



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

ACUERDOS ADOPTADOS EN EL CONSEJO RECTOR DEL PATRONATO DE LA UNIVERSIDAD POPULAR MUNICIPAL, EN SESIÓN EXTRAORDINARIA CELEBRADA EL DÍA 11 DE ENERO DE 2018

PRESIDENCIA: D^a María Llanos Navarro González (PP).

Asisten los VOCALES: D^a María Isabel Sánchez Cerro (PSOE), D^a Juana García Vitoria (PSOE), D^a María Carmen Picazo Pérez (CIUDADANOS), D^a María José Simón Urban (GANEMOS); OTROS ASISTENTES: D^a Ana María Rodríguez Velencoso (Directora UPMA), D^a Raquel Galiana Alonso (Representante Comité Empresa), D^a María Dolores Torres Sánchez (Representante alumnos) y el SECRETARIO, D. Teodoro de la Rosa Herrero

ASUNTOS

1.- APROBACION, SI PROCEDE, DEL ACTA DE LA SESIÓN ANTERIOR, CELEBRADA EL DÍA 5 DE SEPTIEMBRE DE 2017.

El Consejo Rector acuerda, por unanimidad, aprobar el acta de la sesión celebrada el día 5 de septiembre de 2017.

2.- PROPUESTA DE CREACIÓN DE UNA PLAZA DE ANALISTA-PROGRAMADOR, MODIFICACIÓN DE LA PLANTILLA ORGÁNICA.

Se da cuenta al Consejo Rector de la propuesta de la Dirección de la Universidad Popular Municipal relativa a la creación de una plaza de Analista-Programador, cuyo contenido se transcribe a continuación:

“El Patronato de la U.P.M.A., creado para la promoción, desarrollo y sostenimiento de la Universidad Popular Municipal, entendida como un servicio educativo y cultural, ha asumido con la misma plantilla la gestión de la Casa de la Cultura Municipal “José Saramago”, las nuevas necesidades surgidas por el desarrollo tecnológico y el gran crecimiento que ha experimentado la Universidad Popular en los últimos años. Se cuenta con un solo puesto de Técnico Informático para resolver todas las incidencias que surgen en los equipos.

Además, es evidente que cada vez existe una mayor dependencia de la informática para realizar todo tipo de tareas:

-Todo el personal, tanto el de oficina como los formadores usan herramientas que precisan soporte y resolución de incidencias durante todo el horario de apertura del centro (ordenadores, proyectores, conexiones a la red...), sin los cuales se interrumpiría la actividad.

-Con la nueva aplicación de gestión de matrículas que permitirá la matriculación on-line, será necesario el mantenimiento y resolución de posibles incidencias fuera del horario de trabajo para no interrumpir la posibilidad de uso del sistema a nivel interno y externo (participantes y ciudadanos en general).

-Ha aumentado el número de cursos breves y también se da soporte a los formadores que los imparten, habitualmente por la tarde. En el pasado curso (2015-16) se ofertaron 5770 plazas de las cuales 1883 correspondieron a cursos breves.

-Está prevista la implantación en breve de la plataforma de formación on-line Moodle. Es una herramienta que pretende complementar la actividad docente. Se trata de un software libre diseñado para ayudar a educadores a crear cursos en línea de alta calidad y entornos de aprendizaje virtuales. Ello conllevará también la resolución de incidencias en cualquier horario por parte del técnico informático.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
 qBfsd0XMdkYdaz+H1
 WYonXuPwVICTBR
 dNl9H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
 Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Pág. 1 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
FECHA: 31/01/2018

-Es necesario actualizar los servidores y toda la información de la Universidad Popular en horario distinto al de oficina y docente (fin de semana y/o vacaciones) para evitar interferir en el trabajo.

-La venta de entradas de los espectáculos también se realiza a través de plataformas que precisan la resolución de problemas.

-Se deben mantener y resolver incidencias en dispositivos como la máquina de cobro en metálico, el terminal de punto de venta de entradas en la Casa de la Cultura, equipos multimedia del auditorio y sala de conferencias, en cualquier horario.

-La Universidad Popular es un centro examinador oficial para las pruebas que acreditan los conocimientos constitucionales y socioculturales de España (CCSE), tras firmar un acuerdo de colaboración con el Instituto Cervantes en el año 2013. Todos los meses se realizan pruebas y el técnico informático debe estar presente fuera de su horario de trabajo para resolver incidencias en la Plataforma del Cervantes. Se deben subir las horas de respuesta a la Plataforma, subsanar errores, elaborar y remitir el informe de la convocatoria, etc.

-En breve comenzará el nuevo programa SIELE del Instituto Cervantes: se realizarán exámenes de nivel de español a distancia, utilizando los equipos del aula de informática de la U.P. fuera del horario lectivo.

-Es necesario mantener actualizadas las redes sociales, con información sobre las actividades programadas y todo lo que se considere de interés para los usuarios.

Sólo se ha expuesto, a modo de ejemplo algunas de las tareas para las que resulta necesario contar con técnico, que puede ostentar la categoría de Analista-Programador, que auxilie y complemente el trabajo del técnico informático, prestando servicios con un horario distinto para abarcar todo el periodo de apertura de la Casa de la Cultura y de clases de la Universidad Popular.

De todo ello informa la Dirección de la U.P. y **PROPONE:**

La modificación de la plantilla del Patronato de la Universidad Popular incluyendo en la misma una plaza de personal laboral, de la categoría de ANALISTA-PROGRAMADOR, con la misma configuración y características que las de misma denominación existentes en la plantilla del Ayuntamiento de Albacete, para lo cual existe crédito suficiente.”

El Consejo Rector del Patronato de la Universidad Popular Municipal acuerda, por unanimidad, aprobar el siguiente dictamen para su elevación al Pleno Municipal:

Modificar la plantilla del Patronato de la Universidad Popular Municipal, en el sentido de crear una plaza de personal laboral, de la categoría profesional ANALISTA-PROGRAMADOR, a jornada completa, con titulación requerida de acceso Bachiller Superior.

3.- PROPUESTA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE PRESUPUESTOS Y PLANTILLA ORGÁNICA, PARA EL EJERCICIO 2018.

Se da cuenta de los informes elaborados por la Dirección de la Universidad Popular Municipal y del Interventor General Municipal; así como la propuesta de la Vicepresidencia y restante documentación obrante en los expedientes del Presupuesto y plantilla de personal para el año 2018 del Patronato de la Universidad Popular Municipal.

Sometida la propuesta a votación por la Presidencia, se obtiene el siguiente resultado: 1 voto a favor de la Sra. Navarro González y 4 abstenciones de las Sras. Sánchez Cerro, García Vitoria, Picazo Pérez y Simón Urban. En consecuencia, el Consejo Rector acuerda, por mayoría, aprobar el siguiente dictamen para su elevación al Pleno Municipal:

1º.- Aprobar provisionalmente el presupuesto del Patronato de la Universidad Popular Municipal para el ejercicio 2018, cuyo resumen por capítulos es el que obra en el expediente.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Pág. 2 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

2º.- Aprobar provisionalmente la plantilla de personal de 2018, según se relaciona a continuación:

	DENOMINACION	PLAZA	Nº PLAZAS	UNIDAD	TITULACION REQUERIDA
1	DIRECTOR	DIRECTOR	1	UPM	LICENCIATURA UNIVERSITARIA
2	COORDINADOR ÁREA	COORDINADOR AREA	3	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
3	ADMINISTRATIVO	ADMINISTRATIVO	2	UPM	BACHILLER SUPERIOR
4	AUXILIAR ADMINISTRATIVO	AUX. ADMINISTRATIVO	3	UPM	GRADUADO ESCOLAR
5	CONSERJE	CONSERJE	1	UPM	CERTIFICADO ESCOLARIDAD
6	CONSERJE-MANTENEDOR	CONSERJE	8	UPM	CERTIFICADO ESCOLARIDAD
7	LIMPIADOR	LIMPIADOR	2	UPM	CERTIFICADO ESCOLARIDAD
8	PROFESOR DE ARTESANÍA (1 al 66,66%)	PROFESOR	2	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
9	PROFESORA DE CORTE Y CONFECCIÓN	PROFESOR	1	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
10	PROFESOR DE EDUCACIÓN BÁSICA DE ADULTOS	PROFESOR	5	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
11	PROFESOR DE HISTORIA	PROFESOR	1	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
12	PROFESOR DE TEATRO	PROFESOR	2	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
13	PROFESOR DE ETNOLOGÍA-FOLKLORE 1 DANZAS 2 GUITARRA FLAMENCA (1 al 50%)	PROFESOR	3	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
14	PROFESOR ARTES PLÁSTICAS (1 al 50%)	PROFESOR	3	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
15	PROFESOR DE IMAGEN	PROFESOR	1	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
16	PROFESOR DE NATURALEZA	PROFESOR	2	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
17	MONITOR DE ARTESANÍA (1 al 67%)	MONITOR	6	UPM	GRADUADO ESCOLAR
18	MONITOR DE EDUCACIÓN CORPORAL (2 al 50%)	MONITOR	3	UPM	GRADUADO ESCOLAR
19	MONITOR DE GUITARRA E INSTRUMENTOS DE PULSO Y PÚA	MONITOR	1	UPM	GRADUADO ESCOLAR
20	MONITOR DE ARTES PLÁSTICAS	MONITOR	2	UPM	GRADUADO ESCOLAR
21	PROFESOR DE VÍDEO	PROFESOR	1	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
22	MONITOR DE BATERÍA (EMMA)	MONITOR	1	UPM	GRADUADO ESCOLAR
23	PROFESOR DE TECLADOS (EMMA)	PROFESOR	1	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
24	PROFESOR DE BAJO ELÉCTRICO (EMMA)	PROFESOR	1	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
25	MONITOR DE GUITARRA ELÉCTRICA (EMMA)	MONITOR	1	UPM	GRADUADO ESCOLAR
26	COORDINADOR DE PERSONAL Y ADMINISTRACIÓN	COORDINADOR PERSONAL Y ADMINISTRACIÓN	1	UPM	LICENCIATURA UNIVERSITARIA
27	TÉCNICO AUXILIAR EN ÁREA ECONÓMICA	TÉCNICO AUXILIAR EN ÁREA ECONÓMICA	1	UPM	BACHILLER SUPERIOR



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
 qBfsd0XMdkYdaz+H1
 WYonXuPwVICTBR
 dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
 Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Pág. 3 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

28	PROFESOR DE EDUCACIÓN CORPORAL	PROFESOR	2	UPM	DIPLOMATURA UNIVERSITARIA
29	TÉCNICO INFORMÁTICO	INFORMÁTICO	1	UPM	DIPLOMATURA INFOR.UNIVERS.
30	ANALISTA PROGRAMADOR	ANALISTA PROGRAMADOR	1	UPM	BACHILLER SUPERIOR
31	MONITOR DE ARTESANÍA	MONITOR	6	UPM	BACHILLER SUPERIOR
32	MONITOR DE CORTE Y CONFECCIÓN	MONITOR	1	UPM	BACHILLER SUPERIOR
33	MONITOR EDUCACIÓN CORPORAL	MONITOR	3	UPM	BACHILLER SUPERIOR
34	MONITOR GUITARRA E INSTRUMENTOS DE PULSO Y PUA	MONITOR	1	UPM	BACHILLER SUPERIOR
35	MONITOR DE ARTES PLÁSTICAS	MONITOR	2	UPM	BACHILLER SUPERIOR
36	MONITOR DE BATERÍA (EMMA)	MONITOR	1	UPM	BACHILLER SUPERIOR
37	MONITOR DE GUITARRA ELÉCTRICA (EMMA)	MONITOR	1	UPM	BACHILLER SUPERIOR
TOTAL PLAZAS PLANTILLA ORGÁNICA PATRONATO UNIVERSIDAD POPULAR:			78		

3º.- Elevar el presente acuerdo al Ayuntamiento Pleno para su aprobación definitiva en integración con el Presupuesto General Municipal, a efectos de la tramitación prevista de la Ley Reguladora de Haciendas Locales.

4.- PROPUESTA DE APROBACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DE LA SEGUNDA OFERTA DE CURSOS BREVES Y ACTIVIDADES, PARA EL PERÍODO 2017-2018.

Se da cuenta al Consejo Rector de la propuesta de la Dirección de la Universidad Popular relativa a la aprobación de la programación de la segunda oferta de cursos breves, para el período 2017-2018, que obra en el expediente.

