
UNIVERSIDAD POPULAR

JUAN RODRÍGUEZ DORESTE

*info*up

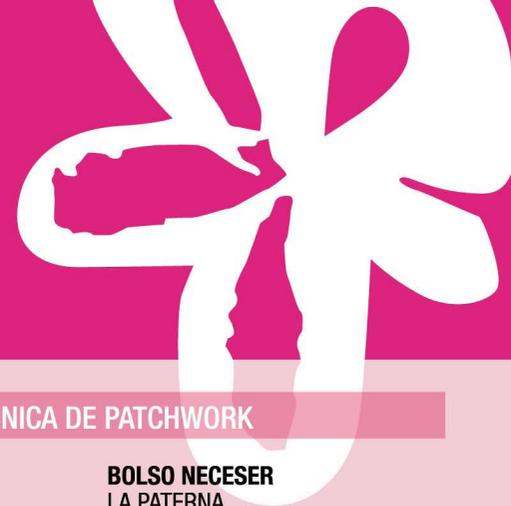


@UPLasPalmasGC

Actividades Socioculturales

FEBRERO/MARZO 2018





TÉCNICA DIBUJO Y PINTURA

ARTE EN TIZA

Dibujar sobre pizarra
LOMO BLANCO
Días: M y J del 1 al 27 de febr.
Horario: de 15:30 a 16:45h
Matrícula: a partir del 17 de ene.
Coste: 3 € - Ref: L-31

TÉCNICAS PICTÓRICAS (LOS ACRÍLICOS)

TAMARACEITE
Días: L y M del 5 de mar. al 4
de abril
Horario: de 18:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 12 de febr.
Coste: 3 € - Ref: T-15

PINTURA AL TEMPLO DE HUEVO GUANARTEME

Días: 6, 8 y 15 de febr.
Horario: de 19:15 a 20:45h
Matrícula: a partir del 29 de ene.
Coste: 3 € - Ref: G-73

TÉCNICA DE PATCHWORK

PATCHWORK SIN AGUJAS CIUDAD ALTA

Días: 5, 7, 12 y 14 de mar.
Horario: de 17:00 a 19:30h
Matrícula: a partir del 26 de febr.
Coste: 3 € - Ref: C-28

BOLSO NECESER LA PATERNA

Días: L y X del 5 al 19 de mar.
Horario: de 17:00 a 19:00h
Matrícula: a partir del 05 de febr.
Coste: 3 € - Ref: P-05

DECOUPAGE EN TELA

ARENALES

Días: L y X del 14 al 28 de febr.
Horario: de 18:30 a 20:30h
Matrícula: a partir del 05 de febr.
Coste: 3 € - Ref: A-02

EXPOSICIONES

MUESTRA DE DIBUJO

Taller de dibujo y pintura - UP de
Guanarteme
Lugar: Centro Cultural Pepe
Dámaso
Días: L a V del 20 al 27 de febr.
Horario: de 9:00 a 13:00h y de
16:00 a 20:00h
Entrada libre

MUJER, LA PASARELA ES TUYA

Exposición de Invierno - taller de
diseño y moda
Lugar: UP La Isleta y UP Cono Sur
Días: L a J del 22 de febr. al 1 de
mar.
Horario: de 15:30 a 20:30h
Entrada libre

BISUTERÍA DE RECICLAJE

GUANARTEME

Días: 6, 8, 13 y 15 de mar.
Horario: de 19:15 a 20:45h
Matrícula: a partir del 26 de febr.
Coste: 3 € - Ref: G-74

CESTA DE TRAPILLO

LA ISLETA

Días: 19 y 21 de febr.
Horario: de 17:30 a 19:30h
Matrícula: a partir del 30 de ene.
Coste: 3 € - Ref: I-10

PASARELA DE MODA

Pasarela de moda Invierno - taller
de diseño y moda
Lugar: Centro Cultural Pepe Dámaso
Día: 22 de febr. a las 19:00h
Entrada libre

