



UNATE
TORRELAVEGA

CURSO

2025 > 2026

Únete a
la gran
comunidad
que aprende
a tu ritmo

UNATE
LA UNIVERSIDAD PERMANENTE

RECUERDA

- Este programa puede estar sujeto a cambios y modificaciones en precios, temporalidad y horarios.
- Cada actividad tiene un mínimo de inscripciones para ser viable. En el caso de aquellas con pago fraccionado, el mínimo se debe mantener a lo largo de todo el curso.
- Las actividades con opción de pago fraccionado tienen un descuento adicional del 5% si se paga todo el curso en una vez. La división en pagos trimestrales y cuatrimestrales es una facilidad económica que UNATE pone a disposición de sus socias/os y alumnado.
- Las socias/os desgravan el 80% de su cuota y tienen descuentos en todas las actividades UNATE que pueden suponer hasta un 30% de ahorro, actividades exclusivas, prioridad en las inscripciones, etcétera.
- Colabora con UNATE difundiendo y compartiendo esta información entre aquellas personas que consideres que puedan tener interés en nuestras actividades y cursos.

MODALIDADES

Para inscribirte en UNATE puedes elegir alguna de las siguientes opciones:

- Alumna/o sin condición de socia/o +
- SOCIA/O +: 60€ el curso (desgravas 48€)
- SOCIA/O + PAREJA (matrimonio o pareja de hecho): 50€ por persona (desgravas 40€/persona)
- SOCIA/O + SOLIDARIO/A (apoyas el trabajo social de UNATE): 100 € (desgravas 80€)
- SOCIA/O + SOLIDARIO/A PAREJA: 60 € por persona (desgravas 48€/persona)
- SOCIA/O + BENEFactor/A: a partir de 150 € (desgravas 120€)
- BECARIA/O: Para solicitar una beca (1 hora de actividad gratuita a la semana) debes tener 60 años o más, estar empadronado/a en la ciudad y tener una pensión inferior a de 875 € mensuales. Plazo para solicitar beca: del 16 al 30 de junio y del 1 al 27 de septiembre.

CALENDARIO LECTIVO 2025-2026

- Fecha de inicio: miércoles 1 de octubre.
- Fecha de final de curso: viernes 19 de junio (Salud y Bienestar hasta el 27 de junio)
- Vacaciones de Navidad del lunes 22 de diciembre al miércoles 7 de enero (ambas incluidas)
- Semana blanca (no lectiva) del lunes 16 al viernes 20 de febrero de 2025 (ambas incluidas)
- Vacaciones de Semana Santa del jueves 2 al viernes 10 de abril (ambas incluidas)
- Fiestas (no lectivas) viernes 1 de mayo de 2026

PERIODO DE MATRICULACIÓN.

- Renovación de cuotas e inscripciones de socias, socios y personas que quieran asociarse, así como participantes en el curso regular 2024-25
Del 16 al 30 de junio.
- Matrículas e inscripciones para alumnado general
Del 1 al 18 de julio y del 1 al 26 de septiembre.

REQUISITOS PARA LA MATRÍCULA

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

SALUD Y BIENESTAR

(Del 1 de octubre al 27 de junio)

YOGA CLÁSICO

Facilita: Ceferino Sánchez Rueda

Cupo: 10 personas por grupo. Dos sesiones semanales.
Sesiones de 55 minutos. Trimestral.

GRUPO I. 🕒 Lunes y jueves de 10:30 a 11:25h.

GRUPO II. 🕒 Martes y viernes de 11:30 a 12:25h.

Pago único	Socio/a+: 188,10 €	No Socio/a: 259,35 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 66 €	No Socio/a: 91 €

YOGA INTEGRAL

Facilita: Carmen García García

Cupo: 10 personas por grupo

Dos sesiones semanales. Sesiones de 55 minutos.
Trimestral.

GRUPO I. 🕒 Martes y jueves de 09:30 a 10:25h.

GRUPO II. 🕒 Martes y jueves de 10:30 a 11:25h.

