



CEPRAM

Programa FAMaC

CURSOS 2023

CEPRAM HACE BIEN

Estas palabras son para cada una y cada uno de quienes formamos esta comunidad que es el CEPRAM.

A quienes confiaron y nos ayudaron generosamente a sostenernos en esta larga crisis.

A quienes han vuelto a celebrar los encuentros y habitar la casa.

A quienes desean regresar el año próximo.

A quienes aún no están listos para volver o transitan otros caminos.

A la memoria de quienes hemos perdimos en este tiempo y siempre estarán presentes en nuestros corazones.

Cada integrante de esta comunidad, cada familia, la humanidad entera hemos sorteando años difíciles, llenos de incertidumbre, de miedos, de pérdidas, de ansiedades y nuevos aprendizajes. Sin embargo, el año que dejamos atrás iniciamos los reencuentros; volvimos a salir y comenzamos a reconstruir nuevas rutinas, nuevas realidades. Como decía Don Quijote: *“Sábetete, Sancho, que todas estas borrascas que nos suceden son señales de que presto ha de serenar el tiempo y han de sucedernos bien las cosas; porque no es posible que el mal ni el bien sean durables, y de aquí se sigue que, habiendo durado mucho el mal, el bien esté ya cerca”*.

En el año que termina disfrutamos la alegría de los reencuentros; celebramos la vida; ampliamos aulas; recuperamos nuestro patio; renovamos la biblioteca dándole más luz y amplitud; almorzamos y cafeteamos alrededor de las mesas de nuestro ampliado y renovado Resto-Bar 430. El CEPRAM volvió a vivir llenándose de risas, clases, abrazos, miradas, música. ¡Estamos contentos y muy agradecidos! Expectantes por un nuevo año lectivo que

hoy los invitamos a recorrer juntos.

Les damos la bienvenida a un nuevo año en el CEPRAM.

Con vuestra ayuda y presencia seguiremos creciendo y trabajando por el bienestar en todas sus dimensiones: psíquico, espiritual, social y también de nuestro cuerpo que fue tan castigado e inmovilizado. Recuperaremos el “viejo bar” y su patio para poder allí sumar y darles un lugar más amplio, cómodo y apropiado a las actividades de taller y a las que están directamente relacionadas a nuestro bienestar físico: bailar, cuidar de nuestro cuerpo, gimnasia funcional, personalizada en pequeñísimos grupos. Podremos hacer teatro, tai chi, yoga, folklore, diseñar y prácticas coreografías, hacer artesanía como mosaiquismo. Y todos los cursos tendrán más espacios. Gracias a vuestro apoyo recuperaremos un lugar recoleto casi íntimo rodeado de jazmines y buena onda. Seguiremos caminando juntos, cultivando la amistad, aprendiendo, viajando, practicando otras lenguas, escribiendo, cantando, disfrutando de la música, las artes plásticas y visuales; reflexionando sobre cine, literatura y psicología, mejorando nuestras competencias cognitivas y dominando de a poco el mundo digital. Seguiremos apoyándonos, intentando estar mejor y ser felices en nuestra casa. Nuestros esfuerzos renovados, la ayuda recibida y la comunidad que conformamos nos invitan a seguir trabajando con esperanza y buena energía. En 2023 sumemos, invitemos y sigamos haciéndonos bien; porque el **CEPRAM HACE BIEN.**

¡Nos vemos el próximo año!

Carla Arónica

Directora del CEPRAM

Conocé a nuestros profesores

Hacé click en el enlace y conocé a los profesores que dictarán clases en el CEPRAM

Sobre el CEPRAM

Nuestra misión es promover el bienestar psicológico y social de los adultos mayores y sus condiciones de ciudadanía. Creemos que la educación permanente, la cultura y la participación son las mejores herramientas para trabajar a favor del bienestar personal y la integración social.

Nuestra acción está dirigida a:

PONER en valor la experiencia y el capital cultural y social de los mayores en el entorno familiar y en el espacio social

TRABAJAR por la construcción de una nueva representación social de los mayores desde un rol activo.

POTENCIAR sus capacidades y trabajar preventivamente sobre las amenazas del proceso de envejecimiento, brindando oportunidades para continuar con el desarrollo personal y contención emocional ante procesos de crisis vitales y accidentales.

INVESTIGAR, generar y difundir conocimientos sobre la problemática evolutiva después de los 50 años.

¡Nuestros alumnos opinan!

Hacé clic en el enlace [y enterate qué opinan nuestros alumnos del CEPRAM. ¡Formá parte de la comunidad cepranera!](#)



Si te inscribís en diciembre 2022

Inscripción: \$4000

Mes de marzo: \$4000

Total: \$8000

Si te inscribís en febrero 2023

Inscripción: \$4800

Mes de marzo: \$4800

Total: \$9600

Inscripciones

28 de noviembre al 15 de diciembre 2022

6 al 23 de febrero 2023

Inicio de clases

6 de Marzo 2023

Final primer cuatrimestre

29 de junio 2023

Receso invernal

De acuerdo al calendario escolar

Fin del ciclo lectivo

30 de noviembre

Atención:

Lunes a jueves de 9 a 19hs

David Luque 430 (B° Gral Paz)

Tel. Fijo: 4533471

Whatsapp: 3518183922

cepramcordoba@gmail.com

Bienestar psicológico



*Siguiendo el título de cada curso, encontrarás la modalidad:
(A) Anual / (C) Cuatrimestral*

PSICOLOGÍA DESDE EL ARTE Y EL HUMOR (A)

Gastón Moisset de Espanés y
Rodrigo Rapela

Lunes 11hs. (111)

El arte y el humor nos permitirán acercarnos a la complejidad del ser humano articulando conceptos de la psicología profunda con música, textos y películas.

