



CEPRAM

Centro de Promoción del Adulto Mayor

Cursos 2025

Anuales y Cuatrimestrales

David Luque 430 (B° Gral Paz)

Whatsapp 3518183922

**Inscripciones: Desde el 25/11 hasta el
12/12 del 2024 y el 10/2 del 2025**

**Atención: Lunes a Jueves de 9 a 19 hs
hasta el 20/12**

**Becas especiales y planes
promocionales**

**Actividades culturales gratuitas
todas las semanas**

“Otra ave sagrada hay allí que sólo he visto en pintura, cuyo nombre es el fénix”

Herodoto



CEPRAM

Centro de Promoción del Adulto Mayor

De los egipcios y griegos a los cristianos, por miles de años, el ave fénix ha sido un símbolo de renacimiento que ha perdurado hasta nuestros días. Crecemos, volamos, morimos y renacemos de nuestras propias cenizas. De eso se trata la vida, las crisis, las pérdidas y el devenir institucional. Confiemos en nuestra capacidad de resistencia y resiliencia.

El aprendizaje y la confianza nos ayudan a reponernos de las dificultades y a dejar un legado, un ejemplo para las generaciones más jóvenes. En el **CEPRAM**, trabajamos con esa esperanza y fuerza. Aprendemos y enseñamos con alegría, sabiendo que nunca es tarde para seguir, renacer y ser mejores.

Entre jóvenes estudiantes, profesores, técnicos y las personas mayores que siguen aprendiendo y donando voluntariamente su tiempo, construimos una comunidad de la que sentimos orgullo por formar parte. La excelencia, la solidaridad y la alegría nos hacen bien. Confiemos en que, pese a las dificultades de este año resistiremos, crearemos y aprenderemos, compartiendo con calidez y paciencia tanto lo vivido como lo que queda aún por aprender.

Como dice la canción de César Isella:

*“Por qué caerse y entregar las alas
Por qué rendirse y manotear las ruinas
Si es el dolor, al fin, quien nos iguala
Y la esperanza, quien nos ilumina”*

Abramos los ojos, traguémonos el cielo, sintámonos fuertes y empujemos hacia arriba. Compartan el bienestar.

Inviten a quienes lo necesitan y deseen sumarse a nuestra casa y a nuestra causa: aprender, enseñar y compartir.

¡Bienvenidas y bienvenidos a este nuevo año lectivo!

DR. ANDRÉS URRUTIA

BIENESTAR PSICOLÓGICO

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

Gastón Moisset de Espanés

Lunes 9:00 hs.

Reflexionaremos sobre psicología del desarrollo, las etapas de la vida con sus mieles y sus hieles, los vínculos 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.

DIALOGANDO CON LOS SABIOS (A)

Gastón Moisset de Espanés

Lunes 11:10 hs.

La vida y la muerte, la libertad y el amor, los pensamientos y los sentimientos. Preguntas que buscan respuestas. ¿Qué es la sabiduría? Para satisfacer ese humano deseo, dialogaremos con grandes pensadores del campo de la psicología del desarrollo.

¿LO DIGO O NO LO DIGO? II (A)

Chelo Meloni

Lunes 11:10 hs.

Identificaremos las diferentes secuencias y estrategias de la comunicación verbal y no verbal para utilizarlas en nuestra vida cotidiana. Aprenderemos a comunicarnos e identificar lo importante que es comunicarse bien.

TALLER DE PROGRAMACIÓN NEURO LINGÜÍSTICA (PNL) (A)

Constanza Díaz Spólita

Lunes 15:00 hs.

La PNL nos muestra que es posible alcanzar una mayor calidad de vida mejorando nuestros pensamientos y hábitos y nos enseña cómo hacerlo. Abordaremos los contenidos básicos de la PNL a través de actividades y dinámicas.

REIR HASTA MORIR: CINE Y PSICOLOGÍA (A)

Andrés Urrutia

Martes 11:10 hs.

Martes 17:10 hs.

Hay muchas situaciones en la vida en las que es mejor reír que llorar. Aprendizajes únicos que nos permiten aprender de la vida. El cine ha generado comedias hilarantes, otras más oscuras, en las cuales hay situaciones vinculadas a los desencuentros amorosos, a la comunidad, al paso de los años o aún a la muerte. Compartiremos risas, cine y humor, el modo más complejo e inteligente de expresión del psiquismo.

COMPRENDER LA VIDA A TRAVÉS DE PELÍCULAS GANADORAS DE LOS OSCARS (A)

Gastón Moisset de Espanés y Rodrigo Rapela

Martes 11:10 hs.

Trabajaremos con películas galardonadas que han impactado en el público y han hecho historia. ¿Qué develan sobre la condición humana? ¿Qué preguntas responden a las dialécticas universales que los seres humanos nos planteamos? Reflexionaremos desde la psicología del desarrollo sobre las etapas de la vida, nuestros vínculos y la desafiante tarea de construir una identidad singular en un tiempo histórico particular.