Pago único	Socio/a+: 188,10 €	No Socio/a: 259,35 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 66 €	No Socio/a: 91 €

GRUPO III. 🕒 Martes de 17 a 18:30h.
(1 sesión semanal de 90 minutos).

Pago único	Socio/a+: 142,50 €	No Socio/a: 193,80 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 50 €	No Socio/a: 68 €

¡Importante!: Posibilidad de sesiones de 90 minutos (2 sesiones semanales). Infórmate en la oficina de tu sede. (Advertencia: La cuota aumenta un 50%)

MINDFULNESS. ATENCIÓN PLENA Y MEDITACIÓN

Facilita: Martín Martínez Valera

Cupo: 12 personas. Dos sesiones semanales. Sesiones de 55 minutos. Cuatrimestral.

🕒 De octubre a enero. Miércoles y viernes de 12 a 13h.

Pago único:	Socio/a+: 58 €	No Socio/a: 75 €
-------------	----------------	------------------

PILATES

Facilita: Sandra Ursuguia Blanco

Cupo: 12 personas por grupo. Dos sesiones semanales.
Sesiones de 55 minutos. Trimestral.

GRUPO I. 🕒 Lunes y miércoles. De 10 a 10:55h

GRUPO II. 🕒 Lunes y viernes de 11 a 11:55h

GRUPO III. 🕒 Lunes y jueves de 12.00 a 12:55h.

GRUPO IV. 🕒 Lunes y jueves de 17:30 a 18:25h.

GRUPO V. 🕒 Lunes y jueves de 18:30 a 19:25h.

Pago único	Socio/a+: 188,10 €	No Socio/a: 259,35 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 66 €	No Socio/a: 91 €

TAI CHÍ

Facilitan: Francisca Benito Palma y Martín Martínez Valera.

Cupo: 12 personas por grupo. Dos sesiones semanales.
Sesiones de 55 minutos. Trimestral.

Tai Chí. GRUPO I. 🕒 Lunes y jueves de 16:30 a 17:25h.

Tai Chí. GRUPO II. 🕒 Lunes y jueves de 17:30 a 18:25h.

Chi Kung (Qigong). 🕒 Lunes y jueves de 18:30 a 19:25h.

Pago único	Socio/a+: 188,10 €	No Socio/a: 259,35 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 66 €	No Socio/a: 91 €

DANZA ORIENTAL PARA EL BIENESTAR

Facilita: Alejandra Palacio Montejo

Cupo: 10 personas por grupo. Dos sesiones semanales.
Sesiones de 55 minutos. Trimestral.

GRUPO I. 🕒 Martes y jueves de 10:30 a 11:25h.

Pago único	Socio/a+: 228 €	No Socio/a: 296,40 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 80 €	No Socio/a: 104 €

GRUPO II. 🕒 Martes de 17 a 18:25h.

(una sesión semanal de 90 min)

Pago único	Socio/a+: 171 €	No Socio/a: 222,30 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 60 €	No Socio/a: 78 €

MARCHA NÓRDICA **NUEVO**

Facilita: Cielo Santiago Allegue

Cupo: 15 personas. Dos sesiones semanales.

1 hora y media por sesión. Trimestral.

🕒 Lunes y miércoles de 10:30 a 12h.

Pago único	Socio/a+: 188,10 €	No Socio/a: 259,35 €
------------	--------------------	----------------------

Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 66 €	No Socio/a: 91 €
------------------	----------------	------------------

BAILES DE SALÓN, LATINO Y EN LÍNEA

Facilita: Sonia Sánchez Díaz

Cupo: 16 personas por grupo . Una sesión continua semanal de 1 hora y media a 2 horas. Trimestral.

Baile de salón. Intermedio (con experiencia).

🕒 Viernes de 17 a 19h.

Baile de salón. Iniciación. 🕒 Miércoles de 11 a 12:30h.

Pago único	Socio/a+: 199,50 €	No Socio/a: 259,35 €
------------	--------------------	----------------------

Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 70 €	No Socio/a: 91 €
------------------	----------------	------------------

ESTIMULACIÓN COGNITIVA

Facilita: Marina Gurría Valverde

Cupo: 20 personas

1 sesión semanal de 1 hora y media. Trimestral.

