



RIO CUARTO, 15 ABR 2024

VISTO, la nota obrante a fojas 1 del Expediente N° 144888, presentada por la Secretaría de Extensión y Desarrollo de esta Universidad Nacional, y

**CONSIDERANDO:**

Que por la citada nota se solicita se autorice el dictado de los Talleres que se desarrollaran, durante el ciclo lectivo 2024, en el marco del Programa Educativo de Adultos Mayores (PEAM) dependiente de la mencionada Secretaría.

Por ello, y en uso de las atribuciones que le fueron conferidas por los artículos 22 y 25 del Estatuto de esta Universidad Nacional,

**LA VICERRECTORA  
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO CUARTO**

**Resuelve:**

**ARTICULO 1°-** Autorizar el dictado de los Talleres, los cuales obran como Anexo -I- de la presente, que se desarrollaran, durante el ciclo lectivo 2024, en el marco del Programa Educativo de Adultos Mayores (PEAM) dependiente de la Secretaría de Extensión y Desarrollo de esta Universidad Nacional.

**ARTICULO 2°-** Regístrese, comuníquese, publíquese. Tomen conocimiento las áreas de competencia. Cumplido, archívese.

RESOLUCION N°

0206

  
Prof. NORAM BIANCONI  
Vicerrectora  
Universidad Nacional de Río Cuarto

  
Prof. JORGE MIGUEL  
Secretario General  
Universidad Nacional de Río Cuarto



ANEXO -I- RESOLUCIÓN N°: **0206**

**Area desarrollo Cultural y Tecnológico**

**1- HISTORIAS DE VIDA**

**Prof. Lucila Amaya**

**Síntesis:** Tal vez alguna vez imaginaste que tu historia de vida merece ser contada en un libro. En este taller proponemos compartir y escribir todo aquello que los participantes quieran acerca de su propia historia de vida. ¿Cómo? A través de conversaciones amenas, reflexiones, producciones de textos y actividades que nos irán conduciendo a nuestro objetivo. Historias de vida que se comparten, desde el presente, resignificando lo que ya pasó y proyectando nuestros deseos en lo que nos permita seguir desarrollándonos, intercambiando con los demás y continuar aprendiendo de la vida.

**2- FILOSOFÍA: EL ESPEJO DE LAS IDEAS**

**Prof. Busso Luis Dario**

**Síntesis:** Lectura, análisis y debate de distintos autores de la Filosofía mundial, en torno a temas como la ética, moral, metafísica. Aprender a dejar preguntas abiertas como guía orientadora puede ser un ejercicio de mucha práctica para disolver compartimentos estancos y ejercitar un nuevo paradigma que no por más complejo es más difícil. Reconocer con humildad esto es una actitud filosófica que ya nos enseñaban los antiguos entre sus diez reglas de oro.

**3- ITALIANO INTERMEDIO**

**Prof. Viviana Dilena**

**Síntesis:** Nivel Intermedio de italiano es una invitación para quienes el año pasado realizaron el Nivel II, y también para todo aquel que tenga conocimientos más allá de los iniciales de la lengua italiana. Por un lado, aprenderemos a contar un viaje por Italia con la unidad didáctica: andiamo in vacanza!. Por otro lado, conoceremos una personalidad italiana, San Francesco; su vida llevada a un trabajo discográfico y a una obra de teatro; aspectos geográficos, turísticos, históricos y artísticos de su ciudad y de su región de origen: Assisi y Umbria.

**4- ITALIANO AVANZADO**

**Prof. Dilena Viviana**

**Síntesis:** Nivel Avanzado de italiano es una invitación para quienes el año pasado realizaron el UG, y también para todo aquel que tenga conocimientos más allá de los iniciales de la lengua italiana. Por un lado, aprenderemos hablar de los alimentos, a hacer las compras y a hablar de un receta navideña con la unidad didáctica saporì d'Italia.. Por otro lado conoceremos a un fundamental de la pintura medieval: Giotto; su estilo, su importancia en la pintura medieval y los frescos sobre la vida de San Francisco. También, fiestas y aniversarios italianos. La Navidad. El origen del pesebre. La importancia del



pesebre en Italia hoy. Recetas navideñas. Las ferias de Navidad. Benvenuti!

#### **5- FRECUENCIA PEAM (Radio)**

**Prof. Franco Evaristi**

**Síntesis:** La radio es magia. Un solo sentido, el oído, y todo lo demás es imaginación e inspiración. Esa radio que despertará emociones, reflexiones, conocimientos y muchas otras cosas... la harán las personas adultas mayores que se sumen a la propuesta del Taller de Radio "Frecuencia PEAM". Procurará generar capacidades creativas para comunicar desde una perspectiva mayor en un programa radial que se emite semanalmente por la FM 97.7, Radio Universidad Nacional de Río Cuarto. Para ello, el taller propondrá incursionar en los conceptos básicos de género radiofónico para construir y hacer circular sentidos con voces mayores que narren las acciones del Programa Educativo de Adultos Mayores -desde un enfoque periodístico-, recreen momentos de la historia, reflexionen sobre temáticas y problemáticas de las personas adultas mayores y, fundamentalmente, sean felices vivenciando la magia de la radio desde adentro.

#### **6- CREANDO TUS PROPIOS DISEÑOS DIGITALES**

**Prof. Fernández Jorgelina Elizabeth**

**Síntesis:** Te interesa crear publicaciones encantadoras para tus redes sociales, tarjetas, logos, invitaciones, stickers animados, carteles, videos y mucho más?.

El taller ofrecerá la oportunidad de familiarizarse con herramientas y software de diseño digital de última generación permitiendo que cualquier persona, independientemente de su formación previa, pueda crear contenido visualmente atractivo. Algunas de las actividades que realizaremos son diseños digitales que luego grabaremos en: tazas, remeras, bolsas de tela, señaladores, almanques.

Además, crearemos videos, imágenes de perfil, animaciones, publicaciones atractivas para nuestras redes sociales. Éstas y muchas prácticas sorprendentes te esperan en este taller.

#### **7- EDICIÓN DIGITAL DE VIDEO**

**Prof. Fernández Jorgelina Elizabeth**

**Síntesis:** En este taller aprenderemos edición digital de video y retoque de imágenes. Los conocimientos serán aplicados a la creación de materiales audiovisuales sobre la historia del PEAM. En este proceso articularemos con el taller "Comunicando la historia del PEAM" y lo producido integrará la muestra histórica presencial y virtual "El PEAM en línea de tiempo".

Para ello, aprenderán por un lado el software "línea de tiempo" perteneciente a la UNRC y, por otro lado, las herramientas del editor de video "Filmora". Algunas de las prácticas a realizar son: interpretar guion audiovisual, seleccionar y organizar el material adecuado para crear el video, cortar, modificar, añadir efectos, transiciones y audio, entre muchas más funcionalidades del programa de edición de



video.

Por otra parte, retocaremos imágenes con el software en línea "Pixlr" y continuaremos desarrollando el proyecto "SUCESOS DEL PEAM" el cual consiste en la creación y edición de videos sobre las actividades que se llevan a cabo en nuestro programa PEAM. Nuestros productos digitales son difundidos a través de: YouTube, redes sociales y blog del taller [peamcomputacion.blogspot.com](http://peamcomputacion.blogspot.com)

#### **8- EL USO DE CELULARES INTELIGENTES (2 comisiones)**

**Prof. Fernández Jorgelina Elizabeth**

**Síntesis:** El Taller está pensado para que los estudiantes Adultos Mayores adquieran un manejo avanzado de los teléfonos inteligentes. Realizaremos prácticas con el celular de: ajustes y configuración, descargar, instalar y eliminar aplicaciones, liberar espacio en el celular, escanear códigos QR, sacar turnos médicos, realizar copias de seguridad de las fotos y videos, perfeccionar el uso de WhatsApp aprendiendo todos sus trucos; aprender el uso de las funciones que ofrece la red social Instagram para efectuar reels, historias y publicaciones, utilizar la cámara, realizar grabaciones con el celular, pasar fotos del dispositivo a la computadora, crear videos y editar fotos con programas específicos, estos son solo algunos temas, entre muchos más.

