

→ I Ciclo 2021

# Guía de Cursos y Horarios



35 años  
construyendo  
aprendizajes



**UCR**

**VAS**

Vicerrectoría de  
Acción Social



# ¿Qué es el PIAM?

***“El individuo que envejece debe aprender, debe educarse, para enfrentar una serie de fenómenos que le son desconocidos y poder asumir su nuevo papel en la sociedad”.***

*Trejos Willis, 1985.*

El Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor (PIAM) es un programa de la Vicerrectoría de Acción Social de la Universidad de Costa Rica, dirigido a la educación de personas adultas y adultas mayores, desde 1986.

Debido a la pandemia por SARS-CoV2, se establecieron una serie de medidas sanitarias destinadas a mitigar la enfermedad, basadas en el distanciamiento físico y medidas de higiene. Esto significó la suspensión de las clases presenciales desde el I ciclo 2020. No obstante, el PIAM ha buscado opciones que le permitan atender el llamado a la protección de los derechos de igualdad y no discriminación, participación, integración e inclusión plena y a la autorrealización, a través de la defensa al derecho a la educación y a la atención de las oportunidades educativas para las personas adultas y adultas mayores, desde la virtualidad. Debido a esto, las clases del PIAM se mantienen en un formato virtual durante el I ciclo 2021.

Desde sus inicios, el PIAM se ha caracterizado por estar a la vanguardia en la defensa de la educación y los derechos de las personas mayores. A lo largo de los años ha desarrollado una serie de saberes que han permitido construir lo que es hoy, una comunidad en continua evolución y con una serie de desafíos por delante.

La continuidad del Programa significa un acto de resistencia ante las circunstancias que se presentan en la actualidad. Significa proponer expectativas de aprendizaje, más allá de estereotipos asociados a la edad. Significa construir desde un aprendizaje colaborativo, basado en el respeto a la diversidad. Significa plantear y replantear objetivos que respondan a lo que la sociedad demanda de la Universidad. Significa reflexión, compromiso y trabajo, pero, también significa celebración, remembranzas y esperanza.

Por todo esto, celebramos con júbilo este **35 aniversario**, reiteramos nuestro compromiso y les damos la más cordial bienvenida.

Teléfono: 2511-1500

Correo electrónico: [piam.vas@ucr.ac.cr](mailto:piam.vas@ucr.ac.cr)



# Deberes del estudiante PIAM

---

El PIAM constituye una opción para personas mayores de 50 años, que desean satisfacer inquietudes intelectuales, ocupar su tiempo libre en actividades educativas e intercambiar experiencias y conocimientos con los estudiantes regulares y facilitadores/as de la UCR.

Los y las estudiantes del PIAM NO llenan los requisitos académicos de la UCR ni se encuentran incluidos (as) en las actas de la Oficina de Registro, sin embargo, deben cumplir con las normas de orden y disciplina establecidas para los y las estudiantes regulares, así como con las directrices, lineamientos, resoluciones, comunicaciones y similares que emanen de las autoridades del PIAM, de la Vicerrectoría de Acción Social y en general de la UCR, así como las siguientes:

- Participar activamente en los cursos virtuales conforme a la metodología.
- Es deber de las y los estudiantes estar formalmente matriculados en el curso virtual, de otra manera NO pueden participar de las clases.
- Los y las estudiantes que por algún motivo NO puedan continuar con el curso virtual deben informar al facilitador (a) encargado (a) o a la Oficina del PIAM.
- Es deber del o la estudiante el RES-PETO tanto hacia las compañeras (os) del curso, los y las Facilitadores, así como hacia las reglas básicas establecidas en cada curso.
- Los cursos que requieran algún tipo de material para su desarrollo, serán adquiridos por el (la) propio (a) estudiante, y el o la facilitadora del curso así lo especificará. **Bajo ninguna circunstancia una persona facilitadora venderá a los y las estudiantes, materiales de ningún tipo.**

Teléfono: 2511-1500

Correo electrónico: [piam.vas@ucr.ac.cr](mailto:piam.vas@ucr.ac.cr)



# Herramientas virtuales para el I ciclo 2021

El PIAM realizó un diagnóstico en la comunidad estudiantil acerca del uso y acceso a las plataformas tecnológicas, así como el nivel de conocimiento que tienen las personas en relación con este tema.

Los resultados evidenciaron que existe una heterogeneidad en el acceso y uso de las tecnologías de la información y comunicación. Sin embargo, se observó que existe un porcentaje considerable de personas que tienen acceso a internet, dispositivos para conectarse, conocimientos sobre plataformas tecnológicas y la disposición para llevar cursos de forma virtual. A partir de este hallazgo, se procedió a analizar las plataformas utilizadas con mayor frecuencia con el fin de hacer una propuesta amigable con el/la estudiante.