ENCUADERNACIÓN

LOMO BLANCO

Días: M y J del 6 de febr. al 19 de
abril
Horario: de 19:15 a 20:30h
Matrícula: a partir del 17 de ene.
Coste: 3 € - Ref: L-29

CONO SUR

Días: L y X de 7 de febr. al 7 de
mar.
Horario: de 19:00 a 20:30h
Matrícula: a partir del 17 de ene.
Coste: 2 kilos alim. no perrec.
Ref: S-17

LETTERING

Aprender a trazar letras con estilo
LOMO BLANCO

Días: M y J del 1 al 15 de mar.
Horario: de 15:30 a 16:45h
Matrícula: a partir del 17 de ene.
Coste: 3 € - Ref: L-32

BOLSO TEXTIL

CIUDAD ALTA

Días: 5 y 7 de mar.
Horario: de 16:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 26 de febr.
Coste: 3 € - Ref: C-26

COJINES BORDADO MEJICANO

CIUDAD ALTA

Días: 8 y 15 de febr.
Horario: de 16:00 a 20:30h
Matrícula: a partir del 29 de ene.
Coste: 3 € - Ref: C-23

EL RINCÓN DE LAS IDEAS

TALLER REALIZADO POR
VOLUNTARIOS DE FILOSOFÍA
ASOC. NUEVA ACROPOLIS

GUANARTEME
Días: M del 20 de febr. hasta junio
Horario: de 19:00 a 20:30h
Matrícula: a partir del 07 de febr.
Requiere inscripción - Ref: G-61

INICIACIÓN A SEVILLANAS Y FLAMENCO

Impartido por: Encarna Carrero Maresco
CONO SUR
Días: M y J del 15 de febr. al 13 de
mar.
Horario: de 10:00 a 11:30h
Matrícula: a partir del 17 de ene.
Coste: 2 kilos alim. no perrec.
Ref: S-15

BULLET JOURNAL

PLANIFICA TU PROPIA AGENDA

LOMO BLANCO
Días: M y J del 19 al 22 de mar.
Horario: de 15:30 a 16:45h
Matrícula: a partir del 17 de ene.
Coste: 3 € - Ref: L-33

INTERPRETACIÓN PARA CINE

INTRODUCCIÓN AL MEDIO CINEMATOGRAFICO

LA ISLETA
Días: 6, 8, 13, 15 y 20 mar.
Horario: de 16:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 06 de febr.
Coste: 3 € - Ref: I-13

CARTERA DE MANO

CIUDAD ALTA

Días: 12 y 14 de febr.
Horario: de 16:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 29 de ene.
Coste: 3 € - Ref: C-21





COCINAS DEL MUNDO

COCINA MARROQUÍ

Cuscús y dulce
Impartido por: Amal Zbida
GUANARTEME
Día: 8 de febr.
Horario: de 10:00 a 12:00h
Matrícula: a partir del 29 de ene.
Coste: 3 € - Ref: G-75

Pastela de pollo y dulce de cacahuete
Impartido por: Amal Zbida
GUANARTEME
Día: 21 de febr.
Horario: de 17:00 a 19:00h
Matrícula: a partir del 12 de febr.
Coste: 3 € - Ref: G-76

Tajine de pollo con verduras y
guarnición de arroz
CONO SUR
Día: 19 de febr.
Horario: de 17:00 a 18:30h
Matrícula: a partir del 15 de ene.
Coste: 2 kilos alim. no perec.
Ref: S-13

COCINANDO ARROZ

Arroz negro con calamares / Arroz
a banda
Impartido por: Gustavo Hawach
GUANARTEME
Día: 20 de febr.
Horario: de 10:00 a 12:00h
Matrícula: a partir del 12 de febr.
Coste: 3 € - Ref: G-77

BRAZO GITANO (dulce)

CONO SUR
Día: 21 de febr.
Horario: de 17:00 a 18:30h
Matrícula: a partir del 15 de ene.
Coste: 2 kilos alim. no perec.
Ref: S-14

NUEVAS TECNOLOGÍAS

INICIACIÓN AL FACEBOOK Y WHATSAPP

Impartido por: Fundación Belén María
GUANARTEME

Turno 1: 1 y 2 de febr.
Ref: G-63
Horario: de 10:00 a 13:00h
Matrícula: a partir del 24 de ene.