#### **9- TRÁMITES POR INTERNET (2 comisiones)**

**Prof. Fernández Jorgelina Elizabeth**

**Síntesis:** En este taller se ofrecen los conocimientos y recursos necesarios para que los estudiantes adultos mayores conozcan las principales herramientas que tienen a su disposición para realizar trámites por Internet usando la computadora.

Algunas de las prácticas del taller están relacionadas con: sacar turnos médicos por Internet, visualizar resultados de entrega digital de diagnósticos por imágenes, escanear códigos QR, consultar, actualizar y reimprimir facturas, pedir el alta o la baja de un servicio, adherirme a la factura digital, gestionar la adhesión al débito automático, modo de uso de las aplicaciones Mercado Pago, Modo y Mercado Libre. También, veremos todos los trámites que podemos hacer en PAMI – ANSES - MI ARGENTINA y CIDI, entre muchos más.

#### **10- RADIO**

**Prof. Ferreyra Alberto**

**Síntesis:** El taller invita a cada estudiante a compartir pensamientos y sentimientos ligados a la vida, en pos de su adecuación en términos comunicativos para canalizarlos semanalmente en media hora de radio de frecuencia modulada universitaria. La comunicación es, como otros platos agrídulces, un sabor que tiene sentido degustar.



### 11- NARRACIÓN ORAL: A DIVERTIRSE CON LOS CUENTOS

**Prof. García Gloria**

**Síntesis:** La narración oral es una forma fascinante de contar historias y tender lazos. Aquello compartido nos permite profundizar en dinámicas para más aprendizajes, más disfrute y mejor calidad de vida. De manera verbal; es decir, tras leer o escuchar un cuento o relato, podemos seguir trabajando y beneficiándonos del mismo. Ya que no termina con el colorín colorado, sino que continúa con el comentario del narrador, se puede discutir sobre sus personajes, incorporar nuevos, como así también nuevos episodios. Dramatizarlo y porque no, plasmarlo plásticamente. Dirigido a todos los que les interese divertirse con los cuentos.

### 12- "TODOS PODEMOS NARRAR"

**Prof. García Gloria Viviana**

**Síntesis:** En este taller se cuentan cuentos literarios, tradicionales, historias, anécdotas personales, o que pertenecen al folklore del lugar. Utilizando en todo momento la voz, el gesto y el ademán, las bases de la narración oral. Recreando cuentos, contando historias personales o de la tradición. Se ejercita la **memoria**. Se establecen vínculos intergeneracionales, se afianza la autoestima. Se despierta el interés por la literatura. se da cauce a la palabra. se incentiva la percepción y la reflexión crítica. luego, quienes así lo deseen pueden narrar en diferentes espacios. está dirigido a todos aquellos que les interese contar historias.

### 13- PSICOLOGÍA NIVEL III "EN TRÁNSITO"

**Síntesis:** El grupo de personas que formarán parte del Taller de Psicología Nivel III, transitarán su tercer año lectivo. En los Niveles I y II se desarrollaron recorridos conceptuales propios de los Paradigmas Freudiano, Jüngiano, Psicología Sistémica y Psicología Transpersonal; por tanto, la propuesta de trabajo para el año en curso consiste en dar continuidad a las temáticas desarrolladas, profundizando y resignificando sentidos y significados que adquiere la Salud Mental en las diversas dimensiones que la constituyen.

En consonancia con ello, se trabajará el concepto de Biografía Humana, entendida como el abordaje de las experiencias infantiles evocadas; no desde el relato de quién/quienes han nombrado esa realidad en la niñez, sino desde la propia realidad interna del sujeto. La historia biográfica y patobiográfica es ese entero conjunto de aconteceres en los que adquiere sentido la vida humana.

### 14- PSICOLOGÍA UG "BIOGRAFÍAS"

**Prof. Gubiani Adriana**

**Síntesis:** "*Somos hablados por el lenguaje*", postula Lacan, ya que la palabra es algo que sobrepasa al sujeto que habla. Las palabras están enlazadas a diferentes posiciones discursivas; ningún lenguaje es inocente.



En el Psicoanálisis Lacaniano las dimensiones del lenguaje y los campos de significación, le son propios al sujeto del discurso. Además, el concepto de escucha, que tiende esencialmente a captar la posición subjetiva desde la cual el sujeto dice lo que dice, posibilita entrar en el discurso del sujeto.

Dado que vivimos en mundo interpretativos, se trabajarán los criterios que llevan a las personas a la ilusión de la Verdad "...cada uno alcanza la verdad que es capaz de soportar" (Lacan).

En tales formulaciones, adquiere real importancia proponer al Inconsciente como memoria; el inconsciente velado que interpela, retorna y repite.

## 15- HISTORIA ARGENTINA

**Prof. Hurtado Eduardo**

**Síntesis:** Comprender la complejidad del desarrollo de la historia argentina desde la revolución e independencia a la actualidad supone analizar un proceso socio histórico de larga duración. Argentina presenta asimetrías económicas, demográficas y sociales, para abordar esta realidad es necesario analizar el proceso de construcción del territorio, los diversos modelos de acumulación de capital y las decisiones e intencionalidades políticas que provocaron dichos desequilibrios. En Argentina el abordaje del proceso político, social y económico contemporáneo supone una multiplicidad de conocimientos a desarrollar, por lo tanto el curso promueve la tarea de conocer el proceso histórico nacional moderno y sus interrelaciones con otros espacios geográficos, con el objetivo de favorecer una mirada reflexiva.

El taller busca que los estudiantes logren observar las relaciones entre el campo político, el campo social y el campo económico, y conozcan distintas teorías históricas. Las teorías forman parte de las disputas sociales, se puede sostener que la explicación del presente la encontramos en el pasado, consecuentemente el pasado vive en las discusiones del presente y en las preguntas que desde éste le hacemos, por lo tanto, la interpretación del pasado representa un campo de lucha.

## 16- CINE: ANÁLISIS Y CRÍTICA

**Prof. Lanfranco Guillermina**

**Síntesis:** El cine – arte y técnica - es una herramienta de comunicación que, además de entretener, se convierte en un lugar común para el encuentro y las sensaciones. Las obras cinematográficas son relatos que devuelven a los espectadores una visión sobre el mundo, es tarea de los espectadores resignificar ese mensaje con mirada crítica y profunda.

Analizar películas implica responder varias preguntas: ¿De qué se trata? ¿Cuándo y dónde está contada la historia? ¿Cuáles son los elementos de la obra que nos llaman la atención?

¿Por qué es relevante cada elección artística?

En el taller de análisis y crítica del cine proponemos profundizar los conocimientos teóricos adquiridos para aumentar la percepción como espectadores. Además buscamos trascender del aula para llegar a otras salas dentro de nuestra ciudad, con propuestas de análisis de películas que surjan de los participantes del taller, cuyo objetivo será promover charlas y debates en función de las películas y su contenido.



## **17- CINE Y TELEVISIÓN**

**Prof. Lanfranco Guillermina**

**Síntesis:** El cine y la televisión – históricamente – son parte del contrato social entre los realizadores y los espectadores, cuyo fin es el de comunicar, entretener, promocionar, denunciar, informar, compartir historias, ideas, vivencias, entre otros.

En este taller brindaremos las herramientas básicas necesarias para la realización de un audiovisual. La propuesta tendrá un abordaje teórico con análisis de películas, series, programas de TV, publicidades y videos, y ejercicios prácticos de realización de todo el proceso audiovisual que permita a los participantes llevar una idea escrita a un producto final: un cortometraje, un programa de televisión (formato documental o ficción).