Dentro de las plataformas que tienen un mayor uso por parte de los entrevistados son:

- **Correo electrónico** 
- **WhatsApp** 
- **Facebook** 
- **YouTube** 
- **Zoom** 

Todas con un porcentaje superior al 50%.

Por lo tanto, el PIAM considera como medios virtuales para la impartición de clases las plataformas correo electrónico, WhatsApp, Facebook, YouTube y Zoom, además de las oficiales de la Universidad de Costa Rica: **METICS** y **UCR Global**.

La persona facilitadora del curso indicará al inicio del ciclo cuáles herramientas se utilizarán, de acuerdo con la metodología y los objetivos de aprendizaje, y cuáles son las reglas para su uso con el fin de estructurar la comunicación de forma virtual.

Con el propósito de disminuir las diferencias en alfabetización y capacidad tecnológica el PIAM cuenta con el **Proyecto de Voluntariado**, que incluye voluntarios de la comunidad estudiantil del PIAM y estudiantes regulares de la Universidad de Costa Rica. Esta iniciativa busca apoyar en el uso de estos recursos a los grupos específicos del PIAM y fomentar la generación de redes y relaciones intergeneracionales.

# Fechas importantes

FECHAS	ACTIVIDAD
Del lunes 22 de febrero al viernes 05 de marzo	<b>Inscripción de nuevos usuarios</b> Para este trámite debe completarse la boleta electrónica disponible en <a href="https://cutt.ly/OlhjOAG">https://cutt.ly/OlhjOAG</a>
Jueves 04 de marzo	<b>Publicación de guía de cursos y horarios PIAM I-2021</b> Disponible en la página del PIAM, Facebook, Whatsapp y correo electrónico.
Jueves 04 de marzo, 9:30 am	<b>Charla de Orientación virtual</b> Se transmitirá en vivo mediante el <a href="#">Facebook del PiamUCR</a>
Lunes 08 y martes 09 de marzo	<b>Matrícula ordinaria en línea exclusiva para personas mayores de 65 años</b> Se realiza en la página <a href="http://piam.fundacionucr.ac.cr">piam.fundacionucr.ac.cr</a>
Miércoles 10 al 12 de marzo	<b>Matrícula ordinaria en línea para personas mayores de 50 años</b> Se realiza en la página <a href="http://piam.fundacionucr.ac.cr">piam.fundacionucr.ac.cr</a>
Lunes 15 al viernes 19 de marzo	<b>Matrícula extraordinaria en línea</b> Se realiza en la página <a href="http://piam.fundacionucr.ac.cr">piam.fundacionucr.ac.cr</a>
Lunes 15 al viernes 19 de marzo	<b>Recepción de formularios de solicitud de cursos regulares</b> <a href="https://forms.gle/rvsU1NBMkY1qo4NR6">https://forms.gle/rvsU1NBMkY1qo4NR6</a>
Lunes 22 de marzo	<b>Publicación de guía de cursos regulares</b> Disponible en la página del PIAM, Facebook, Whatsapp y correo electrónico.
Del 23 al 25 de marzo	<b>Matrícula cursos regulares en línea</b> Se realiza en la página <a href="http://piam.fundacionucr.ac.cr">piam.fundacionucr.ac.cr</a>
Del 29 de marzo al 02 de abril	<b>SEMANA SANTA (Feriado)</b>
Semana del 5 al 10 de abril	<b>Entrada a clases virtuales</b>
Semana del 19 al 24 de julio	<b>Fin de lecciones PIAM</b>



# Reglas de matrícula

Para llevar a cabo un Proceso de Matrícula en línea de forma ordenado y eficiente, es necesario contar con su apoyo cumpliendo las reglas que el PIAM ha establecido.

1. Realice la matrícula en línea en la página [piam.fundacionucr.ac.cr](http://piam.fundacionucr.ac.cr) (Ver apartado “Pasos para una matrícula en línea” en la página 8 de este documento o revisar el tutorial que está en el canal de [Youtube del PIAM UCR](#)

2. El PIAM realiza una matrícula **diferenciada por edad**, brindando atención preferencial a las personas mayores de 65 años según lo establece la Ley #7935. De tal forma, que en las fechas establecidas para personas de 65 años y más (8 y 9 de marzo 2021), únicamente este grupo etáreo puede efectuar la matrícula. Si usted es menor de 65 años e intenta ingresar al sistema, no va a poder llevar a cabo su matrícula, hasta que sea la fecha correspondiente (10, 11 y 12 de marzo).

3. La página [piam.fundacionucr.ac.cr](http://piam.fundacionucr.ac.cr) estará habilitada a partir de las 8:00 am.

4. Para este I ciclo lectivo 2021, **no hay un máximo de cursos específicos**. La persona estudiante puede matricular, los cursos que desee, siempre y cuando haya espacio a la hora de realizar la matrícula en línea.