PELÍCULAS PARA COMPRENDER LA VIDA (A)

Gastón Moisset de Espanés

Martes 15:00 hs.

A través de películas y desde la psicología del desarrollo, reflexionaremos sobre las etapas de la vida, nuestros vínculos y la desafiante tarea de construir una identidad singular. En este curso se proyectarán las películas con las que se trabajó durante el 2024.

LA BUENA VIDA (A)

Andrés Urrutia

Martes 15:00 hs.

Para sostener una buena vida es necesario, entre otras cosas, comprendernos, comprender a los otros y desarrollar algunas habilidades que permitan sostener nuestra autoestima y un vínculo sano y fructífero con las personas que queremos. Crearemos un espacio para reflexionar sobre esto.

¿FICCIONES O VERDADES? (A)

Mariam Badrán

Miércoles 9:00 hs.

Disfrutaremos del encanto y la magia de algunos cuentos cortos (Borges, Melville, Cortázar, Saer y más), resaltando la magia de las palabras para, a través de ellas, conocer y profundizar el mundo psicológico que subyace a cada historia. La psicología nos permitirá ir más allá de cada historia abriendo puertas a otras posibilidades.

ENTRE EL MITO Y LA PSICOLOGÍA. "Los mitos griegos" (C)

Meli Hernández y Andrés Urrutia.

Jueves 10:00 hs.

¿Qué digo cuando digo mito? Narrar y comprender los mitos en nuestra vida es tan humano como el gran titán griego Prometeo. Conoceremos y diferenciaremos los mitos de las leyendas y el folklore. Nos acercaremos a los relatos maravillosos y fantásticos, a la tradición de los griegos y a los ritos de aquel tiempo lejano de Grecia.

MINDFULNESS NIVEL I (A)

Griseida Rocha

Jueves 17:10 hs. NIVEL I

Jueves 15:00 hs. NIVEL II

Mindfulness es una herramienta de autoconocimiento con la que aprendemos a relacionarnos de manera diferente a la habitual en lo que nos sucede diariamente.

SENTIMIENTOS Y PSICOANÁLISIS. Trasfondos inconscientes de sentires conscientes (C)

Carolina Agüero Gioda

Jueves 11:10 hs.

El psicoanálisis nos permite cuestionarnos ciertas maneras de ver el mundo y vernos como sujetos. En particular los sentimientos o afectos nos atraviesan y tienen la característica de ser particulares pero a su vez comunes a todos, conocidos y enigmáticos. A lo largo del curso vamos a pensar, discutir y cuestionarnos tomando como eje los "sentimientos" con el objetivo de aportar otra mirada a la realidad.

¿LO DIGO O NO LO DIGO? (A)

Chelo Meloni

Jueves 12:00 hs

Muchas veces, sin mala intención, decimos palabras que hieren o ensalzan una conversación, sin darnos cuenta que podemos marcar al otro para toda su vida. Otras veces, no sabemos cómo decir, cuándo, de qué modo. En el curso identificaremos desde la psicología y la comunicación, los beneficios y el daño de una palabra emitida o una palabra omitida.

COGNICIÓN Y MEMORIA

ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA (A)

Andrés Urrutia, Milagros Badaracco y

Franco Fiad

Lunes 11:10 hs.

Aprenderemos estrategias para hacer frente a los olvidos cotidianos: dónde dejamos objetos; nombres y apellidos; acciones recientemente realizadas; entre otros. Practicaremos técnicas para recordar información con mayor precisión y mantendremos activa nuestras capacidades intelectuales.

JUGAR ACTIVA-MENTE (C)

Paula Corcoba

Lunes 17:10 hs.

Generaremos, a través del juego, un espacio para ejercitar diversas funciones cognitivas (memoria, atención, lenguaje, razonamiento, cálculo, orientación espacial, capacidades visoconstructivas). Propondremos estrategias lúdicas, individuales y grupales, que permitan disfrutar de una actividad placentera y optimizar las capacidades mentales.

ENTRENAMIENTO COGNITIVO PERMANENTE (A)

Gastón Moisset de Espanés

Martes 9:00 hs.

Ejercitaremos la atención, el razonamiento inductivo y deductivo, y las capacidades de fluidez intelectual. Destinado a quienes, sin haber realizado cursos previos, sean asiduos practicantes de tareas desafiantes (sudokus, crucigramas, retos matemáticos, desafíos mentales, etc.).

TALLER DE BRIDGE (C)

Guillermo Romanutti

Martes 15:00 hs.

Nos introduciremos al juego y sus ventajas sociales y de salud, atendiendo a la actividad mental y de relaciones.