## **18- ECONOMÍA**

**Prof. Monge German**

**Síntesis:** Cada uno de nosotros, todos los días, tomamos decisiones financieras. Desde qué comida comprar, como pagarla, como gastar, etc, las finanzas están ahí presentes.

Por eso, ¡es importante que conozcamos cómo administrarlas de la mejor manera! El objetivo de este Taller es convertir a las finanzas en un concepto cercano y fácil de comprender. A lo largo de las clases encontraremos ejemplos e información básica sobre las finanzas personales, administrar los ingresos y optimizar sus ahorros, trataremos temas como: Bancarización, tarjetas y sus usos; Educación financiera; Préstamos, vulnerabilidad y el saber; Cuotas, tarjetas de créditos y lo que hay que saber antes de comprar; Derechos como consumidor, usuarios en la vida cotidiana.

## **19- FILOSOFÍA PARA LA VIDA**

**Prof. Müller Gabriela**

**Síntesis:** Este año vamos a indagar en cuestiones filosóficas inherentes a la llamada filosofía de la existencia. El vivir siendo, aconteciendo, la posibilidad y la potencia, el existir y la angustia, el existir y las emociones, ser feliz. Todas estas experiencias vistas desde la filosofía, pero también vinculadas con el psicoanálisis y algunos clásicos de la literatura.

Para participar de este taller necesitas tener nociones básicas de historia de la filosofía y haber participado de algún curso o taller de filosofía que te ayude a comprender las problemáticas que vamos a abordar.



## **20- ¿QUÉ ES LA FILOSOFÍA Y PARA QUÉ SIRVE?**

**Prof. Müller Gabriela**

**Síntesis:** Este taller tiene el propósito de introducir a los estudiantes en las nociones básicas de la filosofía de una forma activa. Suponemos que todos somos filósofos por el mero hecho de ser humanos. Por eso somos capaces de interactuar con los autores, crear nuevas perspectivas y cuestionar las ya existentes.

Para participar de este taller NO es necesario tener conocimientos previos de filosofía.

## **21- PRENSA Y COMUNICACIÓN EN EL PEAM**

**Prof. María Reineri**

**Síntesis:** "Prensa y comunicación en el PEAM" es una experiencia de aprendizaje sobre Comunicación que propone a las personas mayores protagonizar actividades de periodismo y difusión en el ámbito del PEAM. A partir de la creación de una agenda informativa, realizaremos registros y coberturas de eventos y actividades, y produciremos noticias sobre el PEAM que serán difundidas a través de distintos medios.

La propuesta de este año es llevar adelante el BOLETÍN DEL PEAM, un noticiero de corta duración, en formato audiovisual, digital. También vamos a incursionar en el periodismo gráfico y fotográfico, y vamos a administrar un Portal de Noticias sobre el PEAM.

Si valorás estar informado, si te gusta el trabajo en equipo, si considerás que tenés alguna habilidad para comunicar (desempeñarte frente a una cámara, hablar, redactar, sacar fotos, filmar, manejar la computadora y/o celular) te invitamos a seguir aprendiendo desde una enriquecedora práctica.

## **22- COMUNICANDO LA HISTORIA DEL PEAM**

**Prof. María Reineri**

**Síntesis:** El PEAM tiene historia. Son más de 30 años de vigencia y actividad que lo posicionan como un programa de fuerte incidencia en la comunidad. Ese camino está nutrido por anécdotas, testimonios, personas, objetos, documentos que configuran un valioso relato de identidad del Programa. Nuestro taller propone rescatar esta historia del riesgo al olvido.

Recopilar información, realizar entrevistas, impulsar investigaciones, serán algunas de las tareas que realizaremos para armar el relato histórico del PEAM.

Todo el trabajo se verá reflejado en la realización de una muestra presencial y en la puesta en línea de una muestra virtual.

Si sos estudiante con mucha trayectoria en el programa, si te gusta la historia, la investigación periodística, la comunicación en cualquiera de sus formas, en este espacio encontrarás un proyecto donde poder canalizar estas inquietudes y realizar a la vez un aporte muy valioso a nuestro querido Programa.



## 23- FRANCÉS - NIVEL INICIAL

**Prof. Rocha Susana**

**Síntesis:** En este Taller, pensado para quienes quieran recuperar conocimientos en lengua francesa o permitirse aprender esta lengua por primera vez, abordaremos en este ciclo 2024 algunos ejes temáticos que permitan resignificar el valor del tiempo y de la vida en la adultez mayor desde temas como:

- Les jours, les mois, les saisons de l'année (días, meses, estaciones del año)
- Les festivités en France (las festividades en Francia)
- Les projets de vie (los proyectos de vida)
- Les signes du zodiaque (los signos del zodiaco)
- Le jour de notre anniversaire (el día de nuestro aniversario)

De la mano de canciones, ¿poemas, diálogos, relatos ocuparemos nuestro tiempo-vida para conectar con esta lengua que nos impulsa siempre a más... On y va? Vamos???

## 24- APRENDER FRANCÉS CON CANCIONES

**Prof. Rocha Susana**

**Síntesis:** Para 2024 nos proponemos en este Taller dos ejes de trabajo:

I- Abordar la vida y el pensamiento de Edgar Morin, referente francés contemporáneo longevo de 102 años, profundamente lúcido, profundamente humano, que ha marcado rumbo en las ideas del posmodernismo francés y mundial adhiriendo, entre otros conceptos claves de su obra, al paradigma de la complejidad. Pensar la vida, a lo largo de la vida, desde la incertidumbre y la complejidad, nos prepara para afrontar los profundos cambios que acontecen en nuestro mundo, en nuestro país y en nuestra propia vida.

II- En segundo lugar, y en honor a su figura y la de tantos otros referentes que acompañaron este transitar de más de 30 años en el PEAM, -Lucien Lannemayou, Fidel Varela, Santiago Bouchon, Ypriane, Mireia, Emmanuel, Ulrich, Lorena Tassinari..., ¡recuperaremos canciones de géneros y autores que refieran al transcurrir de la vida, para aprenderlas, ensayarlas y cantarlas dentro y fuera del Taller hasta donde nuestros sueños y las ganas de hacerlos realidad nos lleven!

La invitación es a seguir subiendo la escalera de la vida, resitiendo a la "prose de la vie pour trouver la poésie de sa propre vie", como lo propone este genial pensador... On y va?.



## **25- LITERATURA NIVEL INICIAL: PALABRAS EN RED**

**Prof. Varela Julieta**

**Síntesis:** El taller BIMODAL *Literatura nivel inicial: las palabras en red*, tiene por objetivo proponer a los estudiantes de diversos puntos del país un recorrido por autores argentinos clásicos y contemporáneos incluidos en el canon literario por medio de la lectura literaria y la escritura creativa. A lo largo del taller se les enseñará a usar algunas herramientas digitales que hoy están a nuestro alcance y potencian la difusión de los textos producidos. Cada unidad trabajada concluirá con un producto final cuyo soporte será alguna de las herramientas digitales aprendidas: escritura colaborativa en drive, publicación en Facebook, grabación de audiotextos, producción de un blog.

Pueden sumarse a este taller estudiantes que ya asistan a otros talleres de Literatura del PEAM o que ya hayan realizado el primer nivel en algún otro momento ya que esta propuesta es diferente a las de años anteriores.

## **26- LITERATURA UG "CONFLUENCIAS"**

**Prof. Varela Julieta**

**Síntesis:** La Unidad de Gestión de Literatura "Confluencias" es un taller en el que se ejercita tanto la lectura como la escritura de literatura. Al ser una UG se trabaja con conocimiento tanto teórico como práctico y, además, se tiene por objetivo proyectar esos aprendizajes y entramarlos en la sociedad. Con esta Unidad de Gestión desarrollamos tres proyectos: "Concurso Federal Infantil de cuentos y poesías: Palabrazarnos"; "Proyecto intergeneracional de difusión de la lectura con estudiantes del Instituto Goretti"; "Revista literaria "Escribiendo... nuestra trama".