5. Tenga en cuenta que **todos los cursos tienen definido un cupo límite**, por lo tanto, cuando se agota el cupo se cierra el curso. Por esto es importante que realice una lista con varias opciones de cursos que le interesan, esto con el fin de agilizar el trámite en caso de que no haya cupo en el que tenía como primera opción.

6. **Pague el monto total de matrícula:** El costo de cada uno de los cursos por concepto de **matrícula es ₡8.000 colones por ciclo lectivo + el 2% del IVA = ₡8.160 colones**. Exceptuando los siguientes cursos:

- Los cursos de inglés y francés que asisten una vez por semana tienen un costo económico de **₡27.000 + 2% del IVA = ₡27.540 colones** el ciclo lectivo.
- Los cursos de inglés 1A, 1B, 2A, 2B, 3A, 3B, 4A, 4B y 5A, así como los cursos de portugués, en el que tienen que asistir dos veces por semana, tienen un costo económico de **₡37.000 + 2% del IVA = ₡37.740 colones** el ciclo lectivo.
- Los cursos del Módulo de Tecnologías de la Información y el Conocimiento tienen un costo por matrícula de **₡29.000 + 2% del IVA = ₡29.580 colones** el ciclo lectivo.
- El curso de Técnicas de pintura con el facilitador Camilo Bolaños tiene un costo por matrícula de **₡27.000 + 2% del IVA = ₡27.540 colones** el ciclo lectivo.

Teléfono: 2511-1500

Correo electrónico: [piam.vas@ucr.ac.cr](mailto:piam.vas@ucr.ac.cr)



7. Pagar el monto de la **póliza estudiantil del INS que tiene un costo de ₡7.500 + 2% del IVA = ₡7.650 colones**, la misma es anual (Del 15 de febrero 2021 al 14 de febrero 2022). Esta póliza se incluye en el monto total a pagar por la matrícula.

7.1 Si usted tiene una póliza estudiantil del INS de otra institución educativa (Casa del Artista u otra Universidad pública), tiene que **enviar una copia del comprobante de la póliza al correo o silki.perez@ucr.ac.cr**, de esta manera se le omite el cobro de la póliza obligatoria.

8. **Revise bien que los montos económicos estén correctos:** Es importante que el o la estudiante revisen que el monto que va a pagar, sea el correcto según lo anteriormente indicado.

9. **Conserve la factura - comprobante de matrícula:** Se le enviará la factura correspondiente a su correo electrónico (incluye el cobro de los cursos y póliza del INS).

# Pasos para la matrícula en línea

1. Para realizar la matrícula en línea debe ingresar a la página [piam.fundacionucr.ac.cr](http://piam.fundacionucr.ac.cr). Para su ingreso a la plataforma **debe ingresar el correo con el que se registró en el PIAM y la contraseña.**

Nota: La contraseña por defecto es **piam**, a menos que la haya cambiado por una de su elección. **En caso de que no funcione su contraseña debe hacer click en “Si olvidó su contraseña presione aquí”, para recibir una nueva contraseña en su correo electrónico.**

El PIAM realiza una **matrícula diferenciada por edad**, brindando atención preferencial a las personas mayores de 65 años según lo establece la Ley #7935. De tal forma, que en las fechas establecidas para personas de 65 años y más (8 y 9 de marzo 2021), únicamente este grupo etáreo puede efectuar la matrícula. Si usted es menor de 65 años e intenta ingresar al sistema, no va a poder llevar a cabo su matrícula, hasta que sea la fecha correspondiente (10, 11 y 12 de marzo).

2. Una vez que ingrese al sistema de matrícula en línea, se recomienda cambiar la contraseña por una de su confianza y anotar en un lugar seguro. Para realizar el cambio de contraseña y actualizar su información personal se ingresa al **Perfil**, que se ubica al costado superior derecho de la pantalla. Lo anterior es

muy importante para que su factura sea realizada sin complicaciones.

3. Si realiza alguna actualización de información recuerde **Aceptar los términos y condiciones** y presionar **guardar**. Esto se encuentra al final de la pantalla de información personal.

4. Una vez actualizada su información, volver al **Inicio** para proceder a su matrícula.

5. Para encontrar los cursos de su interés debe **seleccionar el módulo en el que se encuentra**. Se recomienda revisar la **Guía de horarios y el módulo al que pertenece** el curso de su interés.

6. Presionar el módulo y luego puede buscar el curso que desee matricular en la casilla de búsqueda. Una vez localizado, se debe agregar al **Carrito de compra** para reservar el curso.

