



Fundación "la Caixa"

Agenda de actividades

Espacio Fundación "la Caixa"
Murcia

**CULTIVA TUS
AFICIONES Y
DISFRÚTALAS
EN PLENITUD**



**ENERO-ABRIL
2025**

Programa de
Personas Mayores

Índice

Inscripciones	4
Siempre Acompañados	6
iRadio UCAM: tu voz en la radio.....	7

ACTIVIDADES SIN INSCRIPCIÓN

Creatividad y reflexión	8
Cinefórum	9
Ciclo de conferencias	12
Conciertos en directo: vive la música.....	13

ACTIVIDADES CON INSCRIPCIÓN

Mejora de la salud física y prevención de la fragilidad	
En forma I	14
Pilates	14
Kundalini yoga	14
Cabaret.....	15
Danza <i>jazz</i>	15
Cardio y fuerza	15
Iniciación a las sevillanas.....	15
Técnicas de relajación: mejora tu sueño.....	15

Desarrollo personal y ciclo vital	
Vivir como yo quiero	16
Vivir con sentido.....	16

Formación

Artes plásticas, musicales, escénicas y cinematográficas	
Taller de pintura. 1200 Murcia.....	17
Convierte tus viajes en una obra de arte	17
Comparte tu talento.....	17
Escuchar el s. xx a través de la música.....	18
Pintando los fondos marinos con acuarela	18
<i>Jazz</i> y cine.....	18
Leyendo el teatro de la zarzuela....	19

Divulgación

El té. El elixir milenario	19
Taller iRadioUCAM: tu voz en la radio.....	19
<i>Batch cooking</i>	20
Recorre la Murcia medieval a través de una baraja de cartas....	20

Creatividad y reflexión

Bertrand Russell, un referente filosófico y moral del s. xx	21
El amor y sus mitos.....	21
Escritura creativa.....	21
Creación de pódcast	22
Amigos Lectores	22
La brújula literaria	22



Mejora de las competencias digitales

Iniciación a la informática	23
Internet: ventanas y oportunidades	23
Recursos digitales para la comunicación: redes sociales, WhatsApp y videoconferencia	23

Ecosistema digital

Inteligencia artificial.....	24
Entretenimiento digital.....	24
Pensamiento crítico en un mundo digital: usar las tecnologías con seguridad.....	24
Cuida tu memoria en línea	25

Participación social y voluntariado

Proyectos orientados a compartir conocimientos

Uso del móvil: primeros pasos.....	26
Roma, paso a paso II.....	26
Inteligencia artificial y fotografía....	26
PowerPoint avanzado	26
Bordados y manualidades	26
MemoriesOnTV: montaje de fotos y vídeos con música	26
Encuentros con la poesía.....	27
Emociónate escribiendo.....	27
Murcia en fotos, ayer y hoy.....	27
Vinos pintados II.....	27
Iniciación al <i>collage</i>	27
Educación la mirada III	27
Reloj inteligente aplicado a tu salud	27

El trabajo con la comunidad

Impresión 3D: imagina y crea.....	28
Español para extranjeros	28
Lectura intergeneracional	28
CiberCaixa Solidaria con Fundown.....	28
CiberCaixa penitenciaria en régimen abierto.....	29
Brecha digital con el Ayuntamiento de Murcia.....	29

Inscripciones

Para participar en las actividades propuestas en esta agenda es necesario tener 60 años (o 55 años, en caso de ser pensionista).

Las inscripciones se realizarán a través de la [página web](#) de la Fundación "la Caixa" del **7 al 21 de enero**.

Si deseas recibir nuestra agenda de actividades puedes darte de alta en la web. Este Espacio Fundación "la Caixa" usa el correo electrónico como medio de comunicación e información con las personas inscritas en las actividades. Por favor, manténlo actualizado y revisalo con cierta periodicidad.

Si alguna de las actividades propuestas en la agenda no está en la web de inscripción, puede ser una actividad que no requiere inscripción o una actividad con un grupo de continuidad. En cualquiera de los casos, este detalle aparecerá en la agenda.

Las actividades sin inscripción son de libre acceso hasta completar el aforo y se indican en la agenda. En cuanto a las actividades con inscripción, se asignará un máximo de tres talleres por persona al trimestre.

La confirmación de plazas se comunicará por correo electrónico o, en caso de no disponer de él, con una llamada telefónica del Espacio Fundación "la Caixa" Murcia previamente al inicio de las actividades. También puedes consultar el estado de tu solicitud en la web de inscripción.

Para más información, puedes contactar con el Espacio Fundación "la Caixa" Murcia en el teléfono 968 226 313.

Wifi: disponemos de wifi abierta para su uso.

