

Índice

2 · Fundación Updea	9 · Testimonios	76 · Club del Viajero
4 · Rel. Institucionales	10 · Universidad de Adultos	87 · Ocio Cultural
6 · Eventos y Proyectos	12 · Profesorado Updea	90 · Obra Social
8 · Asociado	16 · Índice de cursos	93 · Estadísticas

Organización Interna

Patronato

D. Constantino Lora
Dña. Elisabetta Vaccaro
Dña. Irene Romera
D. Rodolfo Perugini
Dña. Margarita Quirós
Dña. Ana Adame

Coord. Actividades

Dña. Laura Abella

Dpto. Administración

D. Daniel del Castillo

Dpto. Comunicación

Dña. Elena Olmedilla
Dña. María Roquette

Secretaría

Dña. Carolina Aranda
Dña. Mar Méndez

Rel. Institucionales

D. Jesús Sampedro

Rel. Internacionales

Dña. Elisabetta Vaccaro

Dpto. Orientación

Dña. Soledad Cerdán
Dña. María Torres

Obra Social

Dña. Laura Abella
Dña. María Roquette

SEO Manager

D. Javier Montenegro

Dpto. Jurídico

Dña. M^ª Paz Cotarelo

Diseño Gráfico y Fotografía

D. Iñigo Cámara
D. Ignacio García
D. Pablo Marín
D. Ramón de la Barreda
Dña. Gema Sánchez

Formación y Asesoría de RR. HH. Equipo Mind Group™

31 Profesores (pag.12)
10 Guías turísticos (pag.77)
17 Voluntarios cult. (pag.15)



Horario de Secretaría

Lunes a Viernes: *10.00 a 13.45 h*
16.30 a 19.45 h

Viernes tarde: *17.00 a 19.00 h*

Julio y Agosto: *10.00 a 14.00 h*

Cerrado: *1-21 agosto*



Fundación
Updea

Barceló, 13 - 1º - Madrid Tel. 91 447 68 20
Autobus: 03, 21, 27, 40, 149
updea@updea.org - www.updea.org



Estimad@ amig@:

Me llena de satisfacción presentarte esta programación, es el culmen del trabajo de dos meses de preparación, reuniones con los profesores, con los alumnos, entrevistas telefónicas... todo enfocado a ofrecer a los asociados los cursos y actividades que más se adecuen a sus intereses.

Hace un año nos pusimos como objetivo ahondar en la calidad, comunicación y cercanía con los asociados.

Para ello, hemos encargado a consultores expertos un plan de formación y reciclaje, encaminado a mejorar la calidad de la atención ofrecida al asociado. Se inició en septiembre y ha participado todo el personal, el profesorado y los guías.

En el plano de la comunicación, la hemos reforzado con un nuevo diseño más ágil de las newsletters y dos nuevas publicaciones: una de actividades enero-abril y otra con la programación anual de viajes culturales. También con diversos encuentros con asociados y un mayor contacto telefónico.

Estas dos acciones se mantendrán en el próximo curso.

Después de casi diecisiete años, las instalaciones se han quedado pequeñas. Está previsto su ampliación en octubre, lo que permitirá contar con nuevas aulas y más espaciosas. Es un paso importante que podemos afrontar gracias a la confianza y el apoyo de los asociados en todos estos años.

El objetivo para el nuevo curso no es tanto crecer sino mantener lo logrado hasta ahora y seguir profundizando en la calidad, la escucha y cercanía con los asociados.

Creo que actualmente se sobrevalora la cantidad: hacer lo máximo en el menor tiempo, tener y conseguir muchas cosas, ir a muchos lugares, contar con muchos seguidores en Twitter y tantos amigos en Facebook... En Updea queremos dar más valor a la calidad de lo que hacemos y la pasión con la que lo llevamos a cabo; saborear y compartir el tiempo y cultivar las relaciones personales. Muchas veces, cuando menos es más surge la magia.

Updea se autofinancia y no recibe ningún tipo de subvención o patrocinio. Esto nos obliga a optimizar los recursos y a su vez nos permite que los únicos límites sean la creatividad y la pasión en lo que organizamos. Queda reflejado en la vocación y la pasión por su trabajo de todo el personal, los profesores y guías culturales. Un equipo, cada uno con su misión, pero apoyándose mutuamente, sabiendo que todos son importantes en el resultado final.

Constantino Lora
Presidente F. UPDEA

Fundación Updea



Quiénes somos - Nuestros fines

Somos una entidad sin ánimo de lucro, privada e independiente, creada en 1.999 que busca el **bienestar de las personas mayores de cincuenta años a través de la cultura.**

Trabajamos para que Updea sea un espacio vivo y abierto, de intercambio de ideas y crecimiento personal, donde el aprendizaje sea sinónimo de estímulo y disfrute, uniendo a personas afines a través del conocimiento y la cultura.

Combinando actividades formativas, culturales, de ocio y de voluntariado, **pretendemos:**

- Impulsar el desarrollo personal a través de la **educación continua.**
- Promover habilidades y aptitudes que permitan una **mejor adaptación a los cambios acelerados de la sociedad actual.**
- **Acercar las nuevas tecnologías y sus ventajas a las personas mayores.**
- Promover el **enriquecimiento de las relaciones sociales.**



“Cuando palabras como ‘jubilación’, ‘hijos que se independizan’ incluso ‘viudedad’, comienzan a tener un significado en la vida, se nos abre un futuro incierto. Para mí la palabra clave fue ‘jubilación’: ahora todo el tiempo del mundo iba a ser mío. Y lo ha sido. Encontré a UPDEA y aquí soy VIAJERA (el mundo está lleno de belleza); ALUMNA (mis ‘profes’ son jóvenes llenos de ilusión y muy preparados) y ahora VOLUNTARIA. Lo que he aprendido sobre Historia, sobre Madrid, sobre Arte, se lo cuento a los demás y conozco gente estupenda, interesante y TODOS me enseñan algo. Mi satisfacción me hace sentirme feliz y hacer feliz a los demás, empezando por mi propia familia. EL ÉXITO NOS LO REPARTIMOS ENTRE UPDEA Y MIS GANAS DE VIVIR.”

Lola Pérez-Toledo • “todo terreno” Updea

Qué hacemos

La Fundación Updea, para la consecución de sus fines estatutarios **desarrolla actividades como:**

Cursos, conferencias, viajes culturales, conciertos, visitas guiadas, proyectos nacionales e internacionales, intercambios de estudiantes europeos, investigaciones, voluntariado cultural, publicaciones, etc.

Las actividades se estructuran en las siguientes **áreas:**



Universidad de Adultos

Con más de cien cursos distintos, su fin es convertir el aprendizaje en un momento de disfrute, en un clima de participación y encuentro con compañeros de intereses afines. **Orientado a personas mayores de 50 años.**



Club Cultural del Viajero

Especializado en **viajes culturales de autor**, como complemento a los cursos y con el objetivo de **fomentar las relaciones personales.**



Ocio Cultural

Actividades de **entretenimiento con un valor cultural.** Su finalidad es fomentar la integración entre los asociados y en su mayoría están subvencionadas por la Obra Social de la Fundación.



Obra Social

Desarrolla **proyectos sociales y culturales** financiados por la propia entidad. Además, subvenciona plazas en las excursiones y viajes culturales, becas en los cursos y actividades de ocio cultural.

Es de **carácter formativo-cultural** y dirigido a personas mayores. Los principales beneficiarios de estos programas son los asociados de la Fundación, entidades sin ánimo de lucro y administraciones públicas.



Instituto Español

Difusión de la lengua y cultura españolas preferentemente para un alumnado europeo mayor de cincuenta años. A través de cursos, viajes culturales y lingüísticos, intercambios de alumnos con otras universidades de mayores europeas, publicaciones y proyectos europeos (Sócrates- Grundvitg).

Relaciones Institucionales y Colaboraciones

• Administraciones Públicas

AYUNTAMIENTOS COMUNIDAD DE MADRID

- Alcobendas
- Alcorcón
- Boadilla del Monte
- Coslada
- Nuevo Baztan
- Pinto
- Pozuelo de Alarcón
- Rivas-Vaciamadrid
- San Fernando de Henares
- San Sebastián de los Reyes
- Torrejón de Ardoz

AYUNTAMIENTO DE MADRID

- Área de Gobierno de Familia y Asuntos Sociales
- 53 Centros Municipales de Mayores en los Distritos de:
 - Carabanchel • Centro • Chamberí • Ciudad Lineal • Fuencarral-El Pardo • Hortaleza
 - Moncloa-Aravaca • Puente de Vallecas • Retiro • Salamanca • Tetuán • Usera
- 27 Bibliotecas Municipales:
 - D. Alonso • Aluche • Buenavista • Canillejas • Ciudad Lineal • M. Delibes • I. de Vargas
 - C. Duque • Filipinas • G. Fuertes • G. García Márquez • A. González • J. Hierro • La Chata
 - Huertas de la Salud • F. Ibáñez • A. M^a Matute • V. Montalbán • P. Neruda • Pío Baroja
 - Pozo • J. Saramago • E. Trías • Vallecas • M. Vargas Llosa • Vicálvaro • M. Zambrano

*Los ayuntamientos, bibliotecas y centros de mayores arriba enumerados han sido beneficiarios de las **actividades gratuitas de la Obra Social** de Fundación Updea (conferencias, visitas guiadas, talleres sobre internet, informática, tablets, conciertos...).*

OTRAS ADMINISTRACIONES

- Ministerio de Empleo y Seguridad Social • Ministerio de la Presidencia • Ministerio de Fomento
- Ministerio de Hacienda • IMSERSO



BIBLIOTECAS
PÚBLICAS
MUNICIPALES

“La Biblioteca Zambrano, al igual que otras muchas de Madrid, trabaja conjuntamente con Updea para acercar a nuestros usuarios mayores el uso de Internet y de los teléfonos móviles, intentando disminuir así la brecha digital. Estos usuarios disfrutan también de las visitas guiadas que tutela la Fundación por la ciudad de Madrid, y poco a poco van conociendo muchos de sus rincones, su arte, su historia, etc. Las propuestas de Updea son muy apreciadas por nuestros usuarios mayores, que siempre están deseando repetir. Valoramos mucho el trabajo de Updea y su entrega en esta colaboración con las bibliotecas.”

Biblioteca Municipal María Zambrano - Madrid

• Colaboraciones con Entidades Privadas

- Aula Cultural del Ministerio de Fomento
- Asociación Nacional de Bridge
- Asociación de Telégrafos
- Asispa
- Asociación Enlace Verde
- Casa Regional de Canarias
- Colegio Oficial de Ingenieros de Caminos
- Fundación Vodafone España
- Ibermúsica
- Parroquia de Ntra. Sra. del Carmen
- Parroquia de Ntra. Sra. del Perpetuo Socorro
- Teatro Real

• Entidades con acuerdos de colaboración

Fundación Updea ha suscrito acuerdos de colaboración con diversas entidades que permite a los miembros de éstas disfrutar de ventajas en las actividades de Updea.

- Almucaat
- Asociación de Jubilados de Caja Madrid
- Asociación de la Prensa de Madrid
- CDCBE del Banco de España
- Círculo de Baile
- CSI – F
- Hermandad de Jubilados del Ministerio de Economía y Hacienda
- ICAM (Exmo. Colegio de Abogados)
- Ministerio de Empleo y Seguridad Social

• Colaboraciones Internacionales

Universidad de Mayores de Lyon • Universidad de Besançon • Università Aperta di Rimini • Czech Technical Praga • Universidad de Ulm (Alemania) • Music Celebrations International (EE.UU) • Concertina (Londres) • NALMA (Lituania) • Escuela Nacional Art et Thearapy (París) • Volkschoule de Berlín • Maladie d’amour di Larissa (Grecia) • Museo civico de Treptow (Berlín) • Università Primo Levi de Bologna...



Ayuntamiento de
POZUELO DE ALARCÓN

“Desde finales del año 2011 la Fundación Updea está colaborando con el Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón. Se han desarrollado un número considerable de acciones que han repercutido directamente sobre la población de personas mayores y que ha facilitado fundamentalmente el acceso a la cultura, al conocimiento de la ciudad de Madrid y a las nuevas tecnologías. Desde el Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón queremos reconocer, agradecer y valorar los esfuerzos de la Fundación Updea por trabajar por un envejecimiento activo de nuestros mayores.”

**Beatriz Pérez Abraham -Tercer Teniente de Alcalde,
Concejal Delegado de Familia, Asuntos Sociales y Mujer del Ayto. de Pozuelo de Alarcón**

Eventos y Proyectos 2015-16

- Asistencia al **Festival de Ópera de Verona** (julio 2015).
- Entrega de **240 invitaciones** a los asociados para **conciertos de música clásica** en el Auditorio Nacional (junio 2015).
- Inicio del **plan de formación y reciclaje para el personal de los distintos departamentos de Updea** liderado por consultores expertos en Human Resources Business Mind Group™ Research and Learning. Formación encaminada a mejorar la calidad de la atención ofrecida al asociado a través de la formación al claustro de profesores y el equipo de guías (septiembre 2015 a julio 2016).
- **Presentación de la Antología Narrativa editada por Updea “La quinta del 14”** en la Biblioteca E. Trías (1 de octubre 2015).
- **Ciclo de conferencias** (octubre a mayo).
- Colaboración en el **Proyecto From Bubble, sobre arte y Alzheimer** de la Fundación Daniel Bagnon, con la asistencia a su inauguración que fue presidida por la Reina Doña Sofía y la alcaldesa de Madrid Doña Manuela Carmena en el Palacio de Cibeles (30 octubre 2015).
- **II Encuentro anual de Smartphone y Tablet** celebrado en el Hotel NH Ppe. de Vergara (septiembre y diciembre 2015).
- **Proyecto “Usos y aplicaciones de Smartphones para personas mayores”**, patrocinado por Fundación Vodafone y con 3.942 beneficiarios. Participan los Ayuntamientos de: Alcobendas, Alcorcón, Coslada, Madrid, Pozuelo de Alarcón, San Fernando de Henares, Rivas Vaciamadrid, Torrejón de Ardoz B. del Monte, N. Baztán, S.S. de los Reyes y bibliotecas municipales y centro municipales de mayores (noviembre 2015 - abril 2016).
- **Organización de cursos** de arte y de visitas guiadas al Museo del Prado **para el CDCEBE del Banco de España** y cursos sobre Smartphone y tablets para Aspury y Asispa (octubre a mayo)
- La **Obra Social organiza cursos becados** con 593 beneficiarios (septiembre - mayo).
- **III Jornada de mayores sanos y activos** (27 noviembre).



Ayuntamiento de Alcorcón



Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz



Ayuntamiento Real Sitio San Fernando de Henares



- **VI Encuentro anual del Club Cultural del Viajero** con la participación de 384 asociados. *(noviembre y diciembre 2015).*
- **Comida de Navidad** en La Capilla de la Bolsa *(diciembre 2015).*
- **V Convocatoria de plazas subvencionadas en viajes culturales** nacionales e internacionales por la Obra Social de Updea, con un total de 957 plazas *(enero 2016).*
- **Homenaje** con una comida a los voluntarios culturales de Updea *(marzo 2016).*
- **Celebración del día de la mujer** en el restaurante Bazaar con la asistencia del profesorado *(marzo 2016).*
- **Organización de conciertos:**
San Antonio Master Singers, California (EE.UU.) 30 junio 2015
The Chorale, Illinois (EE.UU.) 10 junio 2016
- **Encuentro de primavera del Club Cultural del Viajero** *(27 abril).*
- **Alcanzado el asociado número 10.434** *(abril 2016).*
- Organización de la conferencia **sobre Palladio** para el Aula cultural del Ministerio de Fomento *(abril 2016).*
- **Organización de 217 Paseos literarios e Históricos por Madrid** por el programa de voluntariado cultural de Updea y de **42 visitas guiadas al Museo del Prado y Museo Arqueológico.**
- **Organización de los primeros viajes “lingüísticos full inmersión”** de alumnos de inglés con el profesor D. Ashley Seaman a la zona de Bristol-Bath *(mayo y junio 2016).*
- **Entrega de diplomas a alumnos** de cursos de dispositivos móviles en el **Ayto. de Alcobendas** a 110 alumnos de los cursos 2015-16. *(24 mayo 2016).*
- **IV Encuentro anual del Departamento de Informática** *(30 mayo 2016).*
- **Fiesta de fin de curso** en la Sala But *(1 junio 2016).*



Asociados

Fundación Updea realiza diversos proyectos e investigaciones para entidades privadas y públicas nacionales y europeas. También organiza actividades para beneficiarios a título individual, dentro de este grupo se encuentran los asociados, que tienen una serie de ventajas, algunas de ellas exclusivas.

Se puede ser **asociado** con una cuota de 35€, válida desde el momento del abono hasta el 1 de junio de 2017.

La Fundación organiza, en **exclusiva para sus asociados, cursos anuales y viajes culturales.**

Algunas ventajas de ser asociado son:

- **Cursos anuales** (octubre-mayo) en exclusiva.
- **Viajes internacionales y nacionales** en exclusiva.
- **Precios especiales** en las actividades abiertas a no socios: cursos mensuales y trimestrales, comidas, ocio cultural, excursiones, etc.
- **Información periódica** preferente y anticipada por mail y carta de las actividades y orientación telefónica y presencial preferente.
- Acceso exclusivo al programa de **plazas subvencionadas** en viajes.
- **Encuentros** del Club del Viajero, de informática y otros encuentros.
- **Actividades gratuitas** como conciertos, conferencias, meriendas, talleres...
- **Bonificación del 15%** en el segundo y tercer curso anual.
- **Cuatro invitaciones para acompañantes** en viajes.
- **Descuentos** en algunos museos y en empresas colaboradoras.

Los asociados pertenecientes a **entidades colaboradoras** tienen ventajas especiales según los acuerdos firmados (consultar en cada entidad).

La Fundación realizará durante el año algunos programas y actividades con condiciones especiales destinados a socios de entidades colaboradoras y para nuevos asociados.

Testimonios



"Soy guía de la Fundación desde hace un tiempo y me encanta preparar cada viaje. No son pasajeros, en muchos casos ya son amigos con los que repito viaje. Y aunque repita destino, siempre aprendo cosas nuevas con cada grupo con el que voy."

Andrea Gómez Redondo
Guía Updea



"Me encantan todos los viajes de Updea, vamos siempre acompañados por profesores que explican todo lo que vemos de una manera impecable. Lo que más me gusta de estos viajes frente a otros es que podemos ver sitios inéditos."

Juana Herranz García
Viajera Updea

"Desde el primer día en Updea, comencé con mucho entusiasmo e ilusión impartiendo formación a personas con muy buenas energías, constancia y sobre todo ganas de aprender para tener la oportunidad de abrirse paso adquiriendo nuevos conocimientos en el mundo de la tecnología."



Gloria Quijano
Profesora Updea

Estoy asistiendo a un curso de Informática. Conocí Updea a través de una Asociación a la que pertenezco. Estoy prejubilado y para ocupar mi tiempo libre decidí apuntarme. Los conocimientos son variados y muy buenos y colaboro y ayudo a mis compañeros. Es un ambiente muy bueno y relajado. Además de aprender se conoce gente, incluso hemos realizado una comida todos juntos en Navidad. Es un acercamiento a la técnica pero también de personas."



Pedro Macías
Alumno de Informática

"Me han gustado mucho las clases de móvil, me gustaría repetir, porque me ha servido bastante y ha sido de interés, se lo recomendaría a más personas para que puedan ponerse al día con las nuevas tecnologías."

Gerardo Pereira
Beneficiario O.Social



"Pertener al equipo de la fundación es tener otra familia con la que compartir nuestro día a día, el equipo trabaja unido y nos sentimos bien realizando las actividades diarias, además de ayudar en todo lo posible a las personas que acuden a la Fundación."

Daniel del Castillo
Equipo Updea

Universidad de Adultos



“Donde aprender se convierte en placer”

Los Cursos

Diseñados para adultos con interés por seguir aprendiendo.

Se imparten en una **sesión semanal de dos horas** con una **pausa de 15-20 minutos**.

- **Grupos reducidos** que permiten mayor calidad y participación.
- **Profesores titulados** y especializados en enseñanza para adultos.
- **Aulas totalmente equipadas** con TV, tablet, videoprotector, wifi...
- **Actividades complementarias** fuera del aula.

Duración: Anuales, cuatrimestrales y mensuales

- Para una **mayor flexibilidad**, los cursos anuales (octubre a mayo), se estructuran en **dos módulos cuatrimestrales**. Cada uno tiene independencia temática.
- Es posible matricularse del curso anual o de uno de sus módulos.
- Cada mes se propondrán **cursos de duración más corta** (8-10 horas).
- A principios de febrero comienzan los cursos cuatrimestrales (módulos y nuevos cursos).

En cada departamento se indica el número mínimo y máximo de alumnos. Es orientativo, aunque el número máximo se cumple en la práctica totalidad de los cursos.



“Los profesores son fabulosos, me he sentido muy gratificada en todas las clases a las que he asistido, me he sentido muy bien. Siempre recomiendo a todas las personas que conozco la fundación para que puedan disfrutar de las mismas experiencias que yo.”

Virtudes Miguez - Alumna informática

Cómo inscribirse

Los Asociados pueden **reservar plaza del curso anual del 17 de mayo al 1 de septiembre**, con el abono de 60 euros. Resto del importe antes del 9 de septiembre, si no se cumple este plazo se pierde la plaza.

Los módulos están abiertos a socios y no socios y se abonan íntegros.

Preinscripción y Bonificaciones

- **Cursos anuales abonados íntegramente** en una única vez **entre el 17 de mayo y el 10 de junio** cuentan con la **cuota anual gratuita** (35 €).
- **Los alumnos del curso 2015-16 pueden conservar su plaza** en el mismo día y horario si realizan la preinscripción antes del 10 de junio, teniendo preferencia sobre nuevos alumnos.
- Los segundos y terceros cursos anuales cuentan con un **15% de bonificación**.

Formas de pago

En secretaría (efectivo/talón/tarjeta) o con ingreso en la cuenta de Fundación UPDEA Nº ES52 0216 0439 42 0600724977 (TargoBank). La inscripción solo es válida cuando se reciba el justificante por carta o mail (updea@updea.org). Indicar nombre, actividad y teléfono. Para devoluciones es indispensable presentar el recibo.

No se realizan reservas. Plazas limitadas.

Importante

La cuota asociativa no se trata de una matrícula y por tanto no se devolverá en ningún caso, pues no se pierde la condición de asociado.

Inasistencia al curso: Por el motivo que sea, **implica la pérdida del importe**, excepto si se avisa con constancia escrita con al menos nueve días antes del inicio previsto del curso.

En cursos anuales no completados **se podrán incorporar alumnos** durante el año.

Cancelaciones: Updea se reserva el derecho de cancelar cualquier actividad y avisará al menos cuatro días antes del inicio.

Si en un **segundo módulo** quedasen matriculados menos de siete alumnos, Updea se reserva el derecho de cancelar el módulo y devolverá la parte proporcional.

Cambio de curso: Posible entre cursos ya iniciados en el mismo mes, previa aprobación.

Recuperaciones: Si un profesor no puede impartir una clase, se sustituirá o se recuperará en otro momento del curso o al final de éste.

Vacaciones: Navidad (22 dic-6 ene, ambos inclusive), Semana Santa (19-27 marzo).
No lectivos: 7 y 9 de diciembre.

Profesorado Updea

Cada profesor es **especialista en su área**, son doctores y licenciados con **amplia experiencia y dotes de comunicación**. Los distingue su **gran vocación docente** y su capacidad para convertir las clases en verdaderos momentos de disfrute para sus alumnos.

Anualmente, Updea promueve la continua **mejora en la didáctica y comunicación** en las clases a través de cursos dirigidos a nuestros profesores en Mind Group™ Research and Learning.

ARTE / HISTORIA

Antonio Fernández de Ybarra

Ldo. Hª y Teoría del Arte por la UAM. Máster y Doctorado en Humanidades por Univ. Carlos III. Profesor en UP Alcobendas, C. Culturales, L. Galdiano, etc.

Juana Morano

Lda Hª del Arte. Univ. Granada. Máster Arqueología y Territorio. Formación en Cultura Islámica. Profesora programa "Conocer Madrid".

Higinio Pellicer

Ldo. Historia Univ. Murcia. Doctor en Política en la España Contemporánea (UNED). Profesor de Hª Contemporánea para las Fuerzas Armadas.

Daniel Blanco

Ldo Hª del Arte. Univ. de Córdoba. Doctor en Patrimonio Natural y Arqueológico. Consultor técnico en Patrimonio de la Junta de Andalucía. Profesor en Posgrado de Patrimonio Cultural y Natural.