Nota: **La reserva de los cursos solo durará 20 minutos a partir de que se agrega el primero**. Se recomienda tener la información de pago y matrícula a mano para facilitar el proceso. Si la matrícula no se realiza en este tiempo, los cursos serán liberados y usted deberá realizar nuevamente su matrícula desde el paso 1.



7. Si solo va a matricular un curso se puede dirigir al **Carrito**, pero si desea continuar con la matrícula puede seleccionar **Continuar comprando**.

8. Una vez agregados los cursos que desee matricular se dirige a **Carrito**, aquí verá la información de su orden de compra, así como el tiempo de reserva en la esquina superior derecha.

9. Si desea eliminar un curso presione la **X** al lado del nombre del curso.

10. En el carrito también encontrará la **Póliza estudiantil del INS**. La póliza es obligatoria y es anual, por lo que se paga una única vez al año.

11. Antes de pasar al pago de la compra **verifique el monto a cancelar** (puede revisar la información de los costos de los cursos en la Guía de Horarios).

12. Acepte los **Términos y condiciones** y presione el botón **Continuar**.

13. Llene las casillas con la información de pago. **La tarjeta puede ser de débito o de crédito y no necesariamente tiene que estar a nombre del estudiante que matricula**. Se aceptan tarjetas Visa, MasterCard o American Express, de cualquier entidad bancaria.

14. Llene el formulario con el número de tarjeta, código de seguridad y la fecha de vencimiento. **Esta información no se guarda ni por la fundación UCR ni por el PIAM**.

15. Una vez llenado el formulario de pago, debe seleccionar **Finalizar**.

16. Recibirá un correo con el comprobante de su compra. **Ya estará oficialmente matriculado en el PIAM**.

# ¿Quiere recibir información del PIAM en su Whatsapp?

Si le interesa recibir información del PIAM vía whatsapp, puede ingresar el siguiente enlace en su explorador de internet del celular

<https://wa.me/50625111500> agregarnos como parte de sus contactos y enviarnos “**Soy estudiante PIAM**”.

\*\* No es necesario que respondan los mensajes, es solo para que reciban información \*\*

## Inversión económica aproximada para cursos específicos

Como los cursos de Artesanías y Manualidades requieren compra de materiales, es necesario que los y las estudiantes conozcan previo a la matrícula, la inversión aproximada que tienen que realizar por curso; así pueden matricular según sus posibilidades. Se resalta que es un costo aproximado, dado que es variable según precios, marcas, lugares de venta y gustos de los y las estudiantes.

En este sentido, es deber de los y las estudiantes adquirir los materiales por sus propios medios, pero con la debida orientación del o la facilitadora, ya que es la persona experta en la técnica que se está aprendiendo. Los y las facilitadoras, pueden recomendar tipos de materiales y productos, así como lugares de venta; sin embargo, no se puede obligar a los y las estudiantes a comprarlos exclusivamente donde la persona facilitadora indique.

- **Bordado con cintas II:** Aproximadamente ₡20.000 por ciclo lectivo.

Depende de las cintas que las estudiantes deseen utilizar, así como el material donde se borda.

- **Pintura sobre piedras:** ₡20.000 aproximadamente para la compra de pinceles, pinturas y piedras.
- **Fachadas en miniatura:** ₡20.000 aproximadamente por ciclo lectivo
- **Origami:** ₡8.000 aproximadamente por ciclo lectivo
- **Tallado en madera (Guacamaya):** ₡35.000 aproximadamente por ciclo lectivo
- **Artesanías en cuero II:** ₡48.000 aproximadamente por ciclo lectivo (herramientas)
- **Filigrana II:** ₡20.000 aproximadamente por ciclo lectivo
- **Repujado en metal:** ₡40.000 aproximadamente por ciclo lectivo

Teléfono: 2511-1500

Correo electrónico: [piam.vas@ucr.ac.cr](mailto:piam.vas@ucr.ac.cr)



## Otros requisitos:

Todos los cursos de movimiento humano requieren de **ropa cómoda que permita movilidad, un pañito para secarse el sudor, zapatos adecuados** (según indicación del FACILITADOR/A).

- **Taekwondo:** No se necesita experiencia previa, solo ropa cómoda.
- **Diseño gráfico en línea:** aprendiendo a utilizar Canva, Seguridad Digital, Almacenamiento en la nube I y II, Manejo de redes sociales y Google Drive y sus componentes: Es necesario tener conocimientos básicos de computación, un correo electrónico y saber navegar en la web.
- **Fotografía con teléfonos móviles:** El o la estudiante debe tener un dispositivo móvil para tomar las fotos.

## Cursos específicos

Los cursos específicos del PIAM son **exclusivos para personas mayores de 50 años**. Para este I ciclo lectivo 2021, los cursos serán virtuales y se organizan en **8 módulos según su orientación temática**.