🕒 Del 1 de octubre al 19 de junio. Lunes de 10 a 11:30h.

Pago único	Socio/a+: 91,2 €	No Socio/a: 176,70 €
------------	------------------	----------------------

Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 32 €	No Socio/a: 62 €
------------------	----------------	------------------

*Precios ya rebajados para socias y socios (50%). Rebaja para participantes no asociados (25%).

GESTIÓN EMOCIONAL

Facilita: Marina Gurría Valverde

Cupo: 20 personas

1 sesión semanal de 1 hora y media. Trimestral.

🕒 Del 1 de octubre al 19 de junio. Lunes de 11:30 a 13h.

Pago único	Socio/a+: 91,2 €	No Socio/a: 176,70 €
------------	------------------	----------------------

Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 32 €	No Socio/a: 62 €
------------------	----------------	------------------

*Precios ya rebajados para socias y socios (50%). Rebaja para participantes no asociados (25%).

ARTE Y RE-CREACIÓN

INTRODUCCIÓN Y APRENDIZAJE DE LA TÉCNICA DE PINTURA A LA ACUARELA

Facilita: M. Eva Palacios Ruisánchez

Cupo: 15 personas. 1 sesión semanal. Dos horas por sesión. Trimestral. (Materiales a cargo del alumnado)

GRUPO Iniciado.

🕒 De octubre a junio. Martes de 17 a 19h.

GRUPO Inicial.

🕒 De octubre a junio. Miércoles de 17 a 19h

Pago único	Socio/a+: 190,95 €	No Socio/a: 247,95 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 67 €	No Socio/a: 87 €

DIBUJO ARTÍSTICO

Facilita: Carlos López Terán

Cupo: 15 personas. 1 sesión semanal. Dos horas por sesión. Trimestral. (Materiales a cargo del alumnado)

GRUPO Inicial.

🕒 De octubre a junio. Jueves de 9:30h a 11:30.

GRUPO Iniciado.

🕒 De octubre a junio. Jueves de 11:30 a 13:30 h.

Pago único	Socio/a+: 190,95 €	No Socio/a: 247,95 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 67 €	No Socio/a: 87 €

TALLER DE NARRACIÓN ORAL: Y TÚ, ¿QUÉ CUENTAS?

Facilita: Marta San Román Gil

Cupo: 12 personas

1 sesión semanal. 1 hora y media por sesión.

🕒 De octubre a enero. Martes de 11:30 a 13h. (15 sesiones)

Pago único	Socio/a+: 65 €	No Socio/a: 85 €
------------	----------------	------------------

LABORATORIO ESCÉNICO. TALLER DE TEATRO

Facilita: Carlos Peguero Pérez.

Cupo: 12 personas.

1 sesión semanal. 2 horas por sesión. Trimestral.

🕒 Miércoles de 16:30 a 18:30h. Trimestral.

Pago único	Socio/a+: 233,70 €	No Socio/a: 304,95 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 82 €	No Socio/a: 107 €

TALLER DE ARTES PLÁSTICAS Y CREATIVIDAD **NUEVO**

Facilita: Julia García López

Cupo: 15 personas. 1 sesión semanal. 1 hora y media por sesión. Cuatrimestral. Materiales a cargo del alumnado.

🕒 De octubre a enero. jueves de 11 a 12:30h.

Pago único	Socio/a+: 65 €	No Socio/a: 85 €
------------	----------------	------------------

TALLER DE INICIACIÓN AL AJEDREZ **NUEVO**

Facilita: Enrique Tejedor Fuente

Cupo: 16 personas

1 sesión semanal. 1 hora y media por sesión.

🕒 De octubre a junio. Martes de 11 a 12:30h. Trimestral.

Pago único	Socio/a+: 190,95 €	No Socio/a: 247,95 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 67 €	No Socio/a: 87 €

TALLER DE CREACIÓN POÉTICA **NUEVO**

Facilita: Sara Martínez Ruiz

Cupo: 16 personas

1 sesión semanal. 1 hora y media por sesión.

