

1. HISTORIA DEL ARTE CONTEMPORANEO: DESDE 1945 HASTA 2000

Gladys Figueroa Marchant - Magister en Historia

Descripción del curso: Desde el inicio de las vanguardias del siglo XX, el arte en todas sus manifestaciones, se ha movido en un segmento propio, muchas veces alejado de la comprensión de un gran segmento de la sociedad. El curso pretende introducir al alumno en la comprensión y apreciación del lenguaje del arte contemporáneo a través de la observación y análisis de los principales movimientos artísticos y de las obras pictóricas, escultóricas y de arquitectura que estos movimientos han producido en la segunda mitad del siglo XX en occidente.

Miércoles 10:00 a 11:30 hrs. / Pagado en 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

2. HISTORIA ANTIGUA UNIVERSAL:

Grecia y Roma, pilares de la civilización occidental

Gladys Figueroa Marchant - Magister en Historia

Las antiguas civilizaciones de Grecia y Roma formaron las bases de las instituciones, valores, arte y cultura que son propias del mundo occidental hasta nuestros días. El pensamiento griego desarrollado por los filósofos, el arte, la democracia. El derecho romano, su idea de estado, son algunos de los pilares sobre los que se levanta el mundo de occidente y sus instituciones. El presente curso pretende poner en valor estos fundamentales aportes y descubrir en ellos el origen de muchas de nuestras formas modernas de sociedad a pesar del largo tiempo transcurrido.

Miércoles 11:45 a 13:15 hrs. / Pagado en 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

3. ESTIMULAR LA MEMORIA EN ADULTOS MAYORES

Ximena Leiva - Psicóloga

Nuestro taller de estimulación de memoria comenzará profundizando sobre la noción de Memoria y los principales elementos ligados al funcionamiento de esta. Posteriormente nos abocaremos a comprender como la memoria, en cuanto proceso cognitivo se ve afectada por el proceso de envejecimiento.

Jueves 10:00 a 11:30 hrs. / Pagado en 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

4. TALLER DE INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGIA POSITIVA I

Ximena Leiva - Psicóloga

Estudiaremos los orígenes de este nuevo enfoque de la psicología, las claves que propone para abordar los conflictos con mayor asertividad y las bases del bienestar psicológico y la felicidad.

Jueves 11:30 a 13:30 hrs. / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

5. PSICOLOGIA POSITIVA II

Ximena Leiva - Psicóloga

Dirigido a alumnos que han cursado el nivel 1 de psicología positiva o taller de desarrollo personal. Temas: reflexiones en torno al concepto de felicidad, estado de flujo, capacidad de disfrute y calidad de vida.

Martes 11:30 a 13:00 hrs. / Pagado en 4 cuotas de \$17.000.- (16 clases)

6. TALLER “APRENDIENDO SOBRE EL OPTIMISMO”: reflexiones y dinámicas

Ximena Leiva - Psicóloga

Orientadas a superar el pesimismo y los pensamientos negativos. Buscaremos explorar una visión de la vida con un optimismo flexible.

Taller orientado a alumnos que cursaron Psicología positiva II

Viernes 10:00 a 11:30 hrs. / Pagado en 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

7. BASES DE ERGONOMÍA EN HOGAR, TRABAJO Y EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

Camilo Peña – Kinesiólogo

Los movimientos y la actividad física desarrollada en el hogar, en lo laboral, en las distintas formas de actividad física y en los diferentes deportes, son todas formas de trabajo. Se pueden todas considerar puestos de trabajo. El curso entrega las bases de la ergonomía de dichos trabajos. En lo moderno, un terminal de PC, que puede estar en muchos hogares, es un puesto de trabajo, que puede ocasionar pérdida de eficacia y ocasionar lesiones por sobre uso.

Martes 14:00 a 15:30 hrs. / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

8. SALUD Y CALIDAD DE VIDA

Camilo Peña - Kinesiólogo

Curso teórico práctico, que hace el perfil epidemiológico de los adultos mayores, tipificando la V Región, señalando los síndromes característicos, entregando la tipificación de ellos, los elementos evaluativos simples y pautas elementales para contrarrestar su presencia. Como ejemplo simple, las caídas son un síndrome, se entregan pautas para prevenirlas y trabajo de entrenamiento.