Tecnologías TIC'S

Idiomas

Artesanías y  
manualidades

Movimiento  
Humano

Estilos de vida  
saludables

Arte y cultura

Conocimientos  
generales

Grupos artísticos

# Tecnologías TIC's

**Nota:** Todos los cursos del módulo de Tecnologías (TICs), tienen un costo por concepto de matrícula de ₡29.000 colones + 2% IVA = **₡29.580 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
IF0241-01	Diseño gráfico en línea: aprendiendo a utilizar Canva I	V 10 a 11:50	Daniela Fonseca	01	20
IF0242-02	Diseño gráfico en línea: aprendiendo a utilizar Canva II (requisito IF0241)	V 13 a 14:50	Daniela Fonseca	01	20
IF0291-01	Google Drive y sus componentes	J 13 a 14:50	Daniela Fonseca	01	20
IF0256-01	Almacenamiento en la nube I	J 17 a 18:50	Roger Ramos	01	20
IF0257-01	Almacenamiento en la nube II (requisito IF0256)	K 17 a 18:50	Roger Ramos	01	20
IF0286-01	Manejo de redes sociales-01	K 13 a 14:50	Daniela Fonseca	01	20
IF0286-02	Manejo de redes sociales-02	L 17:30 a 19:30	María José Olarte	02	20
IF0231-01	Uso del teléfono inteligente-01	K 8 a 9:50	Leandro Gómez	01	20
IF0231-02	Uso del teléfono inteligente-02	K 13 a 14:50	Leandro Gómez	02	20
IF0231-03	Uso del teléfono inteligente-03	J 10 a 11:50	Leandro Gómez	03	20
IF0226-01	Aplicaciones Móviles	V 17:30 a 19:30	María José Olarte	01	20

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
IF0251-01	Seguridad Digital	M 17:30 a 19:30	María José Olarte	01	20
IF0246-01	Gobierno y herramientas digitales (WhatsApp, Zoom, Pagos en línea)	S 8 a 9:50	Roger Ramos	01	30
IF0266-01	Manejo de archivos digitales	M 14 a 15:50	Leandro Gómez	01	20
IF0606-01	Herramientas tecnológicas ante el confinamiento-01	K 10 a 11:50	Leandro Gómez	01	20
IF0606-02	Herramientas tecnológicas ante el confinamiento-02	J 8 a 9:50	Leandro Gómez	02	20
IF0231-01	Fotografías con teléfonos móviles-01	S 9 a 10:50	Lucía Molina	01	20
IF0231-02	Fotografías con teléfonos móviles-02	J 18 a 19:50	Lucía Molina	02	20
IF0296-01	Design Thinking: Innovación y creatividad a su alcance	K 8 a 9:50	Roger Ramos	01	20



# Idiomas

**\*Nota:** Los cursos de Francés y el de Chino Mandarín escrito, (una vez por semana) tienen un costo por concepto de matrícula de ₡27.000 colones + 2% IVA = **₡27.540 colones** y se cancela en el momento de la matrícula.

Los cursos de Inglés 1A, 1B, 2A, 2B, 3A, 3B, 4A, 4B y 5A, así como los cursos de Portugués I, II y III (dos veces por semana) tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡37.000 colones + 2% IVA = **₡37.740 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.

El curso Escritura Japonesa I y II, tienen un costo por concepto de matrícula de ₡8.000 colones + 2% IVA = **₡8.160 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
NI1021-01	Inglés 1A (exclusivo para estudiantes que inician inglés)	K y J 8 a 9:50	Mairene Durán	01	20
NI1021-02	Inglés 1A (exclusivo para estudiantes que inician inglés)	L 9 a 10:50 M 15 a 16:50	Sharon Badilla	02	20
NI1026-01	Inglés 1B-01 (requisito NI1021)	K y J 10 a 11:50	Mairene Durán	01	20
NI1026-02	Inglés 1B-02 (requisito NI1021)	K 9 a 10:50 V 8 a 9:50	Sharon Badilla	02	20
NI1031-01	Inglés 2A-01 (requisito NI1026)	M y V 8 a 9:50	Mairene Durán	01	20
NI1031-02	Inglés 2A-02 (requisito NI1026)	L y M 10 a 11:50	Susana Molina	02	20
NI1036-01	Inglés 2B-01 (requisito NI1031)	K y J 8 a 9:50	Yeraldín Acosta	01	20
NI1036-02	Inglés 2B-02 (requisito NI1031)	L 11 a 12:50 M 13 a 14:50	Sharon Badilla	02	20