Tal y como consta en el informe de Intervención, “hay que reseñar que el gasto se va a tramitar sin consignación presupuestaria a la espera de la aprobación del presupuesto del ejercicio en que el gasto vaya a iniciar su ejecución, es decir, 2018”. Y que, en este caso, “será preciso, una vez aprobado el presupuesto del ejercicio citado se adopte el correspondiente acuerdo de compromiso del gasto sujeto, hasta entonces, y que deberá someterse a la condición suspensiva de existencia de crédito adecuado y suficiente para financiar las obligaciones derivadas de los mismos en el ejercicio correspondiente”.

El Consejo Rector del Patronato de la Universidad Popular Municipal adopta, por unanimidad, los siguientes acuerdos:

Primero: Aprobar la segunda oferta de cursos breves programados para el período 2017-2018, según propuesta de la Dirección, tal y como se detalla a continuación. Una vez aprobado el presupuesto del ejercicio 2018 será preciso que se adopte el correspondiente acuerdo de compromiso del gasto sujeto hasta entonces, y deberá someterse a la condición suspensiva de existencia de crédito adecuado y suficiente para financiar las obligaciones derivadas de los mismos en el ejercicio correspondiente.

ARTES PLÁSTICAS

INICIACIÓN A LA ACUARELA

La acuarela es una de las técnicas rápidas por excelencia. Se puede trabajar en cualquier sitio, con pocos requisitos y es ideal para tomar apuntes por su espontaneidad y rápido acabado. Este curso está destinado a participantes que quieran iniciarse en el apasionante mundo de la acuarela. Se



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Pág. 4 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

estudiará la técnica de la acuarela y los conceptos más básicos como el degradado, la veladura, el control de la humedad, los tipos de papel, el uso de mediums y las preparaciones esenciales. En la primera sesión se informará sobre los materiales que ha de llevar cada participante.

Duración: 19 de febrero al 9 de mayo. **Horario:** lunes y miércoles de 16:30 a 18:30. **Horas lectivas:** 44 **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 203. **Plazas:** 18. **Matrícula:** 40 €. **Formador:** Manuel Cifuentes Rodríguez. **Formador UP.** **Inscripciones:** a partir del 24 de enero.

PERSPECTIVA PARA ARTISTAS

Desde el siglo XV, los dibujantes y pintores tienen en la perspectiva lineal una herramienta geométrica fundamental para la representación del espacio con criterios realistas, esto es, como se presenta a nuestros ojos. Este curso permitirá con sencillas explicaciones teóricas y ejercicios prácticos, dominar los sistemas de perspectiva más habituales y en especial la perspectiva cónica (frontal y oblicua), dotándole de conocimientos suficientes para solventar la mayoría de las situaciones a que se enfrentan los artistas cuando trabajan de memoria, del natural o incluso a partir de fotografías.

Duración: 1 de marzo al 24 de abril. **Horario:** martes y jueves de 18:30 a 20:30. **Horas lectivas:** 28 **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 213. **Plazas:** 18. **Matrícula:** 35 €. **Formador:** Diego Gómez Sánchez. **Formador UP.** **Inscripciones:** a partir del 24 de enero.

DIÁLOGO ENTRE SOPORTE Y PAISAJE

Utilizar la madera como soporte para pintar un paisaje es una tarea muy íntima que brinda muchas alternativas de desarrollo a la hora de ejecutar la obra. Prepararemos soportes de madera para integrar un paisaje al óleo de una forma subjetiva y experimental, descubriendo las posibilidades estéticas que ofrece esta técnica. Para personas con conocimientos en pintura.

Duración: 17 de febrero al 21 de abril. **Horario:** sábados 10 a 13 h. **Horas lectivas:** 24. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 008. **Plazas:** 18. **Matrícula:** 40 €. **Formador:** Julio Segura Moreno. **Dibujante y paisajista.** **Inscripciones:** a partir del 24 de enero.

DIBUJO EXPERIMENTAL: "APRENDER DE LOS MAESTROS"

Desde los inicios, los artistas han interpretado a los maestros para comprenderlos, intentando captar sus métodos, recursos y dominio técnico. La copia de los maestros es una práctica de gran valor didáctico y fuente de inspiración para los artistas. En este taller aprenderemos a copiar e interpretar a los grandes pintores a través de diversas técnicas y recursos gráficos. Partiremos de obras clásicas para ir desarrollando recursos hasta realizar interpretaciones menos académicas. Trabajaremos con pastel, lápiz, carboncillo, acuarela, tinta china, etc. Trataremos de encontrar nuestra propia sintonía con la técnica más acorde a nuestra sensibilidad. Estudiaremos dibujos de los maestros para reconocernos en ellos y captar su sensibilidad, recursos estilísticos y compositivos, y reconocer así, su valía.

Duración: 2 de abril al 21 de mayo. **Horario:** lunes y miércoles de 18:45 a 20:45. **Horas lectivas:** 30. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 213. **Plazas:** 18. **Matrícula:** 50 €. **Formador:** Sergio Martínez Delicado. **Licenciado en Bellas Artes.** **Inscripciones:** a partir del 24 de enero.

MODELADO EN MINIATURA

El modelado de miniaturas es la realización a escala de figuras humanas, históricas, de fantasía, etc. En definitiva, una representación proporcional de una figura a menor tamaño de una real. Hoy en día, los modelistas disponen de una gran cantidad de accesorios y de material para la creación de sus obras. Este curso es una introducción al amplio mundo del modelado en miniatura donde se realizarán trabajos de figuras a escala y se abordarán las técnicas básicas para comenzar a crear estos modelos. Durante el proceso, se trabajará con materiales: arcillas poliméricas, masillas epoxídicas, etc., y herramientas específicas: lancetas, pinceles de goma, limas, etc., que no son muy conocidas fuera del mundo del miniaturismo. Si eres una persona inquieta, creativa y buscas nuevas formas de expresión artística, este curso te acercará a este fantástico "mundo de la miniatura".



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Pág. 5 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

Duración: 2 de marzo al 18 de mayo. **Horario:** viernes de 16 a 18:30 h. **Horas lectivas:** 25. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 101. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 40 €. **Materiales:** 10 €. **Formador:** José Juan Fernández Muñoz. Modelista y miniaturista.
Inscripciones: a partir del 24 de enero.

ARTESANÍA

BAUTIZO DE FUEGO CON VIDRIO SOPLADO

Esta es una ocasión única para sentir la experiencia del vidrio soplado. Aunque es una de las técnicas más complejas para laborar el vidrio, también es la más bonita y espectacular, tanto al trabajarla como al disfrutar observándola. Enseñaremos todos los pasos para realizar una pieza maciza y una soplada. Realizaremos: un pisapapeles lleno de colores y efectos sorprendentes y una preciosa esfera cromática y mágica, cargada de simbolismo.

Duración: 17, 18, 24 y 25 de marzo. **Horario:** de 9 a 14 h. **Horas lectivas:** 20. **Lugar:** Taller de vidrio de Luis Machi. C/ Padre Pascual Suárez, 19. **Plazas:** 5. **Matrícula:** 80 €. **Materiales:** 70 €. **Formador:** Luis Machi. Artesano del vidrio. **Inscripciones:** a partir del 24 de enero.

ENCAJE DE HINOJOSA

El encaje de Hinojosa es un encaje de cinta que tiene su origen en Sevilla y tuvo un gran desarrollo a mediados del siglo XX. Con este encaje se realizaban abanicos, aplicaciones, bolsitos de comunión, tapetes, caminos de mesa, cuellos, juegos de cama, mantelerías, pañuelos, puntillas, velos...

Con este curso se pretende dar a conocer un encaje diferente al resto de encajes españoles caracterizado por una gran variedad de puntos decorativos: lleruza, piñón, arroz, zurcido serpentina, cadeneta, alfiler, lleruza de la cruz, etc. Requisitos: conocimientos básicos en encaje de bolillos.

Duración: 4 de abril al 23 de mayo. **Horario:** miércoles de 17 a 20 h. **Horas lectivas:** 24. **Lugar:** C.S.C Ensanche. Segunda planta. Aula 8. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 45 €. **Formadora:** Elena Llamas García. Artesana.
Inscripciones: a partir del 24 de enero.

CUCADAS DE CROCHET. GANCHILLO

El origen del tejido al crochet, tal y como lo conocemos hoy, comenzó a verse a mediados del siglo XVII. En el siglo XIX el tejido al crochet se convirtió en un sustituto del encaje. Los lazos y telas por aquel entonces eran muy caros, y la gente tejía con el fin de obtener telas más baratas. En este curso realizaremos: una diadema con detalle en flor, un acerico y un pulpito para bebés. Requisitos: tener nociones básicas de crochet.

Duración: 6 de marzo al 15 de mayo. **Horario:** martes de 17 a 20 h. **Horas lectivas:** 27. **Lugar:** C.S.C Ensanche. Segunda planta. Aula 8. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 50 €. **Materiales:** 5 €. **Formadora:** M^a Pilar Muñoz Muñoz. Experta en ganchillo. **Inscripciones:** a partir del 24 de enero.

VIDRIERAS ARTÍSTICAS EN TIFANNY

El Tiffany, vidrieras encobradas, se diferencia de la técnica tradicional, vidrieras emplomadas, en el uso del cobre como material de soporte que une las piezas de vidrio en vez del uso del plomo. Este curso le permitirá adentrarse en el sorprendente mundo del Tiffany y a aprender de forma artesanal a diseñar una vidriera artística, componiéndola los propios alumnos. Para ello se empezará por cortar el vidrio mediante ruleta, encobrar las piezas y unir las mediante el uso de estaño con soldador. Esta técnica ofrece innumerables posibilidades creativas al participante. No se necesitan conocimientos previos.

Duración: 5 de marzo al 21 de mayo. **Horario:** lunes y miércoles de 19:45 a 21:45 h. **Horas lectivas:** 40. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 008. **Plazas:** 10. **Matrícula:** 100 €. **Materiales:** 85 €. **Formador:** Antonio Matías Parra. Maestro vidriero.
Inscripciones: a partir del 24 de enero.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
 qBfsd0XMdkYdaz+H1
 WYonXuPwVICTBR
 dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
 Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Pág. 6 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

SCRAPBOOKING Y CARD MAKING

El Scrapbooking le ayudará a crear un espacio único para sus recuerdos construyendo álbumes para sus fotos. Esta técnica le permite, sobre un mismo soporte, cartón o cartulina, realizar otras que se deseen: costura, decoupage, pintura, origami, collage, estampación con sellos, troquelado, etc. El card making le brinda la oportunidad de confeccionar sus propias tarjetas de felicitación o invitación, de manera divertida y con materiales sencillos y económicos.

Duración: 5 de marzo al 4 de junio. **Horario:** lunes de 10 a 12 h. **Horas lectivas:** 24. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 008. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 40 €. **Materiales:** 15 €. **Formadora:** M^a José Arenas Secilla. Diseñadora de Scrap.

Inscripciones: a partir del 24 de enero.

PUNTO CON DOS AGUJAS

La técnica de tejer con dos agujas es utilizada en prácticamente todos los países del mundo. Se pone muy de moda en Nueva York creando espacios donde se toma café, se escucha música y se hace punto. En nuestro país ha pasado desde nuestras bisabuelas a nosotras. Con el punto de dos agujas se pueden hacer todo tipo de prendas de vestir. Destinatarios: personas que se quieren iniciar

Duración: 19 de febrero al 19 de marzo. **Horario:** lunes de 17 a 19:30 h. **Horas lectivas:** 12,5. **Lugar:** C.S.C Ensanche. Aula 8. **Plazas:** 12. **Matrícula:** 25 €. **Materiales:** 7 €. **Formadora:** Pilar Tercero Palacios. Experta en punto.

Inscripciones: a partir del 24 de enero.

CORTE Y CONFECCIÓN

COSTURA BÁSICA

Nunca es tarde para iniciarse en el mundo de la aguja y el hilo; no te imaginas el juego que puede darte adquirir conocimientos básicos de costura como pasar hilos flojos, sobre hilar, hilvanar, aprender a realizar bajos (a mano y a máquina), poner cremalleras, hacer ojales, pegar botones, así como iniciarse en el manejo de la máquina de coser. Este curso te puede ayudar a rescatar prendas que dabas ya por desahuciadas por no saber dar puntada con hilo. Destinatarios: personas sin conocimientos de costura.

Duración: 5 de abril al 24 de mayo. **Horario:** jueves de 18 a 21h. **Horas lectivas:** 24. **Lugar:** C.S.C Ensanche. Segunda planta. Aula 9. **Plazas:** 18. **Matrícula:** 35 €. **Formadora:** Concepción Pedrosa. Modista.

Inscripciones: a partir del 31 de enero.