Eloísa García

Lda. Geografía e Historia UNED Arqueóloga en Castilla La Mancha Educadora del Museo de Valdepeñas Profesora de obtención del Grado Superior en Geografía, Hª y Economía para Turismo.

Ignacio García

Ldo. Geografía e Historia UCM. Especialista en Hª Madrid. Profesor de Hª e Hª del Arte en Centros Municipales Mayores Ayto. Madrid.



Rocío Penco

Lda. Hª del Arte Univ. Córdoba Directora Arqueóloga en excavaciones Hispanorromanas e Hispanomusulmanas. Actualmente Comisaria y Crítica de arte contemporáneo.

Carlos Javier Agudo Moreno

Ldo. Hª. Univ. de Cádiz. Primer nivel del curso de experto en educación secundaria y formación profesional. Profesor-guía en museos.

Laura de Faya Callejo

Lda. en Hª del Arte. Amplia experiencia como educadora en museos y profesora de Historia del Arte e Historia. Visitas guiadas a museos. Guía en viajes culturales por España.





"Soy profesora de música y estoy encantada en UPDEA. Disfruto mucho en cada clase, porque el entusiasmo de mis alumnos me lleva a redescubrir cada obra de nuevo. Es emocionante conocer personas que aprecien tanto algo que tú sientes tan profundamente. Para mí es un aprendizaje constante profesional y humano."

Montserrat Martín.
Profesora Updea

DESARROLLO PERSONAL / ARTÍSTICO

Montserrat Martín

Lda. Musicología Univ. La Rioja.
Título Superior de Profesor de Flauta Conservatorio Superior de Música de Tenerife. Experto Universitario en Educación musical Univ. La Laguna.
Profesora de Música y Movimiento.

Elena Traissac

Lda. Psicología de UCM. Máster en Psicología Clínica. Terapeuta de adultos y parejas. Imparte clases de Bienestar Emocional, Autoestima, Habilidades Sociales y Desarrollo Personal, entre otros.

Almudena Romero

Lda. en Filosofía, Técnico de Formación. Profesora de Filosofía y Tutora de Ética.

Julián Herraiz

Doctor Fil. Hispánica UCM. Curso Interpretación y Dirección de Actores. Monitor Técnicas Interpretación para Teatro y Cine. Formador en escritura creativa, guión cinematográfico en TAI. Profesor H^a cine americano y europeo.

Juan Sebastián Di Piero Sanfilippo

Ldo. Psicología con Máster en Psicología Clínica y de la Salud. Profesor colaborador de la UCM y de la UNED.

Ruth Calvo Portela

Lda. Filosofía. Doctora en Filosofía. Profesora de ética y personal docente en la Universidad San Pablo CEU desde 2005.



"En UPDEA he encontrado a mi alumnado perfecto. En clase hemos compartido conocimientos, aportado experiencias, debatido, reído y reivindicado, analizado documentos, visto imágenes y sentido y vivido. Yo he dado todo lo que tengo porque me apasiona transmitir y amo lo que me rodea y a cambio ellos me han devuelto aún más. Creo que juntos hemos crecido en este curso. Por ello, solo tengo para ellos una palabra; gracias"

Eloísa García. Profesora Updea

ESCRITURA CREATIVA

Javier Cristobal

Ldo Psicología UAM. Escritor con obras publicadas en Ed. Vitruvio: "Feroces de Pensamiento" (2012) y "Genealogía de lo Imposible" (2011). Profesor del Taller de Poesía.

Consuelo Pastor

Lda. en Fil. Románica e Italiana. Catedrática numeraria. Profesora en la Univ. de Valencia. Catedrática de Lengua literatura en INBAD y en secciones internacionales en Francia.

Esteban Maciques

Profesor de Escritura Creativa, Teoría de la Literatura y Narrativa en Universidades españolas y americanas. Adjunto de Facultad de Artes y Letras Univ. de La Habana. Miembro de jurado de concursos literarios.

IDIOMAS

María Martín

Lda. en Ciencias Políticas por la UCM. Proficiency por la Univ. de Cambridge. Lectora de español en N.Y.

Ashley Seaman

Ldo. Literatura Inglesa. RSA/ Cambridge Certificate. Profesor nativo de inglés en UCM, Mº Presidencia y Policía Municipal.

Joe Albino Costa

Prof. Nativo de inglés en colegio P. Claret. Examinador para la Com. Valenciana y Murcia. Coord. de estudiantes en Irlanda e Inglaterra.

Rosario Galván

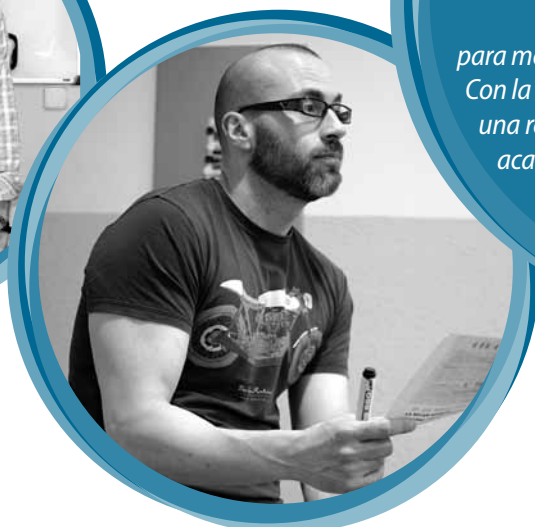
Lda. Fil. Inglesa UNED. Lda. Derecho por ICADE. Formadora de estudiantes en California (USA). Profesora Idiomas en la Escuela Internacional de Empresa.

Sarah Laporte

Lda. en Fil. española y especialización en Francés como Lengua Extranjera (Univ. de Provenza). Doctora en Literatura española (UAM).

Cristina Abril Soubagné

Lda. En Fil. Francesa. Especializada en Francés como lengua extranjera. Profesora universitaria de Filología Francesa.



"Estoy muy contento de formar parte de UPDEA. He encontrado siempre buenos alumnos, amables muy interesados en comprender los secretos de la Historia. Suponen para mí un estímulo para mejorar mi preparación y docencia cada día. Con la gran mayoría empezamos manteniendo una relación profesor y alumno y hemos acabado siendo amigos."

Higinio Pellicer, Profesor Updea

INFORMÁTICA

Sergio Cea

Ing. Técnico en Informática de Gestión. Diplomado en Educación Social. Profesor Titular de informática en centros del Ayto. Madrid y CAM.

Diego Fernández

Ldo. en Antropología Social y Cultural. Profesor de Photoshop. "Tutor Aula Virtual" para el Ayto. de Madrid.

Daniel Gayo

Técnico superior Audiovisuales en el CEV. Profesor en NNTT en Ayto. de Navarra. Fotógrafo-editor para informativos CNN, Mediapro y Antena3.

Gonzalo Gómez

Técnico Especialista en Informática de Empresa por San Pablo Ceu. Máster en Informática.

Amparo Santamaría

Lda. Ciencias Químicas. Administración de Sistemas informáticos en Red. Profesora en empresas, Confmetal y en Obra Social Caja Madrid.

Cristina Aritmendiz de Mesa

Lda. Comunicación Audiovisual. Master en Educación y TIC. Profesora de informática y tecnologías de la información y comunicación.

Tania Palenzuela Gala

Técnico en Informática y Máster técnico en PHP y MySQL. Profesora de informática en Univ. Popular de Alcorcón así como en colegios.

Gloria Lauye Quijano

Lda. en Administración Contable. Especialista en Productos Microsoft Office. Amplia experiencia como formadora en centros culturales.



"Conocí Updea hace unos 5 años y vi lo posibilidad de unirme al grupo de voluntarios culturales que ya existía, un grupo fenomenal. Desde entonces, desempeño esta fascinante tarea además de asistir a las clases con asiduidad para ampliar mi formación ya que la historia y el arte me apasionan."

Armando García de Ceca Moreno
Voluntario Updea

VOLUNTARIOS CULTURALES

M^a Pilar Atance Fortea

Román Castrejón Bermejo

Francisco Cuesta Redondo

Daniel Galán García

Armando García de Ceca Moreno

M^a Luisa García Fernández

José Ramón López Gutiérrez

M^a Nieves Lluva Roda

M^a Julia Morlanes Cobedo

Rafael Nieto Suárez

M^a Dolores Pérez-Toledo Barrera

Felipe Pinilla Iribar

Pilar Rodríguez Pedrero

M^a Antonietta Russo

María Eugenia Salto Blanco

M^a Rosario Sánchez Manzanares

Antonio Manuel Santos Cupeiro

Amparo Tejerina Pedrero



ARTE

- 1 · Cómo interpretar el arte
- 2 · Una nueva mirada para comprender y disfrutar del arte
- 3 · Arte Antiguo del Mediterráneo
- 4 · Arte, cultura y sociedad en Al-Andalus
- 5 · Prerrománico y Románico
- 6 · Gótico y Renacimiento
- 7 · Barroco e Ilustración
- 8 · Arte del siglo XIX
- 9 · Movimientos sociales, arte y cultura del s. XX
- 10 · El siglo XXI: arte, cultura y sociedad que nos rodea



VISITAS A MUSEOS

- 11 · Museos y espacios de arte
- 12 · Hª del arte a través de los Museos
- 13 · Hª del arte en el Museo del Prado
- 14 · Exposiciones temporales
- 15 · Espacios de la vida madrileña



DPTO. ARTÍSTICO

- 16 · Actores y actrices inolvidables
- 17 · Maratón de maestros del cine internacional
- 18 · Hª de la música. De Beethoven a Strauss
- 19 · Apreciación musical: Épocas, obras e intérpretes
- 20 · La música de nuestro siglo. De la música sinfónica al rock



DESARROLLO PERSONAL

- 21 · Inteligencia emocional
- 22 · Escuela de emociones
- 23 · Habilidades sociales: cómo hablar para que me escuchen
- 24 · Consigue una mente joven y ágil
- 25 · Hábitos saludables
- 26 · Historia de las ideas
- 27 · Cuentos y leyendas. Antropología en la tradición popular
- 28 · Los mitos y su significado

ESCRITURA CREATIVA

- 29 · Taller de creación: "Caminos hacia la novela breve"
- 30 · Taller de narrativa: creación de una novela
- 31 · Taller de poesía
- 32 · Novelas españolas de finales del S. XX llevadas al cine



HISTORIA

- 33/34 · Historia de España I: de los Iberos a Felipe V
- 35-37 · Siglos XVIII - XIX: la España moderna
- 38/39 · Historia de Europa en el S. XX
- 40/41 · Claves para comprender la actualidad
 - 42 · La Europa del siglo XVIII y XIX: la Europa cambiante
 - 43 · Historia y arte de Madrid
 - 44 · Hª de las religiones: judaísmo, cristianismo e islam



IDIOMAS

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 45-61 · Inglés General 62-65 · Inglés Conversación | <ul style="list-style-type: none"> 66-70 · Francés General 71-73 · Francés Conversación |
|---|---|

INFORMÁTICA

1. Ciclo Informática (cuatrimestral)

- 74/75 · Informática e Internet inicial
- 76 · Profundización informática e Internet
- 77 · Internet Avanzado
- 78 · Redes sociales y edición multimedia

2. Ciclo Informática (anuales)

- 79/80 · Toda la informática en tus manos
- 81/82 · Domina la informática e Internet
- 83/84 · Profundiza y actualízate en informática
- 85-88 · Club de informática

3. Multimedia

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 89 · Construye tu historia audiovisual 90 · Tratamiento y retoque de imagen digital | <ul style="list-style-type: none"> 91 · Desarrolla tus historias con la fotografía 92 · Fotografía inicial |
|--|--|

DISPOSITIVOS MÓVILES

- 93-97 · Domina tu Smartphone y Tablet
- 98-100 · Cómo sacar el máximo partido a tu Smartphone
- 101 · Ipad y Iphone I
- 102 · Ipad y Iphone II





Arte

Cursos impartidos por **apasionados historiadores del arte**, uso de medios audiovisuales y conexión WIFI.

Algunas clases se imparten en museos.

Los profesores son guías en excursiones y viajes culturales de autor.

- 1 · **Cómo interpretar el arte**
- 2 · **Una nueva mirada para comprender y disfrutar del arte**
- 3 · **Arte Antiguo del Mediterráneo**
- 4 · **Arte cultura y sociedad en Al-Andalus**
- 5 · **Prerrománico y Románico**
- 6 · **Gótico y Renacimiento**
- 7 · **Barroco e Ilustración**
- 8 · **Arte del siglo XIX**
- 9 · **Movimientos sociales, arte y cultura del s. XX**
- 10 · **El siglo XXI: arte, cultura y sociedad que nos rodea**

Arte: mín. 16 alumnos / máx. 24 alumnos

Precios: Anual: 300€ - Módulo: 195€ (No Socio: 210€)



1 **Cómo interpretar el arte**

Martes / 16.40 - 18.40 h

25 oct-27 may / 300 €

¿Qué es el arte? ¿Cómo puedo interpretar una obra de arte? Cuando nos situamos frente a una obra artística muchas veces no hablamos el mismo idioma y la comunicación con ella es simplemente emocional.

Este curso recorrerá las sucesivas etapas de la historia del arte aportando las clases de estilo que permitan el reconocimiento de una obra.

Incluye la visita a Museos para poner en práctica los recursos estudiados en el aula.

1er Módulo: El origen y significado del arte

25 oct-7 feb / 195 €

- Construcción de **la idea de belleza** y revisión de los simbolismos.
- **El poder de la imagen:** claves simbólicas y temas.
- **Claves de la historia del arte**, principales etapas, artistas y estilos.
- La representación arcaica. **De Altamira a la Grecia Clásica.**
- La representación clasicista: Lo apolíneo y lo dionisíaco.
- La representación expresiva: **Escultura helenística y romana.**
- Evolución de la **arquitectura** como expresión cultural y soporte del arte.
- Del fin del arte latino al románico.
- Recuperación de la forma humana: **escultura y pintura románica y gótica.**
- **La arquitectura románica y gótica** como soporte cultural.

2º Módulo: De la forma clásica a la contemporaneidad

14 feb-27 may / 195 €

- Recuperación de los valores clasicistas. El **Renacimiento italiano.**
- Arquitectura y escultura barrocas, mensaje político e ideológico.
- La **reacción neoclásica** y los principios ilustrados.
- La libertad de la expresión individual. Romanticismo y simbolismo.
- La realidad detenida. **Impresionismo y post-impresionismo.**
- **Surrealismo, Cubismo, Expresionismo.**
- La **pérdida de la figuración.** La abstracción como nueva realidad.
- Kandinski, Mondrian, Malevich, Pollock y Rothko.



“Conocí Updea a través de una amiga, ya hace siete años que asisto con regularidad a curso de informática, talleres, cursos de historia...y además desde esa época también empecé a hacer viajes, algunos por España y la mayoría por países extranjeros. Tanto las clases como los viajes me han abierto un horizonte de aprendizaje y entretenimiento, además de la oportunidad de conocer personas de mi misma edad con inquietudes parecidas a las mías, de lo que estoy muy satisfecha.”

Ma Carmen de Lorenzo Ibares - Alumna Updea

2 Una nueva mirada para comprender y disfrutar del arte

Jueves / 12.00 - 14.00 h

20 oct-20 may / 300 €

¿Cómo puedo interpretar una obra de arte? Este curso nos proporcionará las herramientas esenciales y los aspectos fundamentales para navegar y disfrutar de los distintos espacios artísticos con autonomía. Ser capaces de valorar las distintas expresiones de arte, en cada tiempo, ya que el arte ha de ir con los tiempos.

Incluye la visita a Círculo de Bellas Artes, Sala Alcalá 31 y Feria Art Madrid, para poner en práctica los recursos estudiados en el aula.

1^{er} Módulo

20 oct-2 feb / 195 €

- Los iconos en el **cristianismo oriental**.
- **Iconografía Cristiana**: Fuentes y géneros.
- Principios estéticos del Arte Medieval y del Arte Renacentista.
- Las manifestaciones del **Arte Oriental**: Arte Chino. El Arte Africano.
- Una ciudad, un estilo: Urbes singulares.
- Obras maestras: Pintura y escultura.
- Las mujeres en el Arte Moderno: **Renacimiento y Barroco**.
- El Siglo de Oro Español: Aportaciones de la Contrarreforma.
- Metodologías y colecciones: **La Arqueología**.
- Somos Audiencia: Por qué nos gusta un estilo. El mercado de Arte hoy: galerías, ferias y subastas.
- El Arte Español en el exterior.

2^o Módulo

9 feb-20 may / 195 €

- **Artistas únicos** de la Historia del Arte: de Fray Angélico a Carmen Calvo.
- Paralelos entre el **Arte Oriental** y el **Arte Occidental**.
- La singularidad del Arte Español: Andalusí, Sefardí, Mudéjar y Mozárabe. La evolución del Estilo Herreriano en Madrid: Ejemplos y técnicas edilicias.
- La funcionalidad de las Artes Suntuarias.
- Evolución de la **técnica del grabado**: De la xilografía primitiva al aguafuerte de Francisco de Goya.
- **Fotógraf@s** españoles del S. XX.
- Del Informalismo al Arte de la Postmodernidad. Reflexión sobre las Vanguardias Históricas: Tiempo e Ideología.
- Museos y espacios emblemáticos del mundo del Arte.

3 Arte Antiguo del Mediterráneo

Martes / 18.50 - 20.50 h

18 oct-20 may / 300 €

Curso que analiza el origen de la forma artística y su desarrollo desde el inicio de la historia. El arte como expresión cultural acompaña el surgimiento y desarrollo de la civilización y las culturas de la antigüedad.

Mediante el estudio de las muestras culturales de los pueblos del pasado, conoceremos el principio y evolución del arte hasta el final del periodo clásico. Ofreceremos una mirada a las culturas antiguas y sus realizaciones artísticas que, en su prolongada cronología, alcanzaría a conocer la Europa del renacimiento.

1^{er} Módulo: Nacimiento de las culturas mediterráneas

18 oct-31 ene / 300 €

- **Mesopotamia**, organización socio-política, nacimiento de la escritura.
- Manifestaciones artísticas: Sumeria, Acadia, Paleobabilonia.
- Las **artes egipcias**: Arquitectura, Escultura y Pintura.
- La religiosidad y su imagen simbólica en el **Egipto Faraónico**.
- Características del arte del **Egipto Ptolemáico**.
- Muestras artísticas de las **culturas Babilónica y Asiria e Hitita**.
- La civilización temprana en el Egeo; Arte cicládico y egeo.
- La Thalassocracia y la **cultura Minoica**. Contexto, arte y leyenda del arte minoico, revisión del **mito clásico de Teseo y el Minotauro**.
- Contexto de la primera **cultura griega**. Organización político-social, arte micénico.
- Revisión de la **Epopeya Homérica** y pervivencia del mito.

2^o Módulo: Arte Antiguo: Grecia y Roma

7 feb-20 may / 195 €

- La **Grecia continental**. Manifestaciones del arte griego arcaico.
- Características formales del **arte de la Grecia Clásica**.
- Arquitectura griega. Variantes, tipologías y principios estéticos.
- **Alejandro Magno** y la transformación de la cultura griega a la helénica.
- Muestra de escultura, pintura y arquitectura etruscas.
- Contexto e introducción a la **cultura Romana**. Características de la escultura romana entre la imagen del mito griego y el realismo etrusco.
- Características y tipologías de la **arquitectura romana**.
- Características, estilos y evolución de la **pintura romana**.
- Características y muestras del arte de la musivaria: **los mosaicos**.
- **Presencia Romana en la P. Ibérica**.
- La caída del Imperio Romano.

4 Arte, Cultura y Sociedad en Al-Andalus

Martes / 09.50 - 11.50 h

25 oct-27 may / 300 €

Al-Andalus fue una civilización que irradió una personalidad propia tanto para Occidente como para Oriente. Situada en tierra de encuentros, de cruces culturales y mestizajes, al-Andalus fue olvidada, después de su esplendor, tanto por Europa como por el universo musulmán, como una bella leyenda que no hubiera pertenecido a ninguno de los dos mundos. Pero ¿en qué consistió su grandeza?.

En este curso descubriremos las etapas cruciales de sus ocho siglos de existencia. Incluye la visita a museos como el Arqueológico Nacional, para poner en práctica los recursos estudiados en el aula.

1^{er} Módulo: El nacimiento de Al-Andalus, el esplendor de los Omeyas y la caída del Califato

25 oct-7 feb / 195 €

- Nacimiento y expansión del **Islam**.
- El nacimiento de **Al-Andalus**: La tierra de los vándalos.
- El **Estado Andalusi**: De la Meca a la Ceca. **Córdoba** se convierte en la principal capital del mundo con dos califas como protagonistas: Abderramán III y Alhakén II.
- El **Arte Califal** Cordobés: Un estilo único.
- La **Mezquita** de Córdoba: El ejemplo islámico de Occidente.
- El esplendor de los **Omeyas**.
- **Medina Azahara**: Entre la leyenda y la realidad.
- El **urbanismo hispanomusulmán**: La medina y los arrabales. El zoco, la casa, la mezquita, el alcázar, el baño, la biblioteca o la madrasa.
- La caída del Califato y los Reinos de Taifas.

2^o Módulo: El mundo nazarita y la huella islámica en la cristiandad: De la Alhambra al Mudéjar

14 feb-27 may / 195 €

- Principales construcciones taifas: De la **Aljafería** de Zaragoza a la **Giralda** de Sevilla.
- La **vida privada** de los habitantes de Al-Andalus.
- El epílogo resplandeciente: El **Reino Nazarita**. 1492 con la unificación territorial de la Península por los Reyes Católicos.
- El ejemplo nazarí: La **Alhambra** y el **Generalife** de Granada. Monumentos más visitados del mundo.
- La huella islámica en la cristiandad: El **Arte Mudéjar**.
- El Mudéjar Aragonés: Aljafería de Zaragoza, la Torre del Salvador de Teruel o el Aljarfe del Palacio de Villahermosa en Huesca.
- Los **Reyes Católicos**: Atracción y rechazo a lo morisco.
- El Mudéjar de las Américas y el **Neomudéjar**.

5 Prerrománico y Románico

Miércoles / 12.00 - 14.00 h

26 oct-20 may / 300 €

Tras la caída del Imperio Romano se producen una serie de manifestaciones artísticas dentro de un período llamado Tardía Antigüedad. En este curso se presta especial atención a una nueva realidad cultural en el Mediterráneo: la Europa de las invasiones, el Imperio Bizantino con el gran Justiniano, los comienzos del Islam hasta llegar a los albores del año 1000. A partir de este cambio de milenio surgirá el románico, este arte universal, el primero de época medieval que sentará las bases de la iconografía y la esencia del arte en estilos posteriores.

1^{er} Módulo: Prerrománico y Arte Islámico

26 oct-8 feb / 195 €

- El **arte paleocristiano**: Arquitectura, escultura y pintura.
- Ostrogodos: San Apolinar y San Vital de Ravena. Introducción al arte bizantino.
- El **arte bizantino**: Santa Sofía de Constantinopla. Mosaicos bizantinos e Iconos.
- El arte del Reino **Visigodo** de Toledo: arquitectura y orfebrería.
- La **monarquía asturiana**: Lillo.
- **Arte mozárabe**. Introducción al Islam.
- Características del arte islámico. La mezquita de Córdoba y mezquitas menores.
- La ciudad musulmana. Los baños árabes. Madinat al-Zahara.
- **Reinos de Taifas**: La Aljafería. Almorávides y almohades: Torre del Oro. Alminar de la mezquita de Sevilla. Reales Alcázares de Sevilla.
- **Arte islámico** fuera de España.
- El **arte mudéjar** y su problemática.

2^o Módulo: Románico

15 feb-20 may / 195 €

- Introducción histórica. Cronología. Conceptos y términos románicos.
- **Arquitectura**: Prototipo de monasterio. La iglesia románica.
- **Románico francés. Románico italiano. Románico alemán.**
- **Románico Catalán.**
- Arte románico en el Camino de Santiago.
- El románico en **Castilla y León.**
- Monasterios en la Península Ibérica.
- Introducción a la **iconografía románica.**
- **Escultura**: La portada románica.
- El Pórtico de la Gloria. Santa María Real de Sangüesa. Santa María de Ripoll.
- **Escultura románica**: Los capiteles historiados: San Juan de la Peña. San Pedro el Viejo. Santo Domingo de Silos. Colegiata de Santillana del Mar.
- **Pintura románica**: San Clemente de Tahul. Santa María de Tahull. San Isidoro de León.
- **Museo Nacional del Prado**: Las pinturas de Veracruz de Maderuelo.

6 Gótico y Renacimiento

Jueves / 16.40 - 18.40 h

13 oct-13 may / 300 €

"El principio de la arquitectura gótica es la infinitud hecha imaginable." (John Ruskin).