Aprenderemos a jugar mediante clases teóricas, prácticas y torneos.

ENTRENAMIENTO INTELLECTUAL Y COGNITIVO INICIAL (A)

Gastón Moisset de Espanés

Jueves 9:00 hs.

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

¡MENTE ACTIVA, MEJORA TU VIDA!

Entrená y potenciá tu mente (C)

Milagros Badaracco y Franco Fiad

Jueves 11:10 hs.

Ejercitaremos diversas funciones cognitivas como la atención, la memoria, el lenguaje y el razonamiento. Potenciaremos y mantendremos activa la mente, a través de ejercicios desafiantes y entretenidos. Ofreceremos actividades individuales, grupales y lúdicas, ideales para quienes deseen comenzar a optimizar sus habilidades cognitivas en la vida cotidiana.

TALLER DE AJEDREZ (C)

Esteban Spontón

Jueves 11:10 hs.

Disfrutaremos este juego, con sus trucos y sus sutilezas que desafían nuestra mente. Aprenderemos táctica y estrategia desde lo básico y analizando partidas de campeones. Y, por supuesto, ¡jugaremos muchas partidas!. Requisito: conocer los movimientos elementales de las piezas.

IDIOMAS

BE HAPPY IN ENGLISH (A)

Ana Wittouck

Lunes 11:10 hs.

El cerebro necesita emocionarse para aprender. La propuesta se orienta a hablar en inglés en una atmósfera alegre y entusiasta en la que desaparece el miedo al ridículo, ya que todos se encuentran en la misma situación.

**LE FRANÇAIS C'EST CHOUETTE!
PREMIÈRES ARMES POUR APPRENDRE
À COMMUNIQUER EN FRANÇAIS (¡El
francés está bueno!. Primeras
armas para aprender a
comunicarse en francés) (C)**

Amelia Bogliotti

Lunes 15:00 hs.

Haremos una primera aproximación a la lengua francesa a través de situaciones de la vida cotidiana, que permitirán comunicarse de manera simple en el idioma extranjero. Se descubrirán algunas reglas gramaticales básicas que luego serán puestas en funcionamiento durante las clases. La pronunciación original de los audios que serán propuestos, servirá de modelo para la práctica oral.

NOW WE ARE TALKING (A)

Karina Magallanes

Lunes 17:10 hs.

Leeremos cuentos clásicos y modernos y los discutiremos en forma oral como parte de la práctica conversacional en inglés. El curso está destinado a alumnos con un nivel de inglés intermedio.

ITALIANO II (A)

Maura Muzi

Martes 9:00 hs.

Se retomarán situaciones comunicativas de nivel inicial (ripresa cíclica), estableciendo nuevos escenarios de comunicación. Se hará un repaso de los conocimientos adquiridos en un nivel anterior, incorporando nuevas formas lingüísticas.

PORTUGUÉS: NIVEL INICIAL (A)

Susana Concari

Martes 9:00 hs.

Abordaremos la lengua como lugar de interacción en situaciones cotidianas. Analizaremos diferencias y semejanzas con nuestra lengua madre, nuestra cultura y nuestros aspectos sociales. Destinado a personas sin conocimientos previos o con nivel básico.

INGLÉS PRE-INTERMEDIO (A)

Jimena Simari

Martes 9:00 hs.

Destinado a quienes hayan cursado los niveles anteriores o tengan conocimientos previos y quieran seguir aprendiendo a comunicarse en este idioma. Seguiremos estudiando gramática y vocabulario a través de la lectura y la escucha atenta, para aplicar lo aprendido a situaciones cotidianas.

ITALIANO CONVERSACION I (A)

Maura Muzi

Martes 11:10 hs.

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

INGLÉS INICIAL (A)

Jimena Simari

Martes 11:10 hs.

Destinado a quienes tengan conocimientos básicos, o nunca hayan estudiado el idioma formalmente y quieran aprender a comunicarse en inglés. Aprenderemos a través de su gramática, vocabulario, y practicaremos la expresión oral y escrita.

ENJOY READING WORKSHOP (A)

Virginia Lona

Martes 11:10 hs.

Disfrutaremos de cuentos cortos en inglés y expresaremos opiniones. Soñaremos cantando, viendo películas, debatiendo acerca de los personajes y la historia. La propuesta es ser parte de un grupo ameno en el que se escuchan y respetan las ideas, se disfruta y se comparte un pedacito de la vida misma.

FRANCÉS PARA VIAJEROS (C)

Sara Chiabrando

Martes 15: 00 hs.

Aprenderemos herramientas de comunicación para poder comunicarnos en regiones francoparlantes o para saber conversar con familiares, amigos o personas que hablan la lengua. Destinado a viajeros y curiosos de otras culturas y costumbres. No se necesita tener conocimiento previo del idioma.

