de pequeñas piezas de tela combinadas para que formen distintas figuras. Se pueden realizar colchas, tapices, bolsos, camisetas, neceseres, cuadros, costureros

Fechas	17 de octubre de 2016 – 29 de mayo de 2017
Horario	Lunes de 10.00h. – 13.00h
Dirigido a	Dirigido a mujeres y a hombres.
Lugar	Casa Asociaciones
Precio	94.04€. Dividido en tres pagos de 31.35€ El costo del material corre a cargo del alumnado



Pintura en tela

A través de la pintura en tela y seda se pueden realizar creaciones en camisetas personalizadas, cuadros, cojines, paraguas, manteles. No son necesarios conocimientos de dibujo.

Fechas	27 de septiembre de 2016 – 23 de mayo de 2017
Horario	Martes de 10.00h. – 13.00h
Dirigido a	Dirigido a mujeres y a hombres.
Lugar	Casa Asociaciones
Precio	94.04€. Dividido en tres pagos de 31.35€ El costo del material corre a cargo del alumnado

Tapices y macramé

Taller donde se aprenden todas las técnicas de tejido y utilización de fibras textiles para tapices y macramé

Fechas	14 de octubre de 2016 – 12 de mayo de 2017
Horario	Viernes de 10.00h. -13.00h
Dirigido a	Dirigido a mujeres y a hombres.
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	94.04€. Dividido en tres pagos de 31.35€ El costo del material corre a cargo del alumnado

Pintura en todas las superficies

Pintura creativa realizada con diversas técnicas, oleo, acrílicos, pintura en tela, en seda, etc

Fechas	19 de octubre de 2016 – 17 de mayo de 2017
Horario	Miércoles de 10.00h. – 13.00h
Dirigido a	Dirigido a mujeres y a hombres.
Lugar	Centro Cívico Málaga, 50
Precio	94.04€. Dividido en tres pagos de 31.35€ El costo del material corre a cargo del alumnado



MUJERES DE CINE

Nos acercaremos al apasionante mundo del cine desde la perspectiva de género, profundizando en el papel de la mujer como espectadora, creadora y protagonista, y prestando especial atención a los estereotipos y desigualdades existentes para construir una visión colectiva de la “figura femenina” en la sociedad.

Fechas	27 de septiembre – 27 de octubre
Horario	Martes y jueves de 18.00h.-20.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	20.91€ curso

PROGRAMA EMPRENDE FASE 1

Orientado a todas aquellas mujeres que estén llevando a cabo o deseen comenzar una iniciativa para emprender, que se animen a retarse a sí mismas y quieran maximizar las probabilidades de éxito de su nuevo emprendimiento, así como sacar todo su potencial como profesionales y como personas.

Fechas	09 de enero – 03 de abril 2017
Horario	Lunes 10.00h -12.30h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

PROGRAMA EMPRENDE FASE II

Se establece una relación personalizada a través de la cual se comparten experiencias y se orienta a las participantes entre las diferentes alternativas existentes, buscando la mejor fórmula para cada caso. Liderado por expertos en cada materia y experiencia personal en cada ámbito trabajado, maximizamos así las probabilidades de éxito de cada Proyecto.

Fechas	17 de abril – 05 de junio 2017
Horario	Lunes 10.00h–12.30h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	Gratuito



TALLER DE TEATRO: “El viaje hacia ti a través del teatro”

El teatro siempre implica un público que escucha, recibe, mira y un grupo que se expresa. Jugar a hacer otros roles siempre te devuelve una nueva mirada de ti misma/o. Dirigido a mujeres y hombres con o sin experiencia previa que quieran divertirse, y reconocerse ampliando capacidades de comunicación interna (relación conmigo misma/o) e interna externa (yo con el entorno). Relajación, Escucha, Imaginación, Conciencia, Reflexión, Análisis, serán las herramientas que nos ayuden a entrar en contacto con el campo expresivo, ese que todo ser humano trae consigo y que a veces en la edad adulta es difícil de gestionar. Dirigido además a personal docente y profesionales de la intervención social pues en el taller podrán obtener herramientas para aplicar a sus propios grupos de trabajo. Y también dirigido a personas que quieran desarrollar sus sensibilidades artísticas desde la escritura dramática (acción, idea de conflicto), la dirección, la escenografía o construcción de espacios, el vestuario. Reunirnos en un grupo diverso para enriquecernos del aprendizaje del trabajo en equipo: pilar fundamental del teatro.

