

## Cursos Libres enero 2023

**Matrícula gratuita:** del 12 de enero a las 8:00 a. m. al 19 de enero del 2023.

**Enlace de inscripción:** se brinda un enlace en la descripción de cada actividad.

**Desarrollo de los cursos:** del 23 de enero al 03 de febrero de 2023.

**La modalidad de los cursos** (virtual, bimodal o presencial) se especifica en la descripción de cada uno. Para las actividades virtuales se requiere contar con conexión de internet estable, computadora o dispositivos móviles (tablet, celular), headset o micrófono, cámara.

**Cada actividad tiene cupo limitado.**

### **Nuestros frijoles: insustituibles y maravillosos**

Facilitador(a): Marcela Dumani Echandi, Shirley Rodríguez González y Nadia Alvarado Molina.

Modalidad: virtual y sincrónica (clases en línea y en vivo).

Fecha de inicio: 31 de enero.

Fecha de finalización: 3 de febrero.

Días que se imparte: 31 de enero, 01, 02 y 03 de febrero.

Horario: de 3:00 a 5:30 p. m.

Población: de 18 en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/hMorK3GgSPcuEvuw5>

### **Introducción al mundo del vino**

Facilitador(a): Carolina Masís Calvo.

Modalidad: bimodal (presencial y virtual).

Fecha de inicio: 26 de enero.

Fecha de finalización: 03 de febrero.

Días que se imparte: 26 y 27 de enero y 2 y 3 de febrero.

Horario: de 4:00 a 6:00 p. m.

Población: de 18 en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/VZ3eHCtF8bzEzG2s8>

### **Entrenamiento de pesas para personas mayores de 50 años**

Facilitador(a): Tyrone Loría Calderón.

Modalidad: presencial.

Fecha de inicio: 30 de enero.

Fecha de finalización: 03 de febrero.

Días que se imparte: 30 de enero y 01 y 03 de febrero.

Horario: de 9:00 a. m. a 12:00 m.

Población: de 50 años en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/TKpxc7dgiuMoZJoNA>

### **Curso de Lactancia para embarazadas**

Facilitador(a): Marisol Castillo Ramírez.

Modalidad: virtual sincrónico y asincrónico (clases en línea, algunas en vivo y otras sesiones se avanza de manera individual).

Fecha de inicio: 30 de enero.

Fecha de finalización: 02 de febrero.

Días que se imparte: 30 y 31 de enero y 01 y 02 de febrero.

Horario: de 9:00 a. m. a 11:00 a. m.

Población: mujeres embarazadas.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/KyKQeWmjZGeH6pkt9>

### **Descubriendo mis raíces: principios de genealogía**

Facilitador(a): Álvaro Zumbado Venegas.

Modalidad: presencial.

Fecha de inicio: 23 de enero.

Fecha de finalización: 31 de enero.

Días que se imparte: 23, 24, 30 y 31 de enero.

Horario: de 9:00 a. m. a 12:00 m.

Población: jóvenes y adultos (de 15 años en adelante).

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/1hecPQN4zNEWCocZ6>

### **Gerencia de la Felicidad**

Facilitador(a): Mainor Molina Salas y José David Molina Solís.

Modalidad: presencial.

Días que se imparte: 30 y 31 de enero

Horario: de 9:00 a. m. a 3:00 p. m.

Población: de 18 en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/232dDrQvTR3YS3AN8>

### **Taller de papel hecho a mano**

Facilitador(a): Ángeles González Reyes y María del Carmen Rojas Vásquez.

Modalidad: presencial.

Días que se imparte: 24 y 31 de enero.

Horario: de 8:00 a 11:00 a. m.

Población: niños de 7 a 11 años.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/GHhdV2wgoH3Y2icXA>

### **Compostaje (Takakura)**

Facilitador(a): María del Carmen Rojas Vásquez y Ángeles González Reyes.

Modalidad: presencial.

Fecha de inicio: 26 de enero.

Fecha de finalización: 02 de febrero.

Días que se imparte: 26 y 31 de enero y 2 de febrero.

Horario: de 5:00 p. m. a 7:00 p. m.

Población: de 18 en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/gUbCJB2rGQPyzy9A8>

### **Taller básico de compostaje: Lombricompost**

Facilitador(a): Ángeles González Reyes y María del Carmen Rojas Vásquez.