CREATIVIDAD Y VITALIDAD (A)

Eugenia Zalazar

Lunes 15:30hs. (107)

La creatividad manifiesta la vitalidad humana. Es una cualidad innata a todo ser humano, no un rasgo de algunos pocos o que poseen sólo los artistas. Siempre podemos continuar desarrollándola. Su comprensión y desarrollo será nuestra tarea.

EL LENGUAJE NO VERBAL (C)

Santiago Fernández

Lunes 11:15hs. (127)

Aprenderemos a reconocer las señales emocionales de los demás y las propias, para entendernos y poder entender también el medio que nos rodea.

EL ARTE DE LAS CARTAS (A)

Eugenia Zalazar

Lunes 18hs. (113)

Un recorrido por el universo de los intercambios por correspondencia, a través de la literatura, el cine y la lectura de cartas famosas. Además, para tomar cartas en el asunto, desarrollaremos una recuperación de prácticas vinculadas al mundo de las cartas, con juegos de escritura.

MÁS ALLÁ DE LA ANSIEDAD (A)

Mariam Badrán

Martes 18hs. (112)

¿Qué hacer cuando los estados de ansiedad y angustia se convierten en un miembro más de nuestra familia? A través de los aportes de la psicología, encontraremos las herramientas necesarias para abordar esta temática tan cotidiana.

LAS COSAS DE LA VIDA (A)

Carla Arónica

Martes 18hs. (102)

Miércoles 18hs. (115)

Haremos un amoroso y constructivo recorrido por las diferentes circunstancias de la vida, esas cosas que todos vivimos alguna vez, evaluando aprendizajes posibles y todo el abanico de oportunidades para crecer aún más.

LUZ, CÁMARA, PSICOLOGÍA (A)

Andrés Urrutia

Martes 11:15hs. (103)

Abordaremos temas centrales de la psicología en general y del desarrollo y la condición humana en particular. 1) Niñeces, infancias y cine 2) Parejas de hermanos, hermanas, parentales y sexuales 3) Soledades y 4) Vivir en comunidad. Lo haremos a través del análisis de películas luminosas de directores que ilustran en la comprensión de estos conflictos y vicisitudes humanas. Serán clases magistrales, las películas se proyectarán a las 9:00hs, con la posibilidad de verlas en su casa.

PSICOLOGÍA A TRAVÉS DE VIDAS Y OBRAS DE AUTORES LATINOAMERICANOS (A)

Gastón Moisset de Espanés

Martes 11:15hs. (108)

En este curso reflexionaremos sobre psicología del desarrollo, las etapas de la vida con sus mieles y sus hieles, los vínculos amorosos/odiosos que nos constituyen y la desafiante tarea de construir una identidad singular. Nos apoyaremos en las historias de vida y en obras de autores latinoamericanos como Pablo Neruda, Gabriel García Márquez e Isabel Allende entre otros.

CURSO DE JARDINERÍA (C)

Alejandro Hernández

Martes 13:20hs. (125)

Cómo armar el jardín, cómo cuidar de las plantas, que plantas elegir según el lugar, que tierra o enmienda orgánica utilizar y cómo evitar las plagas.

HISTORIAS MÍNIMAS Y EXTRAORDINARIAS: SABERES ORALES TRADICIONALES (A)

Inés Sesma y Rodrigo Rapela

Martes 9hs. (101)

Una receta que se transmite de generación en generación. Un secreto para el cuidado de las plantas. Celebraciones y rituales de antaño. Modos para llevar adelante una pareja y una familia. Las tradiciones y expresiones orales sirven para recuperar, reivindicar y transmitir saberes, conocimientos y valores culturales, sociales y personales. Nos proponemos evocar prácticas y conocimientos que cada persona trae consigo, para ponerlas en valor y así, aportar al fortalecimiento de la identidad individual y colectiva.

REFLEXIONAR, COMPRENDER, CONVERSAR (A)

Andrés Urrutia

Martes 15hs. (105)

Con ejercicios y clases magistrales, abordaremos conceptos como la intuición, la creatividad, la sabiduría, la regulación de las emociones que se expresan en nuestra vida cotidiana, a través de conversaciones que nos ayudan a acercarnos entre nosotros, comprendernos y resolver problemas y conflictos interpersonales

DISEÑO DE JARDINES (C)

Alejandro Hernández

Martes 15:30hs. (126)

Conocimientos y herramientas para aprender a armar tu propio jardín Veremos paso a paso: el relevo, el diseño, conoceremos los materiales y por último la ejecución del proyecto.

SUPERPODERES HUMANOS (A)

Carla Arónica

Miércoles 11:15hs. (106)

Vamos a conocer y explorar los poderes más humanos: amor, intención, atención, fuerza, pensamientos, alegría, comunicación, esperanza y amistad y en ese recorrido, sabremos de que estamos hechos.

CONVERSACIONES SOBRE LA AMISTAD (A)

Raquel Sans

Miércoles 11:15hs. (114)

Analizaremos la necesidad humana de compartir y disfrutar de las amistades para confiar en ellas, compartir paseos, espectáculos y situaciones personales que la enriquezcan con la ayuda mutua y la amistad sincera.