Fechas	09 de enero - 12 de junio de 2017
Horario	Lunes 18.30h -21.30h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	Casa de la Mujer
Precio	47,13 € trimestre

INFORMÁTICA NIVEL INICIAL

Introducción a la informática desde cero. Empezando por explicar la utilidad de la tecnología; qué es y cómo es un ordenador y sus componentes; el escritorio de Windows; el explorador de Windows; introducción a internet (navegadores, buscadores); introducción y utilización del correo electrónico; introducción y utilización de google drive.

Fechas	03 de octubre – 21 de diciembre de 2016
Horario	Lunes y miércoles 11.30h – 13.00h.
Dirigido a	Lunes y miércoles 17.30h – 19.00h.
Lugar	Dirigido a mujeres y hombres
Precio	La-Cafetera.net Casa de la Mujer
	47.13 € curso completo



INFORMÁTICA NIVEL INTERMEDIO

Recordatorio de conocimientos: Internet, Correo Electrónico, Google Drive; Introducción Office 2010, Word 2010, introducción al POWERPOINT del paquete de Microsoft Office.

Fechas	09 de enero – 5 de abril de 2017
Horario	Lunes y miércoles 11.30h – 13.00h.
Dirigido a	Lunes y miércoles 17.30h – 19.00h.
Lugar	Dirigido a mujeres y hombres
Precio	La-Cafetera.net Casa de la Mujer
	47.13 € curso completo

FACEBOOK

Nivel Básico

Iniciar nuestra actividad en la red Social Facebook. Aprender el manejo para registrar y publicar. Primeros pasos, agregar contactos. Conocer los sistemas de seguridad, contenido a publicar y sus implicaciones. Requisitos: el alumnado debe de estar familiarizado en el manejo del ordenador y disponer de una cuenta de correo electrónico para el registro en Facebook.

Fechas	25 de enero – 22 de febrero de 2017
Horario	Miércoles 09.30h – 11.30h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	La-Cafetera.net Casa de la Mujer
Precio	10.46€ curso completo

ADMINISTRACIÓN PÚBLICA ELECTRÓNICA

Nivel Medio.

Aprender a resolver la problemática de las usuarias con las administraciones públicas y la tecnología. Conocer los medios de acceso al usuario, certificados, pin... Aprender a solicitar citas, certificados, etc., en Administraciones (Seguridad Social, Hacienda, médico de cabecera, etc.) Requisitos: el alumnado debe de estar familiarizado en el manejo del ordenador y de Internet.

Fechas	30 enero–27 de febrero de 2017
Horario	Lunes 09.30h – 11.30h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	La-Cafetera.net Casa de la Mujer
Precio	10.46€ curso completo



LINKEDIN

Nivel Básico

Iniciar nuestra actividad en la red LinkedIn como herramienta de Búsqueda Activa de Empleo. Aprender a registrarse, primeros pasos, perfil, buscar y agregar contactos. Conocer los sistemas de seguridad, contenido a publicar y sus implicaciones. Requisitos: el alumnado debe de estar familiarizado en el manejo del ordenador y disponer de una cuenta de correo electrónico para el registro en LinkedIn.

Fechas	06-20 de marzo de 2017
Horario	Lunes 09.30h – 11.30h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres
Lugar	La-Cafetera.net Casa de la Mujer
Precio	Gratuito

ORGANIZACIÓN EN EL PC Y TAREAS COTIDIANAS

Nivel Básico

Crear una estructura de Árbol con las carpetas. Guardar cualquier tipo de archivo. Utilizar y manejar una pendrive o disco duro externo para almacenar archivos de todo tipo. Requisitos: el alumnado debe de estar algo familiarizado en encender y apagar un pc, manejo algo básico del ordenador. Disponer de un pendrive o disco duro externo para las prácticas.