“OLHA QUE COISA MAIS LINDA...” (C)

Marcos Rizzi

Martes 15:00 hs.

Es una propuesta de portugués brasileño para curiosos y curiosas de la música y cultura del vecino país. Encontraremos motivación en las canciones y biografías de artistas para adentrarnos en las minucias de la oralidad y la riqueza sonora de los pueblos lusoparlantes.

ITALIANO III (A)

Maura Muzi

Miércoles 9:00 hs.

Retomaremos situaciones comunicativas del nivel II y estableceremos nuevos escenarios. Repasaremos los conocimientos adquiridos en italiano II e incorporaremos nuevas formas lingüísticas.

FRANCÉS PARA PRINCIPIANTES (C)

Gabriela Chaves.

Miércoles 9:00 hs

Utilizaremos canciones francesas populares para introducir el vocabulario, la gramática básica y la comprensión auditiva. Analizaremos las letras de las canciones para familiarizarnos con la cultura francesa y desarrollaremos la confianza para participar en conversaciones simples.

ITALIANO: CONVERSACIÓN II (A)

Maura Muzi

Miércoles 11:10 hs.

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

ITALIANO NIVEL INICIAL (A)

Isabel Pisoni

Miércoles 11:10 hs.

Trabajaremos en el desarrollo de habilidades orales y escritas. Enseñaremos vocabulario, gramática y expresiones comunes de este idioma: saludos y presentaciones, conversaciones sobre la vida cotidiana, planificación de viajes, anécdotas, compras y la vida social y cultural.

FRANCÉS INTERMEDIO (C)

Sara Chiabrando

Miércoles 15:00 hs.

Abordaremos el idioma desde distintos materiales artísticos como canciones, textos teatrales y cortometrajes. Practicaremos realizando producciones artísticas que favorezcan el dinamismo y la recreación. Se necesita tener un nivel básico adquirido que nos permita comunicarnos, hablar y expresarnos.

ENGLISH: ELEMENTARY (A)

Laura Gomez Gesteira

Jueves 9:00 hs.

Trabajaremos para lograr una comunicación efectiva y dinámica con participación activa, usando material didáctico, listening, roleplay, entre otros. Destinado a quienes tengan un conocimiento básico del idioma y quieran profundizar aún más en el conocimiento. .

INGLÉS INTERMEDIO (A)

Jimena Simari

Jueves 9:30 hs.

El curso está destinado a quienes hayan cursado los niveles anteriores, o tengan conocimientos intermedios previos y quieran seguir aprendiendo a comunicarse en este idioma con su gramática y vocabulario, a través de la lectura, y la expresión oral y escrita. Haremos énfasis en mejorar lo ya aprendido y perfeccionar los diferentes estilos.

MASTER YOUR ENGLISH (A)

Virginia Lona

Jueves 11:10 hs.

Recordaremos estructuras y vocabulario en inglés. Leeremos textos cortos, biografías de personalidades, escucharemos y veremos videos de personas de habla inglesa. Recrearemos toda la información para aplicarla en situaciones nuevas de comunicación que sean útiles para la vida. Seremos parte de un grupo que comparte y disfruta actividades dentro y fuera de la clase.

INGLÉS PARA VIAJEROS: OFF WE GO! (A)

Jimena Simari

Jueves 11:10 hs.

El curso está destinado a quienes hayan cursado el nivel anterior o tengan conocimientos intermedios previos y quieran comunicarse en este idioma cuando viajan. Este año, pondremos el foco en la conversación y poder aplicar los conocimientos previos a lo comunicacional. Este curso te servirá para poder afrontar todas las dificultades que se puedan encontrar cuando planificas el viaje de tus sueños

READ, REVISE AND SPEAK OUT (A)

Loli González Ruzo

Jueves 14:20 hs.

Desarrollaremos las cuatro habilidades del lenguaje: comprensión lectora y auditiva, expresión escrita y especialmente, comunicación oral. Utilizaremos lecturas como disparadores para promover la comunicación natural en distintos contextos de la vida cotidiana y revisaremos estructuras gramaticales de manera contextual. A través de la literatura encontraremos el funcionamiento ideal para comprender el idioma.

BIENESTAR FÍSICO

YOGA Y MEDITACIÓN (C)

Mariana Carmona

Lunes 9:00 hs.

Haremos práctica de ejercicios de respiración (pranayamas), práctica de yoga (asanas) y práctica de técnicas de meditación. El yoga mejora la flexibilidad, la fuerza, el equilibrio, la calidad del sueño; reduce el estrés y fortalece el sistema inmunológico. La meditación mejora la atención, la memoria y la concentración; ayuda a reducir la presión arterial y el dolor crónico.

PONELE RITMO A TU VIDA (A)

Andrés Gandini

Lunes 15:00 hs.