AUTOESTIMA Y BIENESTAR (C)

Marcela Urrutia

Jueves 9hs. (104)

Una propuesta para mejorar nuestra autoestima. Debemos abrir puertas, andar nuevos caminos, experimentar, cambiar reglas, romper prejuicios y sin importar qué pasó ayer, hay que decirle a la vida: "Aquí voy de nuevo". ¡Anímate, aprendamos juntos!

DICIENDO Y HACIENDO (A)

Carla Arónica

Jueves 11:15hs. (116)

¿Cómo construir bienestar?
¿Cómo empezar a vivir la vida que siempre quisimos? Un poco de teoría, bastante de práctica. Un curso donde ponemos manos a la obra y nos enfocamos en los cambios que queremos, para sentirnos mejor, para vincularnos adecuadamente, para vivir más sano (técnicos de PNL, liberación emocional)

MINDFULNESS: NIVEL 1 (A)

Griseida Rocha

Jueves 18hs. (109)

Mindfulness es una herramienta personal en la que aprendemos a contemplar de manera diferente lo que nos sucede diariamente y, en consecuencia, nos relacionamos de un modo más consciente, saludable y atento con nuestra propia vida.

MINDFULNESS: NIVEL 2 (A)

Griseida Rocha

Jueves 15:30hs. (110)

La vida se va haciendo a cada paso y somos nosotros quienes le imprimimos el rumbo que queremos que ella siga. es por eso que seguiremos en los caminos del mindfulness profundizando conceptos de la mano del budismo y sus enseñanzas.



PAD | PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO DIGITAL



Un programa diseñado para brindarte autonomía y seguridad en el manejo de celular o computadora. A través de tutorías individuales con profesores especializados.

¿Para quiénes está dirigido el PAD?

Está dirigido a quienes no manejan ninguna tecnología informática o para quienes tengan manejo, pero necesitan apoyo y acompañamiento particular para tareas cotidianas

¿Cómo es el acompañamiento digital?

Profesores especializados te acompañan y enseñan de forma personalizada en función de tus dificultades, intereses y necesidades específicas .

Encuentros semanales de una hora en el CEPRAM y/o a domicilio.

Para coordinar turnos o consultar modalidades, ponete en contacto con **Rocío Villagra: 3512456243**

TECNOLOGÍAS PARA SIMPLIFICAR LA VIDA (C)

Rocío Villagra

Lunes 18hs. (214)

Aprenderemos a buscar las boletas de impuestos y servicios, sacar turnos, hacer trámites, a fin de ganar tiempo y tener la mejor información a nuestro alcance, aprovechando las herramientas y posibilidades que da la tecnología.

CELULAR: REDES SOCIALES (C)

Daniela Buyatti

Martes 15hs. (213)

IncurSIONAREMOS por las diferentes redes sociales. Aprenderemos a generar y subir contenido, a interactuar y adecuar las redes a nuestros intereses.

Reflexionaremos sobre la nueva cultura digital para comprenderla y poder participar.

CONOCIENDO MI CELULAR (C)

Daniela Buyatti

Martes 11:15hs. (211)

Revisaremos las herramientas básicas para poder usar el celular y, sobre todo, perderle el miedo. Avanzaremos en el aprendizaje de diferentes aplicaciones útiles para la vida cotidiana.

COMPUTACIÓN: NIVEL INICIAL (C)

Rocío Villagra

Jueves 18hs. (212)

Dirigido a personas que nunca han utilizado una computadora. Reconoceremos la computadora y sus posibilidades, las herramientas básicas e Internet.

COMPUTACIÓN: REPASO (C)

Rocío Villagra

Jueves 15:30hs. (215)

Para quienes ya realizaron el nivel inicial o manejan básicamente la computadora. Uso de mouse y teclado, correo electrónico, abrir, guardar). Revisaremos los procedimientos para el manejo de textos, carpetas, correo electrónico, búsquedas en la web.

Cognición



Siguiendo el título de cada curso, encontrarás la modalidad:

(A) Anual / (C) Cuatrimestral

EJERCITANDO NUESTRA MENTE CON ARTE DE CÓRDOBA (C)

César Ferrari

Lunes 15:30hs. (121)

Entrenaremos nuestras capacidades intelectuales a través de estrategias y ejercicios basados en la vida y obra de artistas de Córdoba. Desafiaremos nuestra atención, memoria y lenguaje a través de representaciones de nuestro paisaje urbano y natural y conociendo las biografías y momentos de la vida de algunos de nuestros artistas. Así buscaremos estimular nuestra mente y aprender en el proceso una muy pequeña parte del patrimonio cultural de nuestra ciudad.

LA MEMORIA EN LA VIDA COTIDIANA (C)

César Ferrari

Lunes 18hs. (122)

Aprenderemos y practicaremos estrategias para hacer frente a los olvidos cotidianos como no recordar dónde pusimos objetos, el nombre de personas, fechas o la palabra que tenemos en la punta de la lengua, entre los más comunes. Acompañaremos estas estrategias con varios ejercicios que estimulen y desafíen nuestras capacidades intelectuales y conoceremos al mismo tiempo cómo funcionan para tratar de alcanzar mejorar nuestro rendimiento.

