

# oferta de formación

febrero de 2012

Solicitudes: 7 y 8

Sorteo: 14

Matrículas: 20 y 21

SOLICITUD ONLINE  
[www.zaragoza.es/ciudad/sectores/mujer](http://www.zaragoza.es/ciudad/sectores/mujer)

## PROCEDIMIENTO PARA ACCEDER A LOS CURSOS:

### 1. SOLICITUD DE CURSOS: Días 7 y 8 de febrero

- ONLINE: Desde las 9 h. del día 7 hasta las 24 h. del día 8 de febrero.
- PRESENCIAL: De 9 a 13 h. y de 17 a 19 h. en la Casa de la Mujer.

Las personas interesadas podrán realizar su solicitud en:

La Casa de la Mujer, C/D. Juan de Aragón, 2

Web municipal [www.zaragoza.es](http://www.zaragoza.es) en el apartado "destacamos".

Día 10 de febrero desde las 9 h. en la Casa de la Mujer y en la web municipal estará expuesta la relación de las personas solicitantes de cursos y el número asignado para el sorteo.

Las reclamaciones sobre los posibles errores en esta relación se podrán efectuar en la Casa de la Mujer el día 13 de 9 a 13 h. y de 17 a 19 h. Será imprescindible presentar el justificante de haber realizado la solicitud.

Cada persona podrá solicitar un solo curso de cualquiera de los apartados.

No podrá solicitarse un curso que se haya realizado en ediciones anteriores.

Las personas solicitantes autorizan al Ayuntamiento de Zaragoza al tratamiento informático de sus datos, así como la inclusión y exposición pública de sus nombres en los listados de los cursos.

### 2. CURSOS QUE REQUIEREN SORTEO: Día 14 de febrero a las 10 h.

El sorteo será público, hasta completar aforo, en el Salón de Actos de la Casa de la Mujer. Se realizará obteniendo, al azar, un número que marcará el inicio de la adjudicación de plazas para cada curso.

El resultado del sorteo podrá consultarse a partir de las 15:00 horas de ese mismo día en la Casa de la Mujer y en la web municipal.

### 3. MATRICULA: Días 20 y 21 de febrero. De 9 a 13 y de 17 a 19 horas. Lugar: Casa de la Mujer. D. Juan de Aragón, 2.

Para efectuar la matrícula será imprescindible presentar fotocopia del DNI, NIE o Pasaporte.

Aquellas personas que no formalicen su matrícula durante las fechas indicadas, se entenderá que renuncian a la plaza.

- En el momento de la matrícula será necesario cumplir con los requisitos que aparecen reseñados en el folleto. Las personas que no reúnan los requisitos serán excluidas.
- Los cursos se realizarán con un mínimo de 10 matrículas confirmadas.
- Información en [www.zaragoza.es](http://www.zaragoza.es) en el apartado "destacamos".
- El Ayuntamiento de Zaragoza se reserva la posibilidad de ampliación y adjudicación de plazas en los cursos, ante situaciones excepcionales.
- Cursos gratuitos cofinanciados por el Ayuntamiento de Zaragoza y el Fondo Social Europeo.

## RESUMEN DEL PROCESO DE INSCRIPCIÓN

1. SOLICITUDES: días 7 y 8 de febrero

2. SORTEO: día 14 de febrero. Se sortearán aquellos cursos cuya demanda supere el número de plazas ofertadas.

3. MATRÍCULAS: 20 y 21 de febrero

## DIRECCIONES DE INTERÉS PARA LOS CURSOS

CASA DE LA MUJER: Don Juan de Aragón, 2 - Tfno. 976 726 040 - Fax 976 391 592 - [www.zaragoza.es](http://www.zaragoza.es)

ESPACIO MUJERES: Avda. Miguel Servet, 174-178 - Tfno. 976 134 631 - Fax 976 134 630