Esta propuesta está destinada tanto a los estudiantes que ya vienen cursando diferentes talleres del PEAM o que pertenezcan a la UG "Confluencias" y también aquellas personas que tengan inquietud de llegar con la literatura a la sociedad, de transmitir y resignificar lo aprendido, trabajar en equipo y aprender constantemente del otro y con otro.

## **27- LITERATURA EN RELACIÓN CON OTRAS ARTES**

**Prof. Varela Julieta**

**Síntesis:** Literatura en relación con otras artes 2024 es un espacio destinado a aquellas personas que les interese trabajar los vínculos de la literatura con otras artes, buscando diálogos creativos. El trabajo con la lectura analítica y la escritura creativas constituirán la columna vertebral del taller y se intercalarán con las diferentes experiencias artísticas intertaller (Taller de cine: análisis y crítica; Folclore e identidad cultural, Historias de vida) o interinstitucionales (Escuela Santa Eufrasia).

Podrán asistir estudiantes que se inicien en el camino de los talleres literarios (no es necesaria una experiencia previa en el PEAM).



## **28- TALLER DE AJEDREZ**

**Prof. Leandro Tobares**

**Síntesis:** En este taller se busca crear un espacio en el cual cada adulto tenga la oportunidad de jugar y aprender este fascinante juego, además de que buscamos crear un gusto y una afición hacia este. Al mismo tiempo que nuestro programa y nuestra experiencia serán de apoyo para ellos tanto en su desarrollo como en su juego.

## **Área Artística Creativa**

## **29- FOLKLORE E IDENTIDAD CULTURAL "PA' PRINCIPIANTES"**

**Prof. Enrique Alcoba y Lucila Amaya**

**Síntesis:** Te invitamos a aprender danzas folklóricas en un espacio ameno. Allí disfrutamos del movimiento, nos remitimos a la memoria -tanto individual como comunitaria- y nos permitimos explorar la posibilidad de expresarnos con nuestro cuerpo. Por eso, si te gusta bailar pero hasta ahora no te animaste, te esperamos para integrar este grupo y disfrutar de aquellas danzas que nos conectan con nuestra identidad.

## **30- FOLKLORE E IDENTIDAD CULTURAL "LA JUNTADA"**

**Prof. Enrique Alcoba y Lucila Amaya**

**Síntesis:** Te proponemos encontrarnos en un espacio en el que a través del baile folklórico y las ruedas de memoria colectiva nos vamos "entramando" como grupo. El movimiento nos posibilita conocernos y re-conocernos como parte de expresiones culturales que hacen a nuestra identidad. Desde esos propios saberes compartidos creamos y recreamos con la danza venciendo poco a poco los "no puedo" y transformándolos en juego, disfrute, y expresión artística.

## **31- FOLKLORE E IDENTIDAD CULTURAL "ANDARES DANZA CREACIÓN"**

**Prof. Enrique Alcoba y Lucila Amaya**

**Síntesis:** Nos animamos a crear desde el movimiento, explorando nuestra capacidad creadora corporal, desde la línea de trabajo de la maestra María Fux, pionera de la danzaterapia en nuestro país. Hablamos con el cuerpo, en un diálogo que supone nuevos puertos de llegada, que comienzan siendo conjeturas, posibilidades... Revivimos desde el recuerdo y la sensación que se percibe corporalmente y que transformamos en nuevas maneras de expresar, narrar, transmitir... Reiniciamos nuestro camino creativo con una meta clara que nos guía, nos entusiasma y nos impulsa a nuevas búsquedas. Con la historia grupal, con proyectos futuros, vivenciamos nuestro presente con una mirada ampliada y esperanzada.



### **32- DANZAS ARGENTINAS PA' NO QUEDARSE SENTADO - PRINCIPIANTES**

**Prof. Magalí Brigandi y Juan Tobares**

**Síntesis:** Si te gusta bailar pero no sabés hacerlo, si en cada fiesta o peña siempre te quedás sentado, ESTE TALLER ES LA OPORTUNIDAD PARA VENCER ESE RIVAL. Acá vas a aprender las danzas folklóricas tradicionales de peña, vas a conocer otros ritmos como rock, cuarteto, paso doble y rancheras. Hacé este taller y que cada fiesta sea un motivo para salir a bailar. ¡Te esperamos!

### **33- DANZAS ARGENTINAS PA' SEGUIR BAILANDO- AVANZADO**

**Prof. Magalí Brigandi**

**Síntesis:** Ya conocés la dinámica del taller de 'Danzas Argentinas', por eso, en esta naciente propuesta te invito a profundizar tus conocimientos en el folklore argentino, pero también a conocer y complejizar dinámicas de otros ritmos como cumbia, cuarteto, salsa, bachata y muchos más. Si querés ser un bailarín bien completo en todas las fiestas, este es el taller que tenés que elegir para este 2024. ¡Sumate! Te espero.

### **34- "LA CUMPARSITA", TANGO PARA PRINCIPIANTES**

**Prof. Magalí Brigandi y Juan Tobares**

**Síntesis:** En esta clase, te invitamos a sumergirte en el mundo del 2x4. Un camino de ida, sin retorno porque el enamoramiento que genera te atrapa en el mundo de la danza y te aseguramos que no te va a dejar ir. Aprendé a bailar tango, y animáte a conocer las fiestas milongueras de Río Cuarto y la zona. ¡Es una propuesta súper completa! ¡No te lo pierdas!

### **35- "BARRIOS DE TANGOS, CORTES Y QUEBRADAS" - TANGO AVANZADO**

**Prof. Magalí Brigandi y Juan Tobares**

**Síntesis:** La técnica, la musicalidad, la complejización de pasos básicos con adornos, sacadas, ganchos y boleas, son algunos de todos los condimentos que le vamos a sumar a tu tango. Además, este año, vamos a profundizar en el mundo del tango vals: un ritmo pendiente y que muchos quieren aprender.

### **36- DESCUBRÍ TU INSTRUMENTO: TALLER DE PRÁCTICA DE INSTRUMENTOS MUSICALES**

**Prof. Adrián Coy**

**Síntesis:** Con esta propuesta les invitamos a aprender a tocar diferentes instrumentos musicales: bajo, charango, batería, piano, guitarra, ukelele, bombo leguero y percusión en general. Vamos a trabajar con



técnicas especiales para abordar cada instrumento desde el juego y la exploración. También atenderemos los gustos individuales y las dinámicas grupales.

¡No se necesitan conocimientos de música previos ni tener instrumento! Aprenderemos a tocar diferentes estilos musicales a modo ensamble y les invitamos a descubrir y potenciar en cada la conexión con el instrumento que más los convoque.

### **37- "ARTE SONORO"- CONSTRUCCIÓN DE INSTRUMENTOS MUSICALES Y PERCUSIÓN CON OBJETOS**

**Prof. Adrián Coy**

**Síntesis:** En este taller nos proponemos generar conocimientos básicos de luthería en instrumentos de viento, cuerdas y percusión y conformar un ensamble de percusión a partir de los instrumentos creados. Será una invitación especial a transitar el camino de la construcción de instrumentos autóctonos como la Trutruca, el Kultrum y el Berimbau, ukeleles, guitarras y también instrumentos a partir de objetos no convencionales, pero de uso cotidiano. Objetos que forman parte de nuestra vida cotidiana pero su fuerza musical permanece oculta. Vamos a hacer música con escobas, caños, ollas, sillas, bolsas, herramientas. Explorando también lo vocal, lo teatral y lo corporal. ¡Dándole un ritmo cualquier objeto en convivencia con otro se transforma en música! Este año también se abordarán prácticas como extracción y colocación de trastes, construcción de clavijas, tinturas, calibración, arreglos de instrumentos y también la intervención de objetos para convertirlos en instrumentos musicales. ¡El cuidado, la preservación de los instrumentos y la reconexión musical con nuestras raíces serán el motivo de nuestro encuentro!!!