ENTRENAMIENTO COGNITIVO PERMANENTE (A)

Gastón Moisses de Espanés

Lunes 15:30hs. (118)

Ejercitaremos la atención, el razonamiento inductivo y nuestras capacidades de fluidez intelectual. Curso destinado a quienes ya han realizado Entrenamiento Cognitivo Nivel I, II, y cursos de estimulación como "Jugar Activamente", y que desean continuar profundizando en tareas desafiantes para nuestras capacidades mentales.

ENTRENAMIENTO INTELECTUAL Y COGNITIVO I (A)

Gastón Moisses de Espanés

Martes 15:30hs. (117)

La inteligencia es una de las capacidades más desafiantes, que se asocia al pensamiento, la creatividad, la capacidad de resolver problemas y el análisis. Entrenaremos nuestro cerebro, resolveremos problemas abstractos, ejercitaremos nuestra capacidad mental, para mantenernos ágiles y con flexibilidad.

JUGAR ACTIVA-MENTE (C)

Paula Corcoba y César Ferrari

Martes 18hs. (123)

A través de juegos queremos generar un espacio para ejercitar diversas funciones cognitivas (memoria, atención, lenguaje, razonamiento, cálculo, orientación espacial, capacidades viso-constructivas). Propondremos estrategias lúdicas, tanto individuales como grupales, que permitan no sólo disfrutar de una actividad placentera sino también optimizar las capacidades mentales que tanto necesitamos en nuestra vida cotidiana.

TALLER DE AJEDREZ (A)

Esteban Spontón

Martes 13:20hs. (130)

Buscamos disfrutar este juego, con sus trucos y sus sutilezas. Y practicarlo es un desafío para nuestra mente, nos obliga a concentrarnos, a realizar cálculos mentales, a tomar decisiones. Semana a semana aprenderemos analizando partidas de los mejores jugadores de la historia, sumando conceptos nuevos que mejoran nuestra comprensión y con ejercicios que nos servirán para decidir nuestras propias movidas. Y, por supuesto, ¡jugamos muchas partidas! (Destinado a quienes ya conocen las reglas básicas de movimiento de las piezas)

TECNOMEMORIA (A)

Pilar Álvarez Ojeda

Nivel 1: **Jueves 9hs. (119)**

Nivel 2: **Jueves 11:15hs. (120)**

A través de ejercicios divertidos de estimulación cognitiva aprenderemos cómo funciona nuestro cerebro y cómo fortalecerlo. Además, aprenderemos a utilizar las herramientas tecnológicas más útiles para beneficiarte de ellas en tu vida diaria.

ENTRENANDO NUESTRA MENTE CON LA FLORA Y LA FAUNA DE CÓRDOBA (C)

César Ferrari

Miércoles 9hs. (124)

Entrenaremos nuestras capacidades intelectuales con ejercicios basados en imágenes, información, relatos, historias y leyendas de la flora y fauna de nuestra Córdoba. Así buscaremos estimular nuestra mente, desafiar nuestra atención, memoria y lenguaje y, en el proceso conocer una pequeña parte de nuestro patrimonio natural.



Bienestar físico

¡Nos ponemos en movimiento! El bienestar físico fue muy afectado por el aislamiento durante la pandemia. **Por eso, desde el CEPRAM, nos hemos esforzado para elaborar una propuesta especial en ésta área.** Recuperamos un espacio en nuestra casa, sumamos actividades para promover el bienestar físico y elaboramos un convenio con la pileta de FITNET para practicar aquagym y/o natación con profes.

PONELE RITMO A TU VIDA (A)

Andrés Gandini

Lunes 15:30hs. (601)

Lunes 18hs. (602)

Martes 11:15hs. (603)

Miércoles 15:30 (604)

Jueves 11:15hs. (605)

Un espacio para divertirse con el ritmo como instrumento y al mismo tiempo aprender bailes típicos de diferentes géneros musicales.



Te anotas en dos horarios (4hs semanales) y **te bonificamos una inscripción**

TAI CHI & QIGONG (CHI KUNG):

¡PONÉ TU ENERGÍA EN MOVIMIENTO! (C)

Carolina Milatich

Miércoles 9hs. (616)

Poné en acción tu energía vital mediante movimientos suaves, fluidos, en combinación con la respiración y atención interna. La práctica continua de estas disciplinas ancestrales chinas, aportan vitalidad, bienestar, mejoras en salud física y emocional

TALLER DE COREOGRAFÍAS

Andrés gandini

Miércoles 13:20hs. (606)

Aprenderemos y ensayaremos coreografías para presentar en distintos eventos.

DANZAS FOLCLÓRICAS ARGENTINAS (A)

Tati Porcel

Miércoles 11:15hs. (610)

Un recreo para el corazón y el alma, para compartir nuestras danzas y nuestro arte nativo de un modo simple y sencillo, pero sobre todas las cosas, con sentimiento, y viajando por los cuatro puntos cardinales de nuestro país a través del baile.

YOGA TRADICIONAL (C)

Guadalupe Sánchez Abchi

Jueves 9hs. (617)

Activar integralmente cada parte de nuestro cuerpo, a partir de movimientos suaves y la respiración consciente, para aumentar y mejorar: flexibilidad, fuerza, postura y relajación interior.



● ● ● ● ● **¡Novedades!** ● ● ● ●



GYM CEPRAM

Gimnasia funcional para la salud

Ejercicio en grupos reducidos para mejorar la calidad de vida, pensado para todas los adultos mayores que quieran mejorar su condición física, **y sobre todo mantener su autonomía.**

Lunes y jueves 13:30 a 14:30hs. (650)

Módulo 2hs semanales (inscripción bonificada)

\$4800 (por mes)



SE HACE CAMINO AL ANDAR: TREKKING (C)

Yohana Figueroa

Martes 18hs. (615)

La actividad física es fundamental para el bienestar del cuerpo y la mente. Realizaremos actividades para la interacción entre pares, y disfrutaremos de caminatas tanto en entornos urbanos como naturales.