Lunes 17:10 hs.

Martes 11:10 hs.

Jueves 11:10 hs.

Construiremos un espacio para divertirnos con el ritmo como instrumento, y al mismo tiempo aprender bailes típicos de diferentes géneros musicales. Exploraremos bailes del mundo: rock and roll, cumbia, salsa, música disco, jerusalema, cha cha chá, merengue y muchos más. Respetando siempre las posibilidades de movimientos que el cuerpo permita. En este espacio disfrutaremos de la música, el movimiento y de la compañía de cada uno de los compañeros.

DANZAS FOLCLÓRICAS

ARGENTINAS (A)

Andrés Gandini

Martes 13:20 hs.

Comenzaremos aprendiendo las danzas más habituales como chacarera, gatos, escondido y zambas. Luego nos adentraremos en otras danzas como cuecas, chacarera del monte, huella, jota cordobesa y otras. No es necesario un conocimiento previo, sólo ganas de pasar un hermoso momento.

TAI-CHI Nivel Intermedio (A)

Carolina Milatich

Miércoles 9:00 hs.

En cada clase practicaremos secuencias de movimientos amables, suaves y fluidos, en combinación con la respiración y atención interna para "activar" nuestra energía vital, armonizando cuerpo, mente y espíritu. Especialmente pensado para potenciar el equilibrio, flexibilidad y coordinación respetando las posibilidades de movimientos de cada alumno.

TAI-CHI Nivel Inicial (A)

Carolina Milatich

Miércoles 11:10 hs.

Practicaremos secuencias de movimientos amables, suaves y fluidos, en combinación con la respiración y atención interna para "activar" nuestra energía vital, armonizando cuerpo, mente y espíritu. Especialmente pensado para potenciar el equilibrio, flexibilidad y coordinación respetando las posibilidades de movimientos de cada alumno.

GIMNASIA FUNCIONAL (C)

Alejo Herrero

Miércoles 15:00 hs.

El movimiento placentero y la gimnasia son las herramientas principales para abordar de manera integral el bienestar del cuerpo. Haremos ejercicios posturales, trabajos de fuerza, equilibrio y respiración consciente, en un clima distendido y de disfrute.

Acompañaremos la propuesta con juegos, dinámicas de expresión y desafíos de coordinación.

TALLER DE TANGO PARA PRINCIPIANTES (A)

Andrés Gandini

Jueves 13:20 hs.

Aprenderemos las figuras principales y desde allí iremos avanzando en la complejidad de los pasos, siempre respetando las posibilidades de movimientos que el cuerpo permita.

HISTORIA, CULTURA Y APRECIACIÓN ARTÍSTICA

VIAJANDO A MUSEOS Y RESTAURANTES DE LA DOCTA (A)

Marcela Zapata

Lunes 17:10 hs.

Visitaremos los principales museos de la provincia y la ciudad. También aprenderemos sobre los museos más grandiosos del mundo. Descubriremos joyas que custodian celosamente nuestras iglesias. Solo tomaremos un descanso para degustar y aprender de los sabores y tradiciones gastronómicas cordobesas.

LA GASTRONOMÍA: CLAVES PARA EL DISFRUTE (A)

Leo Orellana

Lunes 17:10 hs.

Sabores, aromas y texturas ligan recuerdos para sentir y compartir experiencias. Profundizaremos sobre este mundo de sensaciones y su vinculación con la cultura, la familia. Aprenderemos diferentes estilos de servicios, tendencias; la historia detrás de las recetas y la cocina de vanguardia. Visitaremos establecimientos gastronómicos.

SERIES: MODOS DE ASOMARSE A LA CONDICIÓN HUMANA (C)

Eduardo de la Cruz

Martes 15:00 hs.

Analizaremos algunas series de tv que permiten asomarse a las maneras en que se establecen los vínculos familiares, las relaciones sociales y los modos de comunicar en el mundo actual. Las series permiten abrir una ventana para posar la mirada en esos tópicos y desde allí reflexionar y pensar(nos).

ASTRONOMÍA CONTEMPLATIVA (C)

Carlos Alberto Colazo

Martes 17:10 hs.

Desarrollaremos conceptos básicos de astronomía. Realizaremos observaciones de estrellas, constelaciones, planetas, la luna y otros objetos del cielo de Córdoba, accesibles a ojo desnudo y con el auxilio de telescopios. Contamos con herramienta de primer nivel para poder disfrutar de cada una de las observaciones.

¿QUÉ ES LA FILOSOFÍA? Taller de lectura de textos filosóficos (C)

Diego Tatián

Martes 17:10 hs.