### **38- ARTE TEXTIL Y CESTERÍA**

**Prof. Cuesta Raquel**

**Síntesis:** El aprendizaje de las técnicas que comprende el arte textil en sentido amplio incluye lo mágico asociado a lo más primitivo del hombre desde su praxis más sencilla con la construcción de cestos hasta la elaboración de objetos estéticos de alto valor artístico en nuestros días, por esto el eje de este proyecto es poner en acto todas aquellas técnicas ancestrales para resignificarlas y con los elementos que nos ofrece el presente proyectando la concreción de un lenguaje que contenga una serie de códigos específicos que se identifique con el pasado plasmando nuestra historia personal en el momento actual. Este taller propone desarrollar una serie de actividades que permitan abordar el tapiz como obra de arte, desde los conceptos Compositivos de las artes visuales. Realizando un trayecto que permita la formación la idoneidad en el hacer, pero también la formación desde los criterios del arte y la relación con la comunidad. Teniendo en consideración que el Arte es una calidad de vida que se disfruta por sí misma, es por ello que estos Talleres no sólo están orientados al hacer, sino también al disfrute. –



### **39- MOSAICO TEXTIL**

**Prof. Cuesta Raquel**

**Síntesis:** Este espacio creativo y de disfrute, propone incursionar a nivel teórico y práctico, en la fusión de la técnica del mosaico con la del arte textil.

### **40- MOSAICO**

**Prof. Cuesta Raquel**

**Síntesis:** El aprendizaje de las técnicas que comprende el arte en mosaico, desde el posicionamiento de este taller incluye en forma conjunta las nociones técnicas, como oficio (idoneidad en el hacer) en esta rama de Arte, propiciando un paralelismo entre lo artesanal, decorativo y lo meramente artístico sin descuidar el aprendizaje de los códigos del lenguaje plástico en la composición en ambas expresiones y el estudio de los opus.

El eje de este proyecto está apoyado en la premisa que los participantes puedan plasmar todas aquellas técnicas del Mosaico para resinificarlas con los elementos que nos ofrece la posmodernidad. Hoy el mosaico cumple una función doblemente importante desde el hecho artístico y artesanal que nos propone utilizar los elementos compositivos para poder plasmar obras de calidad estética.

El mosaico permite al adulto mayor poner en juego una serie de procesos mentales que lo ayudan a mejorar la calidad de vida individual y social, porque permite la integración grupal en proyectos de producción colectiva e invita realizar un proceso activo que permite concentrarse y relajarse ya que tiene grandes aplicaciones que permite desarrollar el potencial y equilibrio del hemisferio cerebral racional con el creativo.

### **41- MACRAME**

**Prof. Cuesta Raquel**

**Síntesis:** El aprendizaje de las técnicas que comprende el arte de hacer nudos en Macramé, qué en sentido amplio incluye lo mágico asociado a lo más primitivo del hombre desde su praxis más sencilla en la realización de nudos amarres, redes, hasta la elaboración de objetos estéticos de alto valor artístico en nuestros días. Por esto el eje de este proyecto es poner en acto todas aquellas destrezas necesarias y potencialidades técnicas para resinificarlas y con los elementos que nos ofrece el presente para proyectar la concreción de un lenguaje que contenga una serie de códigos específicos que se identifique con las necesidades de nuestros espacios haciendo con ello una calidad de vida, que a través de la estética de nuestros proyectos pueda ser disfrutada por nuestro entorno.

Se trata de introducir a los alumnos-as desde el origen de los nudos denominado Macramé, esta técnica milenaria que hoy invade los espacios deco es lo que se denomina el revival del Macramé. Mejora rápidamente la habilidad de las manos y la imaginación. Además, es una excelente actividad de ocio



para evadirse y sentirse realizado una vez visto el resultado final de cada creación.

#### **42- EXPRESIÓN MUSICAL "SONAR DESDE LA RAIZ"**

**Prof. Darío Guiovanini, Julián Menseguez y Carlos Muñoz**

**Síntesis:** Participarán de este espacio aquellas personas que ingresan por primera vez (sin excepción) al taller de expresión musical. No es necesario contar con conocimientos previos ya que los mismos los iremos adquiriendo con las vivencias logradas.

Será una propuesta saludable para lo musical y lo emocional de cada integrante. Animarse a ser parte de este grupo será el puntapié inicial para una experiencia completa y renovadora.

#### **43- EXPRESIÓN MUSICAL -ENSAMBLE MIXTO "MELODIA VIAJERA"**

**Prof. Darío Guiovanini, Julián Menseguez y Carlos Muñoz**

**Síntesis:** Coro mixto conformado por voces femeninas y masculinas, abordando un repertorio extenso de canciones que forman parte de nuestro repertorio de música argentina popular, latinoamericana y del resto del mundo.

Solo participaran de este espacio los alumnos y alumnas que, en el ciclo anterior, formaron parte de los grupos: **nagmen, piuquén, cumelén y el coro masculino**. Dando así la nueva formación del coro mixto.

#### **44- EXPRESIÓN MUSICAL - ENSAMBLE MIXTO "AMAPOLA"**

**Prof. Darío Guiovanini, Julián Menseguez y Carlos Muñoz**

**Síntesis:** Se recibirá a aquellas personas que han participado de los grupos Koraiken, Ubuntu y coro masculino durante el pasado ciclo 2023.

Se refuerza lo vivenciado el ciclo pasado, lo relacionado al canto grupal, al aprendizaje de la polifonía básica como recurso de interpretación vocal.

Retomaremos con lo que quedó pendiente del ciclo "LEVANTATE Y CANTA" e incorporaremos nuevo cancionero de estilos variados.

Lograr mezclarnos con todo el grupo será nuestro objetivo principal. El canto es lo que más nos une e iguala, por lo tanto, vayamos por ese anhelo en conjunto.

#### **45- EXPRESIÓN MUSICAL - "TAKIPAAY". GUITARRAS**

**Prof. Darío Guiovanini, Julián Menseguez y Carlos Muñoz**

**Síntesis:** Solo para personas con conocimientos previos en el manejo del instrumento. Clases grupales con seguimiento individual en relación a los acordes mayores, menores y dominantes. También los



rasgidos nuevos que van surgiendo siempre dependiendo de los estilos del repertorio.

LAS PERSONAS QUE INGRESAN POR PRIMERA VEZ deberán asistir a una clase diagnóstico para evaluar sus conocimientos previos.

#### **46- DIBUJO Y PINTURA (Dos Comisiones)**

**Prof. Fernanda Sereno**

**Síntesis:** Este taller está dirigido a todos aquellos que quieran aprender o continuar en las disciplinas relacionadas con el dibujo y la pintura.

Para realizar el mismo no es necesario tener conocimientos previos.

Se acompaña al alumno para que desarrolle sus conocimientos de: volumen, sombreado, perspectiva, proporción anatómica, manejo del color, composición ext. Explorando distintos materiales, soportes y tamaños, tanto clásicos como no convencionales.

Se busca relacionar estas disciplinas con otros talleres y otras expresiones artísticas,

El marco de referencia serán las obras de artistas locales, nacionales e internacionales haciendo foco en la emocionalidad, los sentimientos y valores humanos como así también en la perspectiva comunicacional que da sustento a la creación.

Se trabajará con materiales ecológicos, reciclados y económicos para contextualizar en un HOY en el arte.

#### **47- INICIACIÓN AL TEATRO**

**Prof. Katia Ysaacson**

**Síntesis:** Este taller está destinado a estudiantes que desean conocer los secretos del arte teatral.

Iniciarse en el teatro implica poner en juego el cuerpo, la voz, los pensamientos y las emociones. Implica redescubrirse a sí mismo y animarse a conocer a otros.