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
NI1041-01	Inglés 3A-01 (requisito NI1036)	K 11 a 12:50 V 13 a 14:50	Sharon Badilla	01	20
NI1046-01	Inglés 3B-01 (requisito NI1041)	J 10 a 11:50 V 14 a 15:50	Montserrat Tenorio	01	20
NI1046-02	Inglés 3B-02 (requisito NI1041)	L y M 10 a 11:50	Shazia Alfaro	01	20
NI1056-01	Inglés 4B-01 (requisito NI1051)	L y M 13 a 14:50	Shazia Alfaro	01	20
NI0062-01	Inglés Conversacional (requisito NI1061)	L y M 10 a 11:50	Susana Molina	01	18
NI0511-01	Escritura Japonesa I	L 9 a 10:50	Mario Izaguirre	01	20
NI0512-01	Escritura Japonesa Katana (requisito NI0511)	M 8:30 a 9:20	Mario Izaguirre	01	20
NI0902-01	Portugués II-01 (requisito NI0901)	L y J 11 a 12:50	Vagner Ribeiro	01	20
NI0902-02	Portugués II-02 (requisito NI0901)	K y V 11 a 12:50	Vagner Ribeiro	02	20
NI0904-00	Portugués IV-01 (requisito NI0903)	K y V 9 a 10:50	Vagner Ribeiro	01	20
NI0211-01	Francés I	J 9 a 10:50	Mileydi Mora	01	20
NI0212-01	Francés II (requisito NI0211)	V 9 a 10:50	Mileydi Mora	01	20

NI0213-01	Francés III (requisito NI0212)	L 9 a 10:50	Mileydi Mora	01	20
NI0214-01	Francés IV (requisito NI0213)	K 9 a 11:50	Mileydi Mora	01	20
NI0216-01	Francés VI (requisito NI0215)	V 9 a 11:50	Pendiente	01	20
NI0218-01	Francés VIII (requisito NI0217)	K 9 a 11:50	Pendiente	01	20
NI0711-01	Chino Mandarín escrito	K 10 a 11:50	Pei Chen	01	25

# Artesanías y Manualidades

**Nota:** Los cursos del Módulo de Artesanías y Manualidades tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡8.000 colones + 2% IVA = **₡8.160 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula. En los siguientes cursos se requiere que él o la estudiante adquiera, por sus propios medios, la compra de materiales necesarios para recibir el curso, **dado que los y las facilitadoras no venderán materiales** (Ver Inversión económica aproximada de cursos específicos).

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
AR0012-01	Bordado con cintas II (requisito AR0011)	J 10 a 11:50	Rosa Pochet	01	15
AR0316-01	Pintura sobre piedras	K 10 a 11:50	Carlos Quirós	01	20
AR0376-01	Tallado en madera (proyecto guacamaya)	J 15 a 16:30	Sonia Blanco	01	20
AR0126-01	Origami	M 10 a 11:50	Alicia Granados	01	15
AR0393-01	Artesanías en cuero III (requisito AR0392)	K 13 a 14:30	Alejandra Araya	01	15
AR0212-01	Filigrana II (requisito AR0211)	K 10 a 11:30	Lidia Ramírez	01	15
AR0431-01	Fachadas en miniatura	K 15 a 16:15	Yajaira Loáiciga	01	20
AR0076-01	Repujado en metal	V 14 a 15:30	Gladys Gutiérrez	01	15

# Movimiento Humano

**Nota:** Los cursos del Módulo de Movimiento Humano tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡8.000 colones + 2% IVA = **₡8.160 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
MH1056-01	Zumba	L 8 a 8:55	Maribel Matamoros	01	50
MH1031-01	Aeróbicos bailables -01	M 10 a 10:55	Arianne Ureña	01	50
MH1031-02	Aeróbicos bailables -02	V 8 a 8:55	Arianne Ureña	02	50
MH1011-01	Aeróbicos -01 (65 años y más)	V 9 a 10:00	Olga Hernández	01	25
MH1011-02	Aeróbicos -02	K 10:30 a 11:30	Ginnette Sánchez	02	30
MH1011-03	Aeróbicos -03	M 9 a 10:00	Olga Hernández	03	25
MH4066-01	Yoga y valores para vivir	M 10 a 11:00	Juan Fco. Martínez	01	25
MH1041-01	Ritmo y movimiento popular	K 9 a 10:00	Esmeralda González	01	50
MH5011-01	Taekwondo	J 8 a 9:00	Mayra Valverde	01	25
MH3041-01	Acondicionamiento Físico -01	L 9 a 9:55	Maribel Matamoros	01	30
MH3041-02	Acondicionamiento Físico -02	M 8 a 8:55	Arianne Ureña	02	30
MH1047-01	Baile y Energía	J 9 a 10:00	Ghislle Murillo	01	50
MH0031-01	Actividades Folclóricas	L 10:30 a 11:55	Maribel Matamoros	01	25