EDUCACIÓN CORPORAL

INICIACIÓN AL LINDY HOP

Lindy Hop es un baile con orígenes en el jazz de los años veinte en Estados Unidos. Lo bailaban esclavos afroamericanos para evadirse de sus largas jornadas de trabajo y lo hacían clandestinamente. Es una danza no reglada y se baila en pareja. Experimenta Lindy Hop, un baile en pareja lleno de energía en el que aprenderás a improvisar con cualquier música con base swing y disfrutaras practicando bailes “clandestinos” en la calle.

Duración: 12 de febrero al 28 de mayo. **Horario:** lunes 20 a 22 h. **Horas lectivas:** 30. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 112. **Plazas:** 26. **Matrícula:** 36 €. **Formador:** Carlos García Garrido. Asociación AB Lindy Hop.

Inscripciones: a partir del 22 de enero.

DANZA TAO

Bailar es cerrar los ojos y dejarse llevar. Descubrirás como moverte de acuerdo a tu propia estructura corporal y mental, conforme a tu forma de sentir, conecta movimientos y respiración, mediante pasos adaptados al nivel y ritmo de cada persona, alcanzando la relajación y el nivel más alto de conciencia artística. Además propicia el disfrute por la danza, ayuda a trabajar el equilibrio, la flexibilidad, la



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo. Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Pág. 7 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
FECHA: 31/01/2018

relajación, la respiración, la coordinación, concentración, sensibilidad, autoconocimiento y dominio del espacio. Traer ropa cómoda y calcetines gruesos limpios.

Duración: 12 de febrero al 11 de abril. **Horario:** lunes y miércoles de 11 a 12:30 h. **Horas lectivas:** 24. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 116. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 36 €. **Formador:** José Julio Ruiz Lozano, bailarín profesional.

Inscripciones: a partir del 22 de enero.

BAILE FLAMENCO. INICIACIÓN

El baile flamenco es la forma de transmitir nuestra cultura expresándonos a través del movimiento de nuestro cuerpo con el apoyo de la guitarra y el canto, que le prestan la música, el compás y el ritmo imprescindibles para su realización. Es un baile cuyo encanto está en la personalidad y el arte de quien lo interprete. Con unas mínimas facultades, estudio, constancia y mucho corazón, casi todo el mundo puede llegar a aprenderlo y disfrutarlo. Se trabajará la técnica del braceo, zapateado y palos como tanguillos, fandangos, alegrías y compás de soleá. Traer zapatos con tacón y falda con vuelo.

Duración: 19 de febrero al 28 de mayo. **Horario:** lunes 9:30 a 11 h. **Horas lectivas:** 21. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 116. **Plazas:** 21. **Matrícula:** 30 €. **Formadora:** Ester Galdón Amores. Profesora de Danza Clásica y Española. **Inscripciones:** a partir del 22 de enero.

TALLER DE DANZA INTEGRADA

La danza integrada es un espacio en el que personas de diferentes campos de creación, distintos niveles y diferentes capacidades encuentran en el movimiento un medio de expresión a partir de las posibilidades que les ofrece sus habilidades, culturas o experiencias. Se trata de expresar a través de la danza nuestros sentimientos y diversidad corporal. Baila, crea, muévete y sobretodo disfruta y comparte ese disfrute participando unos de los avances de los otros. Se propone una metodología innovadora aplicada desde la pedagogía social donde encontrar el goce emocional, de conocer nuestro propio cuerpo y potenciar al máximo nuestras posibilidades, todo ello en un entorno seguro y sin prejuicios. 'Todos los cuerpos pueden bailar y todas las mentes pueden crear'.

Duración: 16 de febrero al 1 de junio. **Horario:** viernes 19 a 21 h. **Horas lectivas:** 30. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 116. **Plazas:** 18. **Matrícula:** 50 €. **Formador:** Ángel Fernández Bleda. Bailarín profesional, coreógrafo y Educador Social.

Inscripciones: a partir del 22 de enero.

INÍCIATE EN EL YOGA

El Yoga tiene como objetivo el conocimiento del propio cuerpo, la propia mente, las energías que actúan sobre estos, el desarrollo de la conciencia y en definitiva el desarrollo integral del ser. Es sobre todo integración y sentimiento de profunda unión, valora a la persona como a un todo unificado y armonizado dentro del proceso de la vida. Una de las finalidades del Yoga es coordinar e integrar nuestro cuerpo físico, mental y espiritual: cultivar el cuerpo y los sentidos, aquietar la mente y crecer en sensibilidad.

Duración: 13 de febrero al 12 de abril. **Horario:** martes y jueves de 9 a 10:30. **Horas lectivas:** 24. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 112. **Plazas:** 25. **Matrícula:** 30 €. **Formadora:** Virginia De León Gabaldón. Experta en Yoga.

Inscripciones: a partir del 22 de enero.

REFLEXOLOGÍA PODAL

La Reflexología Podal es una técnica ancestral de reequilibrio, sus bases se fundamentan en la teoría oriental de que en los pies se halla reflejado el cuerpo y todos los sistemas orgánicos. La reflexología nos facilita una herramienta para combatir el estrés diario al relajar nuestro cuerpo de una forma suave y a la vez muy profunda. Curso eminentemente práctico. Los masajes se harán en pareja. Necesidades: ropa cómoda, uñas de las manos cortas y no tener infecciones en los pies.

Duración: 19 de febrero al 21 de marzo. **Horario:** lunes y miércoles de 17 a 19 h. **Horas lectivas:** 20. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 116. **Plazas:** 16. **Matrícula:** 40 €. **Formadora:** Roxana Pérez Coss y León. Terapeuta en Medicina Natural y especialista en masajes.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.

Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Pág. 8 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

Inscripciones: a partir del 22 de enero.

MANTRA YOGA

El yoga es un sistema que trabaja el cuerpo, la mente, las emociones y el espíritu. Sus beneficios se logran al producirse un cambio energético que modifica el funcionamiento del organismo, equilibrándolo. Actúa sobre los chakras o centros de energía localizados en determinadas partes del cuerpo y, armonizando la zona, y permite que la energía fluya. La recitación del mantra crea una frecuencia de vibración sonora que distribuye la energía en todo el cuerpo equilibradamente. Traer manta.

Duración: 13 de febrero al 12 de abril 2018. **Horario:** martes y jueves de 11:30 a 13 h. **Horas lectivas:** 24. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 112. **Plazas:** 25. **Matrícula:** 30 €. **Formadora:** Constantina Pocoví Carrillo. Experta en Yoga.

Inscripciones: a partir del 22 de enero.

YOGA KUNDALINI

El Yoga Kundalini es uno de los yogas más potentes y completos. Su carácter de efectos rápidos y precisos le permite actuar directamente sobre los diferentes sistemas biofísicos del ser humano a través del asana, pranayama, movimiento, mantra, mudra y toda una serie de meditaciones orientadas a incidir sobre aspectos concretos de la persona. La técnica del Yoga Kundalini crea y establece patrones biológicos y psicológicos beneficiosos y borra aquellos antiguos que nos bloquean. Favoreciendo la consecución de una vida saludable, consciente y exitosa. Las sesiones serán prácticas, con una primera parte de calentamiento, una segunda más dinámica y una relajación o meditación final. Necesidades: ropa cómoda, cojín grueso y firme para sentarse, manta para cubrirse y calcetines.

Duración: 20 de febrero al 8 de mayo. **Horario:** martes y jueves de 19:30 a 21 h. **Horas lectivas:** 30. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 112. **Plazas:** 25. **Matrícula:** 36 €. **Formadora:** Rosa Serna Martínez. Experta en Yoga.

Inscripciones: a partir del 22 de enero.

PICKLEBALL

El pickleball, deporte de raqueta con mayor crecimiento en Estados Unidos, es divertido y fácil de aprender para personas de todas las edades y niveles de condición física y técnica. Puede decirse que es el ejemplo de "deporte para todos", por eso te invitamos a que entres en la pista y lo experimentes por ti mismo. Anímate y ven a probar un nuevo deporte de raqueta que combina elementos del tenis, tenis de mesa, bádminton y pádel. Fácil de aprender y sencillo de practicar. No pierdas la oportunidad de practicar y conocer el deporte de mayor crecimiento y expansión. Apto para todas las edades.

Duración: 3 de abril al 22 de mayo. **Horario:** martes y jueves de 16:30 a 18 h. **Horas lectivas:** 21. **Lugar:** Pabellón Polideportivo Universitario, C/ Guillermina Medrano Aranda s/n. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 30 €. **Materiales:** 15 €. **Formador:** Paco Flores Sandoval. Licenciado en Educación Física. Monitor y jugador de Pickleball.

Inscripciones: a partir del 22 de enero.

GASTRONOMÍA

GUISOS Y ESTOFADOS DE CARNE: REIVINDICAR LA COCINA DE SIEMPRE

Platos nutritivos y saludables que han sido la base de nuestra alimentación, y que se encuentran en desuso por la falsa creencia de su dificultad o del tiempo a emplear en su elaboración, etc. Nada más alejado de la realidad. Cuando te acercas a ellos, descubres que detrás de esos platos sencillos, se encuentra una cocina de grandes posibilidades, deliciosa, fácil, económica, de equilibrio nutritivo perfecto, que permite ser un plato único y que mejora con el reposo. Confeccionaremos recetas sabrosas que no envejecerán nunca: Rabo de toro, Carrilleras, Redondo de ternera, Gallina en pepitoria, Cordero a la riojana, Merluza a la vasca, etc. Necesidades: llevar delantal a cada sesión.

Duración: 20 de febrero al 13 de marzo. **Horario:** martes y jueves de 18 a 21 h. **Horas lectivas:** 21. **Lugar:** Aula de cocina, Escuela Taller, C/Arquitecto Fernández, 14, **Plazas:** 16. **Matrícula:** 38 €.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dNI9H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Pág. 9 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

Materiales: 35 €. **Formador:** *Diego Pérez Valladolid. Técnico Especialista en Hostelería.*
Inscripciones: a partir del 23 de enero.

COCINA MEXICANA

Los ancestros del pueblo mexicano, “hijos del maíz”, en un afán por complacer a sus dioses, los deleitaban con manjares exquisitos derivados de una herencia alimenticia que ha sobrevivido a generaciones y que hoy, son pilares en la gastronomía mexicana: el maíz, el frijol y el chile. De la cocina típica mexicana tomaremos imágenes y recetas vivas en la memoria que elaboraremos a buen seguro nos recordarán olores a chiles asados, a tamales ‘calientitos’ o a frijoles recién cocidos, imitando a esas gentiles manos que con pericia dan forma a las tortillas de maíz para que caigan redondas y delgadas a los grandes comales de barro. Sin embargo, detrás de este tradicional cuadro hay un universo complejo de ingredientes, platillos, utensilios y técnicas algunas muy adelantadas a su tiempo, que perduran hasta nuestros días.

Duración: 19 de febrero al 21 de marzo. **Horario:** lunes y miércoles de 16 a 19 h. **Horas lectivas:** 30. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 103. **Plazas:** 16. **Matrícula:** 56 €. **Materiales:** 65 €. **Formador:** *José Antonio Cebrián Martínez. Técnico Superior en Restauración.*
Inscripciones: a partir del 23 de enero.

ELABORACIÓN DE CERVEZA ARTESANAL CASERA

En los antiguos parajes mesopotámicos que hoy forman Iraq ya se fabricaba cerveza, en el año 6.000 antes de Cristo. Y en tierras egipcias, en la época de los faraones, hace 3.000 años también se elaboraba esta bebida. Hoy en día, ir de cañas con los amigos es una costumbre social y su consumo moderado contribuye a la mejora de nuestra salud cardiovascular, al control de la hipertensión, al retraso del envejecimiento y a otros múltiples beneficios, como ha quedado demostrado en numerosos informes. Con este curso tendrán la oportunidad de participar en la elaboración de una cerveza artesana y probar el resultado. Gran ocasión para conocer mejor el fascinante mundo de la cerveza, ¡y disfrutarlo! (El desplazamiento los sábados corre por cuenta del participante).

Duración: 6 al 28 de abril. **Horario:** viernes de 19:30 a 21:30 h (Casa Cultura José Saramago. Aula 107); sábados de 9 a 13 (Cervezas Artesanas Quijota S.L.U., Calle X, 02007 (frente a Decathlon Campollano). **Horas lectivas:** 24. **Plazas:** 16. **Matrícula:** 45 €. **Materiales:** 30 €. **Formador:** *Juan Ezequiel Campos González. Experto en elaboración de cerveza artesanal.*
Inscripciones: a partir del 23 de enero.

