

**UNATE  
SUANCES**

# **CURSO 2022-2023**

*UNATE vuelve a  
plantearte un inicio de  
curso diverso para que  
la vida vaya a tu ritmo.  
Inscríbete y disfruta  
del aprendizaje y de la  
vida activa.*

## RECUERDA

- Te puedes informar e inscribir en el teléfono 942 228 922 (Ext. 4) o al 683 133370
- Las matrículas presenciales y la atención a la comunidad se harán al comienzo del curso coincidiendo con el primer día de las clases.
- Todas las actividades son gratuitas para socias+ y socios+ que, además tienen descuentos en las actividades del resto de UNATE que pueden suponer hasta un 35% de ahorro.

## MODALIDADES

Para inscribirte en UNATE puedes elegir las siguientes opciones:

- Alumno/a
- Socio/a+: 38 €  
(puedes optar por la cuota solidaria de 90 €)
- Socio/a+ matrimonial: 35 € por persona  
(puedes optar por la cuota solidaria de 60 € por persona)
- Socio/a+ benefactor/a: a partir de 140 €

## CALENDARIO LECTIVO 2022-2023

Inicio de curso:

lunes 3 de octubre de 2022

Final de curso:

viernes 16 de junio de 2023

Vacaciones de Navidad:

del 23 de diciembre al 8 de enero (ambos incluidos)

Vacaciones de Semana Santa:

del 6 al 16 de abril (ambos incluidos)

Puentes no lectivos:

31 de octubre y 1 de noviembre de 2022, y 1 de mayo de 2023.

Semana no lectiva:

del 5 al 9 de diciembre de 2022

## REQUISITOS PARA LA MATRÍCULA

- Edad superior a los 50 años
- DNI Original
- Firma del documento de responsabilidad y protección de datos.

# ÁREA DE SALUD Y BIENESTAR

## PSICOMOTRICIDAD (CUPO 15)

Facilita: Santiago Cobo

🕒 Martes de 10 a 11h.

📍 Centro Cultural San José-Fundación Quintana

Ejercicios físicos, sencillos y de baja intensidad que tienen como objeto, tomar conciencia y comprobar las interacciones que se realizan entre el movimiento de nuestro cuerpo y nuestra mente.

Inscripción gratuita, actividad financiada por el ICASS

# HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

## PRIMER TRIMESTRE

### HISTORIA DE EUROPA A TRAVÉS DE CUATRO CIUDADES PATRIMONIO DE LA HUMANIDAD. CÓRDOBA, ATENAS, LÜBECK Y RIGA (4 HORAS LECTIVAS)

Facilita: Carolina Paredes

🕒 Lunes 17:45 a 18:45h.

Días: 10, 17, 24 y 31 de octubre

Con este ciclo de cuatro sesiones mostraremos la historia de Europa a través de cuatro ciudades declaradas Ciudades Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO. Ninguna de las ciudades tienen relación entre sí, pero nos muestran los diferentes procesos artísticos e históricos que han forjado el devenir de la construcción de Europa.

Inscripción gratuita, actividad financiada por la Dirección General de Asuntos Europeos del Gobierno de Cantabria

## PATRIMONIO CULTURAL DE CANTABRIA (6 HORAS LECTIVAS)

Facilita: Bea Cea Díaz

🕒 Lunes de 17:45 a 18:45h.

Días: 7, 14, 21, 28 de noviembre, 12 y 19 de diciembre

Cantabria cuenta con una enorme diversidad cultural que nos habla de nuestra historia. Este patrimonio es seña de identidad, nos distingue y nos acerca a otros pueblos de dentro y fuera de la Península Ibérica. En este curso haremos una aproximación por la geografía cántabra, conociendo instrumentos musicales, los bailes y danzas, las fiestas, arquitectura tradicional, los edificios más singulares, las cuevas prehistóricas y un largo etcétera.