En el siglo XII, feudalismo, religión y monarquía marcan las pautas de la sociedad. Se inicia un periodo de expansión. Aquí surge el gótico, un nuevo estilo que intenta llegar a través de la luz, el humanismo y el realismo a una nueva realidad política, económica y social.

A lo largo del s. XV y XVI las nuevas tendencias artísticas se desarrollaron en Italia, donde Florencia, Roma y las escuelas del Norte de Italia fueron los centros más importantes.

1^{er} Módulo: Gótico

13 oct-26 ene / 195 €

- Introducción histórica. Localización y evolución. Características.
- La **arquitectura gótica: Catedrales y edificios civiles**.
- La arquitectura gótica en Francia, Italia, Alemania, Gran Bretaña y España.
- La **humanización de la escultura gótica**: características, soportes.
- Las portadas góticas.
- Los sepulcros: la escultura hecha arquitectura. Los retablos góticos.
- La **diversidad pictórica**. Periodos. Características. El estilo franco gótico o lineal (finales del siglo XII-siglo XIII).
- El estilo **italogótico** (1250-1400).
- El estilo internacional o cortesano (1375-1425).
- El estilo o **escuela flamenca** (primitivos flamencos) (siglo XV).

2^o Módulo: Renacimiento

2 feb-13 may / 195 €

- Introducción histórica. Conceptos. Cronología. Tratados de arte.
- **Arquitectura renacentista** en Italia: Quattrocento, Cinquecento.
- Arquitectura renacentista en España: Estilos **Plateresco, Purista y Herreriano**.
- **Escultura** renacentista en Italia: Quattrocento y Cinquecento.
- La **pintura** renacentista de Fra Angélico a Botticelli.
- **Figuras renacentistas**: Leonardo da Vinci. Miguel Ángel. Rafael.
- La pintura: **Escuela Veneciana** del siglo XVI: Tiziano, Tintoretto y Veronés.
- La pintura renacentista en **Alemania y Flandes**.
- Pintura renacentista española: los **pintores de corte**.
- Museo del Prado: El Greco.

7 Barroco e Ilustración

Jueves / 12.00 - 14.00 h

13 oct-13 may / 300 €

Los períodos de estudio, Barroco y Neoclásico, suponen la transformación radical de las artes en Europa, ya preludiada por el Manierismo, alcanzando una teatralidad que impregna todos sus ámbitos. Nuestra escuela de pintura, alcanza en el Barroco su máximo apogeo con figuras de la talla de Zurbarán, Velázquez y Murillo.

Para la etapa Neoclásica, estudiaremos la relectura que se hace de los valores del clasicismo, para generar un gusto propio. Esta estética marcará las grandes transformaciones urbanísticas de la época en toda Europa, como emblema del pensamiento ilustrado.

1^{er} Módulo: Arte Barroco

13 oct-26 ene / 195 €

- El término barroco. Concepto y valoración historiográfica.
- Arquitectura barroca en **Italia**. La Roma de Sixto V: **Maderno. Bernini. Borromini. Cortona.**
- Escultura barroca en Italia. **Bernini, Algardi, Duquesnoy.**
- Pintura barroca en Italia. El naturalismo: **Caravaggio.**
- El **clasicismo boloñés**: los Carracci, Domenichino, Guido Reni, Guercino.
- Pintura decorativa: **Pietro de Cortona, Andrea Pozzo, Lucas Jordán.**
- Pintura barroca en Flandes. **Rubens, Van Dyck, Jordaens.**
- Pintura barroca en Holanda. **Frans Hals, Rembrandt, Vermeer.**
- Arquitectura barroca en Francia. Lemercier, Mansart, Le Vau, Hardouin-Mansart.
- Escultura barroca en **Francia**. Girardon, Coysevox, Puget.
- Pintura barroca en Francia. Vouet, La Tour, Poussin, Lorena, Watteau, Boucher, Fragonard.
- La arquitectura barroca en **Europa central**. Neumann, Fischer von Erlach.
- La arquitectura y pintura barrocas en **Inglaterra**.
- José de Ribera, el Spagnoletto: el naturalismo levantino: los **Ribalta**.

2^o Módulo: Barroco tardío y Neoclasicismo

2 feb-13 may / 195 €

- El Barroco en **España**. Arquitectura: Juarra, Sabattini, los Palacios Reales.
- El **naturalismo andaluz**: la etapa sevillana de Velázquez y A. Cano. F. Zurbarán. V. Leal.
- Diego de Silva **Velázquez**: pintor de cámara de Felipe IV.
- El final de la pintura barroca en España: Murillo.
- **Arquitectura neoclásica** en Europa. Clasicismo y Academicismo Francés, Versalles.
- La modernización de España, los Borbones: Las Reales manufacturas.
- **Escultura clasicista** en Europa.
- El último barroco y la pintura francesa, Fragonard. David, Delacroix, Gericault.
- El vedutismo: Canaletto y le Grand Tour.
- **Goya** y su obra, preludeo de la modernidad.
- **Ventura Rodríguez y Villanueva.**

8 Arte del siglo XIX. Del Neoclasicismo al Siglo del Cambio

Martes / 12.00 - 14.00 h

18 oct-27 may / 300 €

Curso que estudia el cambio artístico que va del neoclasicismo al final de la vanguardia impresionista. Realizaremos un análisis del espíritu de época, atendiendo a sus formas, corrientes y estilos artísticos en relación con los acontecimientos y cambios políticos, históricos, religiosos y económicos, que sirven de contexto a este periodo del arte.

El siglo XIX supone una profunda transformación en materia artística, que sentaría las bases de la Revolución de las vanguardias del siglo XX.

1^{er} Módulo: Neoclasicismo al Simbolismo

18 oct-7 feb / 195 €

- El **neoclasicismo**. Contexto histórico y cultural.
- **Arquitectura** neoclásica palladiana, académica y utópica.
- **Pintura** académica y visionaria: David, Ingres, Constable, Turner, Goya...
- **Escultura** neoclásica: Antonio Canova.
- El **romanticismo**. Contexto histórico y cultural.
- Pintores románticos franceses, alemanes y españoles. Delacroix, Friedrich, Alenza...
- Pintura **prerrafaelista** e historicista. Millais, Burne Jones, Gerard Gerome, Alma Tadema...
- **Arquitectura ferro-vitrea y Eclecticismo**.
- Visita arquitectónica por Madrid.

2^o Módulo: El camino al Impresionismo

14 feb-27 may / 195 €

- **Simbolismo**. Contexto histórico y cultural.
- **Pintura y escultura** simbolista: Auguste Rodin y Gustave Klimt.
- **Realismo**, naturalismo y decandentismo: Contexto histórico y cultural.
- Pintura realista y escuela de Barbizon: Millet, Gustave Courbet, Camille Corot...
- **Art Nouveau y Modernismo**. Contexto histórico y diferencias regionales.
- La Secession vienesa. Gustav Klimt, Otto Wagner, Josef Hoffmann.
- Tendencias pictóricas españolas: **de Goya a Picasso**.
- **Impresionismo**. Los pintores de la luz. De Manet a Cezanne.
- **El Modernismo**. Antoni Gaudí.



9 Movimientos Sociales, Arte y Cultura del S. XX

Miércoles / 09.50 - 11.50 h

19 oct-20 may / 300 €

El siglo XX remueve los cimientos de la tradición artística. Nuevos análisis, símbolos y técnicas de expresión se asocian a las convulsiones sociales de un siglo lleno de conflictos y marcado por la rivalidad ideológica de dos modelos socioeconómicos antagónicos.

El curso se propone profundizar en la creación artística y el conocimiento de los cambios culturales protagonizados por movimientos sociales, reivindicaciones y transformaciones económicas y geopolíticas. Las formas plásticas, son huella de los hechos de la Historia del siglo XX, y permiten reflexionar sobre los cambios de mentalidad que constituyen el presente.

La asignatura se complementará con la visita a exposiciones y museos de interés.

1^{er} Módulo: Principio del S. XX hasta la II Guerra Mundial

19 oct-8 feb / 195 €

- Postimpresionismo, **Belle Epoque y Nouveau.**
- Acción reacción. El **Movimiento obrero y la cultura burguesa.**
- La revolución subjetiva: Primeras vanguardias **Fauvismo, Futurismo y Expresionismo.**
- Una máscara africana. Primitivismo, **Cubismo** y aceptación de la nueva plástica moderna.
- **Abstracción:** un nuevo lenguaje universal. La vanguardia soviética.
- **Cine, fotografía** y arte al servicio de la Revolución Social.
- **Consecuencias culturales de la I Guerra Mundial.** La Nueva objetividad.
- Los felices 20. **Art Decó y estilo internacional.** La experiencia de la Bauhaus.
- Arte y compromiso. **Dadaísmo y Surrealismo.**
- Propaganda y radicalización ideológica de fascismos y totalitarismos.
- **Consecuencias de la II Guerra Mundial.**

2^o Módulo: Posguerra y auge americano

15 feb-20 may / 195 €

- Posguerra y **hegemonía cultural americana.** Expresionismo abstracto e informalismo.
- La **reconstrucción.** Socialdemocracia y modelo de bienestar frente al Socialismo real.
- Luchas por la descolonización en África Asia y América Latina. La **revolución Cubana.**
- Artes post-coloniales. **Nuevo cine y foto realidad.**
- Una mirada al presente. Muralismo latinoamericano.
- El escenario americano: capitalismo productivista, consumo de masas y Pop Art.
- **Mayo del 68:** Nueva historiografía del arte: Feminismos, luchas raciales y contracultura.
- La **inmaterialidad en el arte:** Duchamp, Arte Conceptual, Minimalismo y Povera.
- Estructuralismo y post-estructuralismo. Situacionismo, **Body Art, Happenings, Performance y Punk.**
- Posmodernidad y unipolaridad americana: **Reagan y el fin del Imperio Soviético.**
- **Globalización,** altermundismo y Modernidad líquida.
- **Ecología y sostenibilidad.** Viejos y Nuevos entes políticos.

10 El siglo XXI: arte, cultura y sociedad que nos rodea.

Miércoles / 12.00 - 14.00 h

19 oct-20 may / 300 €

El siglo XXI nos sobrepasa con la velocidad de sus vertiginosos cambios.

El mundo muta desde lo físico a su esencia. Jamás antes en la Historia los cambios habían sido tan intensos y rápidos. En esta era de la información, nos asomamos al análisis de los principales hitos que, en todos los ámbitos de nuestra vida y desde la última década del s.XX hasta los titulares de esta misma mañana, nos llegan de forma masiva y caleidoscópica, para verlos con detenimiento, tomando consciencia del salto inminente al que nos acercamos.

La cuarta revolución está en marcha.

1^{er} Módulo: El convulso final del siglo XX

19 oct-8 feb / 195 €

- **El Quinto poder.** El imperio de la información. Nacimiento de Internet.
- La **Guerra del Golfo** (1990-91) y la guerra televisada.
- Conflictos árabe-israelí y Pakistán-India. Sus implicaciones mundiales.
- Europa: **uniones y separaciones.** Kosovo.
- Invasiones a Afganistán. Osama Bin Laden. Del escudo mundial a las Torres.
- El mercado del arte hoy: galerías, ferias y subastas.
- De Albert Einstein a Stephen Hawking.
- El **efecto 2000** y los movimientos de la Nueva era.
- La **Globalización** económica, política, social y cultural.
- Nuevos modelos sociales y de ciudad. Un caso extremo: hikikomori y karoshi.
- Las **Transvanguardias italianas** y alemanas, el Abstracto romántico, el Neomitoísmo.

2^o Módulo: Salto a una nueva realidad

15 feb-20 may / 195 €

- El Bosón de Higgs y la **ciencia del XXI.**
- **Invasión a Irak** 2003.
- La vida revela sus secretos: ADN y Reprogramación celular.
- El avance de la nanotecnología.
- Arquitectura vanguardista y futurista.
- El medio natural muta y la tierra se rebela: Katrina.
- Cambios en las relaciones sociales: las RRSS y las nuevas ciudades.
- La **crisis económica** del 2008.
- El ciclo político-económico: **Nuevos estados emergentes** y estados en declive.
- La primavera árabe y las revoluciones sociales. Un nuevo pensamiento.
- El **terrorismo islámico** y el orden mundial.
- **Cambios sociales:** relaciones de poder. Feminismo, xenofobia, derechos sociales, diversidad, integración.. ¿Estamos ante una gran revolución o ante una gran evolución?



Visitas a museos

Auténticas **clases magistrales** en los museos. Duración de hora y cuarenta y cinco minutos sin pausa. En algunos casos la hora o el día de la visita podrá ser modificado debido a las exigencias de Museos o lugares visitados.

Entradas a cargo del alumno, (en el Prado y Reina Sofía gratuitas, salvo modificación normativa del museo).

- 11 · Museos y espacios de arte
- 12 · Hª del arte a través de los Museos
- 13 · Hª del arte en el Museo del Prado
- 14 · Exposiciones temporales
- 15 · Espacios de la vida madrileña

Grupos: mín. 14 alumnos / máx. 21 alumnos

Precios: Anual: 300€ - Módulo: 195€ (No Socio: 210€)

11 Museos y espacios de arte

Miércoles / 12.00 - 14.00 h

26 oct-20 may / 300 €

Visitaremos las colecciones permanentes ubicadas en la capital bajo un prisma especial realizando para ello una selección minuciosa en cada colección y uniéndolas con otros espacios de arte. Se combinan espacios dedicados a diferentes períodos, técnicas o especialidades.

1^{er} Módulo

26 oct-8 feb / 195 €

• Colección Cristina de Suecia (Museo del Prado). • Museo de San Francisco el Grande. • Colección Museo del Traje. • Panteón de Hombres Ilustres • Caixa Forum. • Legado Dalí (Museo Reina Sofía). • Arquitectura y Escultura barroca en Madrid. • Biblioteca Nacional • Matadero Madrid Espacio de Diseño. • Misiones Arqueológicas en el exterior (Museo Arqueológico Nacional). • Arquitectura y Escultura en la Gran Vía. • Museo del Dibujo ABC. • Colección artística del Senado Español.

2^o Módulo

15 feb-20 may / 195 €

• Fundación Carlos de Amberes • Colección Felipe II (Museo del Prado) • Legado Guirarte (Real Academia de San Fernando). • Colección Patricia Phelps Cisneros (Museo Reina Sofía). • Tesoro del Delfín (Museo del Prado). • Colección Carmen Thyssen (Museo Thyssen). • Fundación March. • Las Descalzas Reales. • Legado Varez-Fisa (Museo del Prado). • Colección del Palacio Real. • Las Salesas Reales. • La escultura en el Museo del Prado (de los Leoni a Cristina Iglesias).

12 Hª del arte través de los Museos

Jueves / 12.00 - 14.00 h

27 oct-20 may / 300 €

1^{er} Módulo: De la Prehistoria a los inicios del S. XIX

27 oct-9 feb / 195 €

• Museo de América • Arte precolombino • Escultura clásica (M. Arqueológico) • Pintura románica y mozárabe (Prado) • Pintura gótica y primitivos flamencos (L. Galdiano) • Pintura del Trecento y Quattrocento italiano (Thyssen) • Renacimiento italiano y español (Prado) • Manierismo veneciano y el Greco • Barroco boloñés y Caravaggio (Prado), Italiano y paisajismo (Thyssen) • Colecciones barrocas holandesas y flamencas (Thyssen) • Escuela española barroca Ribera, Velázquez, Zurbarán y Murillo (Prado) • Fin del Barroco • Neoclasicismo • Goya (San Antonio de la Florida).

2^o Módulo: S. XIX y XX en las colecciones madrileñas

16 feb-20 may / 195 €

• Fundación Carlos de Amberes • Colección Felipe II (Museo del Prado). • Legado Guirarte (Real Academia de San Fernando). • Colección Patricia Phelps Cisneros (Museo Reina Sofía). • Tesoro del Delfín (Museo del Prado). • Colección Carmen Thyssen (Museo Thyssen). • Fundación March. • Las Descalzas Reales. • Legado Varez-Fisa (Museo del Prado). • Colección del Palacio Real. • Las Salesas Reales. • La escultura en el Museo del Prado (de los Leoni a Cristina Iglesias).

13 Hª del arte en el Museo del Prado

Martes / 12.00 - 14.00 h

25 oct-20 may / 300 €

1^{er} Módulo

25 oct-7 feb / 195 €

• Pintura Gótica Española en el Prado: **Legado Varez-Fisa**. • Pintura Gótica Flamenca: **Patinir, Van Eyck, Van de Welde, El Bosco, Bruegel**. • **Gótico Italiano y Primer Renacimiento**: Botticelli, Leonardo, Fra Angelico y Rafael. • Renacimiento español: **Juan de Flandes, Pedro Berruguete, Luis de Morales**. • Escultura: Claustro de los Jerónimos, Los Leoni. • **Escuela Veneciana**: Bellini, Lorenzo Lotto. • **Tiziano, Tintoretto** y Veronés. • El Manierismo: **El Greco**. • **Pintura Italiana del siglo XVII**: Carracci, Caravaggio, Guido Reni, Luca Giordano. • El Tenebrismo: **Ribera y seguidores**. • La figura de **Velázquez**.

2^o Módulo

14 feb-20 may / 195 €

• **Zurbarán y Murillo**. • Otros Pintores de Corte: **Carducho, Carreño de Miranda, Maino...** • **Escuela Madrileña**: Ricci, Pereda, Claudio Coello, Francisco Herrera el Mozo. • **Rubens. Van Dyck y Jordaens**. • Pintura Alemana siglos XVII y XVIII: **Durero, Mengs, Lucas Cranach el viejo**. • **Pintura Francesa del siglo XVII**: La Tour, Poussin, Claudio de Lorena. • Pintura Francesa siglo XVIII: Van Loo, Jean R anc, Watteau. • Pintura italiana del siglo XVIII: Panini, Gianquinto, Tiepolo. • **El tesoro del delfín**. • **Goya**. • **Siglo XIX**: Pintura de Historia. • **Orientalismo, Paisajismo. Sorolla y Fortuny**.

14 Exposiciones Temporales y Museos de Madrid

Martes / 12.00 - 14.00 h

25 oct-20 may / 300 €

1^{er} Módulo

25 oct-7 feb / 195 €

2^o Módulo

14 feb-20 may / 195 €

Este curso pretende acercar la escena artística y cultural del panorama madrileño visitando las exposiciones temporales más relevantes de la temporada. El programa podrá ser modificado para adaptarse al calendario expositivo y eventos especiales en la ciudad. Entre los espacios seleccionados para el curso figuran:

• **Museo Arqueológico.** • **Museo Thyssen Bornemiza.** • **Museo del Prado:** exposiciones temporales. • **Museo Cerralbo:** exposiciones temporales. • **Fundación Carlos de Amberes** • **Museo Ciudad del Santander.** • **Museo Sorolla.** • **Fundación March.** • **Museo de América.** • **Fundación Mapfre** (sede Azca y Recoletos). • **Fundación ICO.** • **Museo Nacional de Artes Decorativas.**

Están previstas las visitas a las exposiciones del: C. C. Conde Duque, Palacio de Cristal, Palacio de Velázquez, Correos, Casa Encendida, Museo Reina Sofía.

15 Espacios de la vida madrileña

Miércoles / 12.00 - 14.00 h

26 oct-20 may / 300 €

1^{er} Módulo

26 oct-8 feb / 195 €

• Museo de Historia de Madrid. • Congreso de los Diputados. • Círculo de Bellas Artes. • Banco de España. • Real Fábrica de Tapices. • Museo del Traje. • Asamblea de Madrid. • Paseo Literario por el Barrio de las Letras (Tumba de Cervantes). • Tribunal Supremo. • Residencia de Estudiantes. • Parque de El Retiro. • S. Antonio de los Alemanes y S. Plácido. • Monasterio de las Descalzas Reales.

2^o Módulo

15 feb-20 may / 195 €

• Fábrica Nacional de Moneda y Timbre. • Museo Cerralbo. • Senado. • Bolsa de Madrid. • Ayto. de Madrid. • Casino de Madrid. • Instalaciones de El País. • Paseo Literario por el Madrid de Benito Pérez Galdós. • Templo de Debod y Jardines Sabatini. • Monasterio de la Encarnación.



"Felicidades Updea. Hace unos cuantos años y gracias a una amiga, te descubrí y desde entonces estoy unida a ti, bien por las diversas clases a las que asisto ó por los viajes que realizáis, que me han aportado que mi vida sea más instructiva y alegre. Gracias Updea"

De Adela López llegado a Facebook de Updea

Dpto. Artístico



Este departamento se centrará principalmente en materias relacionadas con **el cine y la música** a las que se irán incorporando otras disciplinas artísticas.

Los cursos se **complementarán con actividades** como visitas a la Filmoteca, al Teatro Real, ensayos de conciertos y **víajes a festivales musicales** como el ya tradicional a la ópera en la Arena de Verona al que se unirán otros destinos.

Como **novedad**, en 2016-17 los cursos de música ofrecerán poder **asistir a conciertos con la profesora**, en exclusiva para los alumnos de estos cursos. Además, durante del curso se comunicarán las ventajas en algunos conciertos y talleres de **Ibermúsica y Teatro Real**.

En el Departamento de **Ocio Cultural** de Updea se programan, así mismo, seis **salidas al teatro** y otras tantas a **conciertos** para todos los asociados.

- 16 · Actores y actrices inolvidables
- 17 · Maratón de maestros del cine internacional
- 18 · Hª de la música. De Beethoven a Strauss
- 19 · Apreciación musical: Épocas, obras e interpretes
- 20 · La música de nuestro siglo.
De la música sinfónica al rock

Grupos: mín. 15 alumnos / máx. 24 alumnos

Precios: Anual 310€. Módulo: 210€ (No Socios: 220€)

16 Actores y actrices inolvidables del cine europeo y americano

Lunes / 16.40 - 18.40 h

24 oct-27 may / 310 €

Amamos a las actrices y a los actores y no podemos olvidar sus personajes. En este curso vamos a realizar un recorrido por su mundo que es, sin duda, también el nuestro. Trataremos sobre sus vidas, su técnica de interpretación, su carrera artística y veremos de modo crítico y comprensivo alguna de sus películas.

Las clases se desarrollarán a través de explicaciones y comentarios además de a través de guías orientativas y la observación de su filmografía. En momentos determinados las clases se convertirán en cine forum con coloquio final abierto a todos.

Queremos comprender y acompañar al actor en la increíble y fascinante ocupación de ser quien no se es: El Personaje.

1^{er} Módulo: Intérpretes de la primera época dorada

24 oct-30 ene / 210 €

- **EE.UU.:** G. Peck, K. Hepburn, C. Grant, B. Dawis, J. Stewart, B. Stanwyck, R. Mitchum, E. Taylor, M. Brando, R. Heyworth, A. Gardner.
- **Francia:** S. Signoret, J. Gabin, J. Moreau, J.P. Belmondo, C. Deneuve, A. Delon.
- **Italia:** A. Magnani, V. de Sica, S. Loren, V. Gassman, L. Bosé, G. Lollobrigida.
- **Gran Bretaña:** V. Redgrave, L. Olivier, J. Bisset, J. Mason, J. Andrews, P. O`toole, M. Caine, D. Kerr, C. Laughton.
- **Alemania y Austria:** M. Dietrich.
- **Suecia:** G. Garbo, I. Bergman.
- **España:** A. Rivelles, F.F. Gómez, C. Velasco, F. Rey, A. Molina, A. Landa.

2^o Módulo: Intérpretes de la segunda época dorada

6 feb-27 may / 210 €

- **EE.UU.:** P. Newman, A. Hepburn, B. Lancaster, N. Wood, H. Fonda, M. Streep, J. Lemmon, J. Moore, D. Hoffman, R. de Niro, M. Monroe.
- **Francia:** B. Bardot, M. Piccoli, J. Binoche, G. Depardieu, D. Auteil.
- **Italia:** S. Mangano, M. Mastroianni, C. Cardinale, A. Sordi, O. Muti, S. Sandrelli.
- **Gran Bretaña:** R. Burton, D. Niven, E. Thompson, S. Connery, G. Jackson, A. Hopkins, E. B. Carter, J. Irons, K. Winslet, D. Day Lewis.
- **Alemania y Austria:** R. Schneider.
- **Suecia:** L. Ullmann, M.V. Sydow.
- **España:** F. Rabal, Charo López, J. L. López Vázquez, A. Belén, V. Abril.

"Disfruto al recorrer los países con unos viajeros tan apasionados por el arte, la cultura y la vida en cada lugar. Es un placer compartir experiencias y recuerdos con personas que al principio son desconocidas pero luego forman parte de una gran familia."