COCINA FRÍA

Fácil, rápida, cómoda, imaginativa, sabrosa, de posibilidades infinitas y de resultados sorprendentes, la cocina fría es el perfecto recurso para nuestras necesidades de hoy. Permite resolver los imprevistos de última hora de esos invitados inesperados. Posibilita realizar platos con antelación, y guardarlos fácilmente dispuestos para su congelación o su consumo en perfecto estado durante días. Y todo ello, sin que suponga renunciar a la comida atractiva y suculenta. En definitiva, es el complemento perfecto para las personas que disponen de menos tiempo del que desearían, y no quieren renunciar a la buena mesa y a la cocina imaginativa. Necesidades: llevar delantal a cada sesión.

Duración: 5 al 26 de abril. **Horario:** martes y jueves de 18 a 21 h. **Horas lectivas:** 21. **Lugar:** Aula de cocina, Escuela Taller, C/Arquitecto Fernández, 14, bajo. **Plazas:** 16. **Matrícula:** 38 €. **Materiales:** 35 €. **Formador:** *Diego Pérez Valladolid. Técnico Especialista en Hostelería.*
Inscripciones: a partir del 23 de enero.

DESCUBRIENDO LOS ALIMENTOS

El curso está enfocado al conocimiento de los principios básicos de la higiene de los alimentos y a otros aspectos de gran interés para los consumidores como es el etiquetado de los alimentos, los aditivos, los alérgenos alimentarios y la información nutricional, una pieza clave para asegurar una alimentación equilibrada. También nos introduciremos en el mundo de la alimentación ecológica. El alumno aprenderá a familiarizarse con los distintos tipos de productos que puede encontrar en el mercado, cuáles son sus características principales y cuáles son sus diferencias con respecto a los productos convencionales.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
 qBfsd0XMdkYdaz+H1
 WYonXuPwVICTBR
 dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
 Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJJJ Pág. 10 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

Duración: 19 de febrero al 21 de marzo. **Horario:** lunes y miércoles de 17 a 19 h. **Horas lectivas:** 20. **Lugar:** C.C. José Saramago.. Aula 114. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 30 €. **Formadora:** Isabel Martínez Monsalve. Doctora en Ciencia y Tecnología de los Alimentos por la UCLM.
Inscripciones: a partir del 23 de enero.

COCINA ASIÁTICA

El interés por la cocina asiática en nuestra sociedad es más que consabido. La apertura a Occidente allá por mediados del siglo XIX y el interés en ésta, no ha hecho más que crecer. Con este curso se pretende acercar a los albaceteños/as las técnicas e ingredientes, así como la filosofía de estas culturas gastronómicas tan interesantes y sorprendentes. Los participantes aprenderán a identificar y utilizar ingredientes típicos y técnicas culinarias de otras culturas gastronómicas. Igualmente degustarán las recetas más comunes en la cocina india, vietnamita, china y japonesa. El formador mostrará los ingredientes a utilizar, cómo prepararlos para su posterior cocinado y los pasos a seguir para cocinarlos y crear platos de factura sorprendente.

Duración: 21 de febrero al 19 de marzo. **Horario:** lunes y miércoles de 19:15 a 21:45 h. **Horas lectivas:** 20. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 103. **Plazas:** 16. **Matrícula:** 40 €. **Materiales:** 65 €. **Formador:** José Antonio Cebrián Martínez. Técnico Superior en Restauración.
Inscripciones: a partir del 23 de enero.

VINOS DEL MUNDO

Poner fronteras al vino, limitarnos a un país, un tipo o una comarca supone que estamos dejando de disfrutar de la casi infinita variedad de vinos que existen. Cada país es un universo, un gran elenco de estilos y nos sorprendería saber sabores y matices que en nada se parecen a los vinos a los que estamos habituados, Conoceremos las principales regiones vinícolas, sus estilos de vino, su cultura, sus peculiaridades de la vieja Europa: Francia. Italia y Alemania y vinos de calidad del nuevo mundo. Nuestro objetivo es adquirir una visión global acerca de la panorámica mundial del vino y aprender a disfrutarlo.

Duración: 3 de abril al 8 de mayo. **Horario:** martes y jueves de 16:30 a 18:30 h. **Horas lectivas:** 16. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 103. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 24 €. **Materiales:** 55 €. **Formador:** Eusebio Pérez-Pastor Escobero. Enólogo y formador profesional en sumillería.
Inscripciones: a partir del 23 de enero.

FOOD PAIRING: ARTE DE LAS ARMONÍAS ENTRE VINO Y GASTRONOMÍA

Un vino alcanza todo su potencial cuando se toma acompañado del alimento perfecto. Un plato se expresa totalmente si se armoniza con un vino. El food pairing, técnica que proporciona conocimientos para conseguir combinaciones perfectas entre sabores, texturas, sabores y aromas de los distintos alimentos y sus vinos correspondientes. Desvelaremos las herramientas que nos permiten resolver con éxito la elección de vinos para acompañar nuestro menú en la mesa como a la hora de tapear.

Duración: 3 de abril al 8 de mayo. **Horario:** martes y jueves de 19 a 21:30 h. **Horas lectivas:** 20. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 103. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 30 €. **Materiales:** 55 €. **Formador:** Eusebio Pérez-Pastor Escobero. Enólogo y formador profesional en sumillería.
Inscripciones: a partir del 23 de enero.

HUMANIDADES

MARAVILLAS DEL MUNDO. UN VIAJE POR EL PATRIMONIO DE LA HUMANIDAD

Nos ponemos en marcha en busca del legado de civilizaciones lejanas y obras singulares. Nuestra ruta se inicia en Egipto para ver la tumba de Tutankhamon. En Asia visitaremos la Gran Muralla china, la misteriosa Persépolis e Isfahán en Irán, en la India recorreremos el exótico Rajastán y desde ahí nos trasladaremos al valle de Bamiyán y terminaremos en la tumba monumental del rey Antioco III en el Nemrud Dag (Turquía). En Italia pasearemos por las ruinas etruscas de Cerveteri cerca de Roma, analizaremos la Última Cena de Leonardo y el Juicio Final de Miguel Ángel en la Sixtina. En España, visitaremos Sevilla y la Giralda, minarete y campanario. En nuestra ciudad, daremos un



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
 qBfsd0XMdkYdaz+H1
 WYonXuPwVICTBR
 dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
 Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 11 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

paseo por Albacete, igual tiene más cosas de lo que pensamos. El viaje real este año será a la ciudad de Alarcón en Cuenca.

Duración: 4 de abril al 21 de mayo. **Horario:** lunes y miércoles de 18:30 a 20 h. **Horas lectivas:** 25. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 114. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 38 €. **Viaje:** Alarcón, Cuenca: 15 €. **Formador:** Diego Quirós López. *Licenciado en Geografía e Historia.* **Inscripciones:** a partir del 31 de enero.

FILOSOFÍA ESPAÑOLA PRÁCTICA DE LA VIDA

Se trata de un curso en el que participan diferentes ponentes, todos ellos verdaderos especialistas en cada uno de los filósofos españoles más importantes de nuestra reciente cultura. Lo trataremos desde la perspectiva española, primero nos aproximaremos a sus antecedentes en la tradición filosófica europea y, como desde una mirada de águila y con la sensación de “enanos a hombros de gigantes”, intentaremos contemplar ese discurrir del pensamiento europeo sobre la vida. El programa y contenido de cada una de las sesiones será: 1. Antecedentes en la tradición filosófica europea (por Antonio Alfaro López). 2. La Institución Libre de Enseñanza (por Adrian Gil de Valle). 3 y 4. José Ortega y Gasset (por Javier Zamora Bonilla). 5. Unamuno. 6. La Escuela de Ortega: García Morente, Zubiri y Marías. 7, 8 y 9. María Zambrano (Agustín Andreu Rodrigo, Isabel Sancho Oliver y Javier Zamora Bonilla). 10. Machado filósofo 11. Actualidad de la Filosofía Española: Aranguren, Gustavo Bueno, postmodernidad.

Duración: 14 de febrero al 2 de mayo. **Horario:** miércoles, de 18:30 a 20:30 h. **Horas lectivas:** 22. **Lugar:** C.C. José Saramago. Sala de profesores. **Plazas:** 25. **Matrícula:** 40 €. **Formador:** Antonio Alfaro López, *expresidente de filosofía.* **Inscripciones:** a partir del 22 de enero.

TÉCNICAS CORPORALES PARA MEJORAR TUS PRESENTACIONES

El lenguaje corporal es una forma de comunicación que utiliza los gestos, posturas y movimientos del cuerpo para transmitir información sobre las emociones y pensamientos del emisor. Suele realizarse a nivel inconsciente, de manera que habitualmente es un indicador muy claro del estado emocional de las personas. En este taller se trabajarán algunas claves básicas para sacar el máximo provecho a tus presentaciones. Aprenderemos a preparar y calentar el cuerpo antes de empezar. Potenciaremos nuestra expresión y gestualidad naturales: la posición corporal, los desplazamientos y empleo de las manos, así como los anclajes; la mirada, los pies. Reconoceremos el espacio dónde nos encontramos y contaremos con él.

Duración: 23 de marzo. **Horario:** viernes, 17 a 21 h. **Horas lectivas:** 4. **Lugar:** C.C. José Saramago. Sala de conferencias. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 20 €. **Formadora:** Elena Esparcia Pinar, *Licenciada en Arte Dramático.* **Inscripciones:** a partir del 31 de enero.

ARQUITECTURA POPULAR MANCHEGA

Según Miguel Fisac “La arquitectura popular es el resultado de la decantación sosegada de un conjunto unitario de estructuras, cerramientos, espacios y soluciones constructivas que, a través de muchas generaciones de usuarios, han dado testimonio de su bondad. Y el pasar anónimo de muchas gentes, con idiosincrasia común, con deseos y aspiraciones comunes, es el que ha hecho aflorar esa oculta singularidad de una colectividad social, aparentemente gregaria, que tiene, sin embargo, una acusada personalidad”. En este curso recorreremos las principales tipos de construcciones populares que durante tanto tiempo han dado cobijo a nuestros ancestros. Revisaremos las estrategias de diseño utilizadas para construir, con los materiales utilizados, así como su manera de emplearlos. Se hará una revisión de pequeñas muestras a escala de los diferentes tipos de construcciones con prácticas para la ejecución de maquetas de viviendas con sistemas tradicionales.

Duración: 6 de abril al 11 de mayo. **Horario:** viernes de 18 a 20 h. **Horas lectivas:** 12. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 105. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 18 €. **Materiales:** 6 €. **Formador:** Javier Atiénzar Martínez. *Arquitecto técnico e Ingeniero de edificación.* **Inscripciones:** a partir del 31 de enero.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 12 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
FECHA: 31/01/2018

TALLER DE NARRATIVA: LA VOZ DEL ESCRITOR QUE LLEVAS DENTRO

Oscar Wilde dijo: “No existen más que dos reglas para escribir: tener algo que contar y contarlo”. Sin embargo, ¿cuántas veces nos hemos puesto a escribir y no hemos sido capaces de hacer ni una línea? ¿Qué punto de vista debemos elegir para hacer un buen relato y unos personajes creíbles? Y es que tener algo que contar pasa por tener una buena historia que narrar y, además, hay que saber cómo hacerlo. Por ello, este taller de narrativa está orientado a aquellas personas interesadas en aprender las estrategias del narrador, a cómo escoger la voz narrativa más adecuada para que el relato fluya, tenga unidad y atrape al lector. Y todo de una manera dinámica y eminentemente práctica.

Duración: 5 de abril al 14 de junio. **Horario:** jueves de 17 a 19 h. **Horas lectivas:** 20. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 111. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 25 €. **Formadora:** Nieves Jurado Martínez. *Escritora.*

Inscripciones: a partir del 31 de enero.

ALBACETE, ESPACIOS INTERIORES

La ciudad de Albacete posee una arquitectura interior, en sus edificios patrimoniales más emblemáticos, que es desconocida por muchas personas. En este curso breve exploraremos los espacios interiores de esos lugares en una gama tan amplia en el tiempo que abarcaremos desde el siglo XVI hasta mediados del siglo XX, donde se encuentra la mayoría de ellos. Los edificios son como las personas, tienen un rostro, una fachada, y un mundo interior. Visitaremos: Diputación. Ayuntamiento. Refugio antiaéreo. Teatro Circo. Colegio Notarial. Catedral. Centro Cultural La Asunción. Casino Primitivo. Escolapios. Recinto Ferial. Seminario. Plaza de Toros. Casa Perona. Posada del Rosario. Instituto Bachiller Sabuco. Depósitos del Sol. Ven a conocer con nosotros ese mundo interior, la historia y su arquitectura en esta oportunidad única.