Modalidad: presencial.

Días que se imparte: 24 y 25 de enero.

Horario: de 5:00 p. m. a 7:00 p. m.

Población: de 18 años en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/KnSMzTHwJLdytu949>

### **Astronomía para niños**

Facilitador(a): José Mena Pereira.

Modalidad: virtual y sincrónica (clases en línea y en vivo).

Fecha de inicio: 23 de enero.

Fecha de finalización: 01 de febrero.

Días que se imparte: 23, 24, 25, 27, y 30 de enero y 01 y 03 de febrero.

Horario: de 5:00 p. m. a 6:00 p. m.

Población: niños de 7 a 12 años.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/CKh7WWdgd8SinG667>

### **Promoción de la salud física, ejercicio y deporte**

Facilitador(a): Hibsén Alonso Jiménez Rodríguez.

Modalidad: virtual sincrónico y asincrónico (clases en línea, algunas sesiones en vivo y otras sesiones en que se avanza de manera individual).

Fecha de inicio: 24 de enero.

Fecha de finalización: 02 de febrero.

Días que se imparte: 24, 26 y 31 de enero y 02 de febrero.

Horario: de 8:00 a. m. a 10:00 a. m.

Población: mayores de 50 años.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/4ucXmCx65KLZxU6A>

### **TinkerCAD: dos proyectos básicos con Arduino**

Facilitador(a): Javier Rivera Valverde.

Modalidad: virtual sincrónico (clases en vivo).

Días que se imparte: 24 y 31 de enero.

Horario: de 6:00 p. m. a 8:30 p. m.

Población: jóvenes y adultos.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/tckXwgmB1avrYX3G9>

### **Charla: Importancia de la conservación biológica en espacios urbanos**

Facilitador(a): Katherine Álvarez Rivera.

Modalidad: presencial.

Día en que se imparte: 27 de enero.

Horario: de 3:00 p. m. a 5:00 p. m.

Población: jóvenes de 12 a 17 años.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/zwbcTh4fDCwLcQv86>

### **Mejorando mis habilidades en inglés para iniciar el colegio**

Facilitador(a): Misael José López Fernández.

Modalidad: presencial.

Fecha de inicio: 23 de enero.

Fecha de finalización: 03 de febrero.

Días que se imparte: 23, 24, 25, 26, 27, 30 y 31 de enero y 01, 02 y 03 de febrero.

Horario: de 08:00 a. m. a 10:00 a. m.

Población: jóvenes de 12 a 17 años.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/r3EBtNHZ8z14XMqP8>

### **Oratoria para tener éxito en la vida (El arte de hablar en público)**

Facilitador(a): Misael José López Fernández.

Modalidad: presencial.

Fecha de inicio: 23 de enero.

Fecha de finalización: 03 de febrero.

Días que se imparte: 23, 24, 25, 26, 27, 30 y 31 de enero y 01, 02 y 03 de febrero.

Horario: de 10:00 a. m. a 12:00 m.

Población: de 18 años en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/jjFD3eMwZZpvPYCZ9>

### **Acercamiento a la escritura japonesa (Hiragana y Katakana)**

Facilitador(a): Misael José López Fernández.

Modalidad: presencial.

Fecha de inicio: 23 de enero.

Fecha de finalización: 03 de febrero.

Días que se imparte: 23, 24, 25, 26, 27, 30 y 31 de enero y 01, 02 y 03 de febrero.

Horario: de 03:00 p. m. a 05:00 p. m.

Población: jóvenes de 12 a 17 años.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/mSYiG8JBTNxavBrU8>

### **Conociendo la flora y fauna del Bosque Demostrativo de la Sede de Occidente de la UCR**

Facilitador(a): Lizeth Arce Quesada y Jean Carlo Ramírez Alvarado.

Modalidad: presencial.

Fecha de inicio: 23 de enero.

Fecha de finalización: 01 de febrero.

Días que se imparte: 23, 24, 25, 30 y 31 de enero y 01 de febrero.

Horario: de 9:00 a. m. a 11:50 a. m.

Población: niños de 7 a 12 años.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/HR9UsvADum1rFYG7A>

### **Primeros pasos en la lectura**

Facilitador(a): Nissa Varela Sandoval y Diego Andrés Bolaños Jiménez.