¿QUÉ ES BAILAR? MOVIMIENTO PARA EL AUTOCONOCIMIENTO Y EL BIENESTAR CORPORAL (C)

José Guzmán

Martes 9hs. (618)

Reconoceremos y redescubriremos nuestro propio cuerpo, trabajaremos con lo que sentimos, sea dolores, incomodidades o simplemente el deseo de mover. Abordaremos los encuentros a través de ejercicios de diversas prácticas somáticas (Eutonía, Sensopercepción y Fedora), ejercicios para fortalecer la fuerza y la flexibilidad, y por supuesto el movimiento expresivo y la danza.



¡Convenio con la pileta de FITNET!

 **Fitnet.official**

Este año sumamos un convenio con FITNET para facilitar a la comunidad del CEPRAM el acceso a una pileta para practicar aquagym y/o natación con profe. Por ser alumno del CEPRAM accedés a los siguientes descuentos:

20% de descuento sacando un pase mensual (~~\$6500~~ / \$5200) (801)**

30% de descuento sacando un pase trimestral (~~\$22500~~ / \$15600) (802)**

40% de descuento sacando un pase semestral (~~\$45000~~ / \$23400) (803)**

Los precios corresponden al "FULL PASS" podés asistir las veces que quieras, el día que quieras. Dirección: Suipacha 2382 (B° Pueyrredón)

El pase se abona en el CEPRAM / **Precios a diciembre 2022 / *Los precios del pase los ajusta FITNET, no dependen del CEPRAM.*

● ● ● ● ● **¡Novedades!** ● ● ● ●

Cultura y apreciación artística



HABLEMOS DE PALABRAS: PALABRAS PARA PONER, COMPONER Y DISPONER SEMÁNTICA Y ETIMOLOGÍA (A)

Mely Hernández

Lunes 11:15hs. (513)

Nuestra lengua es un océano de palabras plenas de significados y sentidos. Usamos la semántica y la etimología para sumergirnos en lo que nos dice cada una y así comprobar si lo que decimos cuando hablamos es lo que quieren, pueden o deben decir ellas. Juguemos a bucear.

ASTRONOMÍA CON LOS PIES EN LA TIERRA (C)

Armando Mudrik

Martes 18hs. (514)

Astronomía didáctica y recreativa para conocer el cielo desde Córdoba. Haremos observaciones de rasgos y fenómenos celestes, visitaremos observatorios, y conoceremos expresiones culturales ligadas al cielo.

LATINOAMÉRICA: NUESTRA PATRIA GRANDE (CONQUISTA Y COLONIZACIÓN) (A)

Manuel Angel Pascual

Martes 18hs. (501)

Nos introduciremos a la perspectiva de un pensamiento continental situado y autónomo, a través del abordaje introductorio de algunas de las principales visiones críticas de la matriz de pensamiento crítico latinoamericano.

MIRAR LA VIDA CON OTROS OJOS (C)

Maximiliano Sabaini

Martes 15:30hs. (517)

No hay una sola verdad sino tantas como personas cuentan su manera de ver la vida. En este espacio, a partir de la reflexión, el aprendizaje y la comunicación conoceremos diferentes opiniones sobre temas como el conocimiento y desarrollo interior. Se utilizarán actividades lúdicas, juegos y medios visuales, auditivos o gráficos buscando generar la inquietud y la posibilidad de debatir entre los alumnos y el docente.

GRIEGOS, TRAGEDIAS Y COMEDIAS. ¿POR QUÉ? ¿PARA QUÉ? (A)

Mely Hernández

Martes 11:15hs. (512)

El teatro griego - tragedias y comedias - de un lejano s. V (a.C), es un extenso catecismo que responde a muchos interrogantes que aún hoy nos convocan.

"... y constituiré un tribunal para siempre. Vosotros llamad a los testigos y a las pruebas, auxiliares juramentados de Dike, la Justicia." (Esquilo, "Euménides", 458 a.C.)



VIAJANDO SE FORTALECE EL CORAZÓN (A)

Marcela Zapata

Miércoles 9hs. (504)

Haremos un viaje por mes a distintas zonas de la provincia, sumando visitas y paseos a lugares emblemáticos de la ciudad, siguiendo su historia desde lo fundacional hasta el siglo XXI.

QUÉ NOS CUENTAN LAS OBRAS DE ARTE: PINTORES ARGENTINOS Y LATINOAMERICANOS (A)

Susana Rojo

Miércoles 15:30hs. (506)

Bucearemos en las raíces negras y mestizas, en Brasil, México, Ecuador. Recorreremos la obra de Portinari, Tarsila do Amaral, Fría, Rivera, Siqueiros, Orozco, Tamayo, Barros, Carrington, Guayasamin.