De octubre a junio. Lunes de 17 a 18:30h. Trimestral.

Pago único	Socio/a+: 190,95 €	No Socio/a: 247,95 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 67 €	No Socio/a: 87 €

AULA DE IDIOMAS

LENGUA FRANCESA PARA LA VIDA COTIDIANA (CON PROFESORA NATIVA)

Facilita: Aurelie Argento | Cupo: 16 personas

1 sesión semanal. 1 hora y media horas por sesión.

Trimestral. De octubre a junio.

GRUPO intermedio, con experiencia.

🕒 Miércoles de 10 a 11:30h.

GRUPO principiante, iniciación y desde 0.

🕒 Miércoles de 11:40 a 13:10h.

Pago único	Socio/a+: 185,25 €	No Socio/a: 242,25 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 65 €	No Socio/a: 85 €

LENGUA INGLESA PARA LA VIDA COTIDIANA

Facilita: Sara Gómez-Mora Castro

Cupo: 16 personas.

1 sesión semanal. 1 hora y media horas por sesión.

Trimestral. De octubre a junio

🕒 GRUPO principiante, iniciación y desde 0. lunes de 11:40 a 13:10h.

GRUPO elemental con experiencia.

🕒 Lunes de 10 a 11:30h.

Pago único	Socio/a+: 185,25 €	No Socio/a: 242,25 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 65 €	No Socio/a: 85 €

ENGLISH COFFEE. CONVERSACIÓN EN INGLÉS. NIVEL INTERMEDIO

Facilita: Sara Gómez Mora-Castro

Cupo: 10 personas por grupo. 1 sesión semanal. 1 hora y media horas por sesión. Trimestral.

🕒 De octubre a junio. Miércoles de 10 a 11:30h.

Pago único	Socio/a+: 185,25 €	No Socio/a: 242,25 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 65 €	No Socio/a: 85 €

LENGUA INGLESA. AVANZADO (CON PROFESOR NATIVO)

Facilita: Daniel Llewellyn

Cupo: 16 personas. 1 sesión semanal. 1 hora y media horas por sesión. Trimestral.

🕒 De octubre a junio. Lunes de 10 a 11:30h.

Pago único	Socio/a+: 185,25 €	No Socio/a: 242,25 €
Pago en 3 cuotas	Socio/a+: 65 €	No Socio/a: 85 €

TICS

TALLER DE NARRATIVA DOCUMENTAL CON UN TELÉFONO MÓVIL **NUEVO**

Facilita: Carlos López Terán | Cupo: 16 personas

1 sesión semanal. 1 hora y media por sesión. Cuatrimestral.

De octubre a enero y de febrero a mayo.

🕒 Miércoles de 10 a 11:30h.

Pago único	Socio/a+: 123,5 €	No Socio/a: 161,5 €
Pago en 2 cuotas.	Socio/a+: 65 €	No Socio/a: 85 €

HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES ARTE

HISTORIA(S) DEL ARTE Y EL CUERPO (TRIMESTRAL) **NUEVO**

Facilita: Marta Mantecón | Cupo: 20 personas

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Trimestral.

🕒 De octubre a diciembre. Lunes de 18:30 a 19:30h.

Pago único	Socio/a+: 43 €	No Socio/a: 56 €
------------	----------------	------------------

EL RENACIMIENTO ITALIANO. PARADIGMA DEL ARTE HUMANISTA OCCIDENTAL **NUEVO**

Facilita: Patricia Asúa de la Torre | Cupo: 20 personas

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Cuatrimestral.

🕒 De octubre a enero. Martes de 17:30 a 18:30h.

EL MUSEO DEL PRADO. TRÁNSITO POR EL TESORO PÚBLICO DE LA CONSERVACIÓN DEL ARTE **NUEVO**

Facilita: Patricia Asúa de la Torre / Cupo: 20 personas
1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Cuatrimestral.

🕒 De octubre a enero. Martes de 18:40 a 19:40h.

