

Buenos días,

Desde el Departamento de Formación de ASAJA de Ávila, y en la línea de años anteriores, hemos vuelto a apostar por un proyecto formativo que acerque a los municipios de la provincia diferentes acciones o talleres. Por ello, nos ponemos en contacto con ustedes para ofrecerles la posibilidad de realizar los siguientes talleres:

- **TALLER DE RESTAURACIÓN:** el objetivo del curso es restaurar mobiliario antiguo, tanto de madera como de metales, u otros materiales. Este curso se realizará en horario de mañana o tarde, entre 3-4 horas al día, una vez a la semana.
- **TALLER DE CERÁMICA:** en este taller se realizarán diferentes objetos y manualidades con cerámica. Este curso se realizará, en horario de mañana o tarde, entre 3-4 horas al día.
- **TALLER DE MANUALIDADES:** en este curso se emplearán, entre otras, las siguientes técnicas: adorno de ropa, pintura al agua con recorte de papel y hojas naturales, mosaicos con piedras y maderas, frescos con yeso-cal y base de madera, cuadros de arena... Este curso se realizará en horario de tarde, entre 3-4 horas al día, un día a la semana.
- **TALLER DE PATCHWORK:** con este taller se pretende aprender la técnica para realizar diferentes tipos de tejidos (colchas, cojines...), uniendo diferentes piezas de tela entre sí. Este curso se realizará en sesiones de 2-3 horas, en horario de mañana o tarde.
- **TALLER DE CORTE Y CONFECCIÓN:** en este taller se aprenderán las diferentes técnicas de costura, patrones y corte. Este curso se realizará en sesiones de 2-3 horas, en horario de mañana o tarde.
- **TALLER DE GIMNASIA DE MANTENIMIENTO:** consiste en la realización de actividades físicas y aeróbicas. Este curso se realizará dos días a la semana, en sesiones de una hora, en horario de mañana o tarde.
- **TALLER DE GIMNASIA PARA MAYORES:** consiste en la realización de diversos ejercicios cuya finalidad radica en el mantenimiento y mejora de la agilidad por parte de las personas con edad más avanzada.
- **TALLER DE YOGA:** consiste en la realización de la actividad física y técnicas de relajación. Este curso se realizará en horario de mañana o tarde, entre 1-2 horas.
- **TALLER DE ZUMBA/AEROBIC:** consiste en la realización de actividad física combinada con bailes latinos. Este curso se realizará dos días a la semana, en sesiones de una hora, en horario de mañana o tarde.
- **TALLER DE BAILES:** realización de diferentes tipos de bailes, tanto tradicionales como modernos. Este curso se realizará dos días a la semana, según ocupación, en sesiones de una hora, en horario de mañana o tarde.
- **TALLER DE AGILIDAD MENTAL:** en este taller se llevarán a cabo actividades para favorecer la memoria, alfabetización y cálculo, y animación a la lectura. Este curso se realizará en horario de mañana o tarde, una o dos horas por semana, en función de la ocupación.

- **TALLER DE COCINA:** en este taller se llevarán a cabo actividades para innovar nuevas recetas de cocina, a la vez que se practica con la ya vieja cocina tradicional. Este curso se realizará en horario de tarde o mañana, un día a la semana, con una duración de 3-4 horas.
- **TALLER DE ESTÉTICA:** en este taller se llevarán a cabo clases de tratamientos faciales, cuidados de la piel, maquillajes, etc. Este curso se realizará en horario de tarde o mañana, un día a la semana, entre 2-3 horas aproximadamente.
- **TALLER DE INGLÉS:** en este taller se llevaran a cabo actividades de iniciación y apoyo al idioma. Este curso se realizará en horario de tarde, 1-2 horas, días de la semana según ocupación.
- **TALLER DE MINI-CHEF:** este taller va dirigido a los más pequeños, donde aprenderán todo lo relacionado con técnicas culinarias y cocina, de forma divertida, comprendiendo lo importante que es una sana alimentación. Se realizará en horario de tarde, con una duración de 2 horas aproximadamente.
- **TALLERES PARA NIÑOS:** estos talleres, enfocados a los más pequeños, tienen diversas temáticas según el grupo al que vaya destinado y la demanda que haya del mismo. En estos talleres se incluyen los de apoyo escolar, manualidades, inglés, ocio y tiempo libre, u otros demandados.
- **TALLER DE NAVIDAD:** en este taller se realizarán actividades navideñas con los niños, para integrarlos más en estas fechas. Se realizará, aproximadamente, del 24 de diciembre al 5 de enero, según disponibilidad de monitores.
- Se pueden proponer otros talleres a demanda, como puede ser: diseño de interiores, educación medioambiental y naturaleza, reiki, música...

Las fechas de realización de estos talleres serán del 2 de octubre al 22 de diciembre, y del 8 de enero al 30 de marzo (2 trimestres, siendo uno independiente del otro).

El coste de los talleres para los asistentes será de 5 euros al mes por participante (15 euros el trimestre), más el material empleado en aquellos que lo requieran como, por ejemplo, en el caso de restauración, manualidades, cerámica, estética o cocina. ASAJA se hace cargo del importe de la contratación y del salario del profesor.

Desde ASAJA les agradecemos la posibilidad de poner en conocimiento de las asociaciones de su localidad esta información y la atención prestada.

Para agilizar los trámites de inicio del primer turno, es necesario confirmar cuanto antes los municipios interesados en participar, así como los talleres que desean que se lleven a cabo. Podéis enviar vuestros deseos de talleres, contestando a este mismo correo electrónico (talleresasajaavila@gmail.com).

Reciba un cordial saludo.

Para cualquier aclaración no duden en ponerse en contacto con nosotros.