## 1. CRECIMIENTO PERSONAL

CURSOS/REQUISITOS	FECHAS	HORAS	HORARIO	PLAZAS	LUGAR
1.1 AUTOCONOCIMIENTO Creencias, sentimientos y actitudes	1 de Marzo 24 de Mayo	24	Jueves 9,30 a 11,30 h	18	Casa de la Mujer
1.2 MANEJO DE LAS EMOCIONES	29 de Febrero 23 de Mayo	24	Miércoles 9,30 a 11,30 h	18	Casa de la Mujer
1.3 MANEJO DE LAS EMOCIONES	27 de Febrero 28 de Mayo	20	Lunes 17,00 a 19,00 h	18	Casa de la Mujer
1.4 COMUNICACIÓN INTERPERSONAL	28 de Febrero 29 de Mayo	30	Martes 9,30 a 12,00 h	18	Espacio Mujeres
1.5 COMUNICACIÓN EFICAZ Hablar en público	29 de Febrero 23 de Mayo	24	Miércoles 17,30 a 19,30 h	18	Espacio Mujeres
1.6 INTRODUCCIÓN A LA PROGRAMACION NEUROLINGÜÍSTICA PNL Aprender - desaprender para cambiar	1 de Marzo 24 de Mayo	24	Jueves 17,00 a 19,00 h	15	Espacio Mujeres
1.7 CONTROL DEL ESTRÉS Técnicas de relajación	28 de Febrero 22 de Mayo	16	Martes 17,00 a 18,30 h	15	Espacio Mujeres
1.8 CONSCIENCIA CORPORAL	1 de Marzo 24 de Mayo	18	Jueves 17,30 a 19 h	15	Espacio Mujeres
1.9 CONSCIENCIA CORPORAL	27 de Febrero 28 de Mayo	18	Lunes 9,30 a 11 h	15	Espacio Mujeres
1.10 REEDUCACIÓN POSTURAL	1 de Marzo 24 de Mayo	18	Jueves 9,30 a 11,00 h	15	Espacio Mujeres
1.11 SUPERAR EL PROCESO DE SEPARACIÓN DE LA PAREJA	29 de Febrero 23 de Mayo	24	Miércoles 9,30 a 11,30 h	15	Espacio Mujeres
1.12 CUERPO Y MOVIMIENTO	12 de Marzo 28 de Mayo	13	Lunes 17,00 a 18,30 h	18	Espacio Mujeres
1.13 TÉCNICAS DE EXPRESIÓN CORPORAL	29 de Febrero 23 de Mayo	24	Miércoles 17,30 a 19,30 h	18	Espacio Mujeres
1.14 TECNICAS DE NEGOCIACION Y RESOLUCION DE CONFLICTOS	28 de Febrero 22 de Mayo	22	Martes 17,00 a 19,00 h	18	Espacio Mujeres
1.15 LA CRISIS ECONÓMICA: influencia en la inversión, gasto y consumo familiar	27 de Febrero 28 de Mayo	20	Lunes 17,00 a 19,00 h	15	Espacio Mujeres
1.16 COSTURA BÁSICA I. Hombres y Mujeres	6 de Marzo 24 de Mayo	63	Martes y jueves 9,30 a 12,30 h	12	Coso, 194
1.17 COSTURA AVANZADA II. Hombres y Mujeres Haber realizado el curso de costura básica o de supervivencia	7 de Marzo 30 de Mayo	50	Lunes y miércoles 16,30 a 19,00 h	12	Coso, 194

## 2. CULTURA PARA LA IGUALDAD/PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

CURSOS/REQUISITOS	FECHAS	HORAS	HORARIO	PLAZAS	LUGAR
2.1 ROPA DEL HOGAR: LAVADO Y PLANCHADO DE ROPA Dirigido a Hombres	29 de febrero 28 de Marzo	12	Miércoles 18,00 a 20,30 h	10	Espacio Mujeres
2.2 MI COCHE: Funcionamiento y fallos más frecuentes Dirigido a Mujeres	1 al 29 de Marzo	12	Jueves 18,00 a 20,30	12	Por determinar
2.3 INICIACIÓN A LA PLANIFICACIÓN CON ENFOQUE DE GENERO. NIVEL I Profesionales y voluntariado de asociaciones. Mujeres y Hombres	6 de Marzo 24 de Abril	21	Martes 9,30 a 12,30 h	18	Espacio Mujeres
2.4 PROYECTOS CON ENFOQUE DE GENERO. NIVEL II Haber realizado el Curso de iniciación Nivel I	15 de Marzo 3 de Mayo	21	Jueves 16,30 a 19,30 h	18	Espacio Mujeres
2.5 LOS CUENTOS SIGUEN CONTANDO Mujeres y Hombres	20 de Marzo 22 de Mayo	16	Martes 9,30 a 11,30 h	25	Casa de la Mujer
2.6 PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO DESDE LA EDUCACIÓN Profesionales, voluntarios/as estudiantes de educación, tiempo libre, salud y trabajo social	1 de Marzo 26 de Abril	25	Jueves 16,30 a 19,30 h	20	Casa de la Mujer