Turno 2: 19 y 20 de febr.
Ref: G-65
Horario: de 17:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 12 de febr.

Turno 3: 15 y 16 de mar.
Ref: G-68
Horario: de 10:00 a 13:00h
Matrícula: a partir del 05 de mar.

Turno 4: 19 y 20 de mar.
Ref: G-70
Horario: de 17:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 12 de mar.

MANEJO DEL SMARTPHONE Y LA TABLET

Impartido por: Fundación Belén María
GUANARTEME

Turno 1: 8 y 9 de febr.
Ref: G-64
Horario: de 10:00 a 13:00h
Matrícula: a partir del 30 de ene.

Turno 2: 26 y 27 de febr.
Ref: G-66
Horario: de 17:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 19 de febr.

Turno 3: 12 y 13 de mar.
Ref: G-67
Horario: de 17:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 05 de mar.

Turno 4: 22 y 23 de mar.
Ref: G-69
Horario: de 10:00 a 13:00h
Matrícula: a partir del 12 de mar.

ELABORANDO PAN ARTESANAL

Pan de puño / Pan de centeno y
cerveza negra / Pan de barra
Impartido por: Gustavo Hawach
GUANARTEME
Días: 27 de febr.
Horario: de 17:00 a 19:00h
Matrícula: a partir del 19 de febr.
Coste: 3 € - Ref: G-78

INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA

ARENALES
Días: De L a V del 14 al 27 de febr.
Horario: de 10:00 a 12:00h
Matrícula: a partir del 05 de febr.
Coste: 3 € - Ref: A-03

INTERNET

INTRODUCCIÓN A INTERNET
GUANARTEME
Días: del 19 al 23 de febr.
Horario: de 10:00 a 12:00h
Matrícula: a partir del 08 de febr.
Coste: 3 € - Ref: G-54

INTERNET Y CORREO ELECTRÓNICO
ARENALES
Días: De L a V del 12 al 23 de mar.
Horario: de 17:00 a 19:00h
Matrícula: a partir del 26 de febr.
Coste: 3 € - Ref: A-10

TRÁMITES POR INTERNET
GUANARTEME
Días: 13,14 y 15 de mar.
Horario: de 17:00 a 19:00h
Matrícula: a partir del 05 de mar.
Coste: 3 € - Ref: G-55

FACEBOOK AVANZADO
Impartido por: Fundación Belén María
GUANARTEME - Ref: G-71
Días: 21 y 22 de mar.
Horario: de 17:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 13 de mar.
Taller gratuito (Requiere inscripción)

OFIMÁTICA

ARENALES
Días: De L a V del 12 al 23 de mar.
Horario: de 10:00 a 12:00h
Matrícula: a partir del 26 de febr.
Coste: 3 € - Ref: A-09



SALUD, CUIDADO Y DESARROLLO PERSONAL

PLANTAS MEDICINALES

Charla sobre mejorar stress y ansiedad
Impartido por: Jorge Cruz
CONO SUR
Día: 7 de mar.
Horario: de 19:00 a 20:30h
Matrícula: a partir del 14 de febr.
Coste: 2 kilos alim. no perrec.
Ref: S-18

APRENDER A USAR EL ALOE VERA

ARENALES
Día: 9 de mar.
Horario: de 09:00 a 13:00h
Matrícula: a partir del 26 de febr.
Coste: 3 € - Ref: A-07

BAILES LATINOS

LOMO BLANCO
Días: J del 8 de febr. al 26 de abril
Horario: de 18:30 a 20:00h
Matrícula: a partir del 17 de ene.
Coste: 9 € - Ref: L-27