MÚSICA DE AQUÍ Y ALLÁ: EN BOCA DE TODOS (A)

Marcos Abalos Luna

Miércoles 18hs. (511)

Conciertos, sinfonías, óperas, sonatas, baladas, canciones...todas las obras guardan diversos secretos propios de su época que serán tratados a lo largo del curso. Realizaremos análisis estilísticos y auditivos de distintos géneros, algunos de los cuales serán interpretados en vivo

LA GASTRONOMÍA: CLAVES PARA EL DISFRUTE (C)

Leo Orellana

Miércoles 18hs. (516)

Sabores, aromas y texturas, ligan recuerdos de encuentros, para hablar, sentir y compartir experiencias. Nos propondremos indagar y profundizar sobre cuestiones relacionadas a este mundo inacabable de sensaciones y su vinculación con la cultura, las familias y la propia biografía. Aprenderemos sobre los productos icónicos del mundo, vinos y maridajes, diferentes estilos de servicios, tendencias y modas actuales, y la historia de atrás de las recetas y la cocina de vanguardia. Trabajaremos en la elaboración de recetas, haremos degustaciones y visitaremos establecimientos gastronómicos.

TALLER DE FILOSOFÍA (C)

Hernán García Romanutti

Miércoles 15:30hs. (515)

Un espacio de conversación escritura para pensar en común algunos problemas clásicos y contemporáneos de la historia de la filosofía en torno al saber, la ética y la política, sobre la naturaleza y la cultura, la historia y nuestras vidas.

QUE NO TE MIENTAN NI TE ENGAÑEN: HISTORIA, PRESENTE Y TRASCENDENCIA DE LA INFORMACIÓN (A)

Manuel Angel Pascual

Miércoles 18hs. (502)

Estamos en un momento nuevo de la historia: Creemos que sabemos más y nunca hemos recordado menos y hemos estado menos seguros de ese saber, por el atiborramiento de datos-información lanzada masivamente donde se mezclan medias verdades con mentiras evidentes, y todo de difícil ejercicio de procesar y deslindar o separar lo falso de lo cierto. Examinando el acontecer cotidiano en el mundo y el historial o background de ese acontecer nos ayudará a saber distinguir lo cierto, lo real evidente y la verdad y, lo principal: a no temer y descartar los miedos que intentan instalar para dominarnos

VIAJANDO POR LOS MUSEOS DEL MUNDO (A)

Milena Venturini

Nivel 1: **Jueves 15hs. (507)**

Nivel 2: **Jueves 11:15hs. (508)**

Descubriremos el fascinante mundo de las obras de arte en distintos períodos históricos. Un recorrido por museos, artistas y técnicas, valiéndonos de herramientas de realidad aumentada para viajar en el tiempo.

AUNQUE NO LO CREA, ¡NECESITAMOS SABER RELACIONES INTERNACIONALES!” (II) (A)

Manuel Angel Pascual

Jueves 18hs. (503)

La pregunta central que nos ocupará es: ¿De qué modo la política internacional condiciona la política interna o viceversa, de un estado nación? Qué conflictos han existido desde que el hombre tomó posesión de determinados territorios, imponiendo su ley, desde hace miles de años, no lo vamos a negar. Mas en pleno siglo 21, ¿no será llegada la hora para procurar un mundo más justo y solidario, y por ende conviviendo todos en paz?

DISFRUTAR EL TEATRO (A)

Mabel Brizuela

Jueves 18hs. (510)

Comprender el teatro es adentrarse en su dimensión social y comunicativa, en su carácter de reunión y asamblea en tanto arte de la palabra y arte político. Al penetrar en sus formas expresivas, sus múltiples lenguajes nos revelan imágenes, sueños, momentos, que interpelan nuestra realidad porque el teatro es vida. Nos encontraremos con obras teatrales (a las que asistiremos presencialmente, o veremos por streaming) como eje de un diálogo en torno a su época, su autor, su poética y su política, e invitaremos directores, actores y dramaturgos para conocer la “cocina” de la producción teatral.

Expresión artística



TALLER DE ARTE (C)

Mónica Barboza

Lunes 15:30hs. (412)

Buscaremos desarrollar las capacidades expresivas a partir del interés, los gustos y la experiencia de cada persona, explorando diversas técnicas, y experimentando con todo tipo de materiales.

TALLER: LEER PARA NARRAR (A)

Teresita Bertarelli

Lunes 9hs. (413)

Un grupo nuevo, para quien tenga ganas de leer y entusiasmarse con la lectura. Para quien tenga ganas de comunicar a través de la escritura... ¿Comunicar qué? Emociones, sentimientos, vivencias, pensamientos o historias de ficción (inventadas)

Para quien no conozca nada del tema. Para quien no tenga experiencia de taller literario.

Traé papel y lápiz. Y entusiasmo por explorar y descubrir el mundo de las palabras y los textos. Para estrenar miradas en el arte de la escritura.

TALLER DE TEATRO (A)

Natalia Buyatti

Lunes 11:15hs. (403)

Una apuesta al encuentro teatral, esta actividad que nos da permisos de ser, que habilita y abre el camino a conocer nuestras posibilidades tanto creativas como físicas y cognitivas

ESCRIBIR PARA PERDURAR (A)

Teresita Bertarelli

Lunes 11:15hs. (401)

Nos seguimos encontrando para leer y escribir en torno a historias que ayudan a mirar el mundo. Y entretienen. Se enfatiza la narrativa personal y la creación de historias que permitan el ejercicio de procedimientos de escritura. Para gente que tenga conocimientos... y experiencia en taller literario.

SENTIRES: TALLER LITERARIO (A)

Teresita Bertarelli

Lunes 15:30hs. (402)

Para continuar profundizando el mundo de los textos literarios, ensayos y novelas y sus estrategias de escritura. Para gente que tenga conocimientos... y experiencia en taller literario.