## 3. ACCESO A LA INFORMÁTICA Y NUEVAS TECNOLOGÍAS

CURSOS/REQUISITOS	FECHAS	HORAS	HORARIO	PLAZAS	LUGAR
3.1 INICIACIÓN A INFORMÁTICA	27 de Febrero 12 de Marzo	12	Lunes , Miérc, Viern 9,30 a 11,30 h	6	Espacio Mujeres
3.2 INICIACIÓN A INFORMÁTICA	28 de Febrero 15 de Marzo	12	Martes y Jueves 11,30 a 13,30 h	6	Espacio Mujeres
3.3 INICIACIÓN A INFORMÁTICA	28 de Febrero 15 de Marzo	12	Martes y Jueves 16,00 a 18,00 h	6	Espacio Mujeres
3.4 INICIACIÓN A INFORMÁTICA	27 de Febrero 19 de Marzo	12	Lunes y Miércoles 18,15 a 20,15 h	6	Espacio Mujeres
3.5 INICIACIÓN A INFORMÁTICA	19 de Marzo 11 de Abril	12	Lunes y Miércoles 9,30 a 11,30 h	6	Espacio Mujeres
3.6 COMPRAS SEGURAS DESDE TU ORDENADOR Mujeres y Hombres. Prueba de nivel.	28 de Febrero 29 de Marzo	20	Martes y Jueves 18,15 a 20,15 h	12	Espacio Mujeres
3.7 COMPRAS SEGURAS DESDE TU ORDENADOR Mujeres y Hombres. Prueba de nivel	28 de Febrero 29 de Marzo	20	Martes y Jueves 9,30 a 11,30 h	12	Espacio Mujeres
3.8 INICIACIÓN A EXCEL Conocimientos de informática. Prueba de nivel	27 de Febrero 9 de Abril	20	Lunes y Miércoles 16,00 a 18,00 h	12	Espacio Mujeres
3.9 INTRODUCCIÓN A LAS REDES SOCIALES Conocimientos de informática y navegación . Prueba de nivel.	11 de Abril 30 de Mayo	20	Miércoles 16,30 a 19,00 h	12	Espacio Mujeres
3.10 NIVEL BÁSICO INTERNET Y CORREO Conocimientos de informátlca	27 de febrero 19 de Marzo	12	Lunes y Miércoles 11,30 a 13,30 h	8	Espacio Mujeres
3.11 NIVEL BÁSICO INTERNET Y CORREO Conocimientos de informática	7 al 23 de Mayo	12	Lunes y Miércoles 11,30 a 13,30 h	8	Espacio Mujeres
3.12 NIVEL BÁSICO INTERNET Y CORREO Conocimientos de informática	7 al 23 de Mayo	12	Lunes y Miércoles 9,30 a 11,30 h	8	Espacio Mujeres
3.13 NIVEL BÁSICO INTERNET Y CORREO Conocimientos de informática	8 al 24 de Mayo	12	Martes y Jueves 9,30 a 11,30 h	8	Espacio Mujeres
3.14 CREACIÓN DE UN ÁLBUM DIGITAL Conocimientos de informática	8 al 24 de Mayo	12	Martes y Jueves 16,00 a 18,00 h	8	Espacio Mujeres
3.15 INICIACIÓN AL DISEÑO DE PÁGINAS WEB. Curso ONLINE Conocimientos de informática y navegación	CLASES PRESENCIALES 26 de Marzo 16 y 30 de Abril 28 de Mayo	50	Lunes 18,15 a 20,15 h	30	Espacio Mujeres