Cuentan los antiguos, a través de una fábula, el retardo con el que la filosofía llega a la vida: las palabras que los jóvenes escuchan de sus maestros revelan su sentido, mucho tiempo después. Esto supone un hermoso elogio de la vejez y la tranquilidad que, al llegar a ella, la filosofía procura. Este curso de lectura común propone explorar algunas páginas de la filosofía a modo de continuar una conversación milenaria sobre la fortuna, el infortunio y la dicha de los seres humanos.

¡VAMOS A COMER JUNTOS!:

COCINA PRÁCTICA INICIAL

Rodolfo Vensal

Martes 17:10 hs.

Cocinaremos recetas básicas que luego disfrutaremos juntos en el bar. El aprendizaje estará orientado a técnicas que nos darán variedad y sabor al momento de preparar nuestras comidas. Así, podremos disfrutar de una cocina más barata, accesible y deliciosa.

VIAJANDO SE FORTALECE EL CORAZÓN (A)

Marcela Zapata

Miércoles 9:00 hs.

Miércoles 11:10 hs.

Viajaremos por la provincia y por la ciudad, redescubriendo su patrimonio cultural, disfrutando de paisajes, reliquias, obras e historias, que formaron la Córdoba de hoy. Disfrutaremos, creando amistad y recuerdos imborrables y duraderos.

FRASES MAYORES QUE HICIERON HISTORIA (A)

Chelo Meloni

Miércoles 11:10 hs.

A través de las frases históricas que tuvieron repercusión en la Argentina, haremos un análisis de la concepción de la comunicación política e institucional de quienes las dijeron, su impacto histórico y su relación con la actualidad.

HISTORIA Y APRECIACIÓN MUSICAL: De Bach a Mercedes Sosa (C)

Carolina Bistolfi

Miércoles 9 hs.

Exploraremos el fascinante mundo de la música desde el barroco hasta la música popular argentina, pasando por el clasicismo, romanticismo y el siglo XX. A través de obras representativas, descubriremos los secretos y estilos únicos de cada época. Mediante la escucha, análisis auditivos y estilísticos, viviremos la música de manera cercana y profunda, con interpretaciones en vivo y la posibilidad de asistir a conciertos.

EL CINE NOS CUENTA UNA HISTORIA (C) Películas que hicieron y hacen historia.

Quique Gonzalez

Miércoles 11:10 hs.

Revisaremos y descubriremos películas claves de la historia y del cine contemporáneo, es decir películas que nos dejan una huella indeleble. Está armado por bloques mensuales de una película por semana, en donde analizaremos y debatiremos entre todos, los cruces y relaciones entre la historia y el cine.

QUE NOS CUENTAN LAS OBRAS DE ARTE (A)

Susana Rojo

Miércoles 15:00 hs.

Tomaremos las vanguardias del siglo XX comparando Europa con América.

Abordaremos pintores como Dalí, todos los del Pop Art, Marta Minujin, Jackson Pollock y grandes pintores expuestos en museos como el MoMA, el Pompidou, el Di Tella y el Bellas Artes de Buenos Aires.

¡HISTORIA DEL ARTE: " Huellas, espejos y vidas" (C)

Silvia Berruezo

Miércoles 15:00 hs.

Descubriremos nuevos horizontes y ampliaremos los conocimientos sobre historia del arte y la cultura, en distintos periodos históricos. Para descubrir la conciencia de la época que se estudia, crearemos un espacio enfocado a compartir experiencias, disfrutar de los recorridos históricos propuestos y sociabilizar inquietudes.

FUNDAMENTOS DE LA EMANCIPACIÓN LATINOAMERICANA (A)

Manuel Ángel Pascual

Miércoles 17:10 hs.

¿Cómo es que la idea de la independencia de España se instaló en algunas mentes de nuestra América? ¿Cómo surge ese sentimiento vigoroso emancipador? ¿Qué los fundamentaba? ¿Cuáles fueron los antecedentes y circunstancias que se dieron para que se encarara tamaña epopeya? ¿Qué ideas, doctrinas, teorías nutrieron a nuestros patriotas? Abordaremos las posibles respuestas a estas preguntas.

VIAJANDO POR LOS SABORES DEL MUNDO (C)

Rodolfo Vensal

Jueves 17:10 hs.

Los invito a viajar por la gastronomía de Francia, Italia y España aprendiendo a cocinar sus recetas típicas y sus platos favoritos. Abordaremos desde los sabores, sus saberes y costumbres culturales de cada una de estas regiones.

EXPRESIÓN ARTÍSTICA

ÍNFIMA: Taller de dramaturgias breves (C)

Jorge Monteagudo

Lunes 9:00 hs.

Abordaremos la escritura de piezas teatrales de breve duración. Cada participante trabajará en un proyecto de búsqueda y desarrollo de una poética propia. En una primera etapa, mediante ejercicios y estímulos creativos, encontraremos las semillas de una pieza teatral. Luego profundizaremos y desarrollaremos la producción de un material escrito.