Modalidad: presencial.

Día que se imparte: 28 de enero.

Horario: de 9:00 a. m. a 11:00 a. m.

Población: niños de 7:00 a 12 años.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/x9XVRLhQhDuMypis6>

### **Inglés integrado básico**

Facilitador(a): Filander Valverde Ramírez.

Modalidad: presencial.

Fecha de inicio: 23 de enero.

Fecha de finalización: 01 de febrero.

Días que se imparte: 23, 25 y 30 de enero y 01 de febrero.

Horario: de 4:00 p. m. a 7:00 p. m.

Población: adultos de 18 años en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/8tPmjfWtDFy5A5aD7>

### **Fundamentos de minería de procesos de negocios**

Facilitador(a): Michael Arias Chaves, Juan Diego Rodríguez Cambronero y Santos Jonathan Reyes Moncada.

Modalidad: virtual (clases en línea y en vivo).

Días que se imparte: 30 de enero y 01 de febrero.

Horario: de 5:00 p. m. a 7:00p. m.

Población: adultos de 18 años en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/39qTwjwPQ6sts9AT7>

### **Autocuidado sexual y ginecológico**

Facilitador(a): Rebeca Esquivel Alvarado.

Modalidad: virtual y sincrónico (clases en línea y en vivo).

Día que se imparte: 01 de febrero.

Horario: de 5:00 p. m. a 7:00 p. m.

Población: de 18 años en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/8UtKdURbFRqyQTvp8>

### **Herramientas para evaluación de programas y proyectos de desarrollo**

Facilitador(a): María Isabel Hidalgo Vargas.

Modalidad: virtual sincrónico (clases en línea y en vivo).

Días que se imparte: 24 y 31 de enero.

Horario: de 5:30 p.m. a 9:30 p. m.

Población: de 18 años en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/EfuKqF3RMiCC9r8a9>

### **Portugués básico I**

Facilitador(a): Filander Valverde Ramírez

Modalidad: presencial.

Fecha de inicio: 24 de enero.

Fecha de finalización: 02 de febrero.

Días que se imparte: 24, 26, y 31 de enero y 02 de febrero.

Horario: de 4:00 p. m. a 7:00 p. m.

Población: de 18 años en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/gSuSeBBGnoqxakB96>

### **Física en tus manos**

Facilitador(a): Tomás Rojas Solórzano, Esteban Jiménez Moya y Eduardo Arias Navarro.

Modalidad: presencial.

Fecha de inicio: 23 de enero.

Fecha de finalización: 02 de febrero.

Días que se imparte: 23, 26 y 30 de enero y 02 de febrero.

Horario: de 2:00 p. m. a 5:00 p. m.

Población: Adultos de 18 años en adelante.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/rvnetWquRd85B1aw8>

### **Astronomía: descifrando las constelaciones**

Facilitador(a): Esteban Jiménez Moya, Tomás Rojas Solórzano y Eduardo Arias Navarro.

Modalidad: presencial.

Días que se imparte: 24 y 27 de enero.

Horario: de 1:00 p. m. a 4:00 p. m.

Población: mayores de 18 años.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/XqdNpYP4W2HQYM5L6>

### **Ciencia con diversión**

Facilitador(a): Joice Castro, Marianita Chavarría Alvarado y Adriana Rojas Ortega.

Modalidad: presencial.

Días que se imparte: 24, 25 y 26 de enero.

Horario: de 8:30 a. m. a 11:30 a. m.

Población: niños de 7 a 12 años.

Requerimientos especiales: que los niños y niñas lleguen con cabello recogido.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/8T5pV5faHR31TbW47>

**Aprendiendo a usar mi telescopio**

Facilitador(a): Eduardo Arias Navarro, Esteban Jiménez Moya y Tomás Rojas Solórzano.

Modalidad: presencial.

Fecha de inicio: 24 de enero.

Fecha de finalización: 03 de febrero.

Días que se imparte: 24, 27 y 31 de enero y 03 de febrero.

Horario: de 4:00 p. m. a 7:00 p. m.

Población: mayores de 18 años.

Requerimientos especiales: las personas participantes deben traer su propio telescopio.

Enlace de matrícula: <https://forms.gle/sDyXsBocYkktTv6c6>