Martes 15:30 a 17:00 hrs. / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

9. YOGA (GIMNASIA PSICOFÍSICA)

Violeta Gómez M. – Instructora

En estas sesiones se espera que los alumnos aprendan a manejar diversas herramientas que otorga la gimnasia psicofísica para fortalecer su energía corporal a nivel muscular y de flexibilidad, mejorar su calidad de vida, como técnicas de respiración, posturas de yoga y técnicas de relajación.

Martes 10:30 a 12:00 hrs. / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

10. NATACIÓN E HIDROGIMNASIA

Carlos Navarrete A. - Prof. de Educación Física

Este curso ofrece la oportunidad de jugar, aprender y mejorar las técnicas básicas de la natación y usar el agua como un medio de mejorar nuestra condición física, a través de la hidrogimnasia.

Jueves 17:30 a 18:30 hrs. / sin requisito

18:30 a 19:30 hrs. / saber nadar

4 cuotas de \$17.000 (16 clases) Colegio Saint Dominic (Dos Oriente 575, Viña)

11. JUEGOS ARTÍSTICOS Y RECREACIÓN

Carlos Navarrete A. - Profesor de Educación Física y especialista en Ciencias del Movimiento Humano

El curso pretende conocer, vivenciar y valorar los juegos recreativos con énfasis en lo artístico, buscando explorar nuestros talentos potenciales.

Por Confirmar / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

12. CURSO BÁSICO DE COMPUTACIÓN

Hosliany Vargas - Magíster en Matemáticas, Profesora de Matemáticas, Física y Estadística

Descripción del computador, manejo básico de Windows, conocimiento del escritorio, uso de internet, uso de aplicaciones: Word, Excel, uso de correo electrónico y todas las herramientas para principiantes.

Miércoles 11:45 a 13:15 hrs. / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

13. TALLER DE ARTES VISUALES DIBUJO Y PINTURA

Orielle Bernal Correa - Artista Docente

Los objetivos de este taller se orientan al desarrollo de la sensibilidad e interés por la “acción creativa”, su valorización y comprensión como fuente de enriquecimiento e integración de la persona, en beneficio de sí misma, de su medio y de la comunidad.

Viernes 11:00 a 13:30 hrs. (10 clases) / Valor \$68.000 (Pagado en 3 cuotas)

14. TALLER MOSAICO

Susana Gordon - Profesora de Arte

El Mosaico es el arte de componer una obra a partir de trozos de diversos materiales, como azulejos, cerámicos, piedras, etc. Este taller tiene como objetivo enseñar la técnica de mosaico en sus diferentes fases (método directo, vitromosaico, método indirecto, método inverso, sobre relieve y mixto) de modo de poder aplicarlos sobre diversos objetos y espacios, de manera creativa y versátil.

Por Confirmar / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

15. TALLER MOSAICO Y SUS VARIACIONES

Susana Gordon - Profesora de Arte

El Mosaico es el arte de componer una obra a partir de trozos de diversos materiales, como azulejos, cerámicos, piedras, etc. Una vez se aprende el sentido de la técnica, es posible hacer variaciones sobre la misma. Existen varias técnicas llamadas falso mosaico, en ellas se elabora un mosaico con materiales no tradicionales, que imiten el efecto obtenido en el mosaico con azulejos o cerámicos, pero utilizando otros materiales barnices.

Horario por confirmar / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

16. CONVERSACIONES ACERCA DE LA TRASCENDENCIA Y EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA ESPIRITUAL

Andrés Santander - Magíster en Gestión Educacional, Profesor de Religión y Moral (asantanderfuentes@gmail.com)

El curso es una invitación a plantearnos las preguntas con las cuales la humanidad ha convivido desde siempre. El fenómeno religioso como una posible respuesta a la existencia. Desde cada persona hay un universo único y original que construye la historia, el sentido de la vida individual y compartida. Es aquí donde surge la Inteligencia Espiritual en el contexto de las Inteligencias Múltiples.

Lunes 10:00 a 11:30 hrs. / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

17. TALLER DE POESÍA

Andrés Santander - Magíster en Gestión Educacional, Profesor de Religión y Moral. Poeta y Profesor de taller de creatividad (asantanderfuentes@gmail.com)

La escritura creativa fruto de las vivencias es una oportunidad para comunicarse, descubrir mundos y presentar trabajos literarios que perdurarán en el tiempo. Aquí se conjugan la emoción, el talento y la vocación, pero principalmente la imaginación. La poesía como arte... como invitación a construirla desde nuestras propias y diversas características personales.