Lectura de prensa: en la zona de lectura, tienes a tu disposición la prensa diaria, así como la posibilidad de préstamo de libros (consulta en la recepción). Igualmente, te invitamos a venir a leer lo que tú traigas, o a utilizar algún ejemplar de nuestra biblioteca.

El espacio te está esperando como punto de encuentro y conversación.

Servicio de Orientación Personal

Junto con una orientadora personal que te proporcionará atención individualizada, podrás identificar y trabajar los aspectos esenciales para llevar una vida más plena.

Las personas interesadas tienen que dirigirse a la recepción del centro.



Siempre Acompañados

Siempre Acompañados, una palabra para cambiarlo todo

Siempre Acompañados es un programa de la Fundación "la Caixa", en colaboración con el Ayuntamiento de Murcia, que ofrece un equipo profesional de Cruz Roja Murcia dispuesto a escuchar, a hablar y a dar el primer paso para acompañar a la persona promoviendo relaciones de confianza y compromiso y participando en su entorno. El objetivo es acompañarla en su proceso vital para que tenga una vida plena.

¡Podemos hacerlo juntos!

**Conoce el programa llamando
al teléfono 968 355 232
o escribiendo a
siempreacompanados@cruzroja.es**

iRadio UCAM: tu voz en la radio

Taller de radio

Esperamos tus sugerencias para el taller iRadioUCAM: tu voz en la radio.

Acércate a la recepción del centro y deja tu sugerencia, temas o consultas que te gustaría que se abordasen en el taller iRadio UCAM: tu voz en la radio.

Esperamos tus propuestas

1. Creatividad y reflexión

Café + conocimiento

Con la colaboración de AMUVIM y Canal Sénior, comparte un espacio relacional y amplía tus conocimientos.

Jueves 30 de enero, a las 17 h

Jueves 20 de febrero, a las 17 h

Jueves 6 de marzo, a las 17 h

Jueves 27 de marzo, a las 17 h

Jueves 3 de abril, a las 17 h



2. Cinefórum

Belfast (2021)

Miércoles 29 de enero, a las 17 h

Dir. Kenneth Branagh

En la tumultuosa Irlanda del Norte de finales de los años 60, el pequeño Buddy crece en un ambiente de lucha obrera, cambios culturales, odio interreligioso y violencia sectaria. Buddy sueña con un futuro que lo aleje de los problemas; mientras tanto, encuentra consuelo en su pasión por el cine, en la niña que le gusta de su clase y en sus carismáticos padres y abuelos.

Rumba terapia (2022)

Miércoles 5 de febrero, a las 17 h

Dir. Franck Dubosc

La historia de un padre que hará todo lo posible para conectar con su hija.

A fuego lento (2023)

Miércoles 12 de febrero, a las 17 h

Dir. Tran Anh Hung

Ambientada en el mundo de la gastronomía francesa de 1885. La relación entre Eugénie, cocinera de prestigio, y Dodin, el gastrónomo para el que trabaja desde hace 20 años. Cada vez más enamorados, su vínculo se convierte en un romance y da lugar a deliciosos platos que impresionan incluso a los chefs más ilustres del mundo.

Los encantados (2023)

Miércoles 19 de febrero, a las 17 h

Dir. Elena Trapé

Tras su reciente separación, Irene se enfrenta por primera vez a la ausencia de su hija de cuatro años, que está pasando unos días con su padre. Incapaz de adaptarse a esta nueva realidad, decide viajar a un pequeño pueblo del Pirineo catalán donde tiene una casa, buscando recuperar la seguridad y la calma que siente que hace tiempo que ha perdido. Pero el lugar, que en el pasado fue tan familiar, se presenta poco a poco tan abrumador como su nueva vida y la acabará forzando a dejar de huir para enfrentarse a sus miedos.

20.000 especies de abejas (2023)

Miércoles 5 de marzo, a las 17 h

Dir. Estibaliz Urresola

Cocó, de ocho años, no encaja en las expectativas del resto y no entiende por qué. Todos a su alrededor insisten en llamarle Aitor, pero no se reconoce en ese nombre ni en la mirada de los demás. Su madre, sumida en una crisis profesional y sentimental, aprovechará las vacaciones para viajar con sus tres hijos a la casa materna, donde residen su madre y también su tía, estrechamente ligada a la cría de abejas y la producción de miel. Este verano que cambiará sus vidas obligará a estas mujeres de tres generaciones muy distintas a enfrentarse a sus dudas y temores.

Historias de mujeres murcianas: Voces que inspiran

Miércoles 12 de marzo, a las 17 h

A cargo de la realizadora, productora y directora Cecilia Ibáñez.