Duración: 3 de abril al 8 de mayo. **Horario:** martes y jueves de 17 a 19 h. **Horas lectivas:** 20. **Lugar:** primera y sexta sesión teóricas (3 y 19 de abril en la C.C. José Saramago. Aula 005). **Plazas:** 20. **Matrícula:** 30 €. **Formador:** Mikel Barriola Sánchez. *Arquitecto, divulgador del Patrimonio.*

Inscripciones: a partir del 31 de enero.

IMAGEN

DISPARA TU MEJOR FOTOGRAFÍA

Se trata de un curso intensivo donde se hace una iniciación al manejo de las cámaras fotográficas digitales. Partiendo desde el principio de captación de la imagen, el alumno conocerá todos los modos de disparo disponibles en su dispositivo. A través de diez sesiones teórico-prácticas, este curso pretende hacer una disección detallada de qué podemos encontrar en nuestra cámara fotográfica para poder controlar perfectamente la exposición de nuestras imágenes. Este breve recorrido se completa con unas pequeñas dosis de gestión de imágenes digitales en nuestro ordenador. La escena está lista, solo falta capturarla en nuestras cámaras.

Duración: 13 de febrero al 15 de marzo. **Horario:** martes y jueves de 20 a 21:30 h. **Horas lectivas:** 15. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula Video. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 30 €. **Formador:** Juan Manuel Gómez Belmonte, comunicador audiovisual y formador de Video y Foto de la UP. **Inscripciones a partir del 29 de enero.**

Duración: 3 de abril al 8 de mayo. **Horario:** martes y jueves de 20 a 21:30 h. **Horas lectivas:** 15. **Lugar:** Centro sociocultural de Carretas. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 30 €. **Formador:** Juan Manuel Gómez Belmonte, comunicador audiovisual y formador de Video y Foto de la UP. **Inscripciones a partir del 29 de enero.**

INTERPRETACIÓN ANTE LA CÁMARA

Este curso está dirigido a actores, actrices, profesionales, amateurs y a todas aquellas personas que quieran conocer y experimentar el proceso de creación de personajes y de interpretación delante de una cámara. En este curso se aprenderán las herramientas necesarias para afrontar los trabajos de



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 13 de 25

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
FECHA: 31/01/2018

creación, acercamiento e interpretación de un personaje y de la escena en la que cobra vida. Además dará la oportunidad a los participantes de entrenar y trabajar propuestas de casting o pruebas de acceso, monólogos y escenas que estén ya desarrollando o que vayan a comenzar. Se abordarán como contenidos: Cómo afrontar y preparar un casting. Introducción al texto. Composición de personajes. Rodaje. Técnica cinematográfica básica.

Duración: 19 de febrero al 4 de junio. **Horario:** lunes de 17 a 19 h. **Horas lectivas:** 30. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 111. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 61,50 €. **Formador:** Enrique Leal, director de cine y coach de actores. Diplomado en arte dramático, por la escuela del actor Réplika (Madrid). **Inscripciones a partir del 29 de enero.**

DIRECCIÓN DE CINE

La dirección de cine engloba la organización, el manejo y la toma de decisiones sobre los elementos, técnicos y humanos, necesarios para llevar a cabo una película. Un director de cine debe, al menos, tener las nociones suficientes para poder seleccionar, analizar y dirigir cada uno de ellos. Conociendo el lenguaje propio, con el que se va a comunicar con los jefes de cada departamento. En este curso se va a trabajar sobre la labor de un director con todos y cada una de estos elementos, y etapas de una producción cinematográfica: desde el guión literario hasta proceso de montaje y composición de la banda sonora.

Duración: 2 de marzo al 15 de junio. **Horario:** viernes, de 16:30 a 18:30 h. **Horas lectivas:** 30. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 111. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 61,50 €. **Formador:** Enrique Leal, director de cine y coach de actores. Diplomado en arte dramático. Escuela del actor Réplika (Madrid). **Inscripciones a partir del 29 de enero.**

WORDPRESS Y REDES SOCIALES PARA FOTÓGRAFOS

En este taller te ofrecemos las herramientas básicas para poder crear tu página web con Wordpress así como tu propio ecosistema de páginas en redes sociales que favorezcan las visitas a tu sitio web. Tiene como objetivo otorgar al alumno de conocimientos básicos de Wordpress, SEO y SMO.

Duración: 6 al 8 de abril. **Horario:** viernes 17 a 21 h; sábado 10 a 14 h y 17 a 21 h, domingo 10 a 14 h. **Horas lectivas:** 16. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula de informática. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 40 €. **Formador:** Carlos Díaz Pérez (Robbie STEAM Learning). **Inscripciones: a partir del 29 de enero.**

STORYTELLING

El storytelling es actualmente el método más eficaz para captar interés a través de la emoción que nos generan las historias. Se está utilizando tanto en publicidad como en casi todos los principales formatos de internet, ya sean youtube, memes, videoblogs, webseries e incluso en apps y videojuegos. Va dirigido a todos aquéllos que quieran mejorar su capacidad comunicativa a través del magnetismo y la fuerza de las historias.

Duración: 21 de febrero al 2 de mayo. **Horario:** miércoles, de 17 a 19 h. **Horas lectivas:** 20. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 111. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 40 €. **Formador:** Enrique Leal, director de cine y guionista. Diplomado en arte dramático, por la escuela del actor Réplika (Madrid). **Inscripciones:** a partir del 29 de enero.

INFORMÁTICA

INTRODUCCIÓN A WINDOWS 10

El último sistema operativo de Microsoft Windows se ha diseñado para ser más universal y más seguro. Esto conlleva un compromiso entre la vida de negocios y la personal y busca ser una herramienta que facilite la integración de ambos. Por esto, el enfoque en la seguridad y la movilidad es central, así como la facilidad de uso y adaptación a diferentes entornos. Windows 10 integra características demandadas de versiones anteriores e incluye nuevas como el navegador Microsoft Edge, Cortana, la herramienta de privacidad Windows Hello etc... Se abordarán: la interfaz de Windows 10, administración de cuentas, el explorador de archivos, las búsquedas, utilidades



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dNI9H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 14 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
FECHA: 31/01/2018

incluidas en Windows 10, personalización, administración del Sistema y configuración de redes. Se recomiendan unos conocimientos de usuario básicos en el manejo de un ordenador con una versión anterior de Windows.

Duración: 16 de febrero al 3 de marzo. **Horario:** viernes de 16 a 19 h. y sábado, de 9 a 12 h. **Horas lectivas:** 18. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula de informática. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 40 €. **Formador:** Víctor Cases González, ingeniero técnico de sistemas informáticos. **Inscripciones:** a partir del 29 de enero.

INICIACIÓN A EXCEL

Microsoft Excel es la hoja de cálculo que forma parte del paquete de software ofimático Microsoft Office. Es capaz de operar con números a través de cuadrículas de celdas y permite la utilización de fórmulas y funciones para los cálculos, además de textos, imágenes y gráficos. Este curso pretende familiarizar a los participantes con una de las aplicaciones de ofimática más conocidas y utilizadas en los ámbitos profesional y particular. Se abordarán conceptos básicos de los datos, la estructura de los libros y las hojas, la creación de fórmulas, conceptos básicos sobre funciones, cómo se utilizan los nombres para organizar la información, la presentación de los datos gráficamente, el uso de las tablas, etc. Se recomiendan unos conocimientos de usuario básicos en el manejo de algún sistema operativo Windows y del procesador de textos Word.

Duración: 9 al 24 de marzo **Horario:** viernes de 16 a 19 h. y sábado, de 9 a 12 h. **Horas lectivas:** 18. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula de informática. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 40 €. **Formador:** Víctor Cases González, ingeniero técnico de sistemas informáticos. **Inscripciones:** a partir del 29 de enero.

INTRODUCCIÓN A LA CREACIÓN DE VIDEOJUEGOS

Vivimos un momento épico en el desarrollo de los videojuegos, inimaginable cuando en 1972 apareció la máquina recreativa de PONG, incluso más adelante, cuando todos disfrutábamos con las peripecias de un famoso fontanero viajando a mundos mágicos a través de enormes tuberías. Ahora las herramientas de desarrollo se han democratizado y tan solo tenemos que utilizar nuestra imaginación (y un ordenador) para poder crear nuestros propios mundos fantásticos con héroes invencibles y monstruos que abatir. Se tratarán los siguientes contenidos: breve historia de los videojuegos, estructura y esqueleto de un proyecto real, herramientas de gestión de proyectos (GIT, TRELLO y SLACK), búsqueda y gestión de recursos de videojuegos, engines existentes, programación básica en blueprints, animaciones y cinemáticas

Duración: 2, 3 y 4 de marzo. **Horario:** viernes (17-22 h), sábado (9-14 h y 17-22 h), domingo (9-14 h) **Horas lectivas:** 20. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula de informática. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 40 €. **Formador:** Carlos Díaz Pérez (Robbie STEAM Learning). **Inscripciones:** a partir del 29 de enero.

INICIACIÓN A ARDUINO Y ROBÓTICA

¿Quieres aprender programación y robótica de una manera sencilla y divertida? ¿Estás intentando aprender a programar y no hay manera de entenderlo? ¿Estás interesado en el mundo de la robótica pero no sabes por dónde empezar? Con este curso adquirirás unos conocimientos básicos en Arduino y robótica. Entrarás en el mundo de la programación y el pensamiento computacional de una manera divertida y amena. Aprenderás cuáles son los diferentes actuadores y sensores que puede usar un robot y podrás construir tu propio robot.

Duración: 17 de febrero al 2 de junio. **Horario:** Sábado, de 11 a 12 h. **Horas lectivas:** 15. **Lugar:** C.C. José Saramago Aula de informática. **Plazas:** 12. **Matrícula:** 30 €. **Formador:** Carlos Massó (Robbie STEAM Learning).

Inscripciones: a partir del 29 de enero.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 15 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

MÚSICA

MÚSICA BARROCA

-Lunes 5. La herencia pedagógica de Carl Philipp Emanuel Bach. Conferencia-concierto y presentación de la primera versión en español de su "Ensayo sobre la verdadera manera de tocar el teclado". Eva Martínez Marín, doctora en Hª del Arte por la Universidad de Murcia y clavicordio; Andrés Alberto Gómez Rueda, clave.

-Lunes 12. Iconografía musical barroca I: ventanas al pasado. Andrés Alberto Gómez, clavecinista y director de La Reverencia.

-Lunes 19. Iconografía musical barroca II: el instante desvanecido. Andrés Alberto Gómez, clavecinista.

-Lunes 26. Música barroca española: una banda sonora. Silvia Márquez Chulilla, clavecinista y organista.

Duración: 5 al 26 de febrero. **Horario:** lunes, de 19 a 21 h. **Horas lectivas:** 8. **Lugar:** Teatro Circo.

Plazas: 30. **Matrícula:** 20 €.

Inscripciones: a partir del 22 de enero.

APRENDE A TOCAR EL UKELELE

El ukelele es un instrumento de cuerda utilizado como pieza principal en la música de estilo hawaiano que originalmente tenía cinco cuerdas. En este curso aprenderás a tocar el ukelele de manera fácil en un tiempo récord. Con algo de esfuerzo, dedicación y mucho cariño, aprenderás a tocar de forma natural y muy divertida.

Duración: 22 de febrero al 7 de junio. **Horario:** jueves, de 18 a 19:30 h. **Horas lectivas:** 21.

Lugar: C.C. José Saramago. Aula 016. **Plazas:** 10. **Matrícula:** 40 €. **Formador:** Cristian Nieto Gallardo, maestro de educación primaria en música.

Inscripciones: a partir del 30 de enero.

¡NO PIERDAS EL TIEMPO... INTENTA MANTENERLO!

Es una charla-seminario, enfocada principalmente a baterías, en la que se exponen técnicas, ejercicios y trucos para conseguir ser lo más estable rítmicamente hablando, y tratar ser lo más eficiente posible, independientemente del nivel de destreza que se tenga del instrumento. En ella se aborda la manera más rápida y cómoda de hacerse amigo del metrónomo y no perder los nervios en el intento, relajación, ejecución, y de paso, que el tiempo de estudio sea lo más fructífero posible, desde el principiante, hasta un nivel alto.

Duración: 23 de marzo. **Horario:** viernes, de 17 a 20 h. **Horas lectivas:** 3. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula de Combo. **Plazas:** 25. **Matrícula:** 15 €. **Formador:** Juan Manuel Cascales, batería.

Inscripciones: a partir del 30 de enero.