David Ruíz Ramírez - Guía Updea



17 Maratón de maestros del cine internacional

Lunes / 18.50 - 20.50 h

17 oct-13 may / 310 €

El cine es un arte presente en todos los países del mundo que influye en las sociedades, en la vida de sus gentes y crea un fenómeno artístico y mental a través del cual podemos acercarnos más a los países en los que se ha realizado. En este curso aumentará la valoración que tenemos de los creadores, desarrollando las clases mediante explicaciones, guías orientativas, filmografías y la puesta en relación de sus películas con el contexto del país, del continente y con los temas universales comunes a todos.

Puntualmente a lo largo del curso se realizará alguna sesión de cine forum con coloquio final.

1^{er} Módulo: El cine europeo y otros cines

17 oct-23 ene / 210 €

- **El cine centroeuropeo: Alemania:** F. Lang, F. Murnau. El nuevo cine alemán. **Austria:** W. Pabst.
- **El cine japonés:** A. Kurosawa, K. Mizoguchi.
- **El cine escandinavo: Suecia:** I. Bergman. **Dinamarca:** K. T. Dreyer.
- **El cine de la India:** Bollywood. Otros directores.
- **El cine del este de Europa: Rusia:** S. M. Eisenstein, A. Tarkovski, N. Mikhalkov. **Polonia:** Wajda, Polanski.
- Otros cines: El cine de **Medio Oriente**. El cine de Australia.
- **El cine del oeste de Europa: Francia:** J. Renoir, J. Becker, G. Colusor, J. P. Melville, R. Clement, J. Vigo, F. Truffaut, J.L. Godard, J. Tati. **Italia:** V. de Sica, R. Rossellini, M. Antonioni, F. Fellini, P.P. Pasolini, B. Bertolucci. **G. Bretaña:** D. Lean, A. Parker, K. Loach. **España:** L. Buñuel, L. G. Berlanga, J. A. Bardem, C. Saura, V. Erice.

2^o Módulo: El cine americano. Otros cines lejanos y próximos

30 ene-13 may / 210 €

- **El cine americano. 1^{er} gran momento:** C. W. Griffith, C. Chaplin, B. Keaton, C. B. de Mille, F. Capra, J. Ford, H. Hawks.
- **El cine chino. Honkong. Taiwan.**
- **El cine americano. La gran época:** F. Lang, O. Preminger, J. L. Mankiewicz, A. Hitchcock, W. Wyler, J. Losey, B. Wilder, F. Zinneman, O. Welles, el cine musical, G. Cukor, J. Huston, E. Kazan.
- **Otros cines:** el cine latinoamericano. El cine africano. El cine de Canadá.
- **El cine americano. Nueva época:** S. Kubrick, F.F. Coppola, M. Scorsese, S. Spielberg, R. Altman, A. Penn, W. Allen.

18**Hª de la música. De Beethoven a Strauss**

Martes / 18.50 - 20.50 h

18 oct-20 may / 310 €

Todo cabe y evoluciona desde que Beethoven abriera nuevos caminos con la 5ª Sinfonía. Aprenderemos a diferenciar cada uno de los géneros instrumentales y vocales que van apareciendo como son: la sinfonía programática, el poema sinfónico, o la suite sinfónica, así como asistiremos a la "muerte de la ópera" debido a la erosión del género.

1er Módulo: La ópera y el Lied. La sinfonía y la música de cámara 18 oct-31 ene / 210 €

- **Música de cámara, la orquesta** y el director de orquesta
- Géneros instrumentales. Clasificación de las formas musicales.
- La **sinfonía** y el **concierto**.
- La **ópera**, el **lied**, y el **oratorio**.
- **Beethoven** y el nacimiento del Romanticismo.
- Franz **Schubert** y las obras para piano.
- La ópera de **Carl Maria von Weber**.
- Música programática. **Lizst** y **Berlioz**.
- Los conciertos de violín del romanticismo, **Beethoven**, **Brahms** y **Mendelssohn**.
- Ópera francesa. **Gounod** y **Bizet**. Grand opera y opera comique.
- **Offenbach**, opera y opereta.
- La ópera italiana de **Rossini** y **Donizetti**.
- La **ópera italiana Bellini**.

2º Módulo: El siglo XX y la diversidad musical

7 feb-20 may / 210 €

El siglo XX comienza con la muerte de Verdi, con él termina una forma de hacer música, mientras otras expresiones musicales como la sinfonía, el ballet o el concierto encuentran caminos nuevos de expresión. La música deshace todas las fronteras formales de los períodos precedentes.

- **Verdi** y **Puccini**.
- **Wagner**, y el drama musical.
- **Chopin** y la música para piano.
- **Paganini** y el violín virtuoso.
- **Tchaikovsky** música orquestal y de cámara.
- **Nielsen** y **Sibelius**. Conciertos y música instrumental.
- El folklore en los comienzos del s.XX. **Bartok**.
- **Schoenberg** y la desintegración de la tonalidad.
- **Janacek** ópera y misa glagolítica.
- **Stravinsky** y los ballets.
- **Poulanc** canción y óperas.
- **Richard Strauss** y la evolución de la ópera alemana.
- El Neoclasicismo de **Orff**.

19 **Apreciación musical. Épocas, obras e intérpretes**

Miércoles / 16.40 - 18.40 h

19 oct-20 may / 310 €

En este curso analizaremos paso a paso obras del repertorio universal, los elementos que las definen, los estilos, épocas, versiones e instrumentos. Sin olvidar que los cambios sociales del s.XX tienen su reflejo también en la música, en la deconstrucción de sus géneros y lenguaje, y que abrirá nuevos horizontes tonales y formales cuyos códigos vamos a desentrañar en la parte final del curso.

1^{er} Módulo: Música de cámara, la sinfónica, la zarzuela o la ópera 19 oct-1 feb / 210 €

- Concierto para violín de Beethoven.
- Los **tenores de Rossini**. Arias y óperas más destacadas.
- El virtuoso del piano: **Franz Liszt**.
- Peer Gynt Edvard Grieg.
- **6^a y 7^a Sinfonía de Beethoven**.
- Mozart, música de cámara y arias de concierto.
- Conciertos de piano de **Mozart e intérpretes**.
- Un retrato de la Rusia imperial. Los cinco.
- La Clemenza di Tito similitudes con la flauta mágica.
- El vals, la polka o las mazurcas. **Johan Strauss** padre e hijo.
- **La zarzuela y el género chico**.
- El holandés errante **Richard Wagner**.
- **Verdi**, el verismo y las prima donas.

2^o Módulo: La estética musical del XX. Ballet, sinfonía y óperas 8 feb-20may / 210 €

- Poulanc, la voz y Diálogos de Carmelitas.
- **Falla** y el ballet. El Sombrero de tres picos y El amor brujo.
- **Camille Saint-Saëns**, óperas y obras vocales.
- La Bella Durmiente del Bosque, cuento y ballet.
- La sinfonía nº 5 de **Tchaikovsky**.
- **Puccini y Madame Butterfly**, biografía o ficción.
- Carlos Kleiber, Berstein y la dirección orquestal.
- Petrushka o la ruptura de **Stravinski** con la tradición romántica.
- Serguéi Prokófieff y el Neoclasicismo.
- **Romeo y Julieta**, o Shakespeare en la ópera.
- George Gershwin, el clásico más moderno.
- **Britten, y la música británica**. El réquiem de guerra.
- Philipe Glass, y el minimalismo.

20 La música de nuestro siglo. De la música sinfónica al rock

Martes / 16.40 - 18.40 h

18 oct-20 may / 310 €

La banda sonora de nuestra vida está llena de melodías clásicas y populares. Tango, chançon, o blues tienen su correspondencia en la música culta y músicos como Bartok, Stravinsky o Falla han bebido de estos ritmos populares. Nos introduciremos en ambos mundos para descubrir que son más próximos de lo que parece.

1^{er} Módulo: Los inicios de la música sinfónica

18 oct-31 ene / 210 €

- **Stravinski** y la revolución sonora y los poliritmos.
- Bela Bartok. La **música popular húngara**, las canciones y el folclor gitano como base de la música sinfónica.
- **Carl Orff** y el ritmo. Se diluyen las fronteras entre lo culto y lo popular.
- **Philippe Glass**.
- Nacimiento del saxo.
- **Ravel, Massenet y Bizet** el saxo entra en la orquesta.
- **El Jazz**: Una nueva sensibilidad en la música Occidental.
- El Jazz el grupo y la improvisación como principio. **Louis Amnstrong** y **Duke Ellington**.
- **El Blues y el Soul**. De la iglesia a los escenarios.
- Manuel de Falla. La **música tradicional española** y el folclor ibérico como semilla de la música sinfónica.
- Los cantos de España en la **zarzuela y el flamenco**.
- **Granados** la tonadilla, la copla y el cuplé.
- **Intérpretes de la copla**. Estrellita Castro o Imperio Argentina.

2^o Módulo: Los populares más clásicos. Primera década del s.XX

7 feb-20 may / 210 €

Tangos, rancheras, rock y folk son nuestra música de cabecera. De ellos nacen y se alimentan todos los subgéneros que escuchamos constantemente en los medios y en ellos se inspiran los compositores de la música culta de todo el s.XX.

- El **nacimiento del Rock**. La raíz del **Blues**, el Boogie woogie, el **Rhythm and blues** y el jump blues.
- El folk rock y el blues rock.
- Berstein la música y la fusión. **West Side Story**.
- La **chançon francesa**.
- **Edith Piaff, Jaques Brel o Charles Aznavour**.
- La canción francesa en la actualidad.
- Cantos de ida y vuelta. **Tangos, tanguillos y habaneras**.
- El tango. Baile, compás e intérpretes
- Clásicos del tango. **De Gardel a Piazzola**.
- **La música mejicana**. Huapangos, corridos y la energía de Carlos Chávez
- Intérpretes populares de rancheras. **Los mariachis**.
- Cuba, un cachito de sincretismo musical. El Danzón de Márquez.
- **Guajiras, sones y guarachas**.

Desarrollo Personal

Cursos **eminente**mente prácticos, muy útiles para el **desarrollo del potencial de cada alumno**. Proporcionan las herramientas para el crecimiento personal en el día a día. Sus temáticas permiten la cohesión del grupo y fomentan las relaciones entre los alumnos.

- 21 · Inteligencia emocional
- 22 · Escuela de emociones
- 23 · Habilidades sociales: cómo hablar para que me escuchen
- 24 · Consigue una mente joven y ágil
- 25 · Hábitos saludables
- 26 · Historia de las ideas
- 27 · Cuentos y leyendas. Antropología en la tradición popular
- 28 · Los mitos y su significado

Grupos: mín. 13 alumnos / máx. 22 alumnos

Precios: Anual 320€. Módulo: 210€ (No Socios: 220€)



21 **Inteligencia emocional**

Jueves / 09.50 - 11.50 h

20 oct-20 may / 320 €

La inteligencia emocional es un concepto de esta nueva época que estamos viviendo, donde nos enseña la importancia de las emociones, el autocontrol y la motivación para poder vivir bien con nosotros mismos y al mismo tiempo nos da pautas para poder relacionarnos mejor con los demás a través de la asertividad y la empatía. El objetivo del curso es aprender a sentirnos bien con nosotros mismos y por lo tanto mejorar la calidad de vida.

1er Módulo: Autoconcepto - Emociones - Motivación

20 oct-2 feb / 210 €

- Definición y concepto. **Por qué y para qué** necesitamos la inteligencia emocional.
- Las **emociones**. El poder de las emociones, qué son y cómo funcionan.
- Relación entre pensamientos, emociones y conductas. Las **dos mentes**: racional y experiencial.
- El **pensamiento negativo**. Los auto mensajes o atribuciones.
- El **pensamiento positivo** y constructivo. Sus características.
- El cambio de pensamiento. Diferentes técnicas de cambio de pensamiento.
- Cómo mejorar nuestra conciencia emocional.
- **Autocontrol emocional**: técnicas de control de la tristeza. la ansiedad y el mal humor.
- La **autoestima** y su mejora. La autoevaluación precisa.
- La **aceptación** y la autoaprobación.

2º Módulo: Las habilidades sociales

9 feb-20 may / 210 €

- La comunicación eficiente: qué es la asertividad y la no asertividad.
- Tipos de comunicación humana.
- **Técnicas** asertivas y las habilidades sociales. Responder asertivamente a las críticas.
- Inteligencia emocional en la práctica diaria.
- Nuestra **percepción emocional** de los demás.
- La **empatía** y la escucha activa.
- La **regulación emocional** ajena.



22 Escuela de emociones

Jueves / 16.40 - 18.40 h

20 oct-20 may / 320 €

Las emociones forman parte de nuestro día a día. Son una parte fundamental a la hora de relacionarnos con los demás, pero muchas veces nos pueden jugar malas pasadas si no sabemos manejarlas de manera adecuada. Esto influye directamente en nuestro bienestar tanto físico como mental.

1^{er} Módulo: Comprender nuestros estados de ánimo

20 oct-2 feb / 210 €

- **Comprende tus estados de ánimo:** lo que piensas determina lo que sientes.
- Cómo **cambiar** mi forma de sentir: cuatro pasos hacia la felicidad.
- Diez maneras diferentes de cambiar mi forma de pensar. Superar el malestar emocional.
- **Por qué las personas postergan soluciones.** Una prescripción para aquellos que dejan para mañana lo que podrían hacer hoy.
- Mejora tu **autoestima** y siéntete mejor.
- **Judo verbal:** aprende a contestar cuando te encuentras bajo el fuego de la crítica.
- Métodos para **superar la culpa.** La tristeza no es depresión.

2^o Módulo: El control de tus emociones depende de ti

9 feb-20 may / 210 €

- La **adicción** a la aprobación y la adicción al amor.
- **Alternativas** para superar el perfeccionismo.
- Buena y mala **comunicación emocional.**
- Los cinco secretos de la comunicación personal.
- Cómo **tratar con personas difíciles** haciéndote cargo de tus emociones.
- Ingredientes para el desarrollo de la autorregulación emocional.
- La autonomía emocional y el bienestar personal. Combate tus miedos.
- **Controla el estrés** en tu día a día y siéntete mejor.
- La victoria final: **¡Elegir la Vida!**



“Aunque ya tenga experiencia en enseñanza universitaria, ser profesora en UPDEA supone un nuevo reto con un alumnado con una actitud y unas expectativas distintas. Valoro mucho de la Fundación que confíe en su profesorado para crear y proponer contenidos que se ajusten a la demanda de estos alumnos, o incluso, se anticipen a ella.”

Cristina Abril Soubagné - Profesora de Updea

23 **Habilidades sociales: Cómo hablar para que me escuchen**

Jueves / 18.50 - 20.50 h

20 oct-20 may / 320 €

El curso trata de conocer mejor cómo nos comunicamos y el efecto que tiene para las otras personas. El poder aprender trucos para comunicarse más efectivamente y ganar confianza en nuestra comunicación.

1^{er} Módulo: La importancia de la comunicación no verbal

20 oct-2 feb / 210 €

- La importancia de la comunicación humana y de las habilidades sociales.
- La **comunicación no verbal**, nuestros gestos "hablan" más que nuestras palabras
- **Componentes conductuales** los gestos, el rictus, las manos, etc...
- El **tono**, el **timbre**, la **voz**.
- Los **obstáculos en la comunicación**, el arco de distorsión, malos momentos para comunicar las cosas que queremos, ruidos, etc.
- **Actitudes** ante la comunicación. La naturalidad, la simpatía, brevedad, presencia física, atuendo.
- Por qué muchas veces **me quedo bloqueado** y no sé responder.
- La **relajación** y la respiración como técnicas antibloqueo.

2^o Módulo: La comunicación verbal y la relación con los demás

9 feb-20 may / 210€

- La **comunicación verbal**. **Tipos de comunicación** pasivo, agresivo y asertivo.
- ¿Por qué tenemos una comunicación deficitaria? La **comunicación negativa**.
- La comunicación eficiente. Qué es la **asertividad**. Aprender a tener una buena autoestima.
- **Técnicas de comunicación eficiente**. Disco rayado, acuerdo asertivo...
- Como hacer una **petición de deseos** adecuada.
- La **expresión adecuada de las emociones**.
- La **escucha activa**: aprender a escuchar y hacer que nos escuchen.
- La **empatía**: aprender a ponerse en el lugar del otro.
- La **sintonía**: que haya "feeling" para sintonizar adecuadamente con los otros.
- El conocimiento de los demás: **aprender a conocer al otro**.
- Los **conflictos en la comunicación**. La comunicación no violenta: cómo prevenir los ataques verbales y no caer en ellos.

24 Consigue una mente joven y ágil

Viernes / 09.50 - 11.50 h

21 oct-10 feb / 150 €

Se practicarán diversas técnicas para mejorar el rendimiento de la memoria en la vida cotidiana. Técnicas como el itinerario, la narración, la forma numérica, etc. Que nos ayuden a combatir los principales olvidos cotidianos. Asimismo, se plantearán diferentes ejercicios de gimnasia mental para fomentar aspectos como la atención, la percepción o la concentración.

- **Tipos** y teoría de la memoria. La memoria sensorial, a corto plazo y a largo plazo.
- Explicación y **entrenamiento** de la atención, la percepción y la concentración.
- Ansiedad y memoria, los estados de ánimo, preocupaciones, humor.
- **Técnicas de relajación.**
- La **visualización**. La imaginación como instrumento básico de memoria.
- La importancia del lenguaje y sus técnicas.
- La técnica de la **asociación**.
- Las **analogías**, la importancia de relacionar las cosas.
- La **categorización** y la agrupación en la memoria. La **lectura rápida y rastreo**.
- Las reglas de la memoria. La importancia de la **lógica**.
- Consejos para mantener la **memoria sana**: alimentación, descanso y ejercicio físico.

25 Hábitos saludables

Viernes / 12.00 - 14.00 h

21 oct-10 feb / 150 €

Llamamos hábitos saludables a los que inciden positivamente en nuestro bienestar físico, mental y social. En este taller vamos a ver precisamente aquellos hábitos que nos pueden ayudar a gozar de un buen estado de salud.

- **Comunicación y salud:** Facilitar el cambio de conducta.
- La importancia de los **hábitos**.
- Definición bio-psico-social de la salud. Conductas y motivación relacionadas con la salud.
- **Inteligencia emocional** y salud.
- La **nutrición:** Conceptos básicos. La dieta equilibrada. Dale color a tus platos.
- La mente, origen de todo: el poder de la mente.
- El **efecto placebo**. Rejuvenece tu cerebro. Aplicar el pensamiento y la palabra a la salud. El cuerpo afecta a la mente.
- La **actividad física y el ejercicio:** el ejercicio es sinónimo de buena salud. Conciencia de movimiento. Cómo mantener el hábito del ejercicio.
- **Estrés**, cuestión de actitud: factores que ocasionan estrés. Una fórmula sencilla para manejarlo. Sugerencias para vivir sin estrés.
- Respiración. Concentración.

26**Historia de las ideas. Aprende a filosofar**

Jueves / 09.50 - 11.50 h

20 oct-20 may / 320 €

¿Cómo han influido los grandes pensadores en la historia? ¿Puede la filosofía cambiar nuestra vida, o a vivir mejor? La historia del hombre es la historia de su pensamiento. Este curso está dirigido a todas las personas con curiosidad por lo que nos rodea. Veremos cómo han sido las respuestas que los filósofos nos han dado, y en diálogo con ellos intentaremos viajar gracias a nuestra mente.

No son necesarios conocimientos previos, sino solamente las preguntas que llevemos en nuestra mochila para empezar el camino

1^{er} Módulo: Desde Grecia a la Filosofía medieval

20 oct-2 feb / 210€

- Los **mitos y la filosofía**.
- Los primeros filósofos y su preocupación por la naturaleza.
- La **tragedia griega** y su visión de lo humano: Edipo, Electra, Antígona y Medea.
- **Sócrates y Buda**, dos pensadores clave considerados los padres del pensamiento.
- ¿Y la mujer no podía pensar? Casos de **mujeres filósofas de la Antigüedad**.
- **Platón**: la "segunda navegación" o nueva forma de pensar.
- **Aristóteles**: preocupación por la situación política y del ser humano.
- La visión de los estoicos acerca del Universo y del destino. **Séneca**.
- La **expansión del cristianismo** y su relación con la filosofía. San Agustín de Hipona.
- Un caso ejemplar en la **filosofía medieval: Pedro Abelardo**.
- La **filosofía árabe** y su encuentro con el pensamiento europeo. Averroes.
- **Guillermo de Ockham** y su "navaja" como punto de ruptura entre la época medieval y anuncio de la modernidad europea.

2^o Módulo: El optimismo en la razón humana

9 feb-20 may / 210 €

- **Maquiavelo**: una postura adelantada a su tiempo.
- **Teorías de Copérnico, Kepler, Galileo y Newton**.
- El racionalismo francés o el intento de convertir a la filosofía en una ciencia.
- El valor de los sentidos y la crítica al pensamiento abstracto por parte del **empirismo inglés**.
- **Teorías políticas de Locke y Hume**. Las grandes revoluciones burguesas europeas.
- Las teorías del **contrato social de Hobbes y Rousseau**.
- El pensamiento de Inmanuel **Kant**, máximo exponente de la Ilustración.
- **Hegel** o la filosofía como sistema: el último de los grandes sistemas de pensamiento.
- **Karl Marx** y su crítica al capitalismo.
- Friedrich **Nietzsche** y la crítica a todo el pensamiento europeo.
- Martin **Heidegger** o el rescate de la metafísica en Occidente. Fusión entre pensamiento oriental y occidental.

27 Cuentos y leyendas: antropología en la tradición popular

Jueves / 16.40 - 18.40 h

20 oct-20 may / 320 €

A lo largo de los siglos, las distintas culturas del mundo han desarrollado sus propios cuentos populares para transmitir valores que consideran adecuados o para explicar costumbres arraigadas. Los cuentos populares resultan el vehículo perfecto para transmitir valores sociales, ya que generan una gran empatía con el resto de las personas, sintiendo todas las emociones representadas en ella.

Usándolos de forma adecuada, podremos desentrañar la esencia de los seres humanos que los crearon y fomentar una educación multicultural, variada y rica, llena de buenas referencias. Los cuentos muestran lo que no se puede expresar de forma racional.

En este curso traeremos una selección de cuentos y leyendas llegados de todas las partes del Mundo: cuentos tradicionales chinos, indígenas, latinos, africanos, etc. ¿Qué enseñan los cuentos? ¿Qué muestran los cuentos? Esa es nuestra pregunta.

1^{er} Módulo: Cuentos europeos y africanos

20 oct-2 feb / 210 €

- La **épica grecolatina**. La figura de Homero y sus obras: Odisea e Iliada.
- Leyendas y **mitología nórdica**: dioses, guerreros, gigantes y elfos.
- La **mitología celta**. Mito de creación y destrucción del universo.
- **El Santo Grial** y la leyenda del rey Arturo.
- Los cuentos de los **hermanos Grimm**. Recordados por: Caperucita Roja, Juan sin miedo, La Cenicienta, Blanca Nieves y los siete enanos, La oca de oro, Hansel y Gretel, El Sastrecillo Valiente, Los tres pelos del diablo, etc...
- Los cuentos de **Hans Christian Andersen**. Entre ellos: El patito feo, La sirenita, Pulgarcita, La princesa y el guisante, La reina de las nieves, etc...
- **Cuentos africanos**. El conocimiento del medio a través de las historias de los adultos.

2^o Módulo: Cuentos americanos y de oriente

9 feb-20 may / 210 €

- **Leyendas de los indios americanos** nacidas de la madre Tierra.
- Leyendas precolombinas: las **tradiciones mayas y aztecas** en la creación del mundo y de los primeros hombres.
- **Las mil y una noches**. Aventuras y fantasías en la tradición Persa.
- **Cuento hindú**: Las diez encarnaciones o avatares de Visnú.
- **Cuentos chinos** sobre la búsqueda de la inmortalidad: Sun Wukong, el Rey Mono y Los ocho inmortales.
- La Hija del Sol: la historia del adulterio de la bella María Gertrudis Hore y Ley.
- **Cuentos e historias de las Antípodas**: el imaginario de Polinesia y Australia.

28 Los mitos y su significado

Jueves / 18.50 - 20.50 h

20 oct-20 may / 320 €

Los mitos son un material de enorme riqueza que nos ayuda a interpretar las culturas y conocerlas a pesar de la distancia histórica o geográfica. Este curso es un recorrido por las distintas formas de representar el mundo humano a través de los mitos, analizando el significado de éstos para poder hacernos una mejor idea de qué es el ser humano, qué es la sociedad, y cómo se ha representado a sí mismo a lo largo del tiempo.