LOMO BLANCO
Días: M del 5 de febr. al 24 de abril
Horario: de 18:00 a 19:30h
Matrícula: a partir del 17 de ene.
Coste: 9 € - Ref: L-26

ESTÉTICA E IMAGEN PERSONAL

CUIDADO DE LA IMAGEN PERSONAL

ARENALES
Días: L y X del 5 al 19 de marzo
Horario: de 18:30 a 20:30h
Matrícula: a partir del 19 de febr.
Coste: 3 € - Ref: A-08

CUIDADO FACIAL

CIUDAD ALTA
Día: 6 de marzo
Horario: de 17:00 a 19:30h
Matrícula: a partir del 27 de febr.
Coste: 3 € - Ref: C-29

MAQUILLAJE

MAQUILLAJE EXPRÉS
CIUDAD ALTA
Día: 8 de marzo
Horario: de 17:00 a 19:30h
Matrícula: a partir del 27 de febr.
Coste: 3 € - Ref: C-30

MAQUILLAJE PARA FIESTAS Y EVENTOS
CIUDAD ALTA
Día: 15 de marzo
Horario: de 17:00 a 19:30h
Matrícula: a partir del 27 de febr.
Coste: 3 € - Ref: C-32

MAQUILLAJE PARA OJOS
Diferentes técnicas
CIUDAD ALTA
Día: 13 de marzo
Horario: de 17:00 a 19:30h
Matrícula: a partir del 27 de febr.
Coste: 3 € - Ref: C-31

ENTRENANDO LA MEMORIA

ARENALES
Días: M y J del 15 de febr. al 23 de mar.
Horario: de 11:30 a 13:00h
Matrícula: a partir del 01 de febr.
Coste: 6 € - Ref: A-05

GUANARTEME
Días: L y X del 12 de febr. hasta el 21 de mar.
Horario: de 11:00 a 12:30h
Matrícula: a partir del 05 de febr.
Coste: 6 € - Ref: G-53

CONO SUR
Días: L y X del 12 de febr. al 21 de mar.
Horario: de 18:30 a 20:00h
Matrícula: a partir del 15 de ene.
Coste: 2 kilos alim. no perrec.
Ref: S-12

LA PATERNA
Días: M y J del 15 de febr. al 23 de mar.
Horario: de 09:00 a 10:30h
Matrícula: a partir del 01 de febr.
Coste: 6 € - Ref: P-04

TALLER DE ESCRITURA

Mejorar la comunicación a través de la escritura
LA ISLETA
Días: 28 de febr., 7, 14 y 21 de abril
Horario: de 18:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 05 de febr.
Coste: 3 € - Ref: I-12

SALUD CORPORAL

INICIACIÓN AL YOGA

ARENALES
Horario: de 17:00 a 19:00h
Turno 1: M y J del 8 de febr. al 1 de mar.
Matrícula: a partir del 29 de ene.
Coste: 6 € - Ref: A-01

Turno 2: M y J del 6 al 22 de mar.
Matrícula: a partir del 19 de febr.
Coste: 3 € - Ref: A-06

RECUPERAR LA FORMA

Circuito de ejercicios y planning nutricional
LOMO BLANCO
Días: J del 8 de febr. al 26 de abr.
Horario: de 17:10 a 18:20h
Matrícula: a partir del 17 de ene.
Coste: 9 € - Ref: L-30

ARTE Y YOGA

IdentificArte - EmocionArte - SanArte
TAMARACEITE
Días: M y J del 13 de febr. al 2 de mayo
Horario: de 16:30 a 18:00h
Matrícula: a partir del 22 de ene.
Coste: 9 € - Ref: T-14

GUANARTEME
Días: L y X del 7 al 21 de mar.
Horario: de 17:00 a 19:00h
Matrícula: a partir del 26 de febr.
Coste: 3 € - Ref: G-56

APRENDER A MONTAR EN BICI EN FAMILIA

GUANARTEME
Días: 10, 11, 17 y 18 de febr.
Horario: de 10:00 a 12:00h
Matrícula: a partir del 30 de ene.
Coste: 3 € - Ref: G-57