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
MH0011-01	Tango Principiantes Mixto	K 14 a 15:15	Ginnette Sánchez	01	20
MH4071-01	Movimientos básicos de Tai Chi (mayores de 70 años)	M 10 a 11:30	Ligia Chavarría / Ligia Salazar	01	25
MH0021-01	Flamenco Mixto	L 9 a 10	Alicia González	01	20



# Estilos de vida saludable

**Nota:** Los cursos del Módulo de Estilos de Vida Saludable tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡8.000 colones + 2% IVA = **₡8.160 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
GR0032-01	El poder del ahora II (requisito GR0031)	L 14 a 15:50	Flory Barrantes	01	25
GR0036-01	Salud y Bienestar: Pensamiento y emoción	L 16 a 17:30	Isidoro Zaidman y Ana Carolina París	01	35
GR0161-01	Mindfulness: Conciencia plena	L 18 a 19:30	Isidoro Zaidman y Ana Carolina París	01	35

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
GR0316-01	Motivación personal y resiliencia	K14 a 15:50	Gabriel Cordero	01	20
GR0041-01	Taller de Teología EcuMénica	V 9 a 10:50	Jorge Vargas	01	20
GR0261-01	Estrategias de negociación y resolución de conflictos	J 9 a 10:50	Jasmine García	01	15
GR0266-01	Eco-Gastronomía y Slow Food	J 10 a 11:30	Patricia Sánchez/ Guillermo Sánchez	01	20
GR0271-01	Genes, envejecimiento y medio ambiente	L 18 a 19:30	Pilar Ramírez	01	10

GR0276-01	Uso de aceites esenciales	M 10 a 11:50	Luis Agüero	01	20
GR0016-01	Guardianes del Bienestar para una vida plena	M 11 a 12:30	German Cedeño / Irene Puertas	01	20
GR0006-01	Agricultura Orgánica	M 10 a 11	Leida Castro	01	15
GR0321-01	Fortaleciendo mi autoestima e inteligencia emocional: conexión emocional con propósito	V 16 a 17:50	Johanna Chanto	01	20
GR0096-01	Medicamentos: ¿qué debemos saber?	J 9 a 10:30	Sofía Segura	01	20
GR0291-01	Estrategias del autocuidado y manejo del estrés	K 16 a 17:30	Karen Padilla	01	20

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
GR0326-01	Programación Neurolingüística: prácticas y hábitos	M 10 a 11:50	Gina Jiménez	01	25
GR0331-01	Nuestra biodiversidad alimentaria, tesoro de Costa Rica	Pendiente	Patricia Sedó	01	25

# Arte y Cultura

**Nota:** Los cursos del Módulo de Arte y Cultura tienen un costo por concepto de matrícula de ₡8.000 colones + 2% IVA = ₡8.160 colones por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.

Los cursos Técnicas de pintura y Trazos, arte, vida y comunidad, del facilitador Camilo Bolaños tienen un costo por concepto de matrícula de ₡27.000 colones + 2% IVA = **₡27.540 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
AC0171-01	Ciudades del mundo I-01	J 8 a 9:50	Jorge Grané	01	40
AC0172-01	Ciudades del mundo II-01 (requisito AC0171)	V 8 a 9:50	Jorge Grané	01	35
AC0026-01	Cultura del vino	M 10 a 11:50	Concepción Suárez	01	30
AC0011-01	El arte del bonsai	M 15 a 16:30	Germán Arrieta	01	40
AC0116-01	Breve historia del pueblo Judío e Israel	K 9 a 11:00	Bryan Acuña	01	35

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
AC0081-01	Técnicas de pintura.	K 15 a 16:50	Camilo Bolaños	01	20
AC008201	Trazos, arte vida y comunidad II (requisito AC0081)	K 15 a 16:50	Camilo Bolaños	01	20

# Conocimientos generales

**Nota:** Los cursos del Módulo de Conocimientos Generales tienen un costo por concepto de matrícula de ₡8.000 colones + 2% IVA = **₡8.160 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
CG0036-01	Un viaje en el tiempo: Tendencias históricas que enmarcan nuestro futuro	M 10 a 11:30	Rolain Borel	01	20
CG0041-01	Educación financiera I	V 10 a 11:00	Manuel Fco. Sánchez	01	20
CG0051-01	Reflexión y escritura: aprendiendo a escribir entre todos	J 10 a 11:50	Mario Valverde	01	8
CG0052-01	Reflexión y escritura: aprendiendo a escribir entre todos (requisito CG0052)	J 10 a 11:50	Mario Valverde	01	20
CG0046-01	Taller de escritura creativa	L 17 a 18:30	Giselle García, Ingrid Behm y Evelyn Silva	01	10
CG0047-01	Taller de escritura creativa (requisito CG0046)	L 17 a 18:30	Giselle García, Ingrid Behm y Evelyn Silva	01	25
CG0086-01	Conocer el cerebro	V 10 a 11:50	Jorge Grané	01	45