1er Módulo: Dioses, hombres y estrellas (Mitos de Europa)

20 oct-2 feb / 210 €

- Definición de **qué se entiende por "mito"**. Explicación de dos métodos de interpretación de mitos: el de roles de Mircea Eliade y el de arquetipos de Carl Gustav Jung.
- La Prehistoria y la aparición de las "**diosas madre**".
- Mesopotamia y el **mito de creación del hombre**. El poema de Gilgamesh.
- Egipto y la idea de un mundo de los muertos.
- La religión en Persia antes de la llegada del Islam y el Cristianismo (el Zoroastrismo).
- La mujer en Grecia. Roles sexuales en Grecia: el **mito de Atalanta y el mito de Adonis**.
- Creta y el **mito del laberinto y el Minotauro**.
- El origen de los dioses y las edades del hombre. Las metamorfosis.
- La **mitología celta**. La **mitología nórdica**. Mito de creación y destrucción del universo.
- El Génesis. La **Biblia** desde un punto de vista mitológico, el caso de la creación del mundo y del Jardín del Edén. Noé y el diluvio.
- El **Santo Grial** y la **leyenda del rey Arturo**.

2º Módulo: Guerreros, dioses y espíritus**(Mitos de América, África, Australia y Asia)**

9 feb-20 may / 210 €

- Reyes, dioses y espíritus de la mitología africana. **Mitología Yoruba**.
- Espíritus, héroes y cazadores. Visión de la **mitología de los indios norteamericanos**.
- **Mesoamérica**: el mito de la creación maya o Popol Vuh y los misterios de la pirámide de la Serpiente Emplumada. La diosa **Pachamama** de los incas.
- Oceanía. El "tiempo de los sueños". Los mitos de la creación y los **chamanes**.
- El **sintoísmo en Japón**. Estudio del concepto de dioses o "Kami" y culto a los antepasados familiares.
- Visión del Cosmos en China: el Yin y el Yan, los colores, los números...
- La Trinidad India. Mito de las Lilas. Importancia de las diosas dentro del panteón hindú.
- **Nacimiento y vida de Buda**. La vida del fundador del budismo está rodeada de misterios y elementos mitológicos.
- Simbolismo de "El libro tibetano de los muertos".





Escritura Creativa



El objetivo de estos cursos es que el alumno adquiera o profundice las diversas técnicas de escritura y **fomentar la creatividad**, combatiendo el bloqueo ante la página en blanco.

Profesores especializados, que son escritores y están en posesión de diversos premios.

Durante el curso se propone la **publicación de un libro** con una antología de textos seleccionados de los alumnos y su posterior presentación. Así mismo cada mes se publicarán textos en la web de la Fundación.

- 29 · Taller de creación: "Caminos hacia la novela breve"
- 30 · Taller de narrativa: creación de una novela
- 31 · Taller de poesía
- 32 · Novelas españolas de finales del S. XX llevadas al cine

Grupos: Min. 10 alumnos / máx. 13 alumnos

Precios: Anual 330€. Módulo 215€ (No Socios: 230€)

Nota: Curso Creación novela: 300€ (cuatrimestre)

29

Taller de creación de textos literarios "Caminos hacia la novela breve"

Jueves / 18.50 - 20.50 h

18 oct-20 may / 330 €

Este curso va dirigido a todos aquellos que están interesados en contar historias, que las tienen en la cabeza, que las han vivido, pero que tienen dificultades para poder construirlas.

Lo que se pretende es reflexionar sobre la estructura y la utilización de la lengua para expresar lo que queremos contar. La imaginación, la fantasía no se pueden aprender, pero cómo transmitir, cómo hacer literatura, sí, y eso es lo que se consigue con este taller.

[Metodología]

- Información y explicación teórica sobre el trabajo que se va a realizar cada semana.
- Lectura y corrección de los relatos de los participantes.
- Análisis y reflexión sobre los trabajos leídos.
- Correcciones y sugerencias.

1^{er} Módulo: El Microcuento. El cuento. Características formales y literarias 18 oct-31 ene / 215 €

- La **Novela Breve**. Características: Historias entrelazadas. Tramas. Los personajes. Narrador.
- La acción. Los **usos verbales**.
- Caracteres. Descripción. Usos del sustantivo y adjetivo.
- **Ambiente**. Espacio. Tiempo.
- Características estructurales en la novela breve.
- Los **Capítulos**.
- Los discursos: Narrativo.
- Citado: Discurso directo; Discurso indirecto.
- **Monólogo interior**.
- **Autobiografía**. Biografía. Retrato. Diarios. Cartas

2^o Módulo: Tipos de Novelas Breves

7 feb-20 may / 215 €

- La **novela policiaca**: Novela de Detective; Novela Negra. Características: Espacio. Temas. El Detective. Lenguaje. Estrategias. La intriga. Los personajes. Narrador.
- La novela de terror. Terror Natural. Terror Sobrenatural. Características.. Espacios de terror. Temas. Personajes. ¿Cómo se fabrica el terror?
- **Novela de Humor**. Estructura. El uso del lenguaje. Juegos de palabras. Metáfora. Comparaciones. Uso de vulgarismos. El humor negro. El humor disparatado.

30 Taller de narrativa: creación de una novela

Martes / 12.00 - 14.00 h

18 oct-11 feb / 300 €

Número máximo de alumnos: 5

El taller persigue que el alumno, iniciado en la creación narrativa, perfeccione los recursos técnicos que le permitan delinear, estructurar, redactar y llevar a buen puerto su novela. La participación supone la presentación y creación de textos que serán orientados a la consecución del fin anterior.

Eminentemente práctico, sin desdeñar cuestiones teóricas, tiene como fin hacer reflexionar y actuar sobre el texto creado, en cuestiones importantes de la narrativa como la trama, la construcción de personajes y caracteres, la creación de verosimilitud, expectativa y tensión.

[Metodología]

Las características especiales de este taller se manifiestan en el reducido número de alumnos por clase, lo que permite una atención rotativa personalizada, a al menos cuatro de ellos, por sesión, por lo que cada uno dispondrá de media hora. La lectura y estudio en común de los diferentes textos hará que la creación y experiencia individual sea un punto de partida para meditar y hacer generalizaciones, de utilidad para los participantes. El texto creado deberá entregarse fotocopiado (cinco ejemplares) una semana antes. Siempre que sea necesario, se harán demostraciones y ejercicios prácticos para conseguir fines, así como reestructuraciones y nuevas propuestas de textos.

Hacer un taller de novela significa trabajar en colectivo para construir de la mejor forma posible la ficción de un mundo literario.

[Objetivos del Taller]

- Al finalizar el curso, el alumno habrá conseguido estructurar su texto, establecer y organizar el tema y las líneas argumentales, delinear el carácter de personajes y actuaciones, establecer los hitos narrativos y, en dependencia de la ambición del proyecto, dejar prácticamente encaminada su novela para la finalización.
- Desarrollar hábitos de crítica y autocrítica en el análisis de los textos a fin de mejorarlos
 - Organizar la trama: estructura y posibilidades de cambio.
 - Presentar el tema, los temas y los subtemas.
 - Crear situaciones en espacio, tiempo y personajes.
 - Construir un personaje: el carácter.
 - Crear atmósfera.
 - Desarrollar elementos narrativos: el tono, las voces; elementos del discurso y personajes.
 - Establecer hitos narrativos: la anticipación, la dilación, el desencadenamiento y el tempo.
 - Narrar y crear un mundo "real": la verosimilitud.

Nota: Imprescindible entrevista con el profesor que decidirá la idoneidad del alumno

31 Taller de poesía

Lunes / 18.50 - 20.50 h

17 oct-13 may / 330 €

El propósito de nuestro curso de creación poético-literaria es el desarrollo de los recursos creativos de cada uno de nuestros alumnos. Con esa idea rectora, analizamos la obra de distintos poetas contemporáneos como un método de descubrimiento de las herramientas que hacen posible la construcción del hecho poético. Todo ello de un modo eminentemente práctico, leyendo y corrigiendo los textos que se van proponiendo durante el curso.

1^{er} Módulo: Andrés Trapiello y la importancia de la tradición 17 oct-23 ene / 215 €

• **Corrientes poéticas españolas** en la primera mitad del s. XX. • Huida de la **modernidad** y las **vanguardias**. • La tradición como vínculo con la modernidad. • El **simbolismo**. • Poesía figurativa. • El tratamiento elegíaco en la **poesía de Trapiello**. • Obra poética de Andrés Trapiello.

2^o Módulo: Fernando Pessoa y el juego de la identidad 30 ene-13 may / 215 €

• Introducción a la **poesía portuguesa**. • La elección del idioma. • **Heteronimia y poesía**. • **Alberto Caeiro**: El guardador de rebaños. • **Álvaro de Campos**: El ingeniero de la palabra. • **Ricardo Reis**: La tradición clásica. • El baúl de Pessoa.

32 Novelas españolas de finales del S. XX llevadas al cine

Miércoles / 18.50 - 20.50 h

19 oct-20 may / 330 €

Este curso está pensado para todo amante de la literatura deseoso de reflexionar entre la obra literaria y su adaptación cinematográfica. En cada bloque se plantearán debates en torno a los autores de las obras leídas y de las películas que se proyectarán.

Con cada autor se procederá de la siguiente manera: Contextualización histórica y artística. La figura del autor y su obra. Proyección y debate de la película seleccionada. El primer día de clase se comentará y consensuarán cuáles son las obras seleccionadas.

1^{er} Módulo 19 oct-8 feb / 215 €

• Manuel Vázquez Montalbán • Terenci Moix • Merçe Ronoreda • Carmen Martín Gaité

2^o Módulo 15 feb-20 may / 215 €

• Javier Marías • Javier Cercas "El Impostor", "Anatomía de un instante" • Rosa Montero • Lucía Etxebarria • María Dueñas.

Historia



Cursos impartidos por auténticos especialistas en Historia. Empleo de medios audiovisuales (videoprojector, tablet , Wifi...)

Todos los cursos están complementados con visitas a lugares relacionados con la materia.

- 33/34 · Historia de España I: de los Iberos a Felipe V
- 35-37 · Siglos XVIII - XIX: la España moderna
- 38/39 · Historia de Europa en el S. XX
- 40/41 · Claves para comprender la actualidad
- 42 · La Europa del siglo XVIII y XIX: la Europa cambiante
- 43 · Historia y arte de Madrid
- 44 · Hª de las religiones: judaísmo, cristianismo e islam

Grupos: mín. 16 alumnos / máx. 24 alumnos

Precios: Anual: 300€ - Módulo: 195€ (No Socio: 210€)

33/34 Hª España I: De los Íberos a Felipe V

Lunes / 12.00 - 14.00 h

24 oct-27 may / 300 €

Jueves / 18.50 - 20.50 h

13 oct-13 may / 300 €

Analizaremos las principales etapas de la historia de nuestro país, deteniéndonos en los hechos históricos más determinantes de nuestra historia así como el contexto social y cultural que los rodearon.

1^{er} Módulo: De los Íberos a Carlos I

24 oct-30 ene / 195 €

13 oct-26 ene / 195 €

- **Iberia:** Los orígenes de la civilización en la Península Ibérica.
- La expansión del **Imperio Romano en Hispania**.
- Las invasiones de los reinos germánicos: Los Visigodos.
- El **azote islámico** y la caída de los godos: Causas y efectos.
- Don Pelayo y el inicio de la **Reconquista**. Entre la leyenda y la Historia.
- Consolidación de los reinos de Castilla y Aragón.
- **Los primeros Trastámara:** germen de un imperio.
- Los reinos de Castilla y Aragón en la primera mitad del siglo XV.
- **Los Reyes Católicos y el "Nuevo Mundo"**.
- Los herederos de los Reyes Católicos: **Juana la Loca y Felipe el Hermoso**.
- **Carlos I** y la llegada de los Habsburgo.

6 feb-27 may / 195 €

2^o Módulo: Los Austrias

2 feb-13 may / 195 €

- Unificación del Imperio: **Felipe II**. La Armada Invencible y la Leyenda Negra.
- Los Austrias menores: **Felipe III** y la Pax Hispánica.
- La regencia del **Conde Duque de Olivares** y la Guerra de los Treinta años.
- **Felipe IV** y las consecuencias políticas y religiosas de la Paz de Westfalia.
- Pintores, escritores y músicos en **la España del Siglo de Oro**.
- Problemas sucesorios: **Don Juan José de Austria**.
- **La regencia de Mariana de Austria**.
- Luces y sombras en la corte de **Carlos II el Hechizado**.
- **La Guerra de Sucesión Española. Felipe V:** El final de los Austrias.



"Participo desde que se inició en el programa de voluntariado cultural enseñando Madrid. Fue una verdadera sorpresa. Me ha permitido apasionarme y disfrutar con un tema que me interesa mucho como es la historia y el arte y compartir con todo el grupo de voluntarios, ahora ya una pequeña familia, esta pasión. Pero lo más gratificante es que cada visita semanal es seguida con atención y agradecimiento por cada grupo de personas. Yo intento darles algo de mí, de mis conocimientos e ilusión, pero son ellos los que me dan más."

M^a Eugenia Salto Blanco - Voluntaria cultural

35-37 Siglos XVIII y XIX: la España moderna

Lunes / 10.00 - 12.00 h	24 oct-27 may / 300 €
Lunes / 16.40 - 18.40 h	17 oct-13 may / 300 €
Martes / 12.00 - 14.00 h	25 oct-27 may / 300 €

El curso trata de alcanzar, a través del conocimiento de lo acontecido, una sólida comprensión de las bases que cimentaron la creación y consolidación de la España moderna en su tránsito del absolutismo a un estado liberal y de éste a la democracia.

24 oct-30 ene / 195 €

17 oct-23 ene / 195 €

25 oct-7 feb / 195 €

1^{er} Módulo: S. XVIII: las bases

- **El siglo de las luces.** Ilustración y reformismo.
- **La sociedad europea del siglo XVIII.**
- El mundo agropecuario, la industria y las manufacturas. Privilegios estamentales y reformismo borbónico.
- **Reinado de Felipe V.** La llegada de los Borbones a España.
- **La Guerra de sucesión española.**
- Reinado de Fernando VI, **El Prudente.**
- Reinado de **Carlos III.** Transformación del reformismo.
- La crisis de 1766. **Fin del absolutismo ilustrado.**
- Reinado de **Carlos IV.** Un cambio sin solución de continuidad.
- España ante la revolución francesa. **Guerra y revolución.**

6 feb-27 may / 195 €

30 ene-13 may / 195 €

14 feb-27 may / 195 €

2^o Módulo: S. XIX: desarrollo y consolidación

- **Bonaparte y España.** La guerra de la independencia.
- La respuesta ante la guerra: guerra de guerrillas y creación de juntas.
- Las cortes de Cádiz y la **constitución de 1812.**
- **Fernando VII y la restauración absolutista.**
- **El carlismo vs liberalismo:** dos formas de ver España.
- Política y sociedad en **la España isabelina.** Las constituciones de 1837 y 1845.
- El bienio progresista y el lustro liberal.
- **La revolución de 1868.** fin del reinado de Isabel II.
- **La I República.** Guerras carlistas e insurrección cubana.
- **La restauración: el reinado de Alfonso XII.**
- La España de la restauración. **Regencia de Maria Cristina.**
- Hacia un final del siglo: **la crisis del 98.**

38/39 Historia de Europa en el S. XX

Martes / 09.50 - 11.50 h

18 oct-27 may / 300 €

Miércoles / 18.50 - 20.50 h

19 oct-27 may / 300 €

Se trata de un curso dirigido y orientado a establecer las bases de conocimiento básicas para una adecuada comprensión de todo lo acontecido a lo largo de la centuria en el que el alumno irá conociendo, no sólo la narración de los principales acontecimientos que se fueron sucediendo sino también el por qué y los nexos que existen entre ellos.

18 oct-7 feb / 195 €

1^{er} Módulo: Crisis del sistema. Nueva era de masas (1900-1939)

19 oct-8 feb / 195 €

- La Europa Liberal del XIX: la Nueva era. **Revolución industrial** e industrialización.
- Movimientos sociales.
- **Imperialismo** y expansión colonial.
- Relaciones internacionales: La antesala de la I Guerra Mundial.
- **La I Guerra Mundial 1914 – 1918** ¿Por qué se produce el conflicto?
- La Europa de la posguerra. Política internacional de entreguerras.
- La **revolución rusa** y la construcción del estado socialista.
- La década de 1920: camino hacia la crisis. **Fascismos y totalitarismos**.
- El **Crack del 29** y sus consecuencias.
- Los virajes hacia la guerra, el **período de entreguerras 1932-1939**.
- La década de los años 30. La **Alemania de Hitler**.
- La crisis internacional: la antesala de la Guerra.

14 feb-27 may / 195 €

2^o Módulo: Hundimiento, división y reconstrucción (1939-2000)

15 feb-27 may / 195 €

- La **II Guerra Mundial**. Todos contra el enemigo común.
- El importante papel de **España antes y durante la II Guerra Mundial**.
- La II Guerra Mundial. Fases del conflicto.
- Europa y el sistema político internacional los bloques de poder.
- La **Guerra Fría** (1945-1989).
- La construcción de la Comunidad Europea.
- La evolución de los estados socialistas. Perestroika y desintegración de la URSS.
- La **caída del Muro de Berlín** y la desaparición del comunismo.
- Los **años 80 y 90**: desequilibrios socioeconómicos.
- El **conflicto de los Balcanes**: la guerra televisada.
- El **camino hacia el siglo XXI**. Un debate abierto en la actualidad.

40/41 Claves para comprender la actualidad

Lunes / 12.00 - 14.00 h 17 oct-13 may / 300 €

Martes / 18.50 - 20.50 h 18 oct-20 may / 300 €

17 oct-23 ene / 195 €

1^{er} Módulo 18 oct-31 ene / 195 €

30 ene-13 may / 195 €

2^o Módulo 7 feb -20 may / 195 €

Como su enunciado indica, el curso tiene por objeto comprender la actualidad, es decir, alcanzar una aceptable comprensión del mundo actual en el que vivimos y que se nos presenta, a veces, como un compendio de temas relacionados entre sí de forma compleja: La economía, la sociedad, la educación, la política, etc. Todos unidos y separados a la vez, actuando e interactuando, siendo causa y efecto.

Es por ello que la dinámica que se ha diseñado para desarrollar este curso consiste en abordar primeramente cada uno de los temas que componen nuestra actualidad de manera histórica, ofreciendo, para ello, en cada clase los datos históricos necesarios y su evolución en el tiempo hasta nuestros días.

Dentro de los temas aquí programados, la actualidad puede sorprendernos con algún otro tema no programado y que se trataría en clase:

- **Siglo XXI desde el siglo XX.** Análisis de los factores de continuidad y cambio entre ambos siglos.
- **DESDE LA POLÍTICA. Europa, los cambios desde el año 1991:** Desmembración de la Unión Soviética y aparición de nuevos países.
- **DESDE LA ECONOMÍA. La crisis económica internacional actual.** Su origen y consecuencias. Nueva realidad económica: ¿Neoliberalismo o dictadura de los mercados?, ¿es posible un cambio de dirección? **Políticas de estímulo económico y creación de empleo.**
- **DESDE LA SOCIEDAD. Primavera de los países árabes** ¿Real o ficticia? Europa: Rebelión y auge de los partidos minoritarios ¿Crisis del bipartidismo europeo?
- **DESDE LA IDEOLOGÍA Y LAS MENTALIDADES Fin de la Historia (F. Fukuyama).** ¿Es posible la aparición de otras alternativas de construcción social? Dos nuevas revoluciones: **Tecnologías de la Comunicación:** las redes, y Biotecnología. La Unión Europea. Instituciones y composición. El Tratado de Lisboa y sus repercusiones.
- **Ucrania: Entre Rusia y Occidente.** ¿Es posible un nuevo marco de relaciones entre Grecia y Rusia?
- **Yihadismo e Islam.** ¿Son una misma cosa? ¿Amenaza para Occidente?
- **El conflicto Árabe-Israelí.** Fronteras y demarcaciones. ¿Problema sin solución? El nuevo marco de las relaciones EE.UU e Irán y su repercusiones en la Zona.
- Comprendiendo la economía mundial. Un mundo multipolar. Perspectiva actual y **economías emergentes.** Los BRIC.

42**La Europa del S.XVIII y XIX, la Europa cambiante**

Miércoles / 16.40 - 18.40 h

19 oct-20 may / 300 €

El mundo se encuentra siempre en constante cambio, sin embargo, hay momentos en la historia en que son de una importancia vital porque suponen un vuelco total y forjan una sociedad nueva. Los s. XVIII y XIX suponen este drástico cambio en el que vemos caer el Antiguo régimen para levantarse la nueva sociedad industrial, capitalista y tecnológica construida a base de violentas revoluciones, trabajo y lucha por las libertades pero también de brillantes mentes, grandes inventos y enorme progreso que se acelera para dejarnos al borde del s. XX.

1er Módulo: La vieja Europa cae

19 oct-8 feb / 195 €

- Un cambio de mentalidad; El **siglo de las luces**. Ilustración y reformismo.
- Europa en la Guerra de **Sucesión Española**.
- Orígenes del capitalismo.
- **Liberalismo político** y económico del s.XVIII y fortalecimiento de la burguesía.
- **Despotismo ilustrado**. Federico II de Prusia, Catalina II de Rusia o Carlos III de España.
- Europa Neoclásica; una nueva arquitectura, un nuevo arte y un nuevo espíritu.
- La **Revolución Francesa**; de Luis XVI a Bonaparte.
- Expansión y ocaso del Imperio napoleónico. Del 18 Brumario a Santa Elena.
- Congreso de Viena y **Restauración**. Alianza contra el liberalismo. Ascenso de la burguesía.
- Nacionalismo y debilitamiento de las viejas estructuras sociopolíticas.
- El ideario romántico. **Romanticismo**: de Delacroix a Goya.

2º Módulo: Se levanta la nueva Europa: burguesa e imperialista 15 feb-20 may / 195 €

- Las oleadas liberales. Revoluciones Burguesas.
- Inglaterra victoriana. Victoria I. Apogeo de la **Revolución industrial y científica**.
- Segundo Imperio francés y su influencia en Europa (1852 a 1870).
- El **imperialismo**. El reparto colonial de África, Asia y Oceanía.
- **Movimientos** obreros, socialista y anarquista. Condiciones de vida de la clase obrera en el S. XIX.
- Bismark y Cavour: **Movimientos nacionalistas** y procesos de unificación en Italia y Alemania.
- **Segunda revolución científico-tecnológica** y fortalecimiento del capitalismo.
- Nacimiento del **urbanismo moderno**. Las grandes transformaciones urbanas. De La reforma del París de Haussmann al eclecticismo y el modernismo de Gaudí.
- Crisis de final de siglo y plasmación en la sociedad, cultura y arte. **Realismo e impresionismo**.

43 Historia y arte de Madrid: de Mayrit a Madrid

Miércoles / 09.50 - 11.50 h

26 oct-20 may / 300 €

Nos acercaremos a la historia y el arte de Madrid mediante el conocimiento de los tesoros artísticos que albergan sus más emblemáticos edificios y pintorescos rincones.

El curso incluirá recorridos urbanos con previa preparación en aula.

1^{er} Módulo: De Mayrit a capital del imperio

26 oct-8 feb / 195 €

- **El Madrid Medieval.** El origen de Madrid: entre el mito y la leyenda. Restos musulmanes. Antigua alcazaba y muralla de Mayrit.
- **Madrid s. XIII:** Ciudad Conventual. El fuero de 1202. Iglesias y edificios medievales. El escudo. Madrid en época de los Trastámara.
- **El Madrid de los Austrias:** la capitalidad. El Renacimiento: Carlos V. La Capilla del Obispo. Felipe II: De villa a capital imperial. La Plaza Mayor, la Cárcel de Corte. Felipe III: el auge de la vida madrileña.
- **El Rastro** y sus legendarias calles. Arquitectura barroca: iglesias y conventos de Madrid. Felipe IV: los mentideros. Pintor de la corte: Velázquez. El Palacio del Buen Retiro. El Madrid de los Austrias. Carlos II, el rey Hechizado. El Jardín del Buen Retiro: Origen, desarrollo y estado actual.

2^o Módulo: Del Madrid de Felipe V a Azca

15 feb-20 may / 195 €

- **El Madrid de los Borbones.** Felipe V: Palacio Real, La Granja y las Salesas Reales. Madrid renovado: Carlos III. Las obras del rey ilustrado: Paseo del Prado, Jardín Botánico, Observatorio Astronómico. Reales Fábricas madrileñas.
- **Madrid en armas. La Guerra de la Independencia.** Carlos IV. Un genio en la corte: Goya. S. Antonio de la Florida. Levantamiento del 2 de mayo. Escenarios madrileños de la revuelta. José I: el rey Plazuelas y sus reformas urbanísticas.
- **El Madrid del siglo XIX: la llegada de la Modernidad.** Isabel II. Arquitectura Neoclásica. Amadeo I y la conspiración de las Mantillas. Tabernas y Cafés. La Restauración.
- El Ensanche de Castro. La arquitectura del hierro: estaciones de Ferrocarril y mercados. Alfonso XIII. Gran Vía Madrileña
- **El Madrid del siglo XX: de la Guerra Civil a la Democracia.** Primo de Rivera. Arquitectura historicista y modernista. La calle Fuencarral. Madrid Literario. II República. La Residencia de Estudiantes.
- Madrid en armas. Los desastres de la guerra. De la Dictadura a la Democracia. Transformación urbanística y arquitectónica: los rascacielos.