APRENDER A MONTAR EN BICI

GUANARTEME
Días: del 20 al 23 de febr.
Horario: de 16:30 a 18:30h
Matrícula: a partir del 12 de febr.
Coste: 3 € - Ref: G-58

GUANARTEME
Días: del 20 al 23 de mar.
Horario: de 16:30 a 18:30h
Matrícula: a partir del 12 de mar.
Coste: 3 € - Ref: G-59

SALUD EMOCIONAL

EXPRESIÓN CORPORAL RELAJACIÓN Y RISOTERAPIA

Gimnasia para la salud
CIUDAD ALTA
Días: 6, 8, 13 y 15 de mar.
Horario: de 17:00 a 19:00h
Matrícula: a partir del 26 de febr.
Coste: 3 € - Ref: C-27

ATRAPA TUS SUEÑOS

Inauguración de la exposición el 5 de marzo a las 18:30h
Voluntarias de la UP Lomo Blanco
Lugar: Centro Cultura Pepe Dámaso
Días: del 5 al 20 de mar.
Horario: de 10:00 a 12:00h y de 17:00 a 20:00h
Entrada libre - Ref: L-37

INTELIGENCIA EMOCIONAL

CIUDAD ALTA
Días: 19, 21, 26 y 28 de febr.
Horario: de 18:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 07 de febr.
Coste: 3 € - Ref: C-22

TALLER DE AUTOESTIMA

LA ISLETA
Días: 5, 7, 12 y 14 de mar.
Horario: de 17:30 a 19:30h
Matrícula: a partir del 07 de febr.
Coste: 3 € - Ref: I-11

INTELIGENCIA ESPIRITUAL

CIUDAD ALTA
Días: 12, 14, 19 y 21 de mar.
Horario: de 18:00 a 20:00h
Matrícula: a partir del 28 de febr.
Coste: 3 € - Ref: C-33

AMARTE A TÍ MISMO/A

Charla de Carmen Reyes (Asociación Ada)
CONO SUR
Día: 14 de febr.
Horario: de 19:00 a 20:30h
Matrícula: a partir del 17 de ene.
Coste: 2 kilos alim. no perrec.
Ref: S-16



UNIVERSIDAD POPULAR

JUAN RODRÍGUEZ DORESTE

infoup

Actividades Socioculturales

FEBRERO/MARZO 2018



EMPLEABILIDAD
Y SOLIDARIDAD



TRADICIONES
CANARIAS

MANIPULADOR DE ALIMENTOS

LA PATERNA

Días: 20 y 22 de febr.

Horario: 17:00-20:00h

Matrícula: a partir del 01 de febr.

Coste: 3 € - Ref: P-03

ARENALES

Días: 26 y 28 de febr.

Horario: de 09:00 a 12:00h

Matrícula: a partir del 12 de febr.

Coste: 3 € - Ref: A-04

ARENALES

Días: 12 y 13 de mar.

Horario: de 17:00 a 20:00h

Matrícula: a partir del 27 de febr.

Coste: 3 € - Ref: A-11

LA PATERNA

Días: 20 y 22 de mar.

Horario: 09:30-12:30h

Matrícula: a partir del 19 de febr.

Coste: 3 € - Ref: P-06

UTILIZA TU MÁQUINA DE COSER

CIUDAD ALTA

Días: 20, 22 y 27 de febr.

Horario: de 16:00 a 20:00h

Matrícula: a partir del 07 de febr.

Coste: 3 € - Ref: C-24

HUERTOS URBANOS

GUANARTEME

Días: M y V desde febr. a julio

Horario: de 10:00 a 12:00h

Matrícula: a partir del 29 de ene.

Coste: 3 € - Ref: G-62

HUERTOS VERTICALES EN CASA

TAMARACEITE

Días: L y X del 19 al 26 de febr.

