



LUNES

Explorando el color del tiempo

Pintura en acrílico y dibujo

9:00 a 11:00 - Casa del Arte, Salón de usos múltiples

Sonrisas que perduran

Salud bucal y autocuidado para adultos mayores

10:00 a 12:00 - CUSur, Aula F01

Yoga

10:00 a 12:00 - CUSur, Terraza de la Biblioteca - Híbrido

Leer es divertido

11:00 a 13:00 - Casa del Arte, Salón de usos múltiples

Guardianes del Lago de Zapotlán

Historias, recuerdos y cuidado de la cuenca

12:00 a 14:00 - CUSur, Aula F01

Gastronomía y nutrición básico

14:00 a 16:00 - CUSur, Aula F01

Inglés básico

Lunes y jueves - 16:00 a 18:00 - CUSur, Aula de Cómputo B

MARTES

Perdiendo el miedo a la tecnología

10:00 a 12:00 - CUSur, Aula F01

Computación

12:00 a 14:00 - CUSur, Aula de Cómputo B

Una Salud

Prevención y convivencia humano-animal-ambiente

12:00 a 14:00 - CUSur, Aula F01

Adulto Mayor 4.0

Salud, tecnología e inteligencia artificial para una vida independiente

17:00 a 19:00 - Casa del Arte, Salón de usos múltiples

Bienestar social: Alegría de vivir

17:00 a 19:00 - CUSur, Aula F01

MIÉRCOLES

Sexualidad humana

10:00 a 12:00 - CUSur, Aula F01

Nutrición y salud integral en el adulto mayor

11:00 a 13:00 - CUSur, Aula de Cómputo B

Pintura: Técnicas mixtas

12:00 a 14:00 - CUSur, Aula F01

JUEVES

Cuidando mi corazón: Conociendo mis signos vitales

10:00 a 12:00 - CUSur, Aula F01

Gimnasia cerebral 2.0

12:00 a 14:00 - CUSur, Aula F01

Arte en movimiento

Estimulación creativa y motriz: artes plásticas mixtas

15:00 a 17:00 - CUSur, Aula F01

VIERNES

Conoce y cuida tu cerebro... ¿en qué forma se encuentra hoy?

9:00 a 11:00 - Casa del Arte, Salón de usos múltiples

Círculo de lectura: Cuando el placer termine

11:00 a 13:00 - CUSur, Biblioteca

Bonsái

12:00 a 14:00 - CUSur, Aula F01

Actividad física

12:00 a 13:30 - CUSur, Canchas techadas

Gastronomía y nutrición intermedio*

15:00 a 17:00 - CUSur, Aula F01

*Curso con prerequisite

CURSOS GRATUITOS

CUPO LIMITADO

MODALIDADES DE REGISTRO



Presencial:

CUSur, Edificio L, oficinas del SUAM

Casa del Arte "Dr. Vicente Preciado Zacarías"



Telefónico:

341 575 2222 Ext. 45974