44 Hª de las religiones: judaísmo, cristianismo e islam

Lunes / 18.50 - 20.50 h

24 oct-13 may / 300 €

1^{er} Módulo: Judaísmo e Islamismo

24 oct-23 ene / 195 €

- **Judaísmo.** Origen, desarrollo y expansión geográfica.
- **Panorámica general** desde la Antigüedad.
- Teología y **corrientes de pensamiento.**
- **Legado judío** a las religiones occidentales.
- Antijudaísmo y antisemitismo en la Historia de Europa.
- **Islamismo.** Origen e inicial desarrollo.
- Panorámica general desde el Medievo.
- Expansión y paulatina **implantación** en Europa. Imperio Turco, los Balcanes y sur de Rusia.
- Teología y **Escuelas islámicas** desde la Edad Media.
- Corrientes puritanas en la Edad Moderna.
- Siglos XIX y XX, hacia una **radicalización.**
- **Crisis Yihadista.**

2^o Módulo: Cristianismo

30 ene-13 may / 195 €

- **Origen, desarrollo** y expansión geográfica.
- Panorámica general desde la Antigüedad.
- Teologías y **corrientes de pensamiento.**
- Oriente y occidente en el pensamiento **teológico.**
- Cristianismo y cristianismos.
- Cristianismos **Orientales antiguos.**
- Cristianismo **Ortodoxo** y su expansión al mundo griego y eslavo.
- **Cristianismos occidentales** y su incidencia en el panorama europeo.



Idiomas

Uso de **metodología comunicativa**, que facilita el aprendizaje de forma natural y progresiva.

Todo está enfocado a que el alumno se exprese en la lengua estudiada.

Profesores Licenciados en filología, nativos y bilingües y especializados en la enseñanza de idiomas a adultos.

Aulas equipadas con medio audiovisuales, tablets y wifi.

Algunos cursos desarrollan **lecciones fuera del aula** en ambientes de habla inglesa o para su práctica (pubs, mercados, British Airways, BBC...)

Como **novedad** en el curso 2015-16, se organizaron dos **viajes a Inglaterra** (zona Bristol-Bath-Cotswolds) con el profesor inglés Aslhey Seaman en grupo reducido. Se trata de una verdadera **"full immersion" cultural y lingüística**. Además de conocer los monumentos de estos lugares, los alumnos interactúan con la vida cotidiana coordinados por el profesor: pubs, restaurante, tren, autobuses, mercados, librerías, etc.

Está previsto repetir la experiencia en el curso 2016-17.

Curso completo: 410 € (10 oct-10 jun)

Cada módulo: 260€

1^{er} Mód. (10 oct-30 ene)

2^o Mód. (6 feb-10 jun)

Los alumnos nuevos deben realizar una prueba de nivel obligatoria.

Grupos: mín. 6 alumnos / máx. 11 alumnos - Es posible **incorporarse cada mes**, previa prueba de nivel.

Inglés

Curso General	Horario	Inicio
45 Ingles Inicial A	Miércoles 12:00	19-oct
46 Ingles Inicial B	Miércoles 18:50	19-oct
47 Ingles Inicial C	Martes 12:00	11-oct
48 Ingles Inicial C	Martes 16:40	11-oct
49 Ingles Inicial C	Jueves 9:50	13-oct
50 Ingles Elemental A	Jueves 16:40	13-oct
51 Ingles Elemental C	Martes 9:50	11-oct
52 Ingles Elemental C	Martes 9:50	11-oct
53 Ingles Elemental C	Miércoles 9:50	19-oct
54 Ingles Preintermedio A	Martes 18:50	11oct
55 Ingles Preintermedio A	Miércoles 16:40	19-oct
56 Ingles Preintermedio C	Lunes 16:40	10-oct
57 Ingles Preintermedio C	Lunes 16:40	10-oct
58 Ingles Preintermedio C	Jueves 12:00	13-oct
59 Ingles Intermedio B	Martes 12:00	11-oct
60 Ingles Intermedio C	Miércoles 12:00	19-oct
61 Ingles "Upper" Intermedio	Miércoles 16:40	19-oct

Conversación

	Horario	Inicio
62 Ingles Conversacion Elemental C	Lunes 18:50	10-Oct
63 Ingles Conversacion Preintermed B	Miércoles 9:50	19-Oct
63 Ingles Conversacion Preintermed C	Miércoles 18:50	19-Oct
65 Ingles Conversacion Intermedio C	Lunes 12:00	10-Oct

Francés

Curso General	Horario	Inicio
66 Francés Inicial B	Jueves 9:50	13-Oct
66 Francés Preintermedio B	Miércoles 18:50	19-Oct
67 Francés Preintermedio C	Miércoles 9:50	19-Oct
68 Francés Intermedio C	Lunes 9:50	10-Oct
70 Francés Avanzado C	Lunes 12:00	10-Oct

Conversación

	Horario	Inicio
71 Frances Conversacion Elemental A	Jueves 12:00	13-Oct
72 Frances Conversacion Avanzado A	Viernes 9:50	14-Oct
73 Frances Conversacion Avanzado B	Viernes 12:00	14-Oct



Informática

En 1.999 UPDEA fue **pionera en la enseñanza de informática a personas mayores**. Premio Tecnet al mejor proyecto para salvar la brecha digital en 2010.

Desde 2011 está impartiendo **cursos en diversos ayuntamientos de la Comunidad de Madrid**, habiendo formado en el curso 2015-16 a 4.500 alumnos.

- Profesores titulados y especializados en didáctica para mayores de 50 años.
- Aula con ordenadores nuevos (octubre 2015).

1. Ciclo Informática (cuatrimestral)

74/75 **Informática e Internet Inicial**

Miércoles / 9.50 - 11.50 h	19 oct-11 feb / 200 €
Miércoles / 18.50 - 20.50 h	19 oct-11 feb / 200 €

Curso orientado a alumnos con mínimos conocimientos.

Con este curso daremos los primeros pasos para conocer a fondo nuestro ordenador (Windows, ratón, teclado, periféricos, carpetas...).

También nos adentraremos en el mundo de Internet y aprenderemos a usarlo para poder manejarlo de manera autónoma en la vida cotidiana.

[Resumen del programa]

- Introducción a la informática. Orígenes, términos y componentes. Encendido y **uso del ratón y teclado**.
- Menú de Inicio. Barra de tareas. Escritorio. Gestión de **ventanas**. Abrir programas.
- Archivos y **Carpetas**. Accesos directos.
- Salvapantallas. Fondo y escritorio. Visor de Imágenes. Reproductor Windows Media...
- **Imprimir** documentos e imágenes. Escanear y guardar fotografías
- Pasar archivos del ordenador a un Pendrive y viceversa. Ver un DVD o CD

Internet

- ¿Qué es y cómo funciona realmente **Internet**?. Cómo conectarme a Internet
- Los **Navegadores** de Internet. Menús y ventanas en el navegador. Favoritos e historial. Práctica con diferentes páginas web
- ¿Qué es un **buscador**? Funcionamiento de los buscadores y cómo buscar con Google de forma definitiva
- Búsqueda de páginas de Ocio (cines, restaurantes, teatros...) Búsqueda de páginas sobre noticias, el tiempo, museos, etc...Todo el kiosco gratis desde casa. Wikipedia: qué es, cómo funciona y qué importancia tiene.
- **Correo electrónico**. Diferentes empresas de correo. Utilidades y funcionamiento. Creación de una cuenta. Enviar y recibir mensajes. Diferencias en Para, CC y CCO. Reenviar y responder. Enviar y recibir archivos adjuntos (fotografías, documentos...)

76 Profundización Informática e Internet

Curso destinado a alumnos con conocimientos básicos que ya usan el ordenador y que quieren seguir aprendiendo nuevos programas, herramientas y consolidar lo aprendido.

Jueves / 18.50 - 12.50 h

13 oct-11 feb / 200 €

[Resumen del programa]

- Repaso y novedades Windows. Classic Shell. **CCleaner**: limpia tu PC y consigue que funcione mejor. **Trucos Windows**. Descargar un programa de Internet.
- Descarga e instalación de Avast Antivirus. Consejos de seguridad. Uso, configuración y actualización. Realizar un análisis. **Restaurar sistema**. Crear punto de restauración.
- Microsoft **Word**. Edición de un documento. Formato de texto, párrafo e interlineado. Crear tablas y columnas. Insertar imágenes. Márgenes. Imprimir un documento
- Microsoft **PowerPoint**. Crear una presentación. Insertar imágenes. Realizar transiciones. Poner sonido. Guardar presentación en diferentes formatos.

Multimedia e Internet

- Descarga e instalación de **WinRar**. Aprende a crear carpetas comprimidas y a descomprimir archivos para ocupar menos espacio en tu PC. Envío de archivos de gran tamaño por **Wetransfer**.
- Instalar y desinstalar las mejores **extensiones de Google** para que la navegación sea más sencilla.
- **Radio y TV en Internet**. Youtube.
- **Correo electrónico** con Gmail. Correo adjunto, archivos y carpetas comprimidas. Configuración avanzada. Administrar contactos. Crear grupos. Carpetas de correos.
- Búsqueda avanzada de Google. **Atajos de teclado** y trucos para buscar en Google.
- **Bancos**: fundamentos de seguridad y manejo general. Compras por internet: supermercados, entradas de cine y espectáculos. Compra de billetes de avión o de tren. Mejor hotel al mejor precio.



77 Internet Avanzado: Multimedia, Nube y Redes Sociales

Martes / 18.50 - 20.50 h

11 oct-11 feb / 200 €

Curso orientado a personas que ya conocen Internet y desean profundizar en este tema. Aprenderemos a descargar cualquier tipo de archivo (películas, series, música, libro) desde Internet y a guardarlo o grabarlo en cualquier dispositivo.

Exploraremos todos los programas utilizados para poder comunicarnos por Internet: Skype, chat, video-llamadas,... y veremos una introducción a las Redes Sociales. Nos adentraremos en lo último en almacenamiento y gestión de archivos: La Nube.

[Resumen del programa]

- Música, series y películas online sin descargas Grooveshark. Descarga cualquier archivo con **uTorrent**. Cambia cualquier tipo de formato con **Onlineconvert**. **Guarda tus libros** en cualquier dispositivo.
- Aprende a grabar cualquier archivo en CD o DVD. Descarga el reproductor VLC para visualizar cualquier formato. Pon al día tu navegador con **Adobe Flash Player**.
- Buscar **páginas seguras** y con certificado. Elimina páginas de publicidad y malware.
- Edita cualquier fotografía desde internet.
- **Dropbox**: La Nube como disco duro para guardar tus archivos. Creación de cuenta. Comparte tus archivos y carpetas con otros usuarios. Ajustes de privacidad y seguridad.
- **Skype**: Llamadas y videollamadas gratuitas. Instalación y uso. Configuración de cuenta.
- **Facebook**: Crear una cuenta. Añadir, editar y eliminar contactos. Muro. Estado. Publicaciones.
- **Twitter**. Crear una cuenta. Seguir un foro o debate. Tweet y Retweet. Hashtag.

78 Redes sociales y edición multimedia

Martes / 18.50 - 20.50 h

17 oct-21 ene / 140 €

Curso corto

[Resumen del programa]

- **Facebook**. Crear una cuenta. Añadir, editar y eliminar contactos. Muro. Estado. Publicaciones.
- **Twitter**. Crear cuenta. Seguir foro o debate, personas, instituciones... Tweet y Retweet
- **Instagram**. Aplicación gratuita que permite subir fotografías, compartirlas en otras redes sociales y modificarlas con efectos especiales.
- **Youtube**. Sube, descarga y edita videos y presentaciones o simplemente visualiza tu canción favorita.
- **Fundamentos de narrativa audiovisual**. Aprende a contar historias con imágenes en tu ordenador, móvil o Tablet.
- **Retoque fotográfico** básico. Añadir texto a las imágenes, quitar ojos rojos, aumentar el brillo y contraste...
- **Edición de video**. Monta tu propia película con las fotos de tu móvil o con los vídeos de tus vacaciones.

2. Ciclo Informática (anuales)

79/80 Toda la informática en tus manos

Martes / 16.40 - 18.40 h

11 oct-3 jun / 410€

Miércoles / 12.00 - 14.00 h

19 oct-27may / 410€

Curso dirigido a cualquier persona con poco o ningún conocimiento previo de informática que desee aprender informática y quiera hacerlo desde el principio.

Primeros pasos en el uso del ordenador en las tareas más habituales y en los conceptos más relevantes. Además nos introduciremos en el uso cotidiano de Internet para cualquier usuario a través de la web y el correo electrónico.

[Resumen del programa]

- Encendido y uso del **ratón y teclado**. Inicio. Barra de tareas. Escritorio. Ventanas. Abrir programas.
- Tipos de **archivos y carpetas**. Accesos directos.
- Salvapantallas. Fondo y escritorio. Volumen. Visor de Imágenes. Reproductor Windows Media.
- **Imprimir** documentos e imágenes. Escanear y guardar fotografías.
- **Pasar fotos del móvil** o Tablet al ordenador. Archivos del PC al pendrive. Ver un DVD o CD.
- Microsoft **Word**: Realizar un documento con imágenes. Guardar. Columnas. Ortografía.
- Microsoft **PowerPoint**: Crear presentación. Insertar imágenes. Transiciones. Poner sonido. Guardar en diferentes formatos.

Internet

- **Navegadores**: Tipos. Usos y diferencias. Botones principales. **Buscar** en Google. Trucos.
- Mapas de Google: Callejero. Cómo llegar de un punto a otro. Mapas en tu Móvil o **Tablet**.
- Consulta el **tiempo de espera del autobús** desde tu dispositivo. **Utiliza tu móvil como GPS**.
- Buscar noticias, el tiempo, museos, periódicos gratuitos... **Actividades gratuitas en tu ciudad**.
- **Youtube**: Busca y escucha cualquier canción o video.
- **Bancos**: Fundamentos de **seguridad** y manejo general. **Compras por internet**: supermercados, entradas de cine y espectáculos. **Conceptos de seguridad**, firma electrónica y DNI electrónico. Citas médicas Comunidad de Madrid. Hacienda y Seguridad Social. Mejor hotel al mejor precio.
- **Correo Electrónico**: Creación de una cuenta. Enviar y recibir mensajes. Para, CC y CCO. Reenviar y responder. Archivos adjuntos. Crear carpetas para organizar el correo. Lista de contactos. Aprende a utilizarlo también en tu móvil o tablet.
- **Antivirus**: Consejos de seguridad. Actualizar. Realizar un análisis. **Cleaner**: para limpiar el ordenador.

81/82 Domina la Informática e Internet

Martes / 12.00 - 14.00 h

11 oct-3 jun / 410 €

Miércoles / 16.40 - 18.40 h

19 oct-27 may / 410 €

Para quienes ya manejan un ordenador y quieren aprender a aprovecharlo en su vida diaria ampliando sus conocimientos de informática, ofimática, Internet, multimedia, Redes Sociales y adentrarse en el nuevo mundo de La Nube.

Con este curso el alumno conseguirá manejar el ordenador de manera completamente autónoma.

[Resumen del programa]

- Ventanas. Aplicaciones y utilidades. Configuración del equipo. Bibliotecas, archivos y carpetas. Conectarse a una red WIFI. Arranque del S.O. Instalar, desinstalar programas. Cuentas de usuario.
- **Programas de mantenimiento:** Formas de descarga, cómo instalarlo, actualizarlo y eliminarlo. Tipos y utilidades. **CCleaner:** limpia el registro y el navegador de tu PC para que funcione mejor.
- **Seguridad** en tu PC. Instalación, configuración y manejo de un **antivirus**. Programas antispyware (limpiar el ordenador de publicidad maliciosa).
- **Microsoft Word:** Editar documentos, buscar y reemplazar, errores gramaticales. Formato. Columnas. Imágenes. Márgenes. Numeración de páginas. Imprimir documentos.
- **Microsoft Excel:** Crear y modificar libros y hojas. Introducir datos y crear gráficos. Uso de fórmulas.
- **Microsoft PowerPoint:** Añadir y eliminar diapositivas, agregar cuadros de texto. Cambiar el fondo, insertar imágenes , añadir animación, transiciones, sonido...

Internet - Multimedia - Comunicación - Redes Sociales - La Nube

- **Navegadores:** Personalizar, administrar favoritos y borrar datos de navegación. Búsquedas: optimizar los resultados.
- **Correo electrónico.** Enviar adjuntos a distintas personas. Configurar firma. Correos en carpetas. Sincronizar en móvil y tablet. **Wetransfer:** Envío de archivos de gran tamaño
- **Música en directo:** la mejor música online sin descargas. Spotify. Grooveshark. **Radio y TV en directo.**
- **Utorrent:** Mejor programa para descargar eBooks, música y películas. YouTube: sube, descarga y edita vídeos. Escucha música con **iTunes** y con **Windows Media Player**. Ver películas desde el reproductor. Descarga VLC para visualizar cualquier formato. Pon al día tu navegador con **Adobe Flash Player**.
- Grabación y sincronización con el móvil. Grabar cualquier archivo con **Burnaware**. Pasar archivos a pendrive, disco duro externo o ebook. Pasar archivos del teléfono o Tablet al ordenador.
- **Skype:** Descarga en PC, móvil o tablet la mejor aplicación de llamadas y videollamadas gratuita.
- **Facebook:** Crear una cuenta. Añadir, editar y eliminar contactos. Mi muro y mi perfil. Editar perfil
- Dropbox: **La Nube** como disco duro para guardar todos tus archivos. Creación de cuenta. Comparte tus archivos y carpetas con otros usuarios. Privacidad y seguridad.

83/84 Profundiza y actualízate en informática

Lunes / 10.00 - 12.00 h

17 oct-27 may / 410 €

Lunes / 16.40 - 18.40 h

17 oct-27 may / 410 €

Curso avanzado para aquellas personas que tienen un buen manejo del ordenador.

Curso especial para personas que ya se manejan sin problema con el ordenador pero quieren aprender todas las novedades y estar al día en el mundo de la informática.

También dedicado para realizar un repaso de todo lo conocido hasta ahora en informática.

[Resumen del programa]

- Mejorar rendimiento del PC. Arranques del sistema operativo. Crear cuentas en el mismo PC y compartir ficheros.
- Instala el mejor **antivirus** para tu ordenador y tu móvil o Tablet. Reparar errores de Windows usando **CCleaner**. Realizar una **ampliación RAM** en un PC. **TuneUpUtilities** para mejorar rendimiento.
- Instalación de **Acronis True Image**. Copia de seguridad y restauración de un disco duro
- Profundización con Word. Power Point, Excel (ejercicios prácticos con acabado de experto).
- **Small PDF** (pasa al formato Adobe Reader en PDF, cualquier documento).

Internet- La Nube – Redes Sociales

- Organización de favoritos, exportar favoritos... **Trucos Google** y atajos con el teclado.
- Extensiones de Google Chrome y sus utilidades.
- **Correo electrónico** avanzado. Importa y exporta contactos y crea copias de seguridad. Utiliza reglas.
- Subir archivos a **La Nube**. Modificar y descargar archivos. Compartir archivos.
- **Google Drive**: el nuevo almacenamiento de Google para la Nube. Diseño gráfico en la nube: **Pixlr**.
- **Facebook y Twitter** en tu ordenador y tablet. Descargar aplicación. Uso y configuración.

Multimedia

- Descargas multimedia con **uTorrent**. Descarga música, series, películas y libros de forma gratuita. Métodos de búsqueda y descarga.
- **aTubeCatcher**: descarga los videos de Youtube en tu PC. Guardar en el ordenador o pendrive. Visualizar videos en TV, portátil...Pasa los videos de tu móvil o cámara a YouTube.
- Grabar música, películas, fotos con **Burnaware**. **Clipconverter**: transforma cualquier formato de libro. **Format Factory**.:Transforma formatos de video, audio e imagen.
- **Radio y TV en directo** desde el ordenador y desde el móvil o tablet.
- **Windows DVD Maker**: graba tus imágenes y vídeos en DVD. Edita, prepara y retoca un video. Añade efectos y sonido. Edita, prepara y retoca un video.
- **PhotoScape**: fotografía, visor, organizador y editor. Recorta una imagen al instante. Organiza tus archivos gráficos. Crea una animación sencilla con una secuencia de imágenes.

85-88 Club de informática

Lunes / 12.00 - 14.00 h	17 oct-27 may / 410 €
Martes / 9.50-11.50 h	11 oct-3 jun / 410 €
Jueves / 9.50 - 11.50 h	13 oct-25 may / 410 €
Jueves / 12.00 - 14.00 h	13 oct-25 may / 410 €

Curso para los más avanzados que desean seguir aprendiendo lo último en Hardware, conocer los últimos dispositivos y Gadgets, así como el manejo del PC junto con los nuevos dispositivos móviles y el conocimiento de los mejores programas. Descubrimos los nuevos conceptos informáticos y nuevas aplicaciones híbridas compatibles con tu Smartphone, Tablet y PC, además de conocer las nuevas técnicas de mantenimiento y productividad actuales.

- **Windows 10.** Mejoras y últimas actualizaciones. Copias de seguridad y mantenimiento. Consejos de desinstalación, limpieza y gestión de archivos.
- **Windows Edge** al completo. **Hub:** todas tus cosas en el mismo lugar. Anotaciones web y la **lectura en todas partes.** Novedades Cortana y Microsoft Edge.
- Actualización de las mejores **extensiones de Chrome.** Alertas de Google. Recupera cualquier contraseña de Chrome sin instalar programas.
- Últimos programas de seguridad para tu equipo e internet. **Consejos y trucos para estar protegido.**
- **Blinda tu navegador** y utiliza conexiones seguras. AVG PrivacyFix: una aplicación, todas las plataformas. **Nexus,** configurar tu escritorio con multiventanas.
- **Ashampoo Backup 10,** última defensa contra el ransomware.
- Microsoft Word, Excel y Power Point. Mejores **trucos y novedades.**

Aplicaciones híbridas para todos los dispositivos

- Mejora el rendimiento de tu dispositivo con All-in-one Toolbox. Gestiona tu móvil o tablet con **Wondershare Mobile Go. Remi OX.** Aplicaciones de tu Android en tu PC.
- WhatsApp actualizado. Novedades y actualizaciones para sacarle el máximo partido.
- **LastPass:** gestor de contraseñas. **KeepSafe:** crea un álbum privado en tu dispositivo.
- **Aplicaciones** híbridas e **imprescindibles.** Trucos para estar siempre actualizado. **Seguridad.** Qué hacer si está infectado con malware. Bloquear **spam telefónico.**
- Escritorio, widgets y búsquedas simplificados. **Google News:** tarjetas que muestran información cuando la necesitas. **Glovebox:** la mejor aplicación para gestionar tus menús. Widgets personalizados.

Novedades multimedia, redes y navegación

- Novedades y actualizaciones de las mejores páginas y programas de **descarga de archivos multimedia.** Actualización de páginas online y streaming. Trucos de búsqueda multimedia en la red.
- Mejores páginas y programas para la **edición y gestión** de tus fotografías y vídeos.
- **Trucos** de correo electrónico. Recuperación de información y contactos. Extensiones.
- Extensiones y aplicaciones actualizadas para gestionar **La Nube.** Novedades.
- Google+. Saca el máximo partido. Unifica todas las herramientas de Google.
- Novedades de Facebook y Twitter. Seguridad y privacidad. Trucos. Aplicación en móvil o tablet.
- **Vivaldi,** alternativa a Chrome para usuarios avanzados.

3. Multimedia

89 Construye tu historia audiovisual

Viernes / 10.00 - 12.00 h

21 oct-27 may / 410 €

Requisitos: tener una cámara Réflex, compacta o un móvil.

Todo lo que grabamos y fotografiamos se queda en nuestro móvil o en el ordenador. Viajes, cumpleaños, momentos especiales... Dale un sentido a todo realizando una película de una forma sencilla y un final profesional. Un forma creativa y muy entretenida de contar la historia que tú quieras. Portadas, músicas, rótulos, fotografías, vídeos... Todo en un DVD. Una historia para guardar toda la vida.