Desde una mirada siempre lúdica y amena indagaremos en los principios del teatro como arte de Acción. Dramatizaciones y escenas plagadas de música, imágenes y literatura serán nuestro material para aprender a actuar.

Transitaremos la primera mitad del ciclo realizando juegos y entrenamientos teatrales para volcarnos luego en la realización de una creación colectiva para representar a fin de año.



#### **48- TEATRO ACUARELA DE GESTOS**

**Prof. Katia Ysaacson**

**Síntesis:** Para construir un mundo mejor... mejor es encontrarnos, mirarnos, escucharnos y fabular historias posibles que nos representen, nos hagan reír y reflexionar. Por esta razón es que en esta unidad de gestión continuaremos mostrando los trabajos que tenemos "en Cartel" pero también pondremos toda nuestra imaginación al servicio del arte para seguir creando proyectos nuevos que nos conmuevan, que muestren quienes somos, pero también quienes podríamos ser.

#### **49- REINVENTADAS: Taller de Gimnasia Teatral**

**Prof. Katia Ysaacson**

**Síntesis:** Este taller es un espacio creado para indagar en todo el mundo del arte teatral sin necesidad de crear una obra para ser mostrada en público. Entrenar, crear, conocer y jugar con todas las herramientas con las que cuenta el teatro con el fin de afrontar la timidez, desarrollar diferentes posibilidades de la oratoria, tomar conciencia del cuerpo propio, entrenar la escucha activa... compartir un espacio lúdico/creativo de disfrute donde el arte sea un medio para fortalecernos como persona, aprender a crear en grupo y desarrollar la autonomía creativa.

#### **50- SIEMPRE VIVAS**

**Prof. Katia Ysaacson**

**Síntesis:** Atrapadas sin Salida es una producción creada íntegramente por las asistentes de este taller, una obra comprometida, divertida y arriesgada. Siempre la tendremos "En Cartel". Pero ya es hora de volcarnos a crear cosas nuevas, salirnos de nuestras zonas de confort para saber que siempre podemos seguir aprendiendo y creando cosas nuevas. Es en este contexto en el que nos sumergiremos de lleno en una investigación que comenzó el año pasado y nos llevará a destinos desconocidos, divertidos y atrapantes.

#### **51- FOLKLORE E IDENTIDAD CULTURAL**

**Prof. Ariel Ledesma**

**Síntesis:** La propuesta educativa en el espacio de taller se basa en un abordaje a un proceso de aprendizaje referido al movimiento corporal y a la identidad cultural desde la dimensión artística. Este proceso de aprendizaje tiene su concreción en un contexto donde los participantes aportan experiencias de vida y saberes previos, como fruto de su tránsito por el curso vital y construyen de manera conjunta nuevas posibilidades.



El grupo busca desarrollar e intercambiar conjuntamente conocimientos y contenidos con relación al cuerpo propio y el de los otros, el movimiento como posibilidad creativa, artística y comunicativa, la identidad cultural individual y colectiva, favoreciendo instancias de aprendizaje y construcciones recíprocas.

Tomando como ejes organizadores el movimiento y la memoria, dimensiones complementarias, intentamos acercarnos a la comprensión – creación de manifestaciones artísticas identitarias.

### **52- FOTOGRAFÍA CON CELULARES I**

**Prof. Zogbe Estela**

**Síntesis:** Se propone el aprendizaje de los fundamentos básicos de la fotografía, aprender a observar con las cámaras de celulares, desarrollando la capacidad creativa y conociendo las reglas básicas de la composición. Los encuentros son teórico-prácticos. No se requieren conocimientos previos.

### **53- FOTOGRAFÍA CON CELULARES II**

**Prof. Zogbe Estela**

**Síntesis:** Este taller es una continuidad del Nivel 1 de fotografía con celulares, implica el aprendizaje de cámaras digitales, desarrollando la creatividad, análisis y profundización de la edición de la imagen sobre la temática retrato, luces y sombras, luz ambiente.

### **54- LUCES Y SOMBRAS (Fotografía)**

**Prof. Zogbe Estela**

**Síntesis:** Este taller de fotografía digital que se presenta a continuación surge como una continuidad de los niveles I, II y III, pretendiendo lograr un cambio sistemático hacia la percepción de la realidad, a través del registro del medio. Para ello los alumnos realizarán proyectos en el marco de una producción fotográfica con un eje temático específico, interactuando con diferentes instituciones de la ciudad y la región.

En este taller se realiza una revisión de los contenidos aprendidos en los anteriores niveles, donde también se trabaja la enseñanza teórica y práctica, así como la elaboración de diferentes proyectos y el relevamiento fotográfico.

Entre otras cosas el taller pretende dar al alumno los conocimientos necesarios para poder componer sus fotografías, nuestras y producciones artísticas de manera profesional.



**55- BALCONES (Fotografía)**

**Prof. Zogbe Estela**

**Síntesis:** Este taller de fotografía digital que se presenta a continuación surge como una continuidad de los niveles I, II y III, pretendiendo lograr un cambio sistemático hacia la percepción de la realidad, a través del registro del medio. Para ello los alumnos realizarán proyectos en el marco de una producción fotográfica con un eje temático específico, interactuando con diferentes instituciones de la ciudad y la región.

En este taller se realiza una revisión de los contenidos aprendidos en los anteriores niveles, donde también se trabaja la enseñanza teórica y práctica, así como la elaboración de diferentes proyectos y el relevamiento fotográfico. Entre otras cosas el taller pretende dar al alumno los conocimientos necesarios para poder componer sus fotografías, nuestras y producciones artísticas de manera profesional.

**56- ÁLBUM FAMILIAR: ARCHIVO, CONSERVACIÓN, ACERVO FOTOGRÁFICO**

**Prof. Verónica Barbero**

**Area Calidad de Vida**

**57- CALIDAD DE VIDA**

**Prof. Adriana Benedetti**

**Síntesis:** Es un taller que se compromete a generar con diferentes estrategias la expansión del potencial de las personas, en sí mismas, con un otro, basado en el aprendizaje, dentro de un marco constructivista y una perspectiva sistémica; en un proceso de interacción, que tiene como objetivo principal el desplazamiento del estado presente hacia un estado de mayor bienestar, que surja como logro del compromiso del alumno en el proceso de aprendizaje que transita. Dicho desplazamiento implica un cambio cualitativo en la forma de Ser de la persona.

La finalidad del taller de Calidad de Vida es, desde el aprendizaje, elaborar una identidad, una forma de Ser que pueda cuestionarse, pueda preguntarse. Implica una mirada de lo que hoy puedo estar siendo y con la certeza de que se puede ir construyendo nuevas formas de vivir, percibir y accionar en la realidad, se trata de destejer (desprogramar) el cerebro para retejerse, cuántas veces sea necesario, el fin es nuestro vivir más liviano, en plenitud y en paz.



### **58- PREVINIENDO EL ESTRÉS**

**Prof. Adriana Benedetti**

**Síntesis:** El taller brindará a lo largo del año diferentes momentos de un proceso de construcción y de desconstrucción, como un viaje de aprendizaje que trata con la acción, la manera de observar y la posibilidad de llegar a una forma de ser creativa, innovadora y transformada al concluir las diferentes etapas del viaje. La persona mayor como participante activa de su proceso, no sólo intercambia con su objeto de aprendizaje sino con otras personas mayores en las que tiene lugar la modificación y conformación de nuevas ideas para ponerlas en práctica en el quehacer cotidiano.

Acompañar desde un espacio grupal, tiene como propósito lograr que cada uno de sus miembros alcance su pleno potencial y que el equipo como un todo trabaje cohesionado y como una unidad para la consecución de un objetivo común.