Horario: 18:00 a 20:00h

Matrícula: a partir del 29 de ene.

Coste: 3 € - Ref: T-16

RANCHO CANARIO

Impartido por: Pedro Ortega

GUANARTEME

Día: 16 de febrero

Horario: de 10:00 a 12:00h

Matrícula: a partir del 05 de febrero

Coste: 3 € - Ref: G-60

CHÁCARAS, TAMBORES Y BAILES

LOMO BLANCO

Días: X del 7 de febrero al 25 de abril

Horario: de 18:30 a 20:00h

Matrícula: a partir del 17 de enero

Coste: 9 € - Ref: L-28

CENTRO CULTURAL PEPE DÁMASO: C/ Benecharo, 51 (La Isleta - Las Palmas de Gran Canaria)

UNIVERSIDAD POPULAR

JUAN RODRÍGUEZ DORESTE

infoup

Actividades Socioculturales

FEBRERO/MARZO 2018

@UPLasPalmasGC

LA UNIVERSIDAD POPULAR JUAN RODRÍGUEZ DORESTE SE RESERVA EL DERECHO DE SUSPENDER O MODIFICAR LOS DÍAS Y HORARIOS DE ALGUNA ACTIVIDAD POR CAUSAS ORGANIZATIVAS.

Procedimiento de matrícula: Con carácter general la fecha de la matrícula de las actividades aquí anunciadas, vendrá determinada en cada actividad. La matrícula presencial tendrá preferencia sobre la realizada por teléfono. Con carácter general cada persona sólo podrá presentar una inscripción en cada actividad ofertada.

Si quieres recibir información de todas las actividades manda un correo a educacion.up@laspalmasgc.es

DIRECCIONES UNIVERSIDAD POPULAR

CENTRO LOMO BLANCO

C/ San José Artesano, 23

Tlf.: **928 354 424**

Horario: de lunes a jueves de 15:30 a 20:30 h.

uplomo@laspalmasgc.es

CENTRO CONO SUR

C/ Santiago Tejera, 8

Tlf.: **928 321 411**

Horario: lunes y miércoles de 15:30 a 20:30 h.,
martes y jueves de 9:00 a 13:00 h.

upconosur@laspalmasgc.es

CENTRO GUANARTEME

C.P. Fernando Guanarteme,

C/ Industrial José Sánchez Peñate

Tlf.: **928 270 094**

Horario: de lunes a jueves de 9:00 a 13:00 h.
y de 15:30 a 20:30 h.

upguanar@laspalmasgc.es

UP ARENALES

C/Alfonso XIII, 2

Tlf.: **928 949 046**

Horario: de lunes a jueves de 16:30h a 18:30h

educartearenales@gmail.com

UP LA PATERNA

C/Manuel de Falla, s/n (entre el nº70 y el nº72)

Tlf.: **928 427 984**

Horario: martes y jueves de 10:30h a 12:30h /
lunes a jueves de 17:00h a 20:00h

educartelapaterna@gmail.com

CENTRO LA ISLETA

C/ Osorio esquina Benecharo

Tlf.: **928 470 439**

Horario: de lunes a jueves de 15:30 a 20:30 h.

upisleta@laspalmasgc.es

CENTRO CIUDAD ALTA

C/ Urbanización Cinco Continentes s/n.

Tlf.: **928 424 670**

Horario: de lunes a jueves de 15:30 a 20:30 h.

upschama@laspalmasgc.es

CENTRO TAMARACEITE

C/ Doctor Medina Nebot, 3

Tlf.: **928 675 690**

Horario: de lunes a jueves de 15:30 a 20:30 h.

uptamar@laspalmasgc.es

COORDINACIÓN TÉCNICA

C/ León y Castillo, 322, 5º planta

Tlf.: **928 446 015**

educacion.up@laspalmasgc.es

conferencias · charlas · exposiciones
rutas senderismo · actividad festiva cultural
· sesiones prácticas
· cursos taller · encuentros



www.laspalmasgc.es

@UPLasPalmasGC