Fechas	01– 29 marzo de 2017
Horario	Miércoles 09.30h – 11.30h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	La-Cafetera.net Casa de la Mujer
Precio	10.46€ curso completo



INFORMÁTICA INTERMEDIO 2

Repaso curso intermedio I: Internet, Correo Electrónico, Google Drive; Word 2010: Procesador de textos, Opciones avanzadas. Power Point: Diseño de presentaciones avanzadas; Excel 2010: Hoja de cálculos, Manejo de fórmulas y formatos.

Fechas	17 de abril – 07 de junio de 2017
Horario	Lunes y miércoles 11.30h – 13.00h. Lunes y miércoles 17.30h – 19.00h.
Dirigido a	Dirigido a mujeres y hombres
Lugar	La-Cafetera.net Casa de la Mujer
Precio	47.13 € curso completo

....Y ADEMÁS

- Se programarán conferencias, coloquios, salidas culturales.
- Apoyo a asociaciones del área de Mujer e Igualdad.
- Huerto ecológico de la Igualdad.
- Puedes incorporarte, si así lo deseas, en enredad@s a la carta, o en los distintos grupos de autoayuda que existen en la Casa de la Mujer, como “Cumplir años en positivo”. En los que se utilizan novedosos métodos. Infórmate.
- Emprendimiento y liderazgo femenino, así como Alcobendas Concilia.
- Talleres de conciliación y corresponsabilidad.
- Actos y actividades 25 de Noviembre “Día Internacional contra la Violencia de Género”
- Actos y actividades 08 de Marzo “Día Internacional de la Mujer”
- A lo largo del curso, La Concejalía de Integración e Igualdad de Oportunidades (por medio de la Casa de la Mujer), ofrecerá cada trimestre una nueva programación de cursos, de los que se informará en la revista Sietedías, www.alcobendas.org, facebook y twitter @ALCBDS_CMujer.

Otros recursos y actuaciones de La Casa de la Mujer

Punto Municipal del Observatorio Regional de Violencia de Género. Desde el PMORVG se presta atención especializada e integral a mujeres víctimas de violencia de género, a sus hijos y otras personas dependientes. El recurso cuenta con atención psicológica individualizada y grupal, asesoría jurídica y atención social.

**Horario de 9 a 14 y de 16 a 19.30h. de lunes a viernes (excepto los viernes por la tarde).
Más información y cita previa en el 91 654 31 99 // 91 654 37 87**

Talleres, cursos y actuaciones en materia de prevención, sensibilización y formación en igualdad de oportunidades y violencia de género, dirigido a la población en general y a profesionales, haciendo especial hincapié en el ámbito educativo.



PERIODOS DE INSCRIPCIÓN

PRIMER TRIMESTRE: Octubre-Diciembre.

Desde el 29 de Junio para personas empadronadas en Alcobendas.

A partir del 13 de Septiembre para personas no empadronadas en Alcobendas.

SEGUNDO TRIMESTRE: Enero-Marzo.

Desde el 13 de Diciembre para personas empadronadas en Alcobendas.

A partir del 15 de Diciembre para personas no empadronadas en Alcobendas.

TERCER TRIMESTRE: Marzo-Junio.

Desde el 7 de Marzo para personas empadronadas en Alcobendas.

A partir del 9 de Marzo para personas no empadronadas en Alcobendas.

JUNIO						
L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

SEPTIEMBRE						
L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
					24	25

OCTUBRE						
L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

NOVIEMBRE						
L	M	M	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

DICIEMBRE						
L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

ENERO						
L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

FEBRERO						
L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

MARZO						
L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

ABRIL						
L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAYO						
L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

JUNIO						
L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

- Días no lectivos. (En las semanas Navidad y Semana Santa no se imparten clases)
- Día Internacional contra la Violencia de Género
- Día Internacional de las Mujeres



LUGARES DE INFORMACIÓN, INSCRIPCIÓN Y BAJAS

Información e inscripciones

CASA DE LA MUJER

CONCEJALIA PROMOCIÓN DE LA IGUALDAD

Málaga núm. 50 - Telf. 91 6543787

Horario: De Lunes a Jueves de 09 a 14,00h. y de 16,00 a 19,30h.

Viernes de 09,00h. a 14,00h.