PASEOS POR LA MÚSICA TRADICIONAL DE ALBACETE

Debido a que la provincia de Albacete tiene comarcas tan dispares como la Sierra de Segura, la Manchuela o el Campo de Montiel, su música es seguramente de las más variadas de la península. Este curso tiene como finalidad aportar una visión rigurosa, a la par que amena, sobre las músicas de tradición albaceteñas. Desde hace más de 50 años la visión que se ha ofrecido una visión simplificada y estereotipada de nuestro folklore. A través de charlas que aúnen el rigor con el estilo ameno y cercano, los ponentes combinarán la exposición con la interpretación de muchas piezas recogidas en la provincia, tratando también de profundizar en interpretaciones o formas de entender la música desde el punto de vista de las personas que las interpretaban.

Duración: 20 de febrero al 1 de marzo. **Horario:** martes y jueves, de 19 a 21 h. **Horas lectivas:** 8.

Lugar: C.C. José Saramago. Aula 206. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 15 €. **Formadores:** Julio Guillén Navarro, doctor en musicología por la Universidad de Valladolid y José Javier Tejada Ponce, músico tradicional.

Inscripciones: a partir del 22 de enero.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.

Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Pág. 16 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
FECHA: 31/01/2018

MUSICOTERAPIA PARA PERSONAS MAYORES

Muchas personas dedicadas al mundo de la salud o de la educación han podido comprobar como el uso de la música y actividades relacionadas con ésta (cantar, bailar, tocar instrumentos, escuchar música...) producen unos efectos muy beneficiosos en las personas, consiguiendo objetivos impensables con otras terapias más convencionales. Es innegable por tanto las cualidades terapéuticas que tiene la música. La Musicoterapia es una manera excepcional de trabajar con personas con diferentes problemas generados por el envejecimiento, donde emplear la música y los instrumentos musicales de una manera lúdica es para ellos vía fundamental de comunicación, expresión, socialización y mejora del estado anímico.

Duración: 14 de febrero al 6 de junio. **Horario:** miércoles de 11 a 12:30 h. **Horas lectivas:** 24. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula de Percusión. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 40 €. **Formadora:** Duca Collado López, flautista y musicoterapeuta. **Inscripciones:** a partir del 22 de enero.

NATURALEZA

DESCUBRIENDO EL ARTE DE CUIDARSE: RECETAS ARTESANAS PARA OLER, SENTIR, VIVIR

Conoceremos auténticos tesoros que la Naturaleza pone a nuestra disposición, para recuperar el arte del cuidado personal a través de las cosas sencillas. Elaboraremos recetas con productos naturales y ecológicos de forma artesanal y con bajo coste usando aceites vegetales de semillas y frutos secos, para el cuidado del rostro, del cuerpo y del cabello. Veremos los aceites esenciales cuyas propiedades son beneficiosas para la salud, así como sus indicaciones energéticas: aguas aromáticas que aportan bienestar, y otras materias primas como arcillas, algas, aloe vera, cremas base naturales, flores, cera de abejas, etc. Conociendo sus propiedades, cuidaremos nuestra piel, devolviéndole belleza, elasticidad y nutrición, descubriendo su valor terapéutico a nivel físico y emocional porque cada piel y cada persona, es única.

Duración: 13 de febrero al 22 de marzo. **Horario:** martes y jueves de 18 a 19:30 h. **Horas lectivas:** 18. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 103. **Plazas:** 18. **Matrícula:** 30 €. **Materiales:** 35 €. **Formadora:** María José Javaga Huedo. Diploma Profesional de Aromaterapia Escuela Internacional Barcelona. **Inscripciones:** a partir del 23 de enero.

COSMÉTICA CON ACEITES ESENCIALES

Elaborar cosméticos con aceites esenciales requiere un sólido conocimiento en aromaterapia científica y de las alteraciones de la piel que se quieren mejorar; solo de esta forma se conseguirá una correcta personalización del tratamiento. En este curso estableceremos las bases para adquirir el criterio suficiente que permita distinguir la calidad en este campo, a menudo repleto de desconocimiento, para lo cual los participantes practicarán con las materias primas. Por otra parte, nos acercaremos al ámbito de los balnearios y de los centros spa, en donde se realizan programas de bienestar basados en aceites esenciales y que podemos aplicar en nuestro día a día con el objetivo de depurar el organismo, volver a estar en forma o disminuir el estrés. Salida: Ossa de Montiel (9 de junio).

Duración: 9 de mayo al 9 de junio de 2016. **Horario:** lunes y miércoles de 19 a 21 h. **Horas lectivas:** 22. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 105. **Plazas:** 18. **Matrícula:** 37 €. **Materiales:** 40 €. **Salida:** 12 €. **Formadora:** Juana Aparicio Rivero. Licenciada en Farmacia. Universidad Complutense de Madrid. Diplomada en Aromaterapia. **Inscripciones:** a partir del 30 de enero.

FOTOGRAFÍA: CAPTURA LA BELLEZA DEL PAISAJE

Cada vez más personas se sienten interesadas por la fotografía siendo el paisaje uno de los elementos más fáciles de encontrar tanto en las proximidades donde vivimos como en los viajes a lejanos lugares. El objetivo es aprender a realizar mejores fotografías desde el punto de vista técnico y compositivo, con la cámara y capturar imágenes que expresen lo que hemos sentido al ver ese paisaje que nos ha atraído tanto como para querer plasmar su belleza. Para ello se aprenderán técnicas específicas de factores naturales que intervienen en el paisaje, fotografía de paisajes para diversos ecosistemas, composición y procesado de la imagen. Destinado a profesionales y



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dNI9H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 17 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

aficionados entusiastas que quieran mejorar su técnica de la fotografía de paisaje. Requisitos: conocimientos básicos de técnica fotográfica, disponer de cámara fotográfica digital. Salidas: sábado 14 de abril (complejo lagunar de Pétrola); sábado 28 abril (Ribera de Cubas, Recueja, Alcalá del Júcar).

Duración: 2 al 28 de abril. **Horario:** lunes y martes de 16:30 a 18:30 h. **Horas lectivas:** 30.

Lugar: C.C. José Saramago. Aula 105. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 45 €. **Salidas:** 28 €. **Formador:** Manuel Tobarra, fotógrafo de paisaje y naturaleza.

Inscripciones: a partir del 30 de enero.

PASEOS BOTÁNICOS DE PRIMAVERA

Paseamos por el campo y las plantas nos van acompañando. A menudo, desconocemos sus nombres y sus usos tradicionales, que no son sino parte del vínculo ancestral entre el ser humano y la naturaleza. El objetivo de este curso breve será conocer las plantas más comunes que veremos en los diferentes paseos botánicos por los caminos y sendas que atraviesan los campos y montes de Albacete. Salidas: Pozohondo, Casas de Juan Núñez, Chinchilla, El Sahúco, Peñas de San Pedro (2), Tinajeros, Santa Marta, Jardín Botánico de Castilla-La Mancha. Nivel de dificultad de las rutas: medio. Necesidades: J22

Duración: 4 de abril al 6 de junio. **Horario:** miércoles de 9:15 a 13:30 h. **Horas lectivas:** 38.

Lugar: C.C. José Saramago. Aula 107, 1ª sesión, 4 de abril de 9:30 a 11:30 h. **Plazas:** 25.

Matrícula: 35 €. **Salidas:** 70 €. **Formador:** José Fajardo Rodríguez. Dr. en Ciencia e Ingeniería Agrarias. Formador del Aula de Naturaleza de la U.P.

Inscripciones: a partir del 30 de enero.

MICROCURSO: LAS LABIADAS

Las labiadas o lamiáceas son una de las familias botánicas más importantes de la vegetación mediterránea. Incluye plantas tan importantes como los tomillos, salvias, lavandas, etc. El objetivo de este microcurso será conocer con un poco de detalle este grupo de plantas esencial en la flora albacense. El programa constará de una sesión teórica de introducción, una práctica y una salida al campo.

Duración: 18 y 19 de mayo. **Horario:** sesión teórica, viernes 18 de mayo de 17 a 21 h y salida:

sábado 19 de mayo (8 a 20 h) a Ibi, Estación biológica de Torretes. Universidad de Alicante. **Lugar:**

C.C. José Saramago. Aula de naturaleza 107. **Salida:** **Horas lectivas:** 12. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 12

€. **Salidas:** 15 €. **Formador:** José Fajardo Rodríguez, formador UP.

Inscripciones: a partir del 30 de enero.

TALLER DE NUBES. CÓMO FOTOGRAFIAR LAS NUBES

Las nubes son elementos fundamentales de la Naturaleza con valores estéticos al paisaje. Fotografiar nubes es una actividad muy gratificante y el resultado será mejor cuanto más las conozcamos. Conoceremos los distintos géneros de nubes y sus características principales. Profundizaremos en la técnica para fotografiarlas y repasaremos los principales problemas que nos podemos encontrar: intensidad, luz, contraste y color. Salida: 18 de mayo a Pétrola. Taller dirigido a profesionales de distintos ámbitos y aficionados que tengan conocimientos previos sobre la técnica fotográfica.

Duración: 8, 15 y 19 de mayo. **Horario:** martes 16:30 a 20:30; sábado, de 8 a 14 h. **Horas lectivas:**

14. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 105. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 21 €. **Salidas:** 13 €. **Formadores:**

Manuel Tobarra Narro, fotógrafo de paisaje y naturaleza; Juan Picazo Talavera, biólogo y formador

U.P. **Inscripciones:** a partir del 30 de enero.

APRENDE A IDENTIFICAR AVES

Petirrojos, tordos, caballicos y muchas aves más son parte del medio natural de Albacete y merecen nuestra atención. Aprenderemos a identificarlos con el uso de prismáticos, guía de campo y cuaderno de notas. Con su observación llegaremos a conocer y valorar más la vida salvaje de nuestro entorno. Incluye tres salidas al campo, 8 de marzo (laguna de Pétrola), 20 de abril (Dehesa de Santa Marta) y 17 de mayo (Río Júcar Quitapellejos).



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.

Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Pág. 18 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
FECHA: 31/01/2018

Duración: 1 de febrero al 14 de junio. **Horario:** jueves, 17 a 19. **Horas lectivas:** 40. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 105. **Plazas:** 14. **Matrícula:** 46 €. **Salidas:** 35 €. **Formador:** Juan Picazo Talavera. Zoólogo y formador U.P.
Inscripciones: a partir del 23 de enero.

EL HUERTO ECOLÓGICO EN TU BALCÓN

Cultivar los propios alimentos es una actividad gratificante además de una forma de conocer y conectarse con la naturaleza y sus ciclos. Y está al alcance de cualquiera con un mínimo espacio en el balcón, terraza o patio. Desde los tiestos a las pasteras (mesas de cultivo) aplicando el método Gaspar Caballero de Segovia® en la forma de cultivo, con sus rotaciones y asociaciones de cultivos conseguiremos de forma sencilla tener el huerto en casa. En este curso aprenderemos a preparar los sustratos adecuados, las técnicas de siembra y rotaciones, montando un pequeño huerto con cuatro pasteras en cretall® y en macetas. El desplazamiento a la Residencia de Los Álamos corre por cuenta del participante.

Duración: 19, 20 y 21 de abril. **Horario:** jueves 19 y viernes 20 de 16 a 20 h, en la C.C. José Saramago; sábado 21, de 9 a 13 y de 16 a 20 h. **Horas lectivas:** 16. **Lugar:** Residencia Los Álamos, Cra. Peñas de San Pedro, kilómetro 2. **Plazas:** 16. **Matrícula:** 30 €. **Materiales:** 50 €. **Formadora:** Vicenta Piqueras Alonso. Ingeniera Técnica agrícola.
Inscripciones: a partir del 30 de enero.

NATURALEZA Y HAIKU

El haiku es un breve poema inspirado en las sensaciones captadas en la naturaleza. Parajes, plantas, árboles y flores aparecen plasmados de una forma sugerente y sencilla. Tiene unas pocas reglas básicas muy fáciles de aprender y es ideal para todos aquellos que aprecian los pequeños detalles. El objetivo de este curso es profundizar en la técnica de escritura del haiku realizando paseos botánicos con el fin de inspirarse para escribir (esta modalidad, muy popular en Japón, se denomina ginko); leeremos y comentaremos la obra de los escritores de haiku (o haikin) españoles más destacados y realizaremos sesiones de corrección y ajuste de los haikus escritos tras cada salida (tensaku).

Duración: 6 de abril al 16 de junio. **Horario:** viernes, 18 a 20 h, (6 de abril, 4 de mayo y 15 de junio), corrección de haikus (27 abril, 25 de mayo y 29 de junio). **Salidas:** sábados: 7 de abril, 5 de mayo y 16 de junio. **Horas lectivas:** 36. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 107. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 36 €. **Salidas:** 40 €. **Formadores:** Toñi Sánchez Verdejo miembro de la Asociación de la Gente del Haiku de Albacete (AGHA) y José Fajardo Rodríguez, formador UP.
Inscripciones: a partir del 30 de enero.