PRIMERAS VANGUARDIAS. LA RUPTURA DEL CANON (PARTE I) **NUEVO**

Facilita: Patricia Asúa de la Torre / Cupo: 20 personas.
1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Cuatrimestral.

🕒 De octubre a enero. Jueves de 17:30 a 18:30h.

PRIMERAS VANGUARDIAS. LA RUPTURA DEL CANON (PARTE II) **NUEVO**

Facilita: Patricia Asúa de la Torre / Cupo: 20 personas
1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Cuatrimestral.

🕒 De febrero a mayo. Jueves de 17:30 a 18:30h.

QUERIDAS VIEJAS. MUJERES ARTISTAS DEL SIGLO XX. (PARTE I)

Facilita: Patricia Asúa de la Torre / Cupo: 20 personas
1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Cuatrimestral.

🕒 De octubre a enero. Jueves de 18:40 a 19:40h.

QUERIDAS VIEJAS. MUJERES ARTISTAS DEL SIGLO XX. (PARTE II)

Facilita: Patricia Asúa de la Torre / Cupo: 20 personas
1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Cuatrimestral.

🕒 De febrero a mayo. Jueves de 18.40 a 19:30h.

EL RENACIMIENTO EN ESPAÑA. TRANSICIÓN, EVOLUCIÓN Y ESTILO ÚNICO **NUEVO**

Facilita: Patricia Asúa de la Torre / Cupo: 20 personas
1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Cuatrimestral.

🕒 De febrero a mayo. Martes de 17:30 a 18:30h.

DIEGO VELÁZQUEZ. EL DOMINIO DE LA LUZ DE UN ARTISTA IRREPETIBLE **NUEVO**

Facilita: Patricia Asúa de la Torre / Cupo: 20 personas
1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Cuatrimestral.

🕒 De febrero a mayo. Martes de 18:40 a 19:30h.

CUOTAS MONOGRÁFICOS PATRICIA ASÚA

Seminarios: Queridas Viejas I + II. / Renacimiento Italiano + español. / Primeras Vanguardias I + II. / El Museo del Prado + Diego Velázquez.

- SEMINARIO COMPLETO -

Socio/a+: 110,20 € No Socio/a: 146,30 €

- MONOGRÁFICO -

Socio/a+: 58 € No Socio/a: 77 €

HISTORIA

HISTORIA DEL SIGLO XX

Facilita: Carlos Collazo De la Fuente / Cupo: 20 personas
1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Trimestral.

🕒 De octubre a junio. Miércoles de 17 a 18h.

HISTORIA DEL MUNDO CONTEMPORÁNEO. LA SEGUNDA MITAD DEL S. XX.

🕒 De octubre a diciembre. Miércoles de 17 a 18h.

HISTORIA CONTEMPORÁNEA DE ESPAÑA, LA SEGUNDA MITAD DEL S. XX.

🕒 De enero a marzo. Miércoles de 17h a 18h.

HISTORIA DEL MUNDO ACTUAL: PROCESOS NACIONALES E INTERNACIONALES DEL S. XXI.

🕒 De abril a junio. Miércoles de 17h a 18h.

- SEMINARIO COMPLETO -

Socio/a+: 122,55 € No Socio/a: 159,60€

- MONOGRÁFICO -

Socio/a+: 43 € No Socio/a: 56 €

EMPERADORES ROMANOS: VERDADES Y MITOS DE UNA HISTORIA FASCINANTE **NUEVO**

Facilita: Víctor Arminio Escobar | Cupo: 20 personas
1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Trimestral.

🕒 De octubre a junio. Martes de 17:30 a 18:30h.

De octubre a diciembre. Los orígenes de Roma:
Monarquía y República

- De enero a marzo. La gran Roma imperial
- De abril a junio. Decadencia y fin del Imperio Romano.

- SEMINARIO COMPLETO -

Socio/a+: 122,55 € No Socio/a: 159,60 €

- MONOGRÁFICO -

Socio/a+: 43 € No Socio/a: 56 €

¡AQUÍ HAY MANDOBLE! HISTORIA MEDIEVAL ENTRE MITOS, COTILLEOS Y CONQUISTAS **NUEVO**

Facilita: Iñaki Lecuna Ruiz | Cupo: 20 personas
1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora.

