



UADY
UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE YUCATÁN

“Luz, Ciencia y Verdad”



PRIMERA CONVOCATORIA PARA EL INGRESO A LOS TALLERES 2018

Objetivo: Generar espacios de vinculación participativa universidad-comunidad que contribuyan a la reflexión y la valorización de las capacidades propias del adulto mayor.

Características de los talleres:

- Tendrán una **duración de 20 horas**.
- Las clases serán **una vez por semana con una duración de 2 horas**.
- Se impartirán del **3 de octubre al 7 de diciembre de 2018**.
- A los participantes que concluyan cada taller se les entregará una constancia.
- Los interesados podrán participar en más de un taller si los días y horarios lo permiten.

Requisitos para participar en los talleres:

- Tener al menos 55 años
- Llenar el formulario de inscripción
- Entregar copia de la identificación oficial vigente
- Personal UADY, entregar copia de su credencial que los acredite como trabajador o jubilado
- Cubrir cuota de recuperación. El pago se podrá realizar en cualquiera de las siguientes opciones:
 - Depósito en ventanilla
 - Transferencia electrónica
 - Directamente en el CADE del Centro Cultural Universitario
- El pago se realizará a nombre de la Universidad Autónoma de Yucatán en la siguiente cuenta:
 - Banco Santander
 - Cuenta: 65500535647
 - CLABE: 014910655005356471
 - Concepto: Universidad de los Mayores

Inscripciones:

- **Del 29 de agosto al 28 de septiembre.**
- Podrá ser de manera presencial o en línea.

► Inscripción presencial:

- **Horario:** lunes a viernes de 9:00 a 14:00 horas.
- **Lugar:** Centro de Atención de Dudas ubicado en el Centro Cultural Universitario (calle 60 núm. 491-A con 57, Col. Centro).
- Será necesario llenar el formulario, entregar la copia de la identificación oficial vigente y realizar el pago de la cuota de recuperación.
- Personal UADY, entregar copia de su credencial de trabajador.

► Inscripción en línea:

- Ingresar a la página: www.dgda.uady.mx/umayores
- Llenar el formulario de registro.
- Subir la copia digital de la identificación oficial.
- Personal UADY, subir copia digital de su credencial de trabajador.
- Realizar el pago de la cuota de recuperación.

Cuota de recuperación por taller:

Público en general: \$300

Los trabajadores y jubilados de UADY estarán exentos del pago de la cuota de recuperación, presentando copia de su credencial UADY.

**La cuota de recuperación no incluye ningún insumo y/o material requerido para los talleres. En caso de requerirse, la compra de los mismos será responsabilidad del participante, sea público en general o trabajadores de la UADY.*

OFERTA DE TALLERES

Nombre del taller	Horario	Sede*	Objetivo
Aprende a cocinar y comer sano	Se impartirá en dos horarios: Martes de 10:00 a 12:00 Miércoles de 10:00 a 12:00	Facultad de Medicina	Formar al adulto mayor en aspectos fundamentales para una alimentación saludable y en la elaboración de comidas nutritivas que beneficien su salud.
Fitness acuático para adultos mayores	Se impartirá en dos horarios: Miércoles de 14:00 a 16:00 Viernes de 14:00 a 16:00	Facultad de Medicina	Que el adulto mayor identifique de manera fundamental los efectos fisiológicos del fitness acuático en la salud en el adulto mayor.
Orientación farmacológica	Miércoles de 9:00 a 11:00	Facultad de Enfermería	Identificar la función y variedad de medicamentos, la distribución de horarios de acuerdo con la dosificación, así como los aspectos esenciales durante el consumo.
Cuéntame un cuento: literatura y salud emocional	Miércoles de 9:00 a 11:00	Jardín literario de la Biblioteca del Centro Cultural Universitario	Incorporar la literatura y la poesía a la vida cotidiana como herramienta de salud emocional del adulto mayor.
Sexualidad en la tercera edad	Viernes de 9:00 a 11:00	Jardín literario de la Biblioteca del Centro Cultural Universitario	Construir un espacio para la reflexión acerca de la importancia de la sexualidad en la vejez, enfatizando los aspectos psicológicos y sociales.
Calidad de vida en el retiro	Viernes de 9:00 a 11:00	Auditorio de la ex-Facultad de Antropología	Identificar las principales fortalezas y áreas de oportunidad para relacionarse de manera saludable a través del análisis de los principales retos que enfrenta en la vejez y la puesta en práctica de estrategias para un pensamiento ordenado y una comunicación efectiva.
Patrimonio seguro	Miércoles de 9:00 a 11:00	Auditorio de la ex-Facultad de Antropología	Dar a conocer al adulto mayor, en pleno uso de sus derechos, las disposiciones y mecanismos que la ley establece para garantizar la certeza jurídica sobre su patrimonio.
Contexto cultural e histórico del pueblo maya	Se impartirá en dos horarios: Miércoles de 16:00 a 18:00 Viernes de 16:00 a 18:00	Jardín literario de la Biblioteca del Centro Cultural Universitario	Analizar la historia de la cultura maya en el contexto prehispánico, mesoamericano y contemporáneo como elementos de identidad cultural.
Alimentos en conserva	Miércoles de 9:00 a 11:00	Facultad de Ingeniería Química	Utilizar los principios de la conservación y procesamiento de productos vegetales desde una manera sencilla y práctica para implementar en el hogar o en pequeños talleres artesanales.
Computación básica	Miércoles de 16:00 a 18:00	Facultad de Matemáticas	Utilizar las herramientas básicas computacionales, con el fin de acercar y familiarizar al adulto mayor con las nuevas tecnologías de la información y computación.
Redes sociales	Viernes de 16:00 a 18:00	Facultad de Matemáticas	Utilizar las principales redes sociales como medios de comunicación.
Ofimática	Viernes de 16:00 a 18:00	Facultad de Matemáticas	Utilizar la paquetería de ofimática basada en Microsoft Office 2016 con el fin de mejorar sus habilidades tecnológicas y mantenerse actualizado.

*Consulta el directorio completo de sedes en la página: www.dgda.uady.mx/umayores

Para dudas o mayor información, consulta la página www.dgda.uady.mx/umayores enviar un correo a universidadmayores@correo.uady.mx o comunicarse a los teléfonos (999) 930.2123, 930.2122 y 930.0900 ext.1504