Lunes 11:45 a 13:15 hrs. / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

18. INGLÉS Nivel Básico

Sandra Steffens Vera - Profesora de Inglés

Clases de comunicación efectiva en inglés con una base elemental de gramática y de las situaciones de la vida cotidiana para desarrollar la comprensión lectora y auditiva junto con la expresión escrita y oral.

Horario por confirmar / Pagado en 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

19. INGLÉS Nivel Intermedio

Sandra Steffens Vera - Profesora de Inglés

Clases de comunicación efectiva en inglés con un manejo intermedio de la gramática y de las situaciones de la vida cotidiana para desarrollar la comprensión lectora y auditiva junto con la expresión escrita y oral.

Horario por confirmar / Pagado en 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

20. TALLER DE COMUNICACIÓN EFICAZ

Angélica Pacheco Díaz - Periodista

Conocer técnicas para mejorar la comunicación personal y colectiva con el objeto de vivir mejor y de relacionarse mejor con las personas y despertar el propio liderazgo. Se identifican y potencian las distintas formas que la gente tiene para expresarse y comunicarse, aprendiendo a desarrollar mayor percepción individual, y a desarrollar diversas técnicas de conversaciones, discursos y presentaciones públicas.

Horario por confirmar / Pagado en 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

21. EXPORTACIÓN DE VOZ CON FORMACIÓN CORAL

Nancy Matus Sepúlveda - Profesora de Piano

Aprender formas del manejo de la voz con formación coral para practicar el cantar en coro. Se trabajan dos amplias áreas del canto a través de temas clásicos y del folclore.

Miércoles 11:00 a 12:30 hrs. / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

22. TALLER DE GUITARRA Y MÚSICA LATINOAMERICANA

Luciano Vergara Yáñez - Músico y Docente

Este taller busca entregar herramientas esenciales que a través de práctica con guitarra, permitan a los participantes desenvolverse en distintos ritmos y géneros musicales latinoamericanos, tales como la cueca, bolero y vals.

Requisito: Llevar guitarra

Viernes 11:30 a 13:00 hrs. / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

23. CURSO BÁSICO DE FOTOGRAFÍA

Rodrigo Coloma - Periodista

Curso básico de fotografía orientado a quienes tengan poca o ninguna noción sobre el tema y quieran tomar mejores fotografías en ámbitos familiares o cotidianos. Quienes tomen este programa podrán mejorar sus competencias fotográficas tanto en el uso de la cámara como en la composición de la fotografía. Todas las clases contemplan teoría y práctica.

Horario por confirmar / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

24. TALLER APRECIACIÓN MUSICAL

De la sinfonía al rock. Un viaje por la historia musical.

Juan Paulo Roldán - Periodista. Magíster en Relaciones Internacionales (jperiodista@gmail.com)

Aprender a identificar, comprender y valorar los principales elementos de la música, entre ellos el ritmo, la melodía, la armonía, entre otros. Los alumnos podrán identificar los sonidos de los instrumentos clásicos como también algunos estilos de la música del siglo XX. Los asistentes al curso estarán capacitados para comprender la evolución musical y establecer nuevos vínculos con generaciones más actuales.

Viernes 17:00 a 18:30 hrs. / 4 cuotas de \$17.000 (16 clases)

La iniciación de clases dependerá del número de alumnos inscritos. Oportunamente se informará de las salas y lugares donde se darán los cursos y talleres.

Los horarios están sujetos a cambios.

“Pueden participar en los cursos y talleres todas las personas interesadas, sean o no adultos mayores”

Coordinador: Prof. Carlos Navarrete A.

Secretaria: Nydia Allende G.

Dirección: 12 de Febrero 125, Valparaíso (Casa Central PUCV)

Teléfono: 32 - 227 3091 / E-MAIL: prodepam@ucv.cl



PONTIFICIA UNIVERSIDAD
CATOLICA
DE VALPARAISO
FACULTAD DE FILOSOFÍA Y EDUCACIÓN

PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA ADULTOS MAYORES

[PRODEPAM]

**INICIO 1ª SEMANA DE ABRIL
MATRÍCULA \$ 15.000 (anual)**