De octubre a enero (Parte I). De febrero a mayo (Parte II).

🕒 Cuatrimestral. Lunes de 18:30 a 19:30h.

- SEMINARIO COMPLETO -

Socio/a+: 110,20 € No Socio/a: 146,30 €

- MONOGRÁFICO -

Socio/a+: 58 € No Socio/a: 77 €

PREHISTORIA. CUEVAS Y ABRIGOS: 30.000 AÑOS DE EVOLUCIÓN DE LA EXPRESIÓN GRÁFICA EN EL ARTE PALEOLÍTICO **NUEVO**

Facilita: Iván Díaz San Millán

Cupo: 20 personas

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Cuatrimestral.

🕒 De octubre a enero. Viernes de 10:30 a 11:30h.

Socio/a+: 58 € No Socio/a: 77 €

ETNOGRAFÍA Y FOLCLORE. MITOLOGÍA CÁNTABRA A PARTIR DE LAS HISTORIAS ORALES Y ESCRITAS **NUEVO**

Facilita: Iván Díaz San Millán | Cupo: 20 personas

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora. Cuatrimestral.

🕒 De octubre a enero. Viernes de 11:40 a 12:40h.

Socio/a+: 58 €

No Socio/a: 77 €

CAMINOS DE VIDA: RUTAS Y SENDEROS A TRAVÉS DEL PATRIMONIO NATURAL DE CANTABRIA (CUATRIMESTRAL)

Facilita: Jesús García Díaz | Cupo: 20 personas

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora.

De octubre a enero y de febrero a mayo. Cuatrimestral.

🕒 Martes de 17 a 18h.

- MONOGRÁFICO (2 CUATRIMESTRES) -

Socio/a+: 110,20 € No Socio/a: 146,30 €

- MONOGRÁFICO -

Socio/a+: 58 €

No Socio/a: 77 €

GENEALOGÍA Y HERÁLDICA **NUEVO**

Facilita: Carlos Argüeso Seco | Cupo: 20 personas

1 sesión semanal. Sesiones de 1 hora y media. Trimestral.

🕒 De octubre a diciembre. Lunes de 17 a 18:30h.

Socio/a+: 65 €

No Socio/a: 85 €

DISFRUTA DE LA MÚSICA CLÁSICA, COMPRENDIÉNDOLA

(+ módulo Lenguaje musical opcional)

Facilita: María José Berrazueta Gómez | Cupo: 20 personas

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora.

De noviembre a febrero y de marzo a junio. Cuatrimestral.

- Disfruta la música + lenguaje musical.

🕒 Martes de 10 a 11.30h.

- Disfruta la música sin lenguaje musical.

🕒 Martes de 10.30 a 11.30h.

- SEMINARIO COMPLETO (2 CUATRIMESTRES) -

Socio/a+: 110,20 € **No Socio/a: 146,30 €** **Pago por monográfico**
 - MONOGRÁFICO - **Socio/a+: 58 €** **No Socio/a: 77 €**
 - SEMINARIO COMPLETO + Lenguaje Musical (2 cuatrimestres)
Socio/a+: 150,10 € **No Socio/a: 188,10 €**
 - MONOGRÁFICO - + Lenguaje Musical (cuatrimestre)
Socio/a+: 79 € **No Socio/a: 99 €**

CINE. LAS FORMAS Y EL ESTILO CINEMATOGRAFICO

Facilita: José Luis Pérez Trespalacios

Cupo: 20 personas

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora y media.

🕒 De octubre a junio. Viernes de 18:30 a 20h.

Socio/a+: 112 € **No Socio/a: 146 €**

LAS SINSOMBRERO: CONCHA MÉNDEZ. UNA MUJER MODERNA **NUEVO**

Facilita: Nacho Hevia / **Cupo: 20 personas**

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora.

- MONOGRÁFICO TRIMESTRAL -

🕒 De octubre a diciembre. Jueves de 17 a 18h.