RETOQUE FOTOGRÁFICO Y EDICIÓN DE IMÁGENES (A)

Tony Cabanillas

Miércoles 11:15hs. (408)

Para quienes quieran hacer ediciones básicas de imágenes. Nos introduciremos en la composición de imágenes utilizando diferentes herramientas, trazados y máscaras. Haremos ejercicios que ayudarán a modelar imágenes desde fotografías a pinturas, pero por sobre todo harán desplegar tu imaginación y creatividad dentro de un ambiente distendido con la modalidad de un atelier.

TALLER DE FOTOGRAFÍA: NIVEL INICIAL (C)

Nicolás Ode

Miércoles 15:30hs. (407)

Abordaremos los conocimientos básicos para iniciarse en la fotografía, entendiéndola como arte, técnica, y vehículo para la memoria. Destinado a personas sin conocimiento previo con cualquier tipo de cámara de fotos o celular.

TALLER DE CANTO (A)

Camila Martin

Miércoles 16hs. (405)

Disfrutemos de la música cantando juntos a través de herramientas técnicas vocales, de nuevas canciones y de las ya conocidas, que nos evocan diversos momentos y emociones. No se requieren conocimientos previos.

TALLER DE BORDADO: NIVEL INICIAL (A)

Milagros Pratto

Miércoles 18hs. (410)

Aprenderemos diferentes formas de hacer bordado tradicional, como puntos para tapiz, punto cruz y puntos para tela (bordado mexicano, hindú, etc.). Con puntos materializaremos diferentes diseños sobre la superficie que queramos intervenir (almohadones, ropa, accesorios, etc.)

TALLER DE DIBUJO (A)

Florencia "Duli" de la Vega

Miércoles 18hs. (409)

Para prender a dibujar no se necesitan conocimientos. Nos centraremos en el dibujo tradicional pero de forma diversa: actividades al aire libre y uso de materiales no convencionales.

TALLER DE MOSAICO ARTÍSTICO Y DECORATIVO (C)

Mariela del Valle Montalban

Jueves 15:30hs. (411)

Taller libre de mosaico artístico para realizar diferentes técnicas decorativas (mosaico veneciano, picasiete, cortes perfectos), aprender el uso de herramientas y crear diseños propios en las diferentes bases posibles.

TALLER DE CREACIÓN DE OBRA (A)

Natalia Buyatti

Jueves 18hs. (404)

Invitamos a lanzarse a la aventura de la creación escénica, a atravesar en grupo todas las etapas de un proceso creativo para la construcción de una obra teatral. Vamos a improvisar, crear una dramaturgia, aprender herramientas de composición, construir la escenografía y el vestuario, y aprender mientras lo hacemos

CORO DEL CEPRAM (A)

Chiquito Catramboni

Jueves 18hs. (406)

Pondremos en juego el compañerismo, el trabajo en equipo y nuestra voz. Participaremos en conciertos y encuentros con otros coros y con invitados especiales. no es necesaria experiencia previa.

Idiomas



BE HAPPY IN ENGLISH! (A)

Ana Wittouck

Lunes 11:30hs. (301)

El grupo humano que conforma el curso habla en Inglés en una atmósfera alegre y entusiasta. El cerebro necesita emocionarse para aprender. Desaparece el miedo al ridículo ya que todos se encuentran en la misma situación.

ALEMÁN INICIAL (A)

María Alejandra Fritzsch

Lunes 18hs. (325)

Una aproximación a la lengua desde los primeros rudimentos del idioma, su gramática y pronunciación, y a la cultura alemana y su influencia en otras sociedades.

NOW WE ARE TALKING: CONVERSACIÓN (A)

Karina Magallanes

Lunes 17:30hs. (306)

Mejoraremos las habilidades comunicativas en inglés.

ENJOY READING WORKSHOP (A)

Virginia Lona

Martes 9hs. (304)

Lectura y conversación en Inglés. Trabajamos con cuentos y artículos de interés general en inglés para disfrutar una buena lectura, ampliar nuestros conocimientos y conversar.

ITALIANO CONVERSACIÓN (A)

Maura Muzi

Nivel 1: **martes 11:15hs. (312)**

Nivel 2: **miércoles 11:15hs. (311)**

Retomaremos conocimientos previos, para afianzarlos y continuar con temas de actualidad y literatura para la conversación.

INGLÉS INICIAL: DESDE CERO (A)

Jimena Simari

Martes 9hs. (302)

Para quienes nunca hayan estudiado inglés, o tengan conocimientos muy básicos y quieran aprender a comunicarse en este idioma, su gramática y el vocabulario, a través de la lectura, la expresión oral y escrita.

FRANCÉS INICIAL: LE FRANÇAIS, C'EST SYMPA! (A)

Laura Beatriz Therisod

Miércoles 9hs. (320)

Primeros acercamientos al idioma: presentarse; presentar a otra persona; hablar de sí y de sus gustos; hablar de otras personas y de sus gustos; sostener una breve conversación en francés.

PRACTICANDO FRANCÉS: CONVERSAMOS SOBRE MÚSICA Y PELÍCULAS (A)

Sara Chiabrando

Miércoles 15:30hs. (321)

Utilizaremos el cine y las canciones como disparadores para conversar, repasando la gramática y la pronunciación, ampliando el vocabulario y descubriendo aspectos de la cultura francesa.

