

oferta de formación

FEBRERO 2016

Solicitudes: 8 y 9 de Febrero

Sorteo: 16 de Febrero

Matrículas: 22 y 23 de Febrero

SOLICITUD ONLINE

www.zaragoza.es/ciudad/sectores/mujer

LA CASA DE LA MUJER DEL AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA
PRESENTA SU OFERTA DE CURSOS DE FORMACIÓN EN DIFERENTES ÁREAS:

1. FORMACIÓN ASOCIADA AL EMPLEO: dirigida a personas desempleadas o en mejora de empleo que quieran mejorar su currículum profesional.

2. DESARROLLO DE HABILIDADES PARA LAS RELACIONES LABORALES Y PERSONALES: dirigida a personas que quieran mejorar su autoconcepto y las capacidades que favorecen la empleabilidad.

3. PROMOCIÓN DE LA IGUALDAD: dirigida a personas que quieran formarse y/o sensibilizarse en valores de igualdad entre mujeres y hombres.

PROCEDIMIENTO PARA ACCEDER A LOS CURSOS

1. SOLICITUD DE CURSOS:

- Se podrán realizar los **días 8 y 9 de Febrero** en:

- La Casa de la Mujer, C/D. Juan de Aragón 2 de 9,00 a 13,00 h y de 17,00 a 19,00 h.
- Web municipal www.zaragoza.es/ciudad/sectores/mujer de 9,00 h del día 8 a las 24h del día 9.

Recomendamos imprimir solicitud.

En la web municipal estará expuesta la relación de las personas solicitantes de cursos y el número asignado para el sorteo.

- Las **rectificaciones** sobre los posibles errores en esta relación se podrán efectuar en la Casa de la Mujer los días 8 y 9 de 9,00 a 13,00 h y de 17,00 a 19,00 h
- Cada persona podrá solicitar un solo curso. 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. ACCESO A LAS PLAZAS:

- Cursos que requieran **preinscripción**: la organización se pondrá en contacto telefónico para informar del día y hora en el que se realizará una entrevista personal.
- Cursos que requieren **sorteo**: se realizará el **16 de Febrero a las 10,00 h** en el Salón de Actos de la Casa de la Mujer.
- El sorteo será público, hasta completar aforo. 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 h de ese mismo día en la Casa de la Mujer y en la web municipal.

3. MATRÍCULA:

Días 22 y 23 de Febrero de 9,00 a 13,00 h y de 17,00 a 19,00 horas

en la Casa de la Mujer. D. Juan de Aragón, 2.

Será imprescindible presentar fotocopia del DNI, NIE o Pasaporte y tarjeta de desempleo para los cursos de Formación asociada al empleo.

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 del 80% de las plazas ofertadas en el curso.

El Ayuntamiento de Zaragoza se reserva la posibilidad de modificar fechas de comienzo y finalización de cursos ,así como adjudicación de plazas ante situaciones excepcionales.

•Todos los cursos son gratuitos

4. FORMACIÓN COMPLEMENTARIA:

Todas las personas matriculadas en la presente oferta, (excepto en los cursos de informática) tienen opción a conocer el manejo del ordenador, participando en el módulo MANEJAR EL RATÓN Y CONOCER EL TECLADO. Estos módulos se realizarán en horario de mañana y tarde y con un mínimo de 8 personas interesadas.

1

FORMACIÓN ASOCIADA AL EMPLEO

Dirigida a personas desempleadas o en mejora de empleo que quieran suerarse en su currículum profesional

1.1 INFORMÁTICA BÁSICA

Escribir textos e Internet

Del 29 de febrero al 30 de mayo

Los lunes de 16,00 a 18,00 h.
Espacio Mujeres

Requisitos: no manejar el ordenador

8 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 24 H.

*1.2 INFORMÁTICA, INTERNET Y CORREO ELECTRÓNICO

Conocimientos básicos de manejo de ordenador

Del 29 de febrero al 30 de mayo

Los lunes de 18,15 a 20,15 h.
Espacio Mujeres

Requisitos: conocimientos básicos de manejo de ordenador

8 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 24 H.

1.3 INFORMÁTICA BÁSICA

Escribir textos e Internet

Del 1 de marzo al 31 de mayo

Los martes de 11,30 a 13,30 h.
Espacio Mujeres

Requisitos: no manejar el ordenador

12 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 24 H.

1.4 INFORMÁTICA BÁSICA

Del 2 de marzo al 25 de mayo

Los miércoles de 9,00 a 11,00 h.
Espacio Mujeres

Requisitos: no manejar el ordenador

12 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 24 H.

***1.5 INFORMÁTICA, INTERNET Y CORREO ELECTRÓNICO**

Del 2 de marzo al 25 de mayo
Los miércoles de 11,30 a 13,30 h.
Espacio Mujeres
Requisitos: conocimientos básicos de manejo de ordenador

12 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 24 H.

***1.6 APLICACIONES PRÁCTICAS DE INTERNET**

Del 3 de marzo al 26 de mayo
Los jueves de 9,30 a 11,30 h.
Espacio Mujeres
Requisitos: conocimientos básicos de informática e internet

12 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 24 H.

***1.7 INTRODUCCIÓN A LAS REDES SOCIALES**

Del 1 de marzo al 31 de mayo
Los martes de 16,00 a 18,00 h.
Espacio Mujeres
Requisitos: conocimientos básicos de informática e internet

12 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 24 H.

1.8 COSTURA BÁSICA Y CREATIVA

Del 7 de marzo al 24 de mayo
Lunes y martes de 9,30 a 12,30 h.
C/ COSO 194
Requisitos: conocimientos básicos de costura

12 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
Y HOMBRES
DURACIÓN: 63 H.