[Resumen del programa]

- Introducción al mundo audiovisual. **Qué es la edición.** Fotografía vs Video.
- Las **mejores técnicas para grabar** y captar lo que te interesa.
- Qué **formatos** de video existen y los más importantes para su posterior montaje.
- **VideoPad**, un programa de edición sencillo e intuitivo para realizar tu película.
- Como montar de forma secuencial y con criterio. Escoge tu mejor material.
- Transiciones, efectos, rótulos, mejoras de la imagen etc...
- **Banda sonora** a tu película, cómo elegir la música perfecta.
- Presentaciones y finales impactantes.
- Elige **dónde quieres guardarlo** o verlo. DVD, TV, MÓVIL, CORREO, YOUTUBE.
- Crea una portada para tu DVD. Sorprende con diferentes plantillas creativas y originales.
- Realiza una **proyección fotográfica** de tus viajes, familiares, etc...
- Crea un logotipo o firma para un toque más profesional y súbelo a Youtube o La Nube.
- Locuta tu propia historia. Una **narración en off** contando tu historia será una forma mucho más personal de crear una película.
- Visionado de los trabajos de los alumnos.
- Seguimiento continuo por parte del profesor.

90 Tratamiento y retoque de la imagen digital

Viernes / 17.00 - 19.00 h

21 oct-5 nov / 100 €

Requisitos: tener una cámara Réflex y manejo básico en MODO MANUAL.

Curso dirigido a aquellas personas que quieren dar un toque profesional y creativo a sus fotografías. Aprenderás todo lo relacionado con la imagen digital. Photoshop la herramienta mas potente para el retoque de la fotografía te ayudará a tener los mejores resultados. Crea, inventa, procesa todo lo que tengas.

- Repasos de los conceptos básicos de la imagen digital. Los **formatos**.
- **Ajustes** para tus fotografías. Aumenta la calidad con pasos sencillos.
- Técnicas básicas para **perfeccionar un retrato**. Herramientas de selección más potentes.
- **Ajustes básicos** de revelado profesional con CameraRaw.

Curso corto

91 Desarrolla tus historias con la fotografía

Viernes / 12.00 - 14.00 h

21 oct-27 may / 410 €

Requisitos: tener una cámara Réflex y manejo básico en MODO MANUAL.

Curso dirigido a todos los amantes de la fotografía donde se desarrollarán diferentes temáticas de reportaje fotográfico. Se analizarán diferentes proyectos de grandes fotógrafos y se harán temáticas creadas por el alumno y el profesor. Un curso para contar historias gráficas basándose en la fotografía de autor.

[Resumen del programa]

- Construyendo la realidad. En qué consiste. **La idea**. Claves y análisis de ideas
- Comunicando con la fotografía.
- Público a quien va dirigido. Idea global a proyectar.
- **Técnicas fotográficas** posibles para desarrollar el proyecto.
- Aspecto estético y elección de relación de aspecto.
- Escribiendo la **historia visual** y procesándola gráficamente.
- Temas elegidos por el alumno y el profesor para afrontarlos minuciosamente.
- Qué es lo que podemos y no fotografiar.
- Marcar un **estilo** definido para el documento.
- Salidas a la calle para practicar técnica y modos de exposiciones.
- Crear un **portfolio** con la serie fotografiada añadiendo **música**, rótulos u otros efectos que lo acompañen.
- Visualización de los **trabajos del alumno** en el aula supervisados por el profesor.
- Otros fotógrafos, sus trabajos.
- **Prácticas** constantes en exteriores.
- Definir tu estilo fotográfico.
- Maqueta tu reportaje.
- Tipos de impresión digital.

92 Fotografía Inicial

Jueves / 16.40 - 18.40 h

13 oct-11 feb / 210 €

Requisitos: tener una cámara Réflex y manejo básico en MODO MANUAL.

Curso dirigido a todos los amantes de la fotografía que se estén iniciando en este mundo. Un curso donde aprenderás a hacer fotos y no postales. Prácticas en exteriores desarrollando diferentes temáticas.

- Repaso e **introducción a tu cámara réflex**.
- Domina la **profundidad** de campo de tus lentes.
- **Paisaje, retrato y fotografía** de calle como principales intereses.
- **Fotografía de calle**. "Qué está pasando en las calles". Sus técnicas y expresión.
- Procesamiento básico de las fotografías. Contrastes, altas luces, sombras y blanco y negro.

Móviles



Hace cuatro años Updea fue pionera en Madrid organizando cursos sobre dispositivos móviles con varias temáticas para personal mayores. Además de organizar cursos para los asociados, Updea **organiza cursos para diversas asociaciones, centros de mayores y bibliotecas** del Ayto.de Madrid y de otros ayuntamientos de la Comunidad de Madrid.

Los **programas** se estudian y actualizan cada seis meses. La experiencia de estos años nos ha permitido ofrecer unos programas adaptados a las necesidades de los mayores con una **selección de los usos y aplicaciones más útiles y más demandados**.

Requisitos: Contar con Smartphone y/o Tablets de Android propio. Tener conocimientos básicos de Internet y Correo electrónico. Contar con conocimientos básicos de Windows (abrir, guardar, eliminar, archivar, etc.). Disponer de una cuenta correo Gmail activa.

- 93-97 · Domina tu Smartphone y Tablet
- 98-100 · Cómo sacar el máximo partido a tu Smartphone
- 101 · Ipad y Iphone I
- 102 · Ipad y Iphone II

93-97 Domina tu Smartphone

Lunes / 9.50 - 11.50 h	17 oct-21 ene / 170€
Lunes / 16.40 - 18.40 h	17 oct-21 ene / 170€
Miércoles / 18.50 - 20.50 h	19 oct-4 feb / 170€
Jueves / 16.40 - 18.40 h	20 oct-4 feb / 140€
Viernes / 9.50 - 11.50 h	21 oct-4 feb / 170€

Adquiere los conocimientos necesarios para utilizar tu Smartphone o Tablet y estar al corriente de las nuevas tecnologías.

Curso dirigido a aquellas personas que cuentan con un Smartphone o Tablet de última generación y quieren aprender a utilizarlo y a sacarle el máximo rendimiento.

Requisitos: Contar con Smartphone y/o Tablet de Android propio. Tener conocimientos básicos de Internet y correo electrónico. Disponer de una cuenta de correo Gmail activa.

[Resumen del programa]

- Conexiones y botones. **Tarjeta** microSD y memoria interna. Tarjeta SIM: PIN y PUK. Wifi – 3/4G, modo avión.
- **Ajustes** de pantalla y sonido. Bluetooth. Ubicación. Cuentas. Optimización de batería. Alarmas.
- Utilizar la **cámara de fotos y de vídeo**. Ver la galería fotográfica. Gestionar y enviar mis fotografías.
- **Reproductor de música**. Reproductor de fotografías. Radio. Gestión de archivos en el dispositivo y en el ordenador.
- **Play Store:** tienda de Apps. ¿Cómo buscar una App? Categorías. Descargar e instalar Apps. Eliminar Apps.
- **Funcionamiento del correo** en un dispositivo Android. Sincronización de contactos con correo. Gestión de contactos.
- **Madrid Metro|Bus|Cercanías**. Consultas en distintos medios de transporte público. Rutas. Tiempo de espera del autobús.
- **Google Maps:** Mapas en tu dispositivo. Buscar una ruta, destino o entidad. Mapas fuera de línea.
- **Navegador:** Configuración y uso de Internet. Favoritos, frecuentes, historial y accesos directos. Búsquedas en Google manuales o por Voz.
- **Whatsapp:** Contactos. Chats. Nuevo mensaje. Eliminar chats. Llamadas. Grupos: crear, administrar, silenciar, salir. Difusión: crear, administrar, eliminar. Cambiar foto de perfil y estado. Ajustes de privacidad. Notificaciones.

98-100

Cómo sacar el máximo partido a tu Smartphone

Martes / 9.50 - 11.50 h 18 oct-4 feb / 170 €

Martes / 16.40 - 18.40 h 18 oct-4 feb / 170 €

Viernes / 12.00 - 14.00 h 21 oct-4 feb / 170 €

Requisitos: Contar con Smartphone y/o Tablet de Android propio. Tener conocimientos básicos de Internet y correo electrónico. Disponer de una cuenta de correo Gmail activa.

[Resumen del programa]

- **Optimiza tu dispositivo:** libera memoria, elimina archivos basura, optimiza la batería. Uso de datos.
- Pantalla de inicio. Desactivar **notificaciones**. Crear carpetas. **Widgets**. Comando de voz de Google.
- **Sincronizar contactos** con mi cuenta de google. Crear grupos.
- **Navegación por Internet.** Seleccionar un fragmento de texto de una página. Capturas de pantalla. Chrome: navegación de incógnito, compartir una página, sincronizar marcadores.
- **Sincroniza** tus archivos en la nube. Google Fotos: activa tu copia de seguridad para fotos y videos. Dropbox, Drive, Mega: sube archivos a la nube, comparte tus archivos. Evernote: sincroniza tus notas.
- Skype y **últimas actualizaciones de Whatsapp.**
- Asegura tus dispositivos. **Localiza tu dispositivo**, borra su contenido y bloquéalo en caso de pérdida o robo.
- Copia de seguridad de contenidos y contactos de tu dispositivo con G Cloud Backup. AVG antivirus.
- **Shazam**, descargas de música.
- **Novedades Android.** Páginas web con los mejores consejos y novedades para tus dispositivos.



101 Ipad y Iphone I

Lunes / 12.00 - 14.00 h

17 oct-21 ene / 170 €

Para los que disponen de estos nuevos dispositivos electrónicos y ya tienen algunas nociones básicas de informática y diseño para cualquier usuario de Apple que quiera adentrarse en el mundo Ipad, o que habiéndolo adquirido hace poco quiera sacar todo su rendimiento en este nuevo Universo Digital.

Requisitos: Contar con Ipad y/o Iphone propio. Tener conocimientos básicos de Internet y Correo electrónico. Contar con conocimientos básicos de Windows (Abrir, guardar, eliminar, archivar, etc) Disponer de una cuenta de correo activa.

[Resumen del programa]

- **Diferencias** con el resto de Tablets y Smartphones. Puesta en marcha. Encendido, volumen, menús, brillo, bloqueo. Conexiones WIFI y 3G. Optimización de batería. Iconos. Contactos.
- Agregar una cuenta o varias de correo a tu dispositivo. Funcionamiento.
- Configuración y uso de **Safari**. Favoritos, frecuentes, historial y accesos directos.
- **App Store**. Buscar, instalar y desinstalar una aplicación. Iconos y carpetas.
- **Mapas**. Configuración del GPS. Buscar una ruta. Consejos, ventajas y contras del GPS.
- Galería fotográfica. Descargar editores de foto y vídeo para retoques.
- **Reproductores de música, vídeo y libros**. Tienda iTunes para comprar libros, música y películas. Sincroniza tu dispositivo con el ordenador.

102 Ipad y Iphone I I

Martes / 12.00 - 14.00 h

18 oct-4 feb / 170 €

Requisitos: Contar con Ipad y/o Iphone propio. Tener conocimientos básicos de Internet y Correo electrónico. Contar con conocimientos básicos de Windows (Abrir, guardar, eliminar, archivar, etc) Disponer de una cuenta de correo activa.

[Resumen del programa]

- **Sincronización** desde iTunes. Aprende a comprar películas y música con iTunes Store.
- Configura tu **Nube de iCloud**. Copias de seguridad. Localiza la ubicación de tu Ipad o Iphone en caso de pérdida o robo. Resetear tu dispositivo a distancia por si te lo roban.
- Mejores aplicaciones para **edición de texto** gratuitas.
- **iBooks** para descargar tus libros favoritos. Kindle para tener tu propio Ebook en tu dispositivo. Visualiza los Pdfs con PDFReader
- **Descarga música gratis** a tu dispositivo con Free Mp3. Descárgate cualquier vídeo de Internet gratis con **Clip Converter**.
- Edita y mejora tus fotografías con **Adobe Photoshop Express**. Filtros y fotografías artísticas con Photo Lab.
- Descubre las mejores aplicaciones para realizar **video llamadas**. Gruveo. Facetime.

Club Cultural del Viajero



“Uniendo personas que disfrutaran viajando con un estilo propio”

Con el Club Cultural del Viajero en Updea pretendemos ofrecer a todos los asociados un variado abanico de viajes culturales donde primen las relaciones personales, el conocimiento y la calidad.

- **Viajes de autor,** estudiamos cada itinerario en sus mínimos detalles y creamos otros inéditos.
- **Calidad.** Guías de UPDEA desde Madrid “24 horas” con reunión previa al viaje. Elección de compañías aéreas y horarios de vuelos más idóneos. Hoteles de 4* céntricos seleccionados. Visitas en profundidad con guías locales especializados.
- **Grupos reducidos.** Para una mayor comodidad, entre 25 y 35 viajeros máximo.
- **Amistad.** Fomentada por el ambiente del viaje al tener los participantes intereses afines y por las actividades del Club en Madrid.
- **Actividades Club del Viajero:** Conferencias. Encuentro anual y de primavera. Reencuentros y comidas en restaurantes internacionales. Inglés para viajar. etc.

Guías Updea

Todos los guías son licenciados en Hª del Arte y poseen una **sólida experiencia** en guiar grupos en viajes culturales. Son profesionales apasionados que disfrutan con su trabajo y participan en la creación del viaje. Están especialmente seleccionados dentro del **espíritu de calidad y de cercanía** que busca Updea.

Updea organiza a través de Mind Group™ Research and learning, **formación continua** a nuestros guías **encaminada al trato y asistencia a los viajeros.**

Carlos Javier Agudo Moreno

Ldo. en Historia

Experto en educación secundaria. Profesor-Guía en museos y viajes nacionales.

Daniel Blanco de Toro

Ldo. en Hª del Arte

Profesor de Hª del Arte. Especialista en diseñar viajes culturales. Guía en España y Europa.

Laura de la Faya Callejo

Lda. en Hª del Arte

Amplia experiencia como educadora en museos y profesora. Guía en viajes nacionales.

Antonio Fdez. de Ybarra Esquerdo

Ldo. en Hª y Teoría del Arte

Profesor de Historia e Hª del Arte. Especialista en diseñar viajes culturales nacionales. Guía de viajes en Italia y España.

Ignacio García García

Ldo. en Historia

Profesor de Historia en centros culturales, fundaciones y colegios. Guía en excursiones y viajes nacionales.

Eloísa García Verdejo

Lda. en Geografía e Historia

Profesora de Historia y Geografía. Guía en excursiones y viajes nacionales, museos y visitas culturales en Madrid.

Andrea Gómez Redondo

Lda. en Hª del Arte

Profesora de Hª del Arte. Más de 10 años de experiencia como guía acompañante a nivel nacional e internacional y guía local de Madrid.

Mª José Muñoz Navarro

Lda. en Hª y Técnico Empresas turísticas en Escuela Oficial de Turismo de Madrid

Más de 40 años de experiencia guiando grupos culturales en todo el mundo. Guía local de la CAM y Toledo y de Patrimonio de Madrid.

Rocío Penco Valenzuela

Lda. en Hª del Arte

Profesora de Hª del Arte en varios centros y en la Univ. de Córdoba. Experiencia como guía cultural nacional.

David Ruíz Ramírez

Ldo. en Hª del Arte

Agente de desarrollo turístico. Más de 7 años de experiencia en guiar grupos, a nivel internacional y nacional.

Verónica Walde Raposo

Diplomada en Empresas y Actividades Turísticas en la Esc. Oficial de Turismo

Guía acompañante de grupos desde hace más de 15 años tanto a nivel nacional como internacional en toda Europa, África y América.

Plazas Subvencionadas

Club del Viajero 2016

Con cargo a su presupuesto de 2016, la Obra Social subvenciona con un 20% 119 plazas en **viajes internacionales**, con un 30% -20% 514 plazas en **viajes nacionales** y con un 50% 324 plazas en **excursiones**.

Condiciones plazas subvencionadas: • Ser socios UPDEA o sus acompañantes al inscribirse • Cumplir los plazos • Abono íntegro • No se incluyen extras ni entradas • Viajes internacionales uno por asociado al año

Viajes nacionales y excursiones: 20 plazas en cada uno.

Viajes internacionales: 7 plazas en los indicados y 25 en Joyas del Véneto.

Consultar información detallada en secretaría.

Excursiones

- **Las excursiones incluyen:** • Autocar • Profesor Licenciado en Hª del Arte • Seguro.
- **Veinticinco plazas** en cada excursión **subvencionadas** con un 50%.
- **Precio:** 38€ (subvencionado 19€)

Románico segoviano (8 octubre)

Riaza, Ayllón, Languilla, Maderuelo

Castillos del Norte de Toledo (22 octubre)

Santa María de Melque, Castillo de Barciencie, Torrijos, Escalona, Maqueda



"Hace cuatro años casualmente descubrí Updea. Inmediatamente advertí la importancia de esta fundación y su gran dimensión humana. A raíz de los viajes conocí a la dirección, a maravillosos profesores-guías e hice entrañables amigos. Mi experiencia es altamente positiva y de no existir Updea, habría que inventarla. Muchas gracias."

Juan Jesús Llerena - Viajero Updea

Viajes Internacionales

- **Todos incluyen:** • Vuelos • Tasas • Hotel 4* céntrico con MP (salvo aviso concreto) • Guía acompañante Updea • Guías locales • Autocar privado • Seguro.
- Viaje en grupo privado. Máximo 35 personas.

Fiordos noruegos

4-11 agosto

Viaje diseñado día a día para conocer todos los fiordos más importantes y con unas distancias adecuadas cada día. Se huye de compañías de bajo coste (como Norwegian). Cruceros y el espectacular tren Flamsbana. Paisajes de ensueño con el broche final en la península de Bygdoy.

Día 1. Salida a Stavanger (10.50h). **Día 2.** Excursión por el **Lysefjord** y su majestuoso "Pulpito". Por la tarde, visita de **Bergen**. **Día 3.** Visita a **Vestlandske Kunstindustrimuseum** y **Damsgard Hovedgard**. Por la tarde, barrio de **Bryggen**. **Día 4.** **Valle de Voss**, tren panorámico **Flamsbana**, crucero por el **Sognefjord**. **Día 5.** Glaciar de Brikisdalds. Crucero en el fiordo de **Geiranger**. **Día 6.** Salida a **Oslo** a través de tierras Troll y valle de Romsdal y de Lillehammer. **Día 7.** Visita completa de Oslo. Excursión a la península de **Bygdoy**. **Día 8.** Tiempo libre. Embarque a las 17h.

Precio: 1.865€ **Incluye:** Billetes British Airways Madrid – Stavanger y Oslo – Madrid vía Londres. H. Skandic Stavanger City 4*, H. Grand Terminus 4* en Bergen, Thon Hotel Jolster 4* en Skei, H. Gudbrandsgard 4* en Favang y H. First Millenium 4* en Oslo. 3 cenas. Cruceros en fiordos Lysefjord, Geiranger y Sognefjord. Tren panorámico Flam.



Rumanía

14-21 agosto

Viaje pasando por Transilvania, romántica y pintoresca, con las fortalezas medievales de Sibiu y Sighisoara, continuando por la zona norte de Moldavia (Bucovina) con incomparables Monasterios Bizantinos con bellísimos frescos exteriores. Todo rodeado de un espectacular paisaje montañoso y una gran diversidad cultural.

Día 1. Salida a **Bucarest** (12.15h). **Día 2.** Salida hacia **Piatra Neamt** y visita de Focsani y Bacau. **Día 3.** Monasterios de **Bucovina**, Patrimonio de la Unesco, con frescos exteriores espectaculares. Salida a **Gura Humorului**. **Día 4.** Salida a **Paso Borgo** y Bistrita. Llegada a **Targu Mures**, la ciudad de las rosas. **Día 5.** Por la mañana, visita de **Sighisoara**. Por la tarde, **Sibiu**. **Día 6.** Castillo de **Bran**. Por la tarde, llegada a **Brasov**. **Día 7.** Visita de Brasov y salida a **Bucarest** vía Sinaia. **Día 8.** Panorámica de **Bucarest** con entrada al museo del pueblo y a las 16.40h regreso a Madrid.

Precio: 1.240€ **Incluye:** Billetes Madrid-Bucarest-Madrid. H. Royal 4* en Bucarest, H. Central Plaza 4* en Piatra Neamt, H. Best Western 4* en Gura Humorului, H. Grand 4* en Targu Mures, H. Continental Forum 4* en Sibiu y H. Ramada 4* en Brasov. MP. Entradas.



Itinerarios y condiciones detalladas en www.updea.org o solicitándolos en secretaría

Alsacia y Selva Negra

19-24 septiembre

Horarios de vuelos que nos permiten aprovechar a fondo el primer y último día, cortos desplazamientos. Se añaden algunos extras como el paseo en barco en Estrasburgo y la cata de vino en la región de Alsacia. Estrasburgo, Friburgo, Heidelberg, Baden Baden, las grandes rutas de los vinos de Alsacia salpicada de pueblos que parecen sacados de un cuento de hadas.



Día 1. Salida a **Frankfurt**. Visita de **Heidelberg** con su castillo y la universidad más antigua del país. **Día 2. Baden Baden** por la mañana con su Balneario, Casino y teatro,.. Por la tarde, **Friburgo**. **Día 3. Selva Negra** y lago **Titisee**. **Día 4.** Excursión por la ruta de los vinos en **Alsacia**, con **Colmar**, Riveauville y Riquewihr, llegada a Estrasburgo. **Día 5.** Visita completa a **Estrasburgo** con paseo en barco. **Día 6.** Tiempo libre y embarque en aeropuerto de Frankfurt (19h).

Precio: 1.190€ **Incluye:** Billetes Iberia Madrid – Frankfurt – Madrid. H. Holiday Inn Express Heidelberg 3*, H. AM Stadgarten y Novotel Estrasburgo Centre 4* en Estrasburgo. MP. Paseo en barco en Estrasburgo. Visita a una bodega y cata.

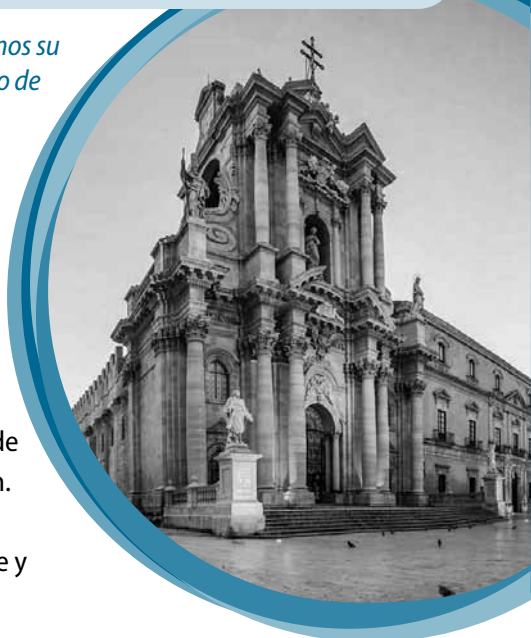
Sicilia mágica

21-27 septiembre

Libro viviente de la historia de los hombres y del arte. Sentiremos su pasado griego, su esencia romana, su influencia árabe, el peso de los normandos, las tradiciones que llegaron desde España,... Nuestro viaje varía de los habituales en que lo iniciamos por Catania y regresamos desde Palermo, ahorrando un día de viaje y fatigosos kilómetros de autobús.

Día 1. Vuelo a Catania (11.25h) y traslado a **Siracusa**. **Día 2.** Visita de **Siracusa**. Por la tarde, **Noto**, capital del barroco siciliano. **Día 3.** Visita de **Ragusa Ibla**, por la tarde, **Módica**. **Día 4.** Día dedicado a **Taormina** y **Catania**. **Día 5.** Visita de la Villa romana del Casale. Valle de los Templos, Patrimonio de la Unesco por su conservación. **Día 6.** Visita de **Segesta**. **Monreale** y su Capilla Palatina. Traslado a Palermo. **Día 7.** Visita de **Palermo**. Tiempo libre y embarque a las 19.05h.

Precio: 1.340€ **Incluye:** Billetes Alitalia Madrid – Catania – Madrid vía Roma. H. Mercure 4* en Siracusa, H. Colleverde Park 4* en Agrigento y H. Mercure Centro 4* en Palermo. MP.



Costa Azul y Provenza

25-30 septiembre

Se han fusionado dos regiones de gran belleza: la Costa Azul y la Provenza, en un mes ideal para la zona: la Costa Azul, lugar de gran belleza por su costa y su luz; Aix-en-Provence (con Cezanne); Nimes, con sus huellas romanas; y Avignon, sede papal.

El itinerario, las ciudades de alojamiento (Niza y Avignon), el orden de los aeropuertos (Niza y Marsella) así como los horarios de vuelos y que sean directos han sido minuciosamente estudiados y combinados para conocer en profundidad la zona con un recorrido que ahorre el máximo de kilómetros.

Día 1. Salida a las 10.10h a Niza. Visita de **Mónaco**. **Día 2.** Visita de día completo a Niza y el **Museo Matisse**. **Día 3.** **Vallauris** y su Museo Picasso. **St. Paul de Vence**. **Cagnes-sur-Mer** y la casa estudio de Renoir. **Día 4.** Visita de **Aix-en-Provence**, donde Cézanne pasó toda su vida. **Día 5.** Visita de **Nimes**. **Día 6.** Visitas de **Avignon**. Tras la comida, embarque a las 19h.