ITALIANO 1 (A)

Maura Muzi

Miércoles 9hs. (313)

Un trabajo progresivo para la internalización del italiano. Desarrollaremos situaciones comunicativas naturales, leeremos diversos textos.

ITALIANO 2 (A)

Isabel Pisoni

Miércoles 11:15hs. (310)

Continuación de lo trabajado en el curso de Italiano I. Podrá comunicarse a la hora de llevar a cabo tareas simples y cotidianas. Sabrá desenvolverse en la mayor parte de las situaciones que pueden surgir en la vida diaria.

PORTUGUÉS INICIAL (A)

Marcos Rizzi

Jueves 9hs. (315)

Aprenderemos portugués desde una perspectiva brasilera tomando como eje la propuesta del libro didáctico *Um português bem brasileiro* y en paralelo abordaremos aspectos gramaticales para desarrollar las competencias de producción oral y escrita.

ENGLISH VI: LET'S GET LOUDER! (A)

Rodrigo Chavero

Jueves 11.15hs. (307)

Destinado a alumnos con un nivel pre-intermedio de lengua inglesa. En este ciclo vas a mejorar tus habilidades para el inglés con respecto a uso de vocabulario, estructuras y modismos de forma integrada y contextualizada.

INGLÉS 2 (A)

Jimena Simari

Jueves 9:30hs. (303)

Para quienes hayan cursado el nivel anterior, o tengan conocimientos previos y quieran seguir aprendiendo a comunicarse en este idioma con su gramática y vocabulario, a través de la lectura, la expresión oral y escrita.

INGLÉS PARA VIAJEROS: OFF WE GO! (A)

Jimena Simari

Jueves 11:15hs. (308)

Para quienes hayan cursado los niveles anteriores, o tengan conocimientos intermedios y quieran seguir aprendiendo a comunicarse en este idioma, su gramática y el vocabulario, a través de la lectura, la expresión oral y escrita.

ENGLISH AND TRAVEL 2 (A)

Rodrigo Chavero

Jueves 14:20hs. (309)

Destinado a alumnos con un nivel intermedio de lengua inglesa. Una invitación a ser parte y perfeccionar tu pronunciación, enriquecer tus habilidades lingüísticas y divertirse con tus compañeros de clase.

PORTUGUÉS CANTO Y MOVIMIENTO (A)

Marcos Rizzi

Jueves 15:30hs. (316)

Portugués desde el canto y el movimiento. Abordaremos el lenguaje desde las letras de canciones de Bossa Nova y también del amplio abanico de la Música Popular Brasileira, analizaremos su significado, lo que nos evoca desde lo individual y lo colectivo para luego cantar y explorar la expresión corporal.

Virtuales



ITALIANO III (A)

Julieta Amaya

Martes 10:30hs. (905)

Continuaremos internalizando el idioma a partir de situaciones comunicativas naturales y la lectura de textos literarios.

QUÉ NOS CUENTAN LAS OBRAS DE ARTE: PINTORES ARGENTINOS Y LATINOAMERICANOS (A)

Susana Rojo

Miércoles 11:15hs. (901)

Bucearemos en las raíces negras y mestizas, en Brasil, México, Ecuador. Recorreremos la obra de Portinari, Tarsila do Amaral, Fría, Rivera, Siqueiros, Orozco, Tamayo, Barros, Carrington, Guayasamin.

TALLER VIRTUAL DE SOLUCIONES TECNOLÓGICAS (C)

Rocío Villagra

Miércoles 16hs (906)

Nos conectaremos virtualmente para resolver dudas sobre el uso de la tecnología. Además, repasaremos los ejercicios más útiles y fundamentales en la computadora y en el celular.

CLUB DE CINE (A)

Ramiro Ortiz

Miércoles 15:30hs. (902)

La llegada de Netflix generó una revolución en el modo de ver películas. Con material de esta plataforma hacemos reuniones virtuales para hablar de cine, y todo lo que lo rodea: hacerlo, interpretarlo y disfrutarlo.

CLUB DE SERIES (A)

Ramiro Ortiz

Jueves 9hs. (903)

La llegada del streaming (contenidos compartidos en la web) revolucionó el consumo de películas desde el hogar. Pero además le dio pie a un nuevo fenómeno: las series. Nos reuniremos de manera virtual para comentarlas, con la guía de un especialista.

SPEAK UP! (A)

Ana Wittouck

Jueves 14:30hs. (904)

Las clases apuntan a adquirir estructuras que les permitan comunicarse. La enseñanza no está organizada alrededor de estructuras gramaticales sino en términos de funciones. Son clases en inglés y no de inglés.

Inscripciones

28 de noviembre al 15 de diciembre 2022
6 al 23 de febrero 2023

Lunes a jueves
de 9 a 19hs

Presencial

David Luque 430 (B° Gral Paz)

Por whatsapp

Escribiendo al 3518183922

Por teléfono (fijo)

Llamando al 453-3471

Inicio de clases

6 de marzo 2023



¡Regalá bienestar!

Si tenes un amigo que nunca vino al CEPRAM, o que desde la pandemia no volvió, regalale un voucher que bonifica la inscripción abonando sólo \$200.



3518183922

¿Querés recibir info del CEPRAM por whatsapp?

Agendá nuestro número y envíanos un mensaje con tu nombre y apellido. Todas las semanas enviamos invitaciones a eventos e información de interés.

www.cepram.org.ar

www.facebook.com/cepram - www.twitter.com/CepramCba
www.instagram.com/cepramcba - www.youtube.com/c/cepramcba