

FICHA DE ACTIVIDADES OCIO FORMATIVO: FEBRERO-MAYO 2020
CONCEJALÍA DE CONSUMO – CENTRO EDUCATIVO DE RECURSOS DE CONSUMO (CERCA)

Nombre y Apellidos: Tfno.

Mail (**importante escribir con MAYÚSCULAS**):

ACTIVIDAD	DIAS	HORA	Marcar con X
COCINA Y ALIMENTACIÓN SALUDABLE			
TALLER LOS COCINILLAS DEL MERCADO (I)	MARTES: 4, 11, 18 y 25 de Febrero.	17h a 19h.	Contactar con la Asociación ADENS para más información. Daniel (691556579)
TALLER LOS COCINILLAS DEL MERCADO (II)	MARTES: 3, 10, 17 y 24 de Marzo.	17h a 19h.	
TALLER DE COCINA SALUDABLE Y VEGETARIANA (I)	JUEVES: 6, 13, 20 y 27 de Febrero.	17h a 19h.	
TALLER DE COCINA SALUDABLE Y VEGETARIANA (II)	JUEVES: 5, 12 y 26 de Marzo.	17h a 19h.	
NUEVAS TECNOLOGÍAS PARA CONSUMIDORES			
INFORMÁTICA BÁSICA: Ordenador y componentes, archivos y carpetas, paquete Open Office, Internet, Herramientas gratuitas Google...	LUNES Y MIÉRCOLES: 3, 5, 10, 12, 17, 19, 24 y 26 de Febrero.	10h. a 12h.	
	LUNES Y MIÉRCOLES: 30 de Marzo, 1, 6, 8, 15, 20, 22 y 27 de Abril.	10h. a 12h.	
INFORMÁTICA AVANZADA: Correo electrónico, redes sociales, gestión de imágenes...	LUNES Y MIÉRCOLES: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23 y 25 de Marzo.	10h. a 12h.	
	LUNES Y MIÉRCOLES: 29 de Abril, 4, 6, 11, 13, 18, 20 y 25 de Mayo.	10h. A 12h.	
USO DE MÓVILES: manejo sencillo del móvil, recibir y enviar mensajes, WhatsApp, gestión de contactos...	MARTES Y JUEVES: 4*, 6, 11, 13, 18, 20, 25 y 27 de Febrero. (el día 4 de Febrero el curso será hasta las 11h. porque participaremos en una charla sobre Internet)	10h. a 11:30h.	
	MARTES Y JUEVES: 3, 5, 10, 12, 17, 24, 26 y 31 de Marzo.	10h. a 11:30h.	
	MARTES Y JUEVES: 2, 7, 14, 16, 21, 28, 30 de Abril y 5 de Mayo.	10h. a 11:30h.	

ACTIVIDAD	DIAS	HORA	Marcar con X
CONSUMO, VISITAS Y OTRAS ACTIVIDADES			
<p style="text-align: center;">LOS MARTES APRENDO EN MI MERCADO</p> <p>Charlas donde diferentes profesionales nos informarán y formarán de temas muy interesantes relacionados con el consumo y la vida saludable.</p>	<p>Febrero: 4: ¿Qué hago yo en un sitio como Internet?. 18: Seguridad en Internet. Marzo: 17: La TV, ¿nuestra fiel compañera?. 24: Información al consumidor sobre riesgos alimentarios(I) 31: Información al consumidor sobre riesgos alimentarios(II) Abril: 28: Como invertir tu tiempo en lugar de gastarlo. Mayo: 5: Alimentación y Nutrición saludable. 12: Patología alimentaria. 19: Uso y abuso de medicamentos. 26: Ejercicio físico adultos. Clase práctica.</p>	11h. a 12h.	
RECICLADO CREATIVO. La 2ª vida de los productos.	LUNES Y JUEVES: 3, 6, 10, 13 y 17 de Febrero.	10:30h. a 12h.	
EJERCICIO FÍSICO, ESTIRAMIENTOS, COORDINACIÓN...	LUNES Y JUEVES: 3, 6, 10, 13 y 17 de Febrero.	12h. a 13h.	
TALLER “VACÍA TU MOCHILA” (dirigido a personas que quieran mejorar su autoestima y tener una vida más saludable y enriquecedora).	Todos los VIERNES	10h. a 11:30h.	
<p>VISITAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - El horario de las visitas será por la mañana. - Para realizarlas tendrá que formarse un grupo mínimo de 15 personas. - El transporte a las visitas correrá a cargo del usuario. - Llamaremos por teléfono para organizar y confirmar la visita elegida por usted. 	Aeropuerto (máximo 30 personas)	28 de Febrero	
	Visita el Mercado Central de Alicante	19 de Febrero	
	Visita al Parque Municipal Lo Morant de Alicante (conocer sus plantas, árboles, historia...).	18 de Marzo	
	Aguas de Alicante	Sin concretar fecha	
	Autobuses Urbanos de Alicante	Sin concretar fecha	
	Carrefour Gran Vía (máximo 15 personas)	Sin concretar fecha	

Alicante ____ de _____ de 2020

FIRMA

IMPORTANTE

Rellenar esta inscripción no da derecho a la admisión directa de la/s actividad/es.

Nos pondremos en contacto con usted para confirmar la inscripción en el caso de ser admitido, y le indicaremos el comienzo de la actividad.

CERCA: mail: silvia.gomez@alicante.es ; teléfono: 965 14 52 94.