Precio: 1.360€ **Incluye:** Billetes Iberia Madrid – Niza y Marsella – Madrid. H. Massena 4* en Niza y H. Artea 3* en Aix-en-Provence. 4 cenas.



Ruta de la Seda

28 sept – 6 octubre

Nos adentramos en la zona más exótica de la Ruta de la Seda, alcanzando lugares míticos y mágicos como la inmortal Samarcanda, los altivos minaretes de Bujara, la ciudad medieval amurallada de Khiva.

Destacan los transportes elegidos que, además de una gran comodidad, nos ahorran mucho tiempo que dedicaremos a conocer las maravillas del país.

Son dos vuelos internos en lugar de uno solo de los viajes estándar y tren de alta velocidad.

Día 1. Salida a **Tashkent** vía Estambul (12.25h). **Día 2.** Visita de **Tashkent**. **Día 3.** Completamos la visita a Tashkent y tarde libre para visitar el Gran Bazar. **Día 4.** Traslado a **Urgench** y visita de **Khiva**. **Día 5.** Traslado a **Bujara** y visita. **Día 6.** Salida hacia Shajrizabs y excursión por ruinas del Palacio Ak-Saray. Salida a Samarcanda. **Día 7.** Visita de **Samarcanda**. Mezquita Bibi-Khonum y Bazar Siab. **Día 8.** Completamos la visita de Samarcanda. Traslado a Tashkent en tren de alta velocidad. Cena con espectáculo folklórico. **Día 9.** Salida a Madrid.

Precio: 2.060€ **Incluye:** Billetes Turkish Airlines Madrid – Tashkent – Madrid (vía Estambul). Vuelos Tashkent-Urgench y Urgench-Bujara. H. Dedeman Silk Road 4* en Tashkent, H. Asia Khiva 3* en Khiva, H. Bukhara Asia 4* en Bukhara y H. Registan Plaza 4* en Samarcanda. 6 almuerzos y 6 cenas, 1 cena especial. Tren alta velocidad Samarcanda-Tashkent.

Itinerarios y condiciones detalladas en www.updea.org o solicitándolos en secretaría



Nápoles y Costa amalfitana

4-9 octubre



Pueblos de encanto como Amalfi, islas mágicas como Capri y ciudades perdidas como Pompeya o Herculano. Naturaleza paradisíaca y arte. Desde los templos griegos de Paestum hasta el majestuoso barroco napolitano. Vuelo directo a Nápoles con muy buenos horarios de llegada y regreso que nos ahorra tiempo y kilómetros.

Día 1. Salida a Nápoles (8.45h) y visita de **Reggia di Caserta**. Traslado a **Sorrento**. **Día 2.** Visita de **Pompeya** y **Herculano**. **Día 3.** Visita de **Capri** y **Anacapri** y vuelta de la isla en barco. **Día 4.** Día dedicado a **Amalfi** y **Paestum**. **Día 5.** Visita completa de **Nápoles** con su Museo Arqueológico. **Día 6.** Mañana libre. Después Museo de Capodimonte y embarque a las 19.15h.

Precio: 1.180€ **Incluye:** billetes Iberia Madrid – Nápoles – Madrid. H. Central 4* en Sorrento y H. Royal Continental 4* en Nápoles.

Berlín, Potsdam y Dresde

4-9 octubre

Berlín se ha convertido en una gran capital cultural. Con las dos excursiones fuera de Berlín, añadimos otros aspectos históricos: Potsdam, famosa por la firma de acuerdos; y Dresden, con su riqueza artística. Un único hotel céntrico y el vuelo de ida a las 8.45h y de regreso a las 19.50h nos permiten disfrutar a fondo estos dos días.



Día 1. Salida a **Berlín** (8.45h). Paseo por Postdamer Platz y Branderburger Tor. **Día 2.** Visita de **Berlín Oriental**. Museo Egipcio. **Día 3.** Visita del **Berlín Occidental**. Palacio Charlottenburg. Visita del Museo de Pérgamo. **Día 4.** Visita del **barrio judío**, cúpula del parlamento Reichstag. Tarde libre. Paseo por la "neue synogoge". **Día 5.** Excursión a **Dresde**. **Día 6.** Visita de **Potsdam**. Embarque a las 19.50h.

Precio: 1.240€ **Incluye:** Billetes Iberia Madrid – Berlín – Madrid. H. Riu Berlín 4*. MP. Guías especializados en Museos Pergamo y Egipcio.

Nueva York

18-24 octubre

Viaje especialmente cuidado en sus detalles. Es de suma importancia el hotel, en este caso de 4 superior, en Times Square. Incluye todos los servicios, con autobús privado y guía local en castellano y excursiones programadas en privado incluidas, así como comidas y visitas a los museos.*

Día 1. Salida a Nueva York. **Empire State Building.** **Día 2.** Visita **Alto y Bajo Manhattan.** Por la tarde, **Metropolitan Museum of Art.** Paseo por Central Park. **Día 3.** Barrio judío, **Bronx** y **Queens.** Visita al **MOMA.** **Día 4. Estatua de la Libertad.** Por la tarde, paseo por la Zona Cero. **Día 5.** Paseo al **High Line** y **Greenwich Village.** Visita al **Nueva York nocturno.** **Día 6.** Mañana libre y **Top of the rock.** Embarque destino Madrid. **Día 7.** Llegada a Madrid.

Precio: 2.590€ **Incluye:** billetes Iberia Madrid – Nueva York – Madrid. H. Novotel Times Square 4*sup. Mañaneros. 3 comidas y 1 cena. Ferry a la estatua de la libertad. Guía especializado en MOMA y Metropolitan Museum of Art.



Jordania

5-12 noviembre

El viaje ha sido confeccionado a medida para el Club del Viajero, entramos por el norte hacia el sur, acabando en Aquaba. No es lo generalizado pero así ahorramos recorrer muchos kilómetros en autobús y podemos dedicar más tiempo a conocer el país y disfrutar del viaje.

Día 1. Salida a Amman (16.20h). **Día 2.** Visita de **Amman.** Excursión a **Jeras.** Castillo de Ajlun. **Día 3.** Visita de **Betania** y **Madaba.** Valle del Jordán y Mar Muerto. **Día 4.** Visita del **Mar Muerto**, el spa natural más grande del mundo. **Día 5.** Visita de **Kerak** y **Shobak.** Llegada a Petra. **Día 6.** Visita de día completo a **Petra.** **Día 7.** Visita de **Wadi Rum.** Llegada a **Aqaba.** **Día 8.** Embarque a las 11.05h vía Amman.

Incluye: Billetes Royal Jordanian Madrid – Amman – Madrid. H. Arena Space Amman West 4* en Amman, H. Petra Moon 4* en Petra, H. Dead Sea Spa 4* en Mar Muerto, H. Marina Plaza 4* en Aqaba.



Mercados de navidad en Alemania

5-10 diciembre



En Baviera, en Adviento, se colocan en cada ciudad coquetos Mercados de Navidad desde tiempos inmemorables. Un espectáculo de luces, adornos y ricos platos tradicionales invaden las calles. Un viaje en el que tradición, arte, gastronomía, ciudades de cuento de hadas y paisajes evocadores se dan la mano para quedarse en nuestra retina para siempre. Contamos con buenos horarios de llegada y salida de los aviones llegando a Munich y saliendo por Frankfurt. Buenos hoteles de 4 céntricos.*

Día 1. Madrid- Munich (salida 8.45h). Panorámica de Munich. **Día 2. Castillo de Neuschwanstein** e Iglesia de Wies. **Día 3.** Completamos la visita de Munich con la **Alta Pinakoteca**. Salida a **Ausburgo** y visita. Llegada a Nuremberg. **Día 4.** Visita de **Nuremberg, Bayreuth y Bamberg.** **Día 5.** Visita de **Rothemburgo** y Dinkelsbuhl. **Día 6. Nuremberg- Wurzburg**, traslado a Frankfurt para embarcar a las 19 h.

Precio: 1.340€ **Incluye:** Billetes Madrid- Munich y Frankfurt-Madrid. Hotel Anna 4* en Munich (2 noches), Hotel Novotel 4* en Nuremberg (3 noches).

Especial Nochevieja

*El destino elegido para el 2016 es la **Riviera italiana**. Vuelos de ida y vuelta a Milán, y alojamiento en Génova para hacer que las distancias sean cortas.*

Conoceremos la bella costa ligure, donde según Napoleón se encontraba el golfo más bonito del universo. Excursiones a "le cinque terre", Portofino, nos adentraremos en la Toscana y el Piamonte.



"He conocido Updea después de jubilada y estoy encantada. Hice un viaje a Guatemala perfecto, vimos cosas que otros amigos nuestros que han viajado no habían visto. En todos los viajes disfrutamos de unos guías fenomenales, tanto los especializados en las distintas ciudades, como los que acompañan el grupo, que hacen que tengamos cohesión de grupo y no sólo como viajeros independientes."

M^a Luisa Ramón-Laca - viajera Updea

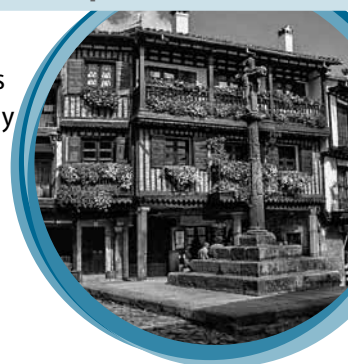
Viajes Nacionales

- Cada viaje cuenta: con **20 plazas subvencionadas** por la Obra social de Updea (**30%** los de fin de semana, **20%** en el resto).
- **Todos incluyen:** • Hotel 4* céntrico en media pensión (cenas) • Autocar • Profesor– guía • Seguro • El número máximo es de 37 viajeros

30 sept – 2 oct

Día 1. Visita de **Ciudad Rodrigo**, insigne plaza fortificada al oeste de la provincia de Salamanca. Llegada a **La Alberca**. **Día 2.** Visita de los pueblos de la Sierra de Francia, enmarcados en una zona de gran valor paisajístico y con una bella arquitectura popular: **La Alberca**, primer pueblo declarado Conjunto histórico artístico, **San Martín del Castañar**, con sus vestigios románicos, **Mogarraz** y **Miranda del Castañar**. Subida a la Sierra de Francia. **Día 3.** Visita de **Hervás**, famosa por su barrio judío. Visita de **Béjar**, con su palacio Ducal. Vuelta a Madrid.

Precio: 270€ / H. Doña Teresa 4* en La Alberca en MP.



Zaragoza

1-2 octubre

Día 1. Visita de **Alhama de Aragón**, conocido por sus aguas termales. La iglesia de Nuestra Señora. Llegada a **Zaragoza** y visita, la joya de Aragón, para hacer un recorrido por la ciudad, que alberga importantes construcciones de la arquitectura hispanomusulmana como el Palacio de la Aljafería o la Catedral. Visitaremos la restaurada Basílica del Pilar. **Día 2.** Visita de la **Cartuja del Aula Dei**, donde Goya pintó majestuosas pinturas murales. Parada en **Ateca**. Regreso a Madrid.

Precio: 155€ / H. Catalonia El Pilar 4* en Zaragoza en MP



Renacimiento andaluz

21-23 octubre

Día 1. Salida y visita del **Viso del Marqués**, palacio que conserva el mayor conjunto renacentista de pinturas murales al fresco. Por la tarde, visita de **Jaén**, con su catedral renacentista de Andrés de Vandelvira, Castillo de Santa Catalina, baños árabes, callejuelas medievales, ... **Día 2.** Avanzaremos por la ruta de Andrés de Vandelvira: **Albaicín de Sabiote** y **Canena**. **Día 3.** Visita de **Úbeda** con su Colegiata de Nuestra Señora de los Reales Alcázares. Visita de **Baeza**. Regreso a Madrid.

Precio: 280€ / H. Condestable Iranzo 4* en MP.



Granada y las Alpujarras

7-9 octubre



Día 1. Salida a **Granada** (8h), por la tarde visitaremos la ciudad: la Catedral, la Capilla Real y la Cartuja, la prueba arquitectónica de la grandeza de la Granada cristiana. **Día 2.** Nos adentramos en la sierra para visitar los pueblos más significativos de **Las Alpujarras**. **Día 3.** Visita de la joya de Granada, la **Alhambra**, "casa roja", los Palacios Nazarí y el **Generalife**. El juego y el uso del agua que se hace en patios y jardines no nos dejará indiferentes, así como la originalidad de su decoración que hace de la Alhambra un espacio único en el mundo. Regreso a Madrid.

Precio: 290€/H. El Carmen 4* en Granada en MP.

Málaga, ciudad de museos

29 oct – 1 nov

Día 1. Salida dirección **Málaga**. Por la tarde, visita al Centro de Interpretación del Teatro Romano. Paseo por el conjunto histórico. Mercado de Atarazanas.

Día 2. Museo **Pompidu**. Antes de comer, subida a la **Alcazaba** y el Castillo de Gibralfaro, con sus incomparables vistas a la Bahía. Por la tarde, **Museo Picasso** y la Iglesia de San Agustín. **Día 3.** Comenzaremos el día con la visita de la **Catedral**. Por la tarde, **Museo Ruso**. **Día 4.** **Museo Thyssen** con la visita de la colección de Carmen Thyssen. Regreso a Madrid.

Precio: 390€/H. Guadalmedina 4* en MP



Cádiz y sus pueblos blancos

3-7 dic



Día 1. Salida de Madrid y visita de **Mérida**, Emérita Augusta, visitando la zona de esparcimiento de los ciudadanos romanos, su Teatro, su Circo,...

Día 2. Salida a **Cádiz**. Visita de la Tacita de Plata: la Cámara Oscura de la Torre Tavira, su Catedral con su característica cúpula blanca, y la Plaza de España con su monumento a la Constitución de 1812. **Día 3. Los pueblos blancos:** Arcos de la Frontera, Grazalema y Ronda. **Día 4.** Visita de **Jerez de la Frontera**, con una visita a una **bodega** típica de la ciudad. Alcázar, Iglesia de San Miguel, ... **Día 5.** Salida de Cádiz y parada en **Córdoba** para el almuerzo. Regreso a Madrid.

Precio: 435€/H. Tryp Mérida Medea 4* en Mérida y Spa Cádiz Plaza 4* en Cádiz en MP.

Ocio y Cultura



“Ocio Cultural
para compartir
uniendo personas”

Este departamento organiza:

- Temporada de conciertos • Conferencias • Visitas a museos y exposiciones
- Salidas al teatro • Encuentros gastronómicos • Tertulias literarias • Semana de puertas abiertas • Clausura del Curso • Fiesta de Navidad, etc.

Normas de Inscripción

- **Inscripción obligatoria** (excepto conferencias y conciertos).
 - Los socios pueden disfrutar de **máximo** dos visitas guiadas gratuitas al mes.
 - **La solicitud** de las actividades gratuitas, se realiza exclusivamente a través del correo obrasocial@updea.org. Respuesta en 24-48 horas.
- En las actividades no gratuitas se pueden inscribir socios y no socios.
- No se incluyen entradas o transporte excepto cuando se indique.
- La inscripción se abre **un mes antes** del inicio de la actividad.
- Entradas al **Museo del Prado** y **Museo Reina Sofía** gratuitas.
- A las actividades aquí mencionadas se añadirán otras que se comunicarán cada mes por **la newsletter**.

Temporada de conciertos

Desde 2004 Updea **organiza conciertos de orquestas y coros estadounidenses e ingleses** en escenarios escogidos como la iglesia de los Jerónimos, Colegiata de S. Isidro, Jardines Sabatini, Teatro F. de Rojas de Toledo, Catedral de Salamanca, etc.

La mayor parte de los conciertos se celebran en la **Comunidad de Madrid** aunque algunos de ellos se han organizado fuera de ella como los de Sevilla, Salamanca, Ávila y Lisboa.

Próximo concierto:



The Chorale

Illinois, EE.UU.

10 junio, 21h

Iglesia S. Manuel
y S. Benito

Octubre

4 oct. (11h) - **Visita de Madrid:** Barrio de las letras

5 oct. (17h) - **El Prado:** La mujer en la historia

5 oct. (11h) - **Visita guiada:** Museo de la Moneda

10 oct. (11h) - **Museo Arqueológico Nacional:**
El mediterráneo antiguo

13 oct. (11h) - **Visita de Madrid:** Austrias

18 oct. (12h) - **Visita guiada:** Biblioteca Nacional

19 oct. - **Al teatro con Updea** (obra por determinar)

20 oct. (12h) - **El Prado:** Caravaggio

20 oct. (19h) - **Conferencia:** Cómo hablar para que me escuchen



25 oct. (11h) - **Visita guiada:** San Antonio de los Alemanes

26 oct. (11h) - **Visita de Madrid:** Siglo XIX

26 oct. (17h) - **Exposición Temporal** (por determinar).

27 oct. (18.30h) - **Conferencia:** La mujer en El Quijote.



Noviembre

2 nov. (17h) - **Museo Arqueológico Nacional:** La vida medieval

3 nov. (11h) - **Visita de Madrid:** Calles de Madrid

3 nov. (12h) - **Visita Guiada:** Senado



8 nov. (11h) - **El Prado:** La pintura de Historia del S. XIV

10 nov. (18.30h) - **Conferencia:** La historia de la radio en España

10 nov. (17h) - **Museo Arqueológico Nacional:** El mediterráneo antiguo

11 nov. (14h) - **Almuerzo en la Casa Encendida.** Precio socios 25€ /no socios: 30€

15 nov. (11h) - **Visita de Madrid:** Borbones

15 nov. (19.30h) - **Al Concierto con Updea** (nueva actividad, información en septiembre)

16 nov. (17h) - **Visita guiada:** Ateneo de Madrid

17 nov. (12h) - **Exposición Temporal** (por determinar).

22 nov. (12h) - **Museo Arqueológico Nacional**

23 nov. (11h) - **Visita de Madrid:** Leyendas

23 nov. (18h) - **VII Encuentro del Club del Viajero**

23 nov. (20.30h) - **Al teatro con Updea** (obra por determinar)

29 nov. (11h) - **Visita guiada:** Residencia de Estudiantes

30 nov. (18.30h) - **Charla práctica:** Primeros auxilios



Precio visita: 9€

Obra Social



“Cultura para tod@s”

Departamento de **carácter social, educativo y cultural**, todas sus actividades son gratuitas o subvencionadas parcialmente y exclusivamente para personas mayores de cincuenta años.

Cuenta con **tres áreas de actuación**:

- Proyecto Mayores que enseñan Madrid
- Programa E-Mayores 2.0
- Actividades culturales-educativas subvencionadas

Mayores que enseñan Madrid

Proyecto iniciado en 2006, cuenta con **17 voluntarios** especializados en visitas guiadas en Madrid, histórico-artísticas y literarias y en los Museos de El Prado y Arqueológico. En el año 2012 colaboró con la Dir. Gral. de Educación y Juventud del Ayto. de Madrid en el programa **“Madrid, un libro abierto”**.

En el curso 2015-16 se organizaron un total de **217 visitas** llegando a **3.663 beneficiarios**.

Algunas visitas realizadas son:

- Madrid Medieval • Leyendas de Madrid • Plazas • El Madrid de Luis Candelas • Calles de Madrid • Hª de la Gran Vía • Los Austrias • La corte de los Borbones • Hª del 2 de Mayo de 1808 • El Madrid del s. XIX • El Barroco Madrileño • El Madrid Neoclásico • El Parque del Oeste • El Parque del Retiro • Barrio de las Letras.

Entidades beneficiarias son:

- **Ayuntamientos de** Alcobendas, Alcorcón, Madrid y Pozuelo de Alarcón.
- **33 Centros de Mayores** del Ayuntamiento de Madrid.
- **24 Bibliotecas Municipales** de Madrid.



E-Mayores 2.0

Uno de los fines estatutarios de Fundación Updea es **acercar las Nuevas Tecnologías a las personas mayores**. Labor premiada en 2010 con el **premio Tecnet** al mejor proyecto para salvar la brecha digital.

Las acciones de este programa son de carácter gratuito y se centran en:

- **Talleres sobre** Facebook, Tablets y Smartphone, etc.
- Programa de **voluntariado tecnológico** en residencias de mayores.
- **Charlas interactivas y Jornadas divulgativas.**

Programa "Usos de Internet para la vida cotidiana"

Es uno de los programas principales que desarrolla Updea desde el año 2000. Se trata de cursos y charlas interactivas para **acercar las ventajas de internet a las personas mayores**: ocio, comunicación, trámites, compras, etc. En el curso 2015-16 el programa se ha centrado en los usos de los móviles táctiles para mayores: iniciación, nivel medio y mejores aplicaciones.

Desde el año 2011 una parte del programa está patrocinado por la **Fundación Vodafone**.

En el curso 2015-16 se han realizado 65 charlas interactivas y 156 talleres dedicados enteramente al uso de los dispositivos móviles (**Smartphones y Tablets**).

Fundación
Vodafone
España



El programa ha tenido como beneficiarios los siguientes **Ayuntamientos y Entidades:**

- Alcobendas • Alcorcón • Boadilla del Monte • Coslada
- Madrid • Nuevo Baztán • Pinto • Pozuelo de Alarcón
- Rivas-Vaciamadrid • S. Fernando de Henares
- S. Sebastián de los Reyes • Torrejón de Ardoz
- 20 Bibliotecas del Ayuntamiento de Madrid
- 18 Centros de Mayores del Ayto. de Madrid
- Aula Cultural del Ministerio de Fomento
- ASISPA • ASPUR
- Parroquia del Perpetuo Socorro



"He realizado varios paseos por Madrid con los voluntarios de la Fundación y me han encantado. Además, he podido realizar otras actividades de la Obra Social de la Fundación como los talleres de móviles y me parece una idea fantástica para todas aquellas personas que podemos beneficiarnos de las mismas."

Pedro Pascual
Beneficiario O. Social

Las entidades sin ánimo de lucro interesadas en disfrutar de estos programas pueden solicitarlo a obrasocial@updea.org

Actividades Culturales y Formativas

Si bien los dos programas anteriores iban dirigidos a administraciones públicas y entidades sin ánimo de lucro, este tercer programa va **dirigido directamente a los beneficiarios finales** y las actividades se realizan en nuestras instalaciones.

Se trata de **actividades culturales y formativas de carácter gratuito** que se convocan entre septiembre y junio.

Actividades becas curso 2015-16

- **59 cursos** de 10 horas (*594 beneficiarios*)
- **42 visitas** a museos y exposiciones temporales (*593 beneficiarios*)
- **35 Paseos** literarios e históricos de Madrid (*471 beneficiarios*)
- **12 conferencias**
- **2 conciertos** de coro y orquesta estadounidenses.
- **III Jornada de Mayores Sanos y Activos** (*52 participantes*)
- **3 encuentros** de Informática



Prog. Viajes Subvencionados 2015

Con cargo a su presupuesto de 2015, la **Obra Social** ha subvencionado un total de **1.170 plazas** en viajes culturales como sigue:

- **Excursiones:** 558 plazas - subv. 50%
- **Nacionales:** 489 plazas - subv. 20%-30%
- **Internacionales:** 123 plazas - subv. 20%



Estadísticas UPDEA

A continuación se detallan los datos generales del curso 2015-16 sobre número de asociados a fecha 1 de mayo y el total de participantes en el conjunto de actividades que se han organizado. De forma detallada se presentan los participantes en cada departamento divididos en las distintas actividades de cada uno de ellos.

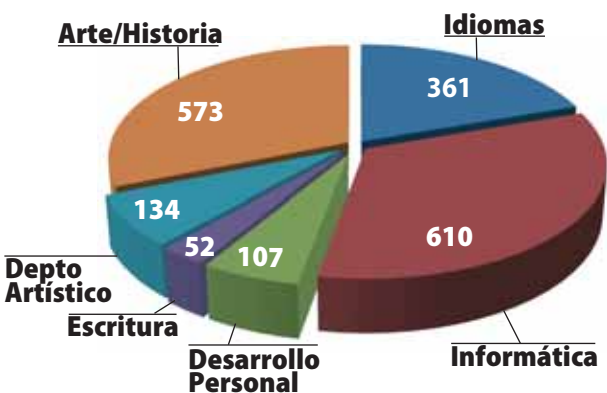
Asociados: 10.528

Sexo: 66% mujeres / 34% hombres

Residencia: Madrid 70% / Comunidad de Madrid 17% / Resto de España 13%

Total participantes actividades 2015-16: 15.128

Cursos: 1.837 alumnos



Club del Viajero: 2.409 asociados



Ocio Cultural: 1.984 asociados



Obra social: 8.898 beneficiarios