Horario en Navidad, Semana Santa y vacaciones estivales: de 09 a 14.00h de lunes a viernes

SAC Ayuntamiento de Alcobendas

Plaza Mayor,1

Horario: de 08,30 a 14,30h. y de 16,00 a 19,00h, de lunes a viernes. De 10,00 a 13,00h. los sábados. Julio y Agosto: Tardes cerrado.

SAC Distrito Centro

Plaza del Pueblo, 1

Horario; de lunes a viernes de 8:30 a 14:00 H.

SAC Distrito Norte

Calle Magia, 4

Horario; de lunes a viernes de 8:30 a 14:00 H.

Agosto cerrado

SAC Distrito Urbanizaciones

Avenida de Bruselas, 19

Horario; de lunes a viernes de 8:30 a 14:00 H.

Agosto Cerrado

Horario; de lunes a viernes de 8:30 a 14:00 H.

Servicio de atención Telefónica: 010

(pago con tarjeta)

Desde fuera de Alcobendas o móviles: 91 4843199

Horario: de 08,30 a 14,30h. y de 16,00 a 19,00h, de lunes a viernes. De 10,00 a 13,00h. los sábados. Julio y Agosto: Tardes cerrado.

Atención telefónica a personas sorda mediante chat en www.alcobendas.org



NORMAS DE MATRICULACIÓN

- Tener cumplidos 16 años
- Presentar documento identificativo (D.N.I., N.I.E., pasaporte, etc.)
- Aportar datos bancarios para los cursos superiores a tres y cuatro meses.
- No podrá inscribirse en ningún curso usuarios que tengan algún recibo pendiente de pago.
- Si se observara que la persona que realiza los talleres no es la misma que aquella que está inscrita se anulará la plaza automáticamente.

FORMAS DE PAGO, BAJAS Y DEVOLUCIONES

1. Se anularán aquellos cursos que no tengan cubiertas un 50% de las plazas.
2. Según las ordenanzas municipales que regulan los precios públicos:
 - Para los cursos inferiores a cuatro meses: Abonarán en la inscripción el importe total del curso.
 - Para los cursos superiores a cuatro meses: El precio establecido es el del curso escolar completo. Se abonará en tres recibos: el primero en el momento de la inscripción y los dos siguientes en los primeros días de enero y abril.

Los cursos pueden sufrir modificaciones de fechas y horarios.



Bajas

En caso de baja definitiva en alguna actividad deberá avisarse, bien por escrito bien por teléfono 010 para Alcobendas y 91 484 31 99 para móviles y fuera de Alcobendas, dos días hábiles antes del inicio de la actividad de ese trimestre o mes. Al usuario se le devolverá el importe abonado (menos 12€) que se reservan para sufragar gastos del proceso administrativo. El impago de un recibo significa la baja automática del servicio.

Devoluciones

Una vez iniciada la actividad sólo se devolverá parte de las cuotas trimestrales pagadas por anticipado, cuando el usuario solicite la baja por escrito y ésta se base en circunstancias ajenas a su voluntad (situación de desempleo sin prestación, enfermedad grave o prolongada del alumno, traslado de domicilio a otros municipios, horario laboral incompatible con las clases, y situación familiar grave). Las circunstancias que se aleguen como motivo de la baja se justificarán mediante los correspondientes documentos legales, justificante médico, certificado del padrón, certificado de empresa, etc. El importe a devolver en estos casos será el siguiente:

- El importe proporcional a dos meses, calculado sobre la cuota trimestral, menos 12 euros, si la baja se produce a lo largo del primer trimestre de que se trate.
- El importe proporcional a un mes, calculando sobre la cuota trimestral, menos 12 euros, si la baja se produce a lo largo del segundo mes del trimestre de que se trate.
- Si la baja se produce en el último mes del trimestre no se devolverá nada.



CASA DE LA MUJER

C/ Málaga núm. 50

Telf. 91 6543199 y

916543787

casamujer@aytoalcobendas.org

Hablemos también en
facebook y en twitter.

HORARIO:

De Lunes a Jueves de 09 a 14,00h. y de 16,00 a 19,30h.

Viernes de 09,00h. a 14,00h.

alcobendas
Creciendo
en igualdad

www.alcobendas.org



ALCOBENDAS

Un modelo **de ciudad**