### **59- COMUNICACIÓN EN EL MATE**

**Prof. Nazareno Caldo**

**Síntesis:** En este espacio buscamos pasarla bien entre compañeros y abordar temas centrales de la comunicación y del mundo que nos rodea. Queremos cubrir la necesidad humana de compartir saberes, experiencias y caminos de vida. Una mirada reflexiva del entorno y movilizante de la acción, es la propuesta que invita a los adultos mayores a encontrarse como sujetos históricos de cambio. Apostamos a la integración, al conocimiento, a la memoria, a mirarnos para aprender a ver, a superar obstáculos, todos juntos.

### **60- "LA LAMPARITA" TALLER DE MEMORIA, COMUNICACIÓN Y EJERCICIO DEL PENSAMIENTO**

**Prof. Nazareno Caldo**

**Síntesis:** El taller procura generar un espacio para poner en movimiento la capacidad de razonar y revitalizar la memoria. La salud y la calidad de vida están estrechamente relacionadas con un adecuado funcionamiento mental, con tener ganas de estar con otros y participar en grupos. El paso del tiempo suele debilitar estas capacidades y necesitamos ejercitarnos y estimularnos para mantenernos activos y de buen humor. Vení a jugar, a pensar, a compartir con amigos. **¡¡¡Animate y vení a prender tu lamparita!!!**

### **61- COCINA CONSCIENTE Y SALUDABLE**

**Prof. Federico Chapur**



**Síntesis:** El taller es una propuesta de alimentación sana y económica que respeta las posibilidades de cada persona, reelaborando el genuino sentido de la alimentación, con la intención de despertar la capacidad autocurativa de nuestro organismo, comprendiendo que el alimento es nuestra medicina, como ya lo señalara Hipócrates. Los objetivos generales son Privilegiar los alimentos integrales, sin refinar y sin agroquímicos. Preparar platos equilibrados conocer novedosos ingredientes en las comidas, sin alterar el producto final. Incorporar otros modos de cocinar y alimentarias, tener una base teórica de Nutrición Natural, improvisar en la cocina como método fundamental de economía, fomentar huertas orgánicas en casa. Desarrollar habilidades manuales como picar, cortar, mezclar, fortalecer el trabajo en equipo y desarrollar un recetario.

## **62- COCINANDO CULTURA NIVEL 1**

**Prof. Federico Chapur**

**Síntesis:** La Argentina posee en su amplio territorio una variedad de sabores que conforman "La cocina criolla". Dentro de la misma encontramos micro universos por cada región en nuestro país. En esta comida es el fundamento de toda generación y cultura, integra los saberes taller exploraremos la región andina y la riqueza de su cocina. Se buscará integrar los alimentos ancestrales de las culturas andinas, precordilleranas y pampeanas en su transformación y fusión con la comida de la cultura resto del mundo, indagar los métodos alternativos y naturales de conservación de los alimentos, explorando sus propiedades saludables.

## **63- CONSERVAS Y PRODUCTOS AGROECOLÓGICOS**

**Prof. Federico Chapur**

**Síntesis:** La conservación de alimentos se ha transformado en una de las principales herramientas de nuestra economía y soberanía alimentaria. Durante siglos, estos procesos han sufrido cambios, producto de las nuevas tecnologías, en torno a tiempos de elaboración y mayor demanda de productos manufacturados. Esta situación, derivó en la parcial desaparición de métodos ancestrales.

Dentro de las actividades familiares, la elaboración de conservas, dulces y encurtidos es casi nula, poniendo en riesgo así el legado de nuestros antepasados. Sin embargo, la efectividad de estas técnicas, las convierten en un tesoro digno de revalorizar.

En este curso, vamos a abordar diferentes procesos artesanales de Elaboración de conservas dulces, encurtidos, y también secado de vegetales y aromáticas en torno a una producción cooperativista.

Es necesario abordar la tarea de producción, apelando a diversos métodos de control de sanidad e inocuidad, aplicado a la producción artesanal de conservas. Debe sostenerse el equilibrio entre los usos de conservantes en relación directa con la salud. Es necesario remarcar que la producción está destinada al público en general, con énfasis en el adulto mayor y focalizando en su salud.



#### **64- COCINANDO LA CULTURA CON SALUD - UG**

**Prof. Federico Chapur**

**Síntesis:** El plan que se presenta, pretende insertar en los procesos enseñanza-aprendizaje de centros comunitarios y geriátricos de Las Higueras y Río Cuarto, los conocimientos obtenidos de la cultura criollo-andina y cocina saludable, a cargo de los integrantes de esta Unidad de Gestión. El rol que los mismos asumen se vincula a la transmisión de saberes a partir de dos espacios definidos como: de actividades curriculares y de actividades extracurriculares.

Uno de los objetivos más importantes de esta UG, es llevar los productos elaborados a los merenderos y geriátricos de la zona, y de este modo, concientizar sobre la importancia del uso de recursos culturalmente aptos y altamente autosustentables.

#### **65- ESTIMULACIÓN COGNITIVA: DESAFÍOS MENTALES**

**Prof. Carolina Garello**

**Síntesis:** Esta propuesta educativa busca generar un espacio para conocer y optimizar las funciones cognitivas: atención, memoria, lenguaje, gnosis, praxias y funciones ejecutivas; basando nuestros encuentros en la psicoeducación y la socialización.

Vamos a trabajar a partir de inquietudes cotidianas para mejorar nuestra calidad de vida a través de juegos, actividades cognitivas, noticias, artículos científicos, películas e intercambios con otros grupos. Este taller está destinado especialmente para quienes asisten por primera vez al programa.

#### **66- CEREBROS EN ACCION**

**Prof. Carolina Garello**

**Síntesis:** A partir del camino recorrido contamos con herramientas que han enriquecido y fortalecido no solo nuestras funciones cognitivas sino nuestra calidad de vida. Como personas mayores empoderadas, comprometidas y activas; el taller nos propone seguir afianzando conocimientos referidos a la estimulación cognitiva; como así también actividades que favorecen un envejecimiento activo y saludable. Para ello compartiremos lo aprendido en distintos ámbitos apuntando al intercambio intergeneracional.

Para asistir a este taller es necesario haber asistido por lo menos 1 año presencial al taller "Entrenando mi memoria". (sin excepción)

#### **67- YOGA**

**Prof. Samanta Gremiger**

- Lunes y miércoles de 14 a 15hs. Casa PEAM
- Lunes y jueves de 18 a 19hs. Casa PEAM



- Martes y jueves de 8 a 9 hs. Casa PEAM
- Martes y jueves de 9 a 10 hs. Casa PEAM
- Martes y jueves de 10 a 11 hs. Casa PEAM

**Síntesis:** Estos talleres están orientados al bienestar físico mental y espiritual de los Adultos Mayores.

Este espacio como dispositivo para convocar a la participación de los Adultos Mayores en una manifestación expresiva de la creatividad y de los sentimientos. Al tratarse de una tarea introspectiva pero que se realiza en compañía de otros, ayuda a fortalecer vínculos, establecer relaciones, facilitar la comunicación y la intersubjetividad, además de aumentar el nivel de flexibilidad y el tono muscular, regular el funcionamiento de los órganos, y reducir los efectos nocivos del estrés. Con la práctica cotidiana de yoga, respiramos y dormimos mejor, digerimos los alimentos con mayor facilidad, y nos sentimos mejor.

Se considera además la posibilidad de aprovechar a este como un espacio de vinculación con otros sectores, haciendo un poco más masiva, inclusiva y popular esta disciplina.

#### **68- YOGA CON ELEMENTOS**

**Prof. Paula Pérez**

- Martes y jueves 9 a 10 Vecinal Alto Privado Norte (José Semeria 850, cerca del Mercado de Abasto)
- Martes y jueves 10:30 a 11.30hs. Lugar a definir
- Martes y jueves 11:30 a 12:30hs. Lugar a definir

**Síntesis:** El taller es el espacio de encuentro para incursionar en el interior de nuestro ser, conectar con la esencia que somos y potenciar dones y talentos.