ESCRIBIR PARA PERDURAR: TALLER LITERARIO (A)

Teresita Bertarelli

Lunes 11:10 hs.

Para escribir sólo hay que tener algo que decir. Camilo José Cela.

Escribiremos para que no se pierdan las historias personales. Desarrollaremos la escritura creativa. Y descubriremos talentos que cada cual posee. Ejercitaremos procedimientos literarios en variados textos de diferentes estilos. Vale la pena intentarlo.

RECREO: TALLER DE TEATRO (A)

Jorge Monteagudo

Lunes 11:10 hs.

Un espacio de encuentro para que el cuerpo, la mente y el espíritu fluyan libres. Asimismo, compartiremos herramientas propias de la creación escénica: cuerpo, voz y estructura dramática.

DE REMATE: TALLER DE STAND UP COMEDY (C)

Jorge Monteagudo

Lunes 15:00 hs.

El "stand up" es un monólogo de humor donde el o la comediante escribe e interpreta su propio material frente a un público en vivo. El texto expresa su opinión acerca de su modo de ver el mundo cotidiano y como toda disciplina, consta de técnicas específicas. El taller se enfocará en aprender elementos teóricos, de escritura y de representación.

SENTIRES: TALLER LITERARIO (A)

Teresita Bertarelli

Lunes 15:00 hs.

A través de expresiones artísticas y literarias exploraremos sentires del propio yo en torno a vivencias, personas, cosas y mundo.

¿Quiénes somos, qué nos conmueve, qué nos pasa? Una entrada al potencial creativo desde las emociones mediante la escritura. Arte y vida para el diálogo y la palabra escrita poblada de sentimientos.

ORATORIA Y LOCUCIÓN (C)

Vicky Ferreyra

Lunes 15:00 hs.

Descubriremos las herramientas que tenemos y no utilizamos para comunicarnos, y otras que usamos, pero de manera poco efectiva. Aprenderemos qué es y cómo mejorar nuestra dicción, entonación, pronunciación. Practicaremos cada clase ejercicios de oratoria, como improvisación, debates, relatos, y así comprender el arte del buen decir.

TALLER DE DIBUJO Y PINTURA (C)

Ileana Sabadin

Martes 9:00 hs.

Nos acercaremos a las técnicas y materiales del dibujo y la pintura, descubriremos los movimientos artísticos más reconocidos dentro de la historia del arte. Visitaremos museos para identificar los diferentes estilos y pintores más representativos. Dirigido a principiantes y a todo aquel que quiera seguir creciendo en la técnica y composición de obra.

CUENTOS PARA TENER EN CUENTA (C)

Silvana Dahbar

Miércoles 9:00 hs.

A través de la lectura de cuentos de autores reconocidos universalmente, reflexionaremos sobre temáticas apreciadas en todos los tiempos, reconoceremos valores y antivalores en los personajes, descubriremos la riqueza imaginativa y estilística de los autores. Disfrutaremos del acto de leer y los cuentos nos servirán como herramienta para pensarnos y para dar un salto (si nos atrevemos) a la escritura.

PRIMEROS PASOS EN FOTOGRAFÍA (C)

Susana Galíndez

Miércoles 15:00 hs.

Conoceremos los principios básicos de la fotografía y comprenderemos cómo utilizar la luz y la composición para obtener fotos impactantes, sin importar el equipo que tengas. El propósito es desarrollar tu ojo fotográfico, mejorar tus habilidades creativas y de observación, y aprender trucos y técnicas sencillas para editar tus imágenes.

TALLER DE CANTO GRUPAL (A)

Camila Martín

Miércoles 17:10 hs.

El canto colectivo nos invita a disfrutar de la música a través de las canciones que nos evocan diversos momentos y emociones. En este taller buscaremos incorporar herramientas técnicas y expresivas para poder interpretar músicas de acá y del mundo.

PERCUSIÓN CON SEÑAS (C)

Sebastián Barroso

Jueves 9:00 hs.

Mediante un lenguaje de alrededor de 100 señas realizadas con las manos y el cuerpo, el director coordina a los participantes, cuyas ejecuciones en la percusión se convierten en composiciones rítmicas y musicales. Conoceremos las señas y su significado; principios básicos del ritmo y diversos géneros musicales a través de la percusión. El taller estimula la memoria y la concentración. No se necesitan conocimientos previos.

DISEÑO DE JARDINES (C)

Sandra Páez

Jueves 15:00 hs.

Brindaremos las herramientas necesarias para diseñar, planificar y mantener un cantero en su propio jardín. Se explorarán distintos estilos de canteros, con las especies vegetales adecuadas según el color, el estilo, el clima y los usos específicos del espacio. Aprenderemos técnicas básicas y esenciales para el cuidado en las diferentes estaciones del año, asegurando su perdurabilidad a lo largo del tiempo.