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
CG0081-01	Enigmas de las civilizaciones antiguas	K 9 a 10:50	Jaime Vergara	01	15
CG0081-02	Enigmas de las civilizaciones antiguas II (requisito CG0081)	V 9 a 10:50	Jaime Vergara	01	25
CG0086-01	Taller literario	J 16 a 17:50	Karen Padilla	01	20

## Grupos artísticos

**Nota:** Los cursos del Módulo de Grupos y cursos artísticos tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡8.000 colones + 2% IVA = **₡8.160 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.

\* Los cursos que aparecen con cupo **0**, es porque están llenos del I ciclo lectivo 2020 y no se puede aceptar nuevos estudiantes en el II ciclo 2020.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
CC0046-01	Taller de teatro para principiantes	J 10 a 11:30	Mayra Zúñiga	01	14
GC0016-01	Teatro alternativo (requisito GC016)	K 9 a 11:00	María Nieves Barahona	01	25
GC0031-01	Taller de teatro I (principiantes)	M 9 a 11	María Nieves Barahona	01	25

# Organice su horario

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
7:00 a.m						
8:00 a.m						
9:00 a.m						
10:00 a.m						
11:00 a.m						
12:00 m.d						
1:00 p.m						
2:00 p.m						
3:00 p.m						
4:00 p.m						
5:00 p.m						
6:00 p.m						
7:00 p.m						
8:00 p.m.						
9:00 p.m.						

Teléfono: 2511-1500

Correo electrónico: [piam.vas@ucr.ac.cr](mailto:piam.vas@ucr.ac.cr)





# Prioridades

Código	Curso	Horario	Facilitador/a	Grupo

# Seguro de accidentes para universitarios

## **PÓLIZA No. 01 01 EUM 0000 49 (EUN-73)**

Este seguro cubre accidentes únicamente, que puedan ocurrir en cualquier parte del territorio nacional y fuera del mismo, durante las 24 horas del día y mientras el seguro se encuentre vigente.

### **COBERTURA**

<b>Gastos Médicos por accidente</b>	<b>₡3.000.000,00</b>
<b>Incapacidad Permanente Accidental</b>	<b>₡3.000.000,00</b>
<b>Muerte Accidental</b>	<b>₡3.000.000,00</b>

### **VIGENCIA**

Rige del 15 de febrero del año en curso al 14 de febrero del siguiente año, de conformidad con el semestre matriculado.

**PRIMA** La prima es de ₡7.500,00 anual (+2% IVA) y se debe cancelar a la Universidad junto con el primer recibo de matrícula que sea emitido al estudiante. Los estudiantes que no son de matrícula ordinaria, deberán cancelar la prima cuando se inscriba en el curso.

### **INDEMNIZACIÓN POR GASTOS MÉDICOS**

Toda solicitud de indemnización deberá ser tramitada por el estudiante ante el Instituto Nacional de Seguros, ya sea en cualquiera de sus Sucursales o en Oficinas Centrales, en caso de recibir atención médica privada o en la Caja Costarricense de Seguro Social (C.C.S.S.), esta última opción para aquellos estudiantes que no se encuentran asegurados en el Sistema Social.

### **ATENCIÓN MÉDICA EN EL INS**

Podrá asistir a INS-Salud, ubicado en la Uruca, o a cualquiera de los Dispensarios del INS, ubicados en todo el territorio nacional. Para ello debe llevar una orden de atención médica que la obtendrá en la Oficina de Salud de la Sede Central o Sedes Regionales o en cualquiera de las Sucursales del Instituto. En este caso, el estudiante no desembolsará dinero, ni se cobrará el deducible correspondiente y se reconocerá el transporte de emergencia en ambulancia al momento del accidente, máximo tres mil colones por evento.

## **AVISO**

Se deberá dar aviso al Instituto del accidente, dentro de los noventa días naturales de su ocurrencia, con los requisitos descritos anteriormente. No obstante, si las consecuencias del accidente no se manifiestan en el momento mismo, el Asegurado podrá comunicarlo al INS a más tardar dentro de los ciento ochenta días, contando a partir de la fecha de ocurrencia del evento.

## **TRÁMITES**

Para consultas llame al 800-835-3467 Teleins o visite la página web [www.ins-cr.com](http://www.ins-cr.com). Puede descargar toda la información en el siguiente enlace [https://oaf.ucr.ac.cr/sites/default/files/poliza\\_estudiantil.pdf](https://oaf.ucr.ac.cr/sites/default/files/poliza_estudiantil.pdf)