#### **69- RESPIRACIÓN CONSCIENTE Y MEDITACIÓN**

**Prof. Paula Pérez**

- GRUPO 1: miércoles 8 a 9:30hs. Lugar a definir
- GRUPO 2: miércoles 9:30 a 11hs. Lugar a definir

**Síntesis:** Esta propuesta procura que en grupo generemos una sintonía que nos armonice y nos abra a nuevas experiencias en el sentir, en el pensar y en el hacer.

#### **70- VIVIR CONSCIENTE: YOGA PARA LA PLENITUD**

**Prof. Paula Pérez**

**Síntesis:** El taller es el espacio de encuentro para incursionar en el interior de nuestro ser, conectar con



la esencia que somos y potenciar dones y talentos.

**71- BAILES POPULARES**

**Prof. María del Carmen Molina**

**Síntesis:** Este Taller quiere lograr en los alumnos no solo beneficios físicos, sino también, que aflore la alegría, la risa, el entusiasmo, las ganas de compartir con sus pares un momento de encuentro con la música y el baile, en un marco social.

**72- FIT YOGA**

**Prof. María del Carmen Molina**

**Síntesis:** Este taller apunta para que la Persona Mayor se sienta cada día mejor física y emocionalmente y poder afrontar las adversidades de la vida sin dificultad, valiéndose por sí mismos. "La esencia del Fit Yoga es fortalecer nuestra salud física y mental".

**73- CAMINATAS SALUDABLES EDUCATIVAS**

**Prof. María del Carmen Molina**

**Síntesis:** Con las "Caminatas Saludables Educativas", aprenderás a compartir con tus pares y estarás invirtiendo en tu salud para un futuro de calidad humana.

Podrás recorrer lugares históricos, y espacios verdes de tu ciudad desde otra mirada.

De igual manera, podrás adquirir conocimiento de nutrición, salud, estabilidad emocional, etc.

**74- RITMOS LATINOAMERICANOS Y CARIBEÑOS (Nivel Inicial)**

**Prof. María del Carmen Molina**

**Síntesis:** Este taller te brindará los conocimientos básicos de los distintos Ritmos Latinos y Caribeños para poder disfrutar del baile en distintos eventos sociales.

**75- RITMOS LATINOAMERICANOS Y CARIBEÑOS (Nivel Avanzado)**

**Prof. María del Carmen Molina**

**Síntesis:** Este taller está pensado para alumnas/nos, que teniendo los conocimientos básicos, busquen crecer y mejorar sus actitudes para el baile y sin perder la Alegría y el Entusiasmo.



## 76- BIODANZA

**Prof. Claudia Sciencia**

- Grupo mañana: jueves de 11 a 13 hs. - Casa PEAM
- Grupo tarde: jueves de 16 a 18 hs.- Casa PEAM

**Síntesis:** Mediante la música, la danza y las situaciones de encuentro en el grupo Biodanza estimula vivencias para promover efectos benéficos en la evolución psicosocial de la persona. Las vivencias actúan adecuadamente para la modificación existencial y para inducir cambios profundos de actitudes y tendencias.

Proponemos:

- Afianzar y crear lazos sociales de contención y solidaridad, encontrándonos con otros
- Reconstruir formas de estar en el mundo a través de los cambios que supone la etapa adulta y las transformaciones del propio cuerpo resignificando las limitaciones al abrir nuevos potenciales.
- Construir de modo solidario, una presencia plena en la vida del Adulto Mayor. Estos aspectos importantes generadores de bienestar, son los que construyen salud.

## 77- INICIACIÓN A LA ACTIVIDAD FÍSICA

**Prof. Laura Spada**

**Síntesis:** En el taller se intenta que las personas participen de manera activa movilizándolo su cuerpo priorizando la movilidad articular y el desarrollo muscular; permitiéndoles conocerse y aceptarse mejor a sí mismo y a los demás. Respetando posibilidades y limitaciones de los integrantes del grupo; en cada clase se produce el encuentro con los compañeros a través de diferentes movimientos corporales con y sin elementos, de manera progresiva en la complejidad e intensidad de los diferentes ejercicios. Se trabaja, a través de diferentes movimientos las capacidades físicas como la fuerza, flexibilidad articular, equilibrio, coordinación y la capacidad aeróbica. Creando un clima de compañerismo, alegría y de aprendizajes.

## 78- ACTIVIDAD FÍSICA Y JUEGOS RECREATIVOS

**Prof. Laura Spada**

**Síntesis:** En el taller de Juegos Recreativos se pretende que el adulto mayor participe, disfrute y aprenda jugando con otros adultos permitiendo una verdadera interacción entre los participantes. Donde en cada actividad se fortalecen los músculos y articulaciones, se incrementan la fuerza, la movilidad, el equilibrio, control y estabilidad postural, además se estimulan la audición, el tacto, la memoria y la capacidad de coordinación. Los juegos que se proponen son: bochas; tejo; croquet;



newcom y ping-pong. Entre los pilares principales de la interacción se encuentran el respeto y la consideración de las posibilidades y capacidades individuales, para el logro de autonomía, autoestima, valorar la sabiduría y experiencia de vida, favoreciendo el desarrollo individual y colectivo.

### **79- ACTIVIDAD FÍSICA**

**Prof. Laura Spada**

- Comisión 1: lunes y miércoles, de 9 a 10 hs. – Casa PEAM
- Comisión 2: lunes y miércoles, de 10 a 11hs – Casa PEAM
- Comisión 3: lunes y miércoles, de 11 a 12 hs. – Casa PEAM

**Síntesis:** En el taller de actividad física se realizan dos encuentros semanales en donde se continúa trabajando la movilidad corporal, mejorando la condición física funcional y se programarán las actividades con una intensidad moderada. Se intenta trabajar los diferentes grupos musculares con ejercitaciones de fuerza, flexibilidad articular, equilibrio, coordinación y la capacidad aeróbica. Creando un clima de compañerismo, alegría y de aprendizajes.

### **80- NIVEL ÚNICO DE VEGETALES "MANEJO Y CUIDADO DE PLANTAS DE JARDÍN"**

**Prof. Anahí Llanos Viale**

**Síntesis:** En el curso se desarrollan clases teóricas y prácticas en vivero sobre distintos aspectos de las plantas como: multiplicación (como obtenemos plantas); sanidad; fertilización; riego; poda de árboles, arbustos y frutales de nuestro jardín; como ubicar las plantas en el jardín. También se proponen viajes cortos a viveros y a otros lugares de interés.

### **81- UNIDAD DE GESTIÓN ÚNICA "EL DIVERSO MUNDO DE LAS PLANTAS"**

**Prof. Anahí Llanos Viale**

**Síntesis:** Se llevarán a cabo proyectos que contemplen los conocimientos adquiridos y que se generen a partir de ideas planteadas por los alumnos del taller o demandados por la comunidad, como plantas aromáticas, medicinales y alimenticias, nativas, helechos, cactus y suculentas, bulbosas, hongos comestibles, aloe y otras. Se aprenden aspectos generales de hortalizas, frutales y aromáticas agroecológicas. En hortalizas trabajamos en sistemas de siembra, trasplante, labores culturales y cosecha. Hortalizas protegidas (túneles, invernaderos). Aromáticas en la huerta para usar como condimentos y prevenir plagas. Se trabaja también con frutales menores (frambuesas, frutillas). Vemos también el aprovechamiento de frutas y hortalizas a través de uno de los métodos de conservación como es el deshidratado a través del sol: como preparar, deshidratar, envasar y conservar los alimentos deshidratados manteniendo la calidad e inocuidad de ellos para beneficio de nuestra salud. Se realiza un viaje de estudios a una región del país visitando lugares vinculados a los temas de estudio.



**Prof. JORGE MIGUEL**  
Secretario General  
Universidad Nacional de Río Cuarto



**Prof. NORA M. BIANCONI**  
Vicerrectora  
Universidad Nacional de Río Cuarto