PSICOLOGÍA

PSICOLOGÍA DE LAS EMOCIONES

El autoconocimiento es la base del bienestar y de la felicidad. Por eso, el objetivo principal de este curso, es profundizar en nuestro interior, en nuestro mundo emocional y en el de nuestro entorno. Para ello nos serviremos de herramientas que nos ofrecen la Psicología, el Coaching, la Inteligencia Emocional y la Meditación. El curso tiene un carácter participativo y vivencial, donde el alumno y su experiencia serán los protagonistas.

Duración: 9 de abril al 30 de mayo. **Horario:** lunes y miércoles de 18 a 20 h. **Horas lectivas:** 30. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 111. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 40 €. **Formadora:** Lourdes Rueda Martínez. Psicóloga y Coach.
Inscripciones: a partir del 31 de enero.

AFRONTAR LA VIDA CON AUTOESTIMA SANA

El concepto psicológico de autoestima tiene que ver con el valor que nos damos a nosotros mismos, con la confianza en nuestras capacidades, con el respeto a nuestras necesidades y con el derecho a ser quien verdaderamente somos. Durante el curso aprenderemos a distinguir las manifestaciones de una autoestima sana, diferenciándola del egoísmo o narcisismo. Profundizaremos en las pautas para crear unas relaciones con uno mismo y con los demás, basadas en una autoestima sana y alta, porque cuanto mejor sea nuestra autoestima, nuestra vida será más satisfactoria y auténtica.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 19 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

Duración: 20 de febrero al 15 de mayo. **Horario:** martes de 18 a 20:30 h. **Horas lectivas:** 27,5. **Lugar:** C.S.C Ensanche. Aula 10. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 40 €. **Formadora:** Anna Marta Lubska. Psicóloga, socióloga y coach.
Inscripciones: a partir del 22 de enero.

RELACIONARTE

¿Cuántas veces no estamos bien con nosotros mismos por culpa de algo que no sabemos bien qué es? ¿Y cuántas veces todo eso afecta a nuestra vida cotidiana y a las relaciones que tenemos o quisiéramos tener? Si sabemos gestionar nuestra relación interior a través de una adecuada comunicación emocional, sabemos desarrollar una conciencia interpersonal que nos sirve para vivir relaciones sólidas, auténticas y saludables, mejorando nuestra calidad de vida.

Duración: 12 de marzo al 28 de mayo. **Horario:** lunes de 10 a 12 h. **Horas lectivas:** 20. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 111. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 25 €. **Formadora:** Chiara Munzi. Coach de relaciones interpersonales. **Inscripciones:** a partir del 31 de enero.

MINDFULNESS Y COMPASIÓN

La compasión se define como un sentimiento entre iguales, en donde el individuo es especialmente sensible al sufrimiento de los demás y de uno mismo, y se compromete a intentar aliviarlo en la medida de lo posible. La compasión tiene unas bases biológicas bien estudiadas: existe un circuito cerebral de la calma y satisfacción, relacionado con la compasión que se desarrolla cuando de niños se nos aporta seguridad y protección, y cuando, como adultos, desarrollamos relaciones interpersonales satisfactorias y significativas. La Terapia de Compasión es muy efectiva a nivel clínico en trastornos psiquiátricos como la depresión, trastornos obsesivos, duelo crónico y cualquier enfermedad que curse con elevada autocrítica, vergüenza o culpa. También se ha demostrado eficaz en el campo de la educación, en el deporte y en el mundo de la empresa... Requisito: conocimiento en Mindfulness (atención plena) y/o experiencia meditativa.

Duración: 5 de abril al 14 de junio. **Horario:** martes y jueves de 19:30 a 21:30 h. **Horas lectivas:** 36. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula: Sala de profesores. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 50 €. **Formador:** Manuel de la Rosa Pérez, terapeuta e instructor de desarrollo transpersonal y consultor de Mindfulness.
Inscripciones: a partir del 31 de enero.

ESTRÉS: ¿ENEMIGO O ALIADO? TÉCNICAS DE MANEJO DE ESTRÉS

El estrés es un fenómeno común en nuestra cultura. Es una de las quejas más habituales tanto en los gabinetes psicológicos como en las consultas de medicina general. En su origen el estrés tiene como objetivo prepararnos para los desafíos y situaciones amenazantes en nuestra vida. Sin embargo, muchas veces seguimos sintiéndonos tensos y estresados incluso cuando no tenemos problemas que lo justifiquen. Es muy importante para nuestro bienestar entender este fenómeno y aprender las maneras de gestionarlo, tanto de manera inmediata como a largo plazo. En este curso-taller conseguiremos tanto las herramientas psicológicas de manejo de pensamientos y emociones que favorecen la presencia del estrés, como las técnicas corporales para aliviar y prevenir sus consecuencias fisiológicas.

Duración: 16 de febrero al 23 de marzo. **Horario:** viernes de 16:30 a 19 h. **Horas lectivas:** 15. **Lugar:** C.S.C Ensanche. Aula 10. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 20 €. **Formadora:** Anna Marta Lubska. Psicóloga, socióloga y coach.
Inscripciones: a partir del 22 de enero.

INICIACIÓN A LA PRÁCTICA DE MINDFULNESS

La práctica de mindfulness no ha de considerarse una “buena idea” o una “moda”, sino que requiere de un compromiso continuado y sincero hacia la práctica de la atención en el momento presente con aceptación, sin expectativas y sin enjuiciar, con un gesto de amabilidad y compasión hacia uno mismo. El objetivo de este curso es conocer qué es mindfulness y aprender diferentes formas de cultivar su práctica para integrarla en tu vida y obtener así un cambio vital y un mayor bienestar



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwWICTBR
dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 20 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

físico y emocional. Los contenidos para desarrollar los diferentes objetivos propuestos se irán integrando gradualmente en este retiro.

Duración: 11, 12 y 13 de mayo. **Horario:** viernes 17 a 22 h; sábado 9 a 14 h y 17 a 22 h; domingo 9 a 14 h. **Horas lectivas:** 20 **Lugar:** Casa Espiritualidad Almansa. **Plazas:** 25. **Matrícula:** 25 €. **Salida:** 75 € (incluye alojamiento y comida del retiro, no transporte). **Formadores:** Marta Parra y Rigoberto Honrubia, psicólogos y profesores de la ULCM. **Inscripciones:** a partir del 31 de enero.

PROFUNDIZACIÓN A LA PRÁCTICA DE MINDFULNESS Y COMPASIÓN

La realización de retiros ayuda a profundizar en la práctica de la atención plena y a conectar con uno mismo. Es una posibilidad para reflexionar y continuar aprendiendo sobre mindfulness, compasión y su cultivo. La presente actividad de formación va dirigida a personas que tengan un conocimiento previo, teórico y práctico, sobre mindfulness y compasión. En este sentido, resulta una actividad muy adecuada para las personas que han realizado cursos de iniciación de esta materia. Es importante que los aspectos teóricos y prácticos principales se hayan trabajado previamente. El viaje es por cuenta del participante.

Duración: 8, 9 y 10 de junio. **Horario:** viernes 17 a 22 h; sábado 9 a 14 h y 17 a 22 h; domingo 9 a 14 h. **Horas lectivas:** 20 **Lugar:** Casa Espiritualidad Almansa. **Plazas:** 25. **Matrícula:** 25 €. **Salida:** 75 € (incluye alojamiento y comida del retiro, no transporte). **Formadores:** Marta Parra y Rigoberto Honrubia, psicólogos y profesores de la ULCM. **Inscripciones:** a partir del 31 de enero.

EL USO RACIONAL DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Las nuevas tecnologías forman parte cada vez más de nuestra vida cotidiana y de la de nuestros menores, tanto como herramientas que nos facilitan la comunicación y el acceso a la información, como por sus múltiples y variadas vertientes relacionadas con el ocio y la ocupación del tiempo libre. Móviles, tabletas, Internet, uso de redes sociales... nuestra vida es cada vez más dependiente de las nuevas tecnologías. ¿Alguna vez nos hemos parado a observar cuánto tiempo pasamos cada día utilizándolas? ¿Somos capaces de hacer un uso racional de ellas? ¿Dónde está la frontera entre usar las nuevas tecnologías y ser dependiente? Tenemos que aprender a tener nuestras máquinas a nuestro servicio y no al revés

Duración: 5 de abril al 17 de mayo. **Horario:** martes y jueves de 10 a 12 h. **Horas lectivas:** 24. **Lugar:** Ensanche. Segunda planta. Aula 10. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 30 €. **Formadora:** Francisca Vicente Pardo. **Psicóloga.** **Inscripciones:** a partir del 31 de enero.

CÓMO MEJORAR MIS HABILIDADES PARA RELACIONARME CON LOS DEMÁS

La mayoría de los conflictos que se producen en nuestro día a día se basan en que somos seres sociales y estamos continuamente relacionándonos. Si aprendiéramos a mejorar nuestras habilidades sociales y la asertividad, nuestra vida sería muchos más fácil y placentera. El objetivo de este curso es aprender a mejorar las relaciones con los demás. Para ello se expondrán los diferentes contenidos: Qué son las habilidades sociales, partes que incluye. Describir qué es la asertividad y cómo aprender a decir No. Técnicas asertivas. Cómo expresar emociones, hacer y recibir críticas. Aprender a manejar tus emociones (enfado, culpa, envidia, frustración etc.) para relacionarte mejor. Relaciones de pareja y otras relaciones: amigos, familia, hijos. Cómo pensar de forma que nos ayude a relacionarnos mejor.

Duración: 4 de abril al 23 de mayo. **Horario:** miércoles de 10 a 12 h. **Horas lectivas:** 16. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 111. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 20 €. **Formadora:** Isabel Muñoz Galindo. **Psicóloga y experta en psicología clínica.** **Inscripciones:** a partir del 31 de enero.

TEATRO

DIVÉRSATE [VERSO EN EL TEATRO Y DECLAMACIÓN ACTORAL]

El curso supone un aprendizaje del verso desde el punto de vista teatral, acercándonos a los grandes dramaturgos del Siglo de Oro español (Lope, Calderón, Tirso...) y otros poetas clásicos, para recitar sus textos. Se trata de aprender a declamar poesía y decir el verso en el teatro. Abordaremos la



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dNI9H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 21 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

evolución histórica del género poético en castellano, haciendo especial hincapié en el Siglo de Oro y en los textos teatrales de esta época. Finalizaremos con la preparación de un recital poético y/o monólogos destacados de la dramaturgia española. Una buena ocasión para que los actores (profesionales y aficionados), así como los amantes de la poesía, profundicen en la complicada disciplina que es el uso del verso en el teatro.

Duración: 4 de abril al 9 de mayo. **Horario:** lunes y miércoles de 20 a 22 h. **Horas lectivas:** 20.

Lugar: C.C. José Saramago. Aula 114. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 25 €. **Formadora:** Llanos Salas, actriz y rapsoda.

Inscripciones: a partir del 29 de enero.

TÉCNICA VOCAL PARA ACTORES Y ORADORES

Los ejercicios de técnica vocal nos conducen al control de los distintos componentes estructurales de la voz. Cada uno de ellos contribuye al sonido o sensación de la voz. Su control y combinaciones conducen a una lista de opciones vocales ilimitada. Para cambiar o mantener la calidad vocal sin tensiones, la técnica es fundamental. El teatro requiere el conocimiento y dominio de los elementos estilísticos de la interpretación. Éste nos brinda el conocimiento cultural y la inspiración y, junto a la técnica, consigue que la interpretación resulte en una visión de "realidad". Este curso tiene como objetivos: descubrir la capacidad de la voz, la articulación y el lenguaje y desarrollar sus posibilidades expresivas. Serán tratados en este curso: breve anatomía y fisiología de la laringe; emisión y calidad vocal: percepción del movimiento vibratorio; ¿qué es el apoyo?; la respiración como elemento del ritmo y la entonación; dicción y articulación; la musicalidad de la palabra en la voz hablada; refuerzos expresivos del texto: entonación, matiz, pausa, colores emocionales y tiempo-ritmo; higiene vocal y cómo hablar y cantar son acciones emitidas por los mismos órganos.

Duración: 22 de febrero al 7 de junio. **Horario:** jueves de 20 a 22 h. **Horas lectivas:** 30. **Lugar:**

C.C. José Saramago. Aula 016. **Plazas:** 20. **Matrícula:** 45 €. **Material:** 5 €. **Formador:** Emiliano Avilés Alcantud, barítono.

Inscripciones: a partir del 29 de enero.