Socios/as+: 0€

No Socios/as +: 88€

## SEGUNDO TRIMESTRE

### HISTORIA DE ESPAÑA. LAS HIJAS DE ISABEL LA CATÓLICA. PRINCESAS Y REINAS OLVIDADAS. (12 HORAS LECTIVAS)

Facilita: Maria Barcina Abad

🕒 Lunes 17:45 a 18:45h.

Días: del 9 de enero al 27 de marzo

Las cuatro hijas de los Reyes Católicos, Isabel, Juana, María y Catalina, jugaron un papel fundamental en la estrategia europea que sus padres habían preparado para ellas. Cumpliendo fielmente con ese mandato y con la obligación inherente a su posición, desde muy pequeñas fueron educadas para el destino que previamente se había trazado para ellas. Además, las jóvenes princesas tuvieron el privilegio, único en la época, de ver a su madre gobernar con plenos poderes y de pleno derecho, lo que indudablemente marcó su carácter y la forma de entender el reinado. La intensa biografía de todas ellas y el impacto que tuvieron en las Cortes

donde ejercieron como reinas será objeto de análisis en este curso.

**Socios/as+: 0€**

**No Socios/as +: 120€**

## TERCER TRIMESTRE

### PREVENCIÓN DE CAÍDAS Y ACCIDENTES DOMÉSTICOS (6 HORAS LECTIVAS)

*Facilita: Pendiente de Confirmar*

🕒 **Lunes 17:45 a 18:45h.**

**Días: del 17 de abril al 29 de mayo**

A lo largo de las sesiones conoceremos la importancia de prevenir caídas y accidentes domésticos, factores de riesgo, aspectos de salud mental que nos afectan después de una caída..etc

**Socios/as+: 0€**

**No Socios/as +: 88€**

## AULA DE IDIOMAS

### INGLÉS DESDE 0 (BÁSICO). DE OCTUBRE/JUNIO (CUPO 15)

*Facilita: Sara Gomez-Mora*

🕒 **Lunes de 16 a 17:30h.**

📍 **Sala de costura de la Casa de Cultura Fernando Velarde**  
**Comienza: Miércoles 19 de octubre**

No es necesario tener conocimientos previos. Empezaremos con números, colores, vocabulario básico y trabajaremos estructuras gramaticales que permitan al alumno "desenvolverse" en situaciones cotidianas en lengua inglesa (pedir indicaciones para llegar a un lugar, pedir algo en un restaurante, etc.). Nuestro objetivo es el aprendizaje a través del entretenimiento y despertar el interés del alumno para seguir avanzando, y que pueda saltar al nivel intermedio el curso siguiente.

**Socio/a+: 0€**

**No socio/a: 150 €/curso**

### INGLÉS INTERMEDIO. DE OCTUBRE A JUNIO (CUPO 15)

*Facilita Sara Gómez-Mora*

🕒 **Miércoles de 11 a 12:30h.**

📍 **Sala de Pereda de la Casa de Cultura Fernando Velarde**  
**Comienza: Lunes 10 de octubre**

Para acceder al seminario de inglés intermedio, es necesario tener unos conocimientos previos, aunque "lo tengamos abandonado". En cualquier caso, haremos un repaso para refrescar conceptos (verbo "to be", verbos regulares, irregulares, pronombres, preguntas, negativas, exponer ideas). El objetivo es recordar, aprender y crecer en la materia a través de clases entretenidas y divertidas (ejercicios "entre todos", videos, lecturas, pequeños comentarios de texto, traducciones, etcétera).

**Socio/a+: 0€**

**No socio/a: 150 €/curso**

## Información en teléfonos:

**942 228 922 (Ext. 4) y 683 133370**

## Sede UNATE Torrelavega-Besaya

C/ Joaquín Hoyos, 16-2º

Teléfonos 942 228922 (Ext. 4) | 683 133 370

[torrelavega@unate.es](mailto:torrelavega@unate.es)

Organiza:



# UNATE

—La Universidad Permanente—

**ENTIDAD DECLARADA  
DE UTILIDAD PÚBLICA**

Colabora:



**GOBIERNO  
de  
CANTABRIA**

**icass**

Instituto Cántabro de Servicios Sociales



**Ayuntamiento  
de Suances**