1.9 COSTURA AVANZADA

Del 9 de marzo al 25 de mayo
Miérc. y jueves de 16,30 a 19,30 h.
C/ COSO 194
Requisitos: Acreditar conocimientos de costura básica

12 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 63 H.

* Los cursos 1.2, 1.5, 1.6, 1.7 tienen PRUEBA DE NIVEL.
La fecha y el lugar de la misma se comunicará el día de la matrícula.



2

DESARROLLO DE HABILIDADES PARA LAS RELACIONES LABORALES Y PERSONALES

Dirigida a personas que quieran mejorar su autoconcepto y las capacidades que favorecen la empleabilidad

2.1 TRANSFORMAR LA MANERA DE PENSAR

Percepciones, pensamientos y actitudes

Del 7 de marzo al 30 de mayo

Los lunes de 17,00 a 19.00 h.

Casa de la Mujer

18 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 22 H.

2.2 ATRÉVETE A QUITAR LAS MÁSCARAS A TRAVÉS DEL CLOWN

Del 15 de marzo al 10 de mayo

Los martes de 17,00 a 19,00 h.

Espacio Mujeres

18 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 16 H.

2.3 MANEJO DE LAS EMOCIONES

Del 2 de marzo al 18 de mayo

Los miércoles de 9,30 a 11,30 h.

Casa de la Mujer

18 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 22 H.

2.4 MANEJO DE LAS EMOCIONES

1 de marzo al 24 de mayo

Los martes de 17,00 a 19,00 h.

Casa de la Mujer

18 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 22 H.

2.5 EL TEATRO DE LA VIDA:

Técnicas, improvisaciones y estrategias

Del 3 marzo al 2 de junio

Los jueves de 10,00 a 12,00 h.
Espacio Mujeres

16 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 24 H.

2.6 APRENDER DESAPRENDER PARA CAMBIAR:

Introducción a la PNL

Del 29 de febrero al 30 de mayo

Los lunes de 17,00 a 19,00 h.
Casa de la Mujer

16 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
Y HOMBRES
DURACIÓN: 24 H.

2.7 CONTROL DEL ESTRÉS

Técnicas de relajación

Del 2 de marzo al 18 de mayo

Los miércoles de 10,00 a 11,30 h.
Espacio Mujeres

15 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 15 H.

2.8 COMUNICACIÓN INTERPERSONAL

Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS. Introducción a la PNL

Del 2 de marzo al 25 de mayo

Los miércoles de 9,30 a 11,30 h.
Espacio Mujeres

16 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
Y HOMBRES
DURACIÓN: 24 H.

2.9 MINDFULLNESS. ATENCION PLENA, MEDITACIÓN

Del 9 de marzo al 25 de mayo

Los miércoles de 17,00 a 19,00 h.
Casa de la Mujer

15 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 22 H.

2.10 TÉCNICAS PARA EL CONOCIMIENTO DEL CUERPO Y LA MENTE

Del 15 de marzo al 31 de mayo

Los martes de 10,00 a 12,00 h.
Espacio Mujeres

15 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
DURACIÓN: 22 H.

3

3. PROMOCIÓN DE LA IGUALDAD

Dirigida a personas que quieran formarse y/o sensibilizarse en valores de igualdad entre los sexos

3.1 PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO DESDE LA EDUCACIÓN

Del 26 de febrero al 29 de abril
Los viernes de 9,30 a 13,00 h.
Casa de la Mujer
Requisitos: personas del ámbito educativo, social y de salud

20 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
Y HOMBRES
DURACIÓN: 28 H.

3.3 LIDERAZGO TRANSFORMACIONAL CON PERSPECTIVA DE GÉNERO

Del 1 de marzo al 26 de abril
Los martes de 9,30 a 11,30 h.
Casa de la Mujer
Requisitos: pref. con conocimientos pertenencia a organizaciones sociales y/o laborales

15 PLAZAS
ELEGIDAS POR
PREINSCRIPCIÓN
PARA MUJERES
DURACIÓN: 20 H.

3.2 DISEÑO DE PROYECTOS SOCIALES CON PERSPECTIVA DE GÉNERO

Del 2 de marzo al 27 de abril
Los miércoles de 9,30 a 11,30 h.
Casa de la Mujer
Requisitos: personas que trabajen en proyectos educativos y/o sociales

15 PLAZAS
ELEGIDAS POR
PREINSCRIPCIÓN
PARA MUJERES
Y HOMBRES
DURACIÓN: 16 H.
ampliables

3.4 EL CUENTO

Transmisor de valores y estereotipos

Del 3 de marzo al 28 de abril
Los jueves de 17,00 a 19,00 h.
Casa de la Mujer
Requisitos: personas del ámbito educativo y/o social

20 PLAZAS
POR SORTEO
PARA MUJERES
Y HOMBRES
DURACIÓN: 16 H.



DIRECCIONES DE INTERÉS PARA LOS CURSOS

CASA DE LA MUJER

Don Juan de Aragón, 2 - www.zaragoza.es
Tfno. 976 72 60 40 / Fax 976 72 60 42

ESPACIO MUJERES

Avda. Miguel Servet, 174-178
Tfno. 976 134 631

TALLER DE CONFECCIÓN

Coso, 194 (*entrada por C/ Arcadas*)
Tfno. 976 39 86 04

casa de la mujer*

Don Juan de Aragón,2

tel. 976 72 60 40

casamujer@zaragoza.es

zaragoza.es/ciudad/sectores/mujer



Zaragoza

AYUNTAMIENTO

CASA DE LA MUJER