Socio/a+: 43 € **No Socio/a: 56 €**

CUADERNO DE BITÁCORA: INTRODUCCIÓN A LA FILOSOFÍA DE LA CULTURA **NUEVO**

Facilita: Xavier Gabarró Díaz / **Cupo: 20 personas**

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora.

- MONOGRÁFICO CUATRIMESTRAL -

🕒 De octubre a enero. Martes de 18 a 19:15h.

Socio/a+: 58 € **No Socio/a: 77 €**

TEATRO BRITÁNICO Y NORTEAMERICANO A TRAVÉS DE SUS TEXTOS Y EL CINE **NUEVO**

Facilita: Francisco Javier Fernández Ruiz

Cupo: 22 personas.

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora

🕒 De octubre a enero. Cuatrimestral. Martes de 18 a 19h.

Socio/a+: 58 € **No Socio/a: 77 €**

VIAJES LITERARIOS VIRTUALES POR LAS CAPITALES DEL MUNDO MODERNO: NORTEAMÉRICA **NUEVO**

Facilita: Alejandro Arozamena Coterillo

Cupo: 20 personas

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora

Cuatrimestral. De octubre a enero.

🕒 Miércoles de 18:15 a 19:15h.

Socio/a+: 58 €

No Socio/a: 77 €

(AVANCE) ACTIVIDADES A PARTIR DEL SEGUNDO TRIMESTRE:

(TICS) AUTONOMÍA CON EL MÓVIL. NUEVAS TECNOLOGÍAS PARA LA VIDA COTIDIANA (CUATRIMESTRAL)

Facilita: Aníbal García Cobo / Cupo: 16 personas

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora y media.

🕒 De febrero a mayo. Jueves de 17:30 a 19h.

Socio/a+: 63 €

No Socio/a: 80 €

(BIENESTAR Y SALUD) TALLER: PSICOLOGÍA PARA TU CALIDAD DE VIDA **NUEVO**

Facilita: Silvia Castillo Castillo / Cupo: 15 personas.

1 sesión por semana. Sesiones de 1 hora.

De enero a marzo (11 sesiones).

🕒 Lunes de 17:30h a 18:30h.

Socio/a+: 43 €

No Socio/a: 56

(ARTE Y RECREACIÓN) TALLER: HUERTOS (URBANOS) ECOLÓGICOS. (TRIMESTRAL) 10 SESIONES **NUEVO**

Facilita: Luis González Martínez / Cupo: 20 personas

1 sesión semanal. 1 hora y media por sesión.

🕒 De enero a marzo. Miércoles de 10:30 a 12:00h.

Socio/a+: 65 €

No Socio/a: 85 €

DESMONTANDO LA HISTORIA DEL ROCK: 60'S Y 70'S (CUATRIMESTRAL) **NUEVO**

Facilita: Iñaki Lecuna Ruiz

Cupo: 20 personas.

1 sesión semanal. 1 hora por sesión.

🕒 De febrero a mayo. Miércoles de 18 a 19:30h.

Socio/a+: 65 €

No Socio/a: 85 €

¡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 TORRELAVEGA

HORARIO DE ATENCIÓN AL PÚBLICO:

Junio. Mañanas y tardes de 9:30 a 14h y de 16:30 a 19h.

Primera quincena de julio: Mañanas de 9:30 a 14h.

Primera quincena de septiembre: Mañanas de 9:30 a 14h.

Segunda quincena de septiembre:

Mañanas y tardes de 9:30 a 14h y de 16:30 a 19h.

Tel. de contacto y whatsapp: 683 13 33 70

Correo electrónico: torrelavega@unate.es

Dirección oficina: Calle Joaquín Hoyos, 16, 2ª planta.

**Información más detallada de los cursos, talleres
y propuestas en:**

www.unate.es/torrelavega/cursos

Con el apoyo de:



**AYUNTAMIENTO
TORRELAVEGA**
CONCEJALÍA DE
EDUCACIÓN Y CULTURA

**GRUPO SOCIAL
UNATE**