



UNATE
SUANCES

CURSO

2024 > 2025

Aprendizaje
a tu ritmo y
cerca de ti

UNATE
LA UNIVERSIDAD PERMANENTE

RECUERDA

- Te puedes informar e inscribir en el teléfono 683 133 370 o en 942 228 922
- Las socias/os+ que están al día con la cuota tienen acceso gratuito a las actividades previa inscripción.

MODALIDADES

- Alumno/a sin condición de socio/a
- Socio/a+: 48€/año (desgravas 38 €)
- Socio/a+ pareja (matrimonio o pareja de hecho): 45€/año por persona (desgravas 36 €/persona)
- Socio/a+ solidario (apoyas el trabajo social de UNATE): 100€ anuales (desgravas 80 €)
- Socio/a solidario pareja: 60€/anuales por persona (desgravas 48 €/persona)
- Socio/a+ benefactor/a: a partir de 150€ (desgravas 120 €)

CALENDARIO LECTIVO 2024-2025

- Fecha de inicio: **Lunes 30 de septiembre**
- Fecha de fin: **viernes 13 de junio**
- Vacaciones de Navidad: **del 21 al 7 de enero** (ambas incluidas)
- Semana blanca (no lectiva): **del 24 al 28 de febrero** (ambas incluidas)
- Vacaciones de Semana Santa: **del 17 al 27 de abril** (ambas incluidas)
- Fiestas (no lectivas): **viernes 1 de noviembre; viernes 6 de diciembre y 1 de mayo (puente con el 2 de mayo)**

REQUISITOS PARA LA MATRÍCULA

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

AULA DE IDIOMAS

INGLÉS INTERMEDIO. De octubre a junio (Cupo 15)

Facilita: Sara Gómez-Mora

🕒 Jueves | 11:30 a 13h

📍 Centro Municipal de Emprendedores de Suances

Comienzo el jueves 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

INGLÉS DESDE 0 (Básico). De octubre a junio (Cupo 15)

Facilita Sara Gómez-Mora

🕒 Martes | 11:30 a 13h.

📍 Centro Municipal de Emprendedores de Suances

Comienzo el martes 8 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

HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

LA UTOPIA ES POSIBLE: PROPUESTAS (REALES) PARA UN MUNDO EN CRISIS

Facilita: *Diego Cobo*

🕒 Lunes | 18 a 19h

📍 Aula Pereda, Casa de Cultura Fernando Velarde
Del 7 de octubre al 16 de diciembre

En este curso abordaremos los diferentes focos de crisis contemporáneos, desde la política hasta la ambiental pasando por la ética, la agrícola o económica. Pero también nos centraremos en las diferentes propuestas que se están desarrollando y que no salen en las portadas de los periódicos. Como dijo Eduardo Galeano, "este mundo está embarazado de otro mundo".

Socia/o +: 0€

No socia/o: 50€

SALUD Y BIENESTAR

PONTE EN FORMA BAILANDO

Facilita: *Sonia Sánchez*

🕒 Lunes | 10 a 11h

📍 Centro Cultural San José-Fundación Quintana
Comienzo el lunes 7 de octubre

Modalidad de baile en la que se pone en práctica una coreografía sin necesidad de una pareja para ser ejecutada. Esta técnica nos permite abordar todos los ritmos posibles además de mantenernos en forma y trabajar la coordinación.

Socio/a+: 0€

No socio/a: 58 €/trimestre

RISOTERAPIA (10 SESIONES)

Facilita: Marc Torrent

🕒 **Viernes | 9:30 a 11 h**

📍 **Centro Cultural San José-Fundación Quintana**

Comienzo: viernes 24 de enero 2025

Durante el taller se aúna tres actividades distintas: actividad física, pedagogía del juego e inteligencia emocional cuya finalidad es generar bienestar a través de la práctica consciente de la risa " La risa es el más sano de los ejercicios "

Las sesiones serán prácticas y dinámicas, en ellas se desarrolla una actividad distendida, de juego y comunicación que ayuda al autoconocimiento a la vez que genera un alto bienestar físico y emocional.

Socio/a+: 0€

No socio/a: 58 €

ESTIMULACIÓN COGNITIVA (14 SESIONES)

Facilita: Pendiente de confirmar

🕒 **Jueves | 18 a 19:30h.**

📍 **Aula de costura de la Casa de Cultura Fernando Velarde**

Comienzo: jueves 3 de abril de 2025

Estimula y mantiene tus capacidades cognitivas superiores, como la memoria, la atención o la percepción, entre otras, mediante la realización de ejercicios, juegos y actividades prácticas. La finalidad es mejorar el funcionamiento cognitivo para una mejor calidad de vida.

Socio/a+: 0€

No socio/a: 58 €

¡APOYA LA ACCIÓN DEL GRUPO SOCIAL UNATE!

UNATE y Fundación Patronato Europeo de Mayores (PEM) trabajan en 35 municipios de Cantabria con personas de 50 o más años en la reconstrucción del tejido comunitario, la participación real de las personas mayores en sus territorios, la prevención del aislamiento social y la soledad no deseada, el acompañamiento a mujeres supervivientes de violencia de género, entre otras acciones.

Apoya nuestra tarea con donaciones que se benefician de la Ley de Mecenazgo.

Recuerda:

80%

De los primeros 250€
que dones te desgravas 200€

40%

A partir de los 250 euros

Contáctanos al 942 22 89 22 o haz una transferencia indicando la palabra "Donación" a la cuenta IBAN:

ES30 2100 1271 0202 0060 6497



UNATE
SUANCES



683 133 370 | 942 228 922

www.unate.es/

Con el apoyo de:



Ayuntamiento
de Suances

GRUPO SOCIAL
UNATE