TALLER CORAL (A)

Julián Zurbriggen

Jueves 16:00 hs.

Trabajaremos en formato de taller coral a tres voces con arreglos propios y un repertorio orientado hacia géneros provenientes de la música latinoamericana.

TALLER DE CREACIÓN DE OBRAS DE TEATRO (A)

Natalia Buyatti

Jueves 16:00 hs.

Nos lanzaremos a la aventura de la creación escénica, atravesaremos en grupo todas las etapas de un proceso creativo para la construcción de una obra teatral. Improvisaremos, crearemos una dramaturgia, aprenderemos herramientas de composición, construiremos la escenografía y el vestuario, y aprenderemos mientras lo hacemos.

TECNOLOGÍAS

USO DEL CELULAR: NIVEL INTERMEDIO (A)

Victoria Gross

Martes 9:00 hs.

Aprenderemos sobre la estructura básica del celular para conocer mejor cómo funciona y cómo usarlo. Enviaremos mensajes y correos electrónicos, haremos llamadas, administraremos fotos y videos. Indagaremos en almacenamiento, capturas de pantalla, configuración del celular, portapapeles, notificaciones, códigos QR. Veremos aplicaciones de mapa, aplicaciones de Google, y mucho más!. También nos asomaremos a las nuevas aplicaciones que contienen IA (inteligencia Artificial)

APROVECHAR AL MÁXIMO TU CELULAR (A)

Victoria Gross

Martes 11:10 hs.

Avanzaremos en el aprendizaje del uso del celular sacándole el máximo provecho a lo que ya sabemos y conociendo nuevas plataformas y funciones de nuestro celular. Trabajaremos en el uso de whatsapp, redes sociales (Facebook, Instagram, Tik Tok), aplicaciones de mapa, aplicaciones de la nube de Google, transferencias bancarias, organización de viajes. Aprenderemos vocabulario acerca de las nuevas tecnologías.

En el mundo en el que vivimos muchos de nuestros tramites se desarrollan y se realizan mediante nuestro celular y nosotros te ayudamos a sacarle el máximo provecho.

PRIMER ACERCAMIENTO AL CELULAR (A)

Victoria Gross

Jueves 9:00 hs.

Aprenderemos sobre la estructura básica del celular para entender su funcionamiento. Haremos llamadas, enviaremos mensajes, usaremos whatsapp, mantendremos en orden el almacenamiento del dispositivo, enviaremos correos electrónicos, nos conectaremos a redes wifi, sacaremos fotos y videos. Si no te llevas tan bien con tu celular o adquiriste un celular inteligente hace poco tiempo, ¡sumate a este curso!

TECNOLOGÍA PARA SIMPLIFICAR LA VIDA (C)

Victoria Gross

Jueves 15:00 hs.

Para quienes tienen experiencia, el curso los ayudará a profundizar en aplicaciones de Google, almacenamiento, redes sociales, apps de compras y viajes, entre muchas cosas más. Con este curso se busca aprender a usar cada herramienta desde la computadora y desde el celular, entendiendo que pueden compartir contenido.

COMPUTACIÓN NIVEL INICIAL (C)

Julia Vittar

Jueves 17:10 hs.

Aprenderemos habilidades para el uso de nuestra computadora tales como: navegar en Internet, enviar correos electrónicos, adjuntar archivos y usar las aplicaciones esenciales, así como crear carpetas con fotos y documentos. Aprenderemos a utilizar el potencial máximo de nuestra computadora para poder sacar todo el provecho posible.

¡¡CURSOS GRATIS DE VERANO!!

En Febrero el CEPRAM te ofrece más de 15 cursos cortos GRATUITOS para que vayamos entrando en ritmo.

Habrà de todas las temáticas. Comienzan el 25 de FEBRERO.

Anotate YA en Secretaria del Cepram.

Cupos Limitados

CONGELAMOS LOS PRECIOS

PODES ADELANTAR EN EL 2024 CUOTAS DEL 2025.

LAS CLASES COMIENZAN EL

10 DE MARZO DEL 2025

¡¡PROMO INSCRIPCIÓN!!

SI HACES 2 O MÁS CURSOS LA SEGUNDA INSCRIPCIÓN ES AL 50%

LAS INSCRIPCIONES EN EL 2025 COMIENZAN EL 10 DE FEBRERO.

VALOR DE LA INSCRIPCIÓN:

\$25.000

VALOR DE LA CUOTA

\$25.000 (DIC. 2024)

TE NECESITAMOS... VOLUNTARIO

En el CEPRAM funcionan más de 8 Voluntariados. Es nuestra forma de devolverle a la sociedad todo lo que nos da. Te estamos buscando para que te sumes. Entre todos somos más fuertes.

**Podes inscribirte en
www.cepram.org.ar**