EXPRESIÓN CORPORAL PARA ACTORES, CANTANTES, MÚSICOS, PROFESORES Y ORADORES [I]

La palabra expresión deriva etimológicamente de exprimere, que significa hacer salir, y eso es lo que haremos: dejaremos salir la expresión natural que yace en nuestro interior a través del movimiento corporal relacionándonos con el espacio. Esta actividad busca un auto-conocimiento del esquema corporal y de su relación con el espacio escénico a partir de respuestas creativas y técnicas específicas de expresión corporal. Tiene como objetivos: tomar consciencia de nuestra expresividad natural, despertar su inteligencia sensorial adquiriendo presencia y energía, integrar técnicas corporales básicas que desarrollen flexibilidad, coordinación, fuerza y gestión del peso. Se harán juegos dramáticos e improvisaciones a partir de la técnica View Points. No es necesario tener conocimientos previos. Todos las anatomías corporales son adecuadas y bienvenidas para la realización de esta actividad.

Duración: 9 a 17 de febrero. **Horario:** viernes de 18 a 21 h y sábado, de 10 a 13 h **Horas lectivas:**

12. **Lugar:** C. C. José Saramago. Teatro. **Plazas:** 18. **Matrícula:** 30 €. **Formadora:** Elena Esparcia Pinar, Licenciada en Arte Dramático.

Inscripciones: a partir del 29 de enero.

EXPRESIÓN CORPORAL PARA ACTORES, CANTANTES, MÚSICOS, PROFESORES Y ORADORES [II*]

* Se desarrollarán en profundidad los contenidos del taller intensivo de Expresión corporal y se añadirán nuevos. Para realizar el nivel II es necesario haber realizado el nivel I. Este taller está enfocado a desarrollar en profundidad las herramientas aprendidas en el nivel I, así como desarrollar trabajos de composición instantánea de forma individual y en grupo. Auto-conocimiento del esquema corporal y de su relación con el espacio escénico a partir de respuestas creativas y técnicas específicas de expresión corporal. Tiene como objetivos: tomar consciencia de nuestra expresividad natural, despertar su inteligencia sensorial adquiriendo presencia y energía, integrar técnicas corporales básicas que desarrollen flexibilidad, coordinación, fuerza y gestión del peso. Se harán juegos dramáticos e improvisaciones a partir de la técnica View Points.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.

Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J

Pág. 22 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
FECHA: 31/01/2018

Duración: 24 de marzo; 7, 21 y 28 de abril; 12 y 26 de mayo. **Horario:** sábado, 10 a 14 h. **Horas lectivas:** 18. **Lugar:** C. C. José Saramago. Aula de Danza. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 40 €. **Formadora:** Elena Esparcia Pinar, Licenciada en Arte Dramático. **Inscripciones:** a partir del 29 de enero.

EL ARTE DEL CLOWN

Este curso se divide en dos partes, una primera parte basada en el descubrimiento: ¿cómo es mi clown? Para encontrar a nuestro clown hay que meterse en cada uno de nosotros y nosotras y lanzarse a la aventura de buscarlo. Una vez que sé cómo soy, puedo plantearme qué quiero hacer con mi clown. Es el momento en el que comenzaremos con la segunda parte: creación de números. Finalmente se tendrá una experiencia con público al que mostraremos nuestros trabajos y que servirá como parte del proceso de búsqueda de nuestro clown. En definitiva, de nuestra propia búsqueda. No es necesaria experiencia de clown.

Duración: 28 de marzo al 25 de abril. **Horario:** miércoles de 17 a 20 h. **Horas lectivas:** 24. **Lugar:** Teatro de la Paz. **Plazas:** 16. **Matrícula:** 40 €. **Formadora:** Patricia Charcos, actriz y clown. **Inscripciones:** a partir del 29 de enero.

INFANTIL

APRENDE A MODELAR TUS HÉROES DE FANTASÍA (8-12 AÑOS)

Dentro de las miniaturas, la fantasía ocupa una parte muy importante del mismo, ya sean hadas, duendes, dragones, héroes o magos, todos forman parte importante de la imaginación, y el miniaturismo nos da la oportunidad de recrear todos esos seres y mundos. Si te interesan las miniaturas, dar los primeros pasos en el modelado de figuras de fantasía y aprender a realizar modelos a escala este es tu curso. Crea tus propios héroes y da rienda suelta a tu imaginación.

Duración: 2 de marzo al 18 de mayo. **Horario:** viernes de 18:30 a 20. **Horas lectivas:** 15. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 101. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 30 €. **Materiales:** 10 €. **Formador:** José Juan Fernández Muñoz, modelista y miniaturista. **Inscripciones:** a partir del 24 de enero.

FILIGRANA (8-12 AÑOS)

La filigrana de papel es una manera fácil y divertida de crear objetos e imágenes. Sólo necesitas finas tiras de papel que vamos a enrollar y enrollar. En estas clases los más pequeños aprenderán a hacer broches, pequeños cuadros y tarjetas de sus personajes favoritos, como por ejemplo Los Minions o las divertidas hormigas Trancas y Barrancas.

Duración: 6 de abril al 25 de mayo. **Horario:** viernes, de 17 a 19 h. **Horas lectivas:** 16. **Lugar:** C.C. José Saramago. Aula 109. **Plazas:** 12. **Matrícula:** 30 €. **Materiales:** 15 €. **Formadora:** M^a José Arenas Secilla. Artesana. **Inscripciones:** a partir del 30 de enero.

MIS CUENTOS. TALLER DE ESCRITURA PARA NIÑOS (9-12 AÑOS)

El cuento, siempre fiel a sus orígenes, oral primero y escrito después, ha seguido un rumbo ascendente y aunque siempre ha formado parte de la Cultura del pueblo, se ha convertido en algo insustituible a la hora de entender la literatura. Este curso pretende ayudar a sus participantes a construir cuentos infantiles hermosos, desea ser un hacedor de historias solidarias y educativas, que sirvan para socorrer la fantasía y los sueños de los más pequeños de la casa, llevándoles por impensados lugares, ya bien remontados en una inmensa ola o elevados entre nubes a países bellos y coloridos que les hagan soñar. Dirigido a niños y niñas de 9 a 12 años que tienen inquietudes literarias respecto al cuento infantil. Requisitos: un cuaderno, bolígrafo, lápiz, goma de borrar y colores.

Duración: del 6 de abril al 25 de mayo. **Horario:** viernes de 17 a 19 h. **Horas lectivas:** 16. **Lugar:** C.C. José Saramago. Segunda planta. Aula 114. **Plazas:** 12. **Matrícula:** 30 €. **Formadora:** Trinidad Alicia García Valero. Lda en Literatura. **Inscripciones:** a partir del 30 de enero.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dNI9H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 23 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
FECHA: 31/01/2018

INICIACIÓN A LA ROBÓTICA (7-10 AÑOS)

¿Conoces a R2-D2 o a BB-8 de Star Wars? ¿Quieres saber cómo funcionan? Mejor aún, ¿quieres aprender de una manera divertida cómo crear tus propios robots? Podrás diseñar, programar y montar un micro-robot. Con lo que aprenderás podrás seguir creando y jugando desde casa. Se aprenderán los conceptos básicos de programación y robótica, se controlarán diferentes tipos de robots mientras que se introducen en el pensamiento computacional y se desarrollarán varias prácticas para aprender el funcionamiento de partes de robots como sensores y accionadores.

Duración: 16 de febrero al 27 de abril. **Horario:** viernes, de 17 a 18:30 h. **Horas lectivas:** 15.

Lugar: C.C. José Saramago. Aula de informática. **Plazas:** 15. **Matrícula:** 30 €. **Formador:** Carlos Massó (Robbie STEAM Learning).

Inscripciones: a partir del 30 de enero.”

Igualmente se autoriza a la Vicepresidencia del Patronato para poder modificar la programación de alguno de estos cursos cuando no haya matriculas suficientes, con la supresión del mismo, o cuando haya mucha demanda, con la ampliación del curso demandado.

Segundo: De conformidad con la delegación efectuada por el Pleno municipal en sesión de 28 de septiembre de 2017, **dictaminar favorablemente para su elevación a la Junta de Gobierno Local** la aprobación de los precios públicos anteriormente relacionados correspondientes a la segunda oferta de cursos breves programados para el período 2017-2018.

5.- PROPUESTA DE APROBACIÓN DE LA PRODUCCIÓN CULTURAL IV JORNADAS DE ESPARTO: NATURALEZA Y CULTURA.

A continuación, la Sra. Directora de la Universidad Popular somete a consideración del Consejo Rector una nueva propuesta rectificada, que presenta en esta sesión, relativa a la producción cultural IV Jornadas de Esparto: “Naturaleza y Cultura”, cuyo contenido se transcribe a continuación:

“Se presenta al Consejo Rector del Patronato de la Universidad Popular, para su aprobación, la producción cultural programada por el Aula de Naturaleza: “IV jornadas de Esparto: naturaleza y cultura”, conforme a la programación que se detalla.

El presupuesto de esta actividad asciende a 2.393 €, tal y como se especifica en la programación, para lo que existe crédito presupuestario suficiente.

IV Jornadas

Esparto: naturaleza y cultura
Del 14 al 28 de febrero de 2018

Sala de Exposiciones
Casa de la Cultura José Saramago (Albacete)

Exposición etnográfica y cestería tradicional y popular del esparto, espacio de etnografía y trabajos del Taller de Esparto de la Universidad Popular y piezas de artesanos esparteros. Paneles “Esparto, naturaleza y cultura”. Venta de artesanía de esparto a beneficio del Coto de la Alcañal.

Exposición: Patrimonio Natural y cultural; Cestería, Artesanía y Conocimientos tradicionales de las fibras vegetales. Cedita por el Museo de la Biodiversidad de Ibi (Alicante).

Miércoles, 14 de febrero. 18:30. **Inauguración y conferencia inaugural: “Enseñar haciendo. Gabriel y Reinalda, esparteros”.** Por Carlos Fontales, experto en cestería.

Sábado, 17 de febrero, a partir de las 10 h. **Encuentro de esparteros** y corro abierto, homenaje a una destacada personalidad del sector y gazpachos manchegos (es necesario inscripción previa para la comida).

Talleres en vivo. Martes y jueves de 16 a 22 h. Sábado 17 y domingo 18 por la mañana, de 10 a 14 h. Con la presencia de artesanos esparteros y participantes de los cursos de esparto de la UP.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
qBfsd0XMdkYdaz+H1
WYonXuPwVICTBR
dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 24 de 25



FIRMADO POR:

NIF: Q0200209E

SECRETARIO PATRONATO UPMA
 TEODORO JAIME DE LA ROSA HERRERO
 FECHA: 31/01/2018

Talleres de esparto para colegios y grupos de adultos. Por las mañanas, del 15,16, 19-23 y 26-28 de febrero, lunes a viernes, de 10 a 13, con la colaboración de los participantes del taller de esparto de la UP. Se les enseña a los participantes a hacer un vencejo de tres ramales con esparto picado.

Seminario avanzado “cestería de caña y esparto”. Jueves 15 y viernes, 16 de febrero, de 10 a 13.30 h y de 16 a 19.30 h. A cargo de Carlos Fontales, artesano espartero. Dirigido a participantes del Taller de Esparto. Inscripción: 20 €, 10 plazas. Inscripciones a partir del 5 de febrero.

Colaboran:

Participantes del Taller de Esparto de la Universidad Popular de Albacete.
 Esparteros y esparteras de diversas localidades.
 Museo de la Biodiversidad de Ibi (Alicante).
 Carlos Fontales.

Presupuesto

Tarjeta de difusión.....	180 €
Poster.....	300 €
Esparto picado para talleres escolares.....	75 €
Honorarios visitas guiadas	480 €
Conferencia.....	300 €
Seminario avanzado.....	360 €
Desplazamiento y alojamiento conferenciante.....	308 €
Comida Encuentro de esparteros.....	340 €
Placa y detalle homenaje espartero.....	50 €

Total.....2.393 €”

El Consejo Rector del Patronato de la Universidad Popular Municipal acuerda, por unanimidad, aprobar la propuesta transcrita en sus propios términos.



Publicación de acuerdos del Consejo Rector de fecha 11-1-2018. - UNIVERSIDAD POPULAR (AYUNTAMIENTO DE ALBACETE) - Cod.439920 - 31/01/2018

Hash SHA256:
 qBfsd0XMdkYdaz+H1
 WYonXuPwVICTBR
 dN19H4AvQXI=

Documento firmado electrónicamente por los firmantes indicados en el margen izquierdo.
 Puede verificar su autenticidad en la dirección <https://eadmin.dipualba.es/csv/>

Código seguro de verificación: P4XW9G-XU79TJ3J Pág. 25 de 25