Campeonex (2023)

Miércoles 26 de marzo, a las 17 h

Dir. Javier Fesser

Nuestro equipo de “campeones” abandona el baloncesto para adentrarse por error en el fascinante mundo del atletismo de la mano de una entrenadora novata. Entre las duras exigencias de la nueva disciplina y la sorprendente capacidad de la entrenadora para atraer todo tipo de desgracias y calamidades, todo acabará saliendo del revés.



3.

Ciclo de conferencias

Atención y conciencia plena

Martes 4 de febrero, a las 17 h

El fenómeno migratorio: retos y oportunidades

Martes 11 de febrero, a las 16.30 h

Los amarillos de Van Gogh

Martes 25 de febrero, 17 h

Habilidades para entender y resolver los conflictos del día a día

Martes 4 de marzo, 17 h

¿Qué es una cultura? Noción antropológica y aplicación a casos

Martes 11 de marzo, a las 16.30 h

Medicina preventiva: recomendaciones

Martes 25 de marzo, 17 h

Un día en Tívoli

Martes 1 de abril, 17 h

4. Conciertos en directo: vive la música

Escucha en directo un concierto de instrumentos solistas y vive la música de manera particular.

Miércoles 26 de febrero, a las 17 h

Miércoles 2 de abril, a las 17 h



1. Mejora de la salud física y prevención de la fragilidad

En forma I

Del 27 de enero al 21 de marzo

Lunes y viernes, de 10 a 11 h

Es un taller de promoción de la salud mediante la realización de ejercicio orientado a mantener y mejorar la condición física general de las personas mayores.

Pilates

Del 27 de enero al 7 de abril

Lunes, de 12 a 13.30 h

Ejercítate sin impacto de manera progresiva y global.

Kundalini yoga

Del 28 de enero al 8 de abril

Martes, de 10 a 11.30 h

Practicar kundalini yoga hace que nos sintamos libres y renovados. Es una mezcla de prácticas físicas y espirituales que mejora la conciencia y la autoaceptación. Su objetivo principal es despertar la conciencia humana y experimentar la quietud interior.

Cabaret

Del 28 de enero al 8 de abril

Martes, de 16.30 a 18 h

Durante este taller cantaremos y bailaremos al ritmo de la música de cabaret de Lisa Minelli y la película *Chicago*. Crearemos coreografías y manejaremos la boa de plumas.

Danza jazz

Del 28 de enero al 8 de abril

Martes, de 18 a 19.30 h

Nos sumergiremos en coreografías del *jazz* lírico de musical. Se llevarán a cabo diagonales y preparación a giros *pas de bourrée*. Músicas actuales.

Cardio y fuerza

Del 29 de enero al 9 de abril

Miércoles, de 10 a 11.30 h

Siéntete fuerte sin cansarte.

Iniciación a las sevillanas

Del 30 de enero al 10 de abril

Jueves, de 16.30 a 18 h

Paseíllos, pasadas, careos y remate. Con estos cuatro sencillos movimientos serás la envidia de la próxima Feria de Abril.

Técnicas de relajación: mejora tu sueño

Del 31 de enero al 11 de abril

Viernes, de 12 a 13.30 h

Practicar la respiración consciente y la relajación muscular te ayudará a mejorar la calidad del sueño. Se explorarán métodos para calmar la mente antes de dormir, reducir la tensión física y reparar el cuerpo para un descanso profundo y reparador.

2. Desarrollo personal y ciclo vital

El objetivo de esta línea de actuación es facilitar el desarrollo de competencias y recursos personales que redunden en la mejora del bienestar emocional.

Vivir como yo quiero

Del 27 de enero al 10 de marzo

Lunes y jueves, de 18 a 19.30 h

Vivir con sentido

Del 28 de enero al 25 de marzo

Martes, de 12 a 13.30 h



3.

Formación

Artes plásticas, musicales, escénicas y cinematográficas

Taller de pintura. 1200 Murcia

Del 27 de enero al 7 de abril

Lunes, de 10 a 12 h

Lunes, de 12 a 14 h

Se cumplen 1.200 años desde que Abderramán II fundase Mursiyya, a orillas del río Segura, tras la conquista de este territorio por el general Muawiyya. Pintar lo que nos evoca la ciudad será el objetivo de este taller.

Convierte tus viajes en obras de arte

Del 27 de enero al 7 de abril

Lunes, de 16.30 a 18 h

Aprende las claves para la elaboración de un bonito diario de cada uno de tus viajes. Para ello, usaremos diferentes técnicas o recursos: *scrapbook*, *Canva*, *sketch* y *collage*, entre otros.

Comparte tu talento

Del 27 de enero al 7 de abril

Lunes, de 16.30 a 18 h

Es sorprendente la cantidad de habilidades artísticas, creativas y de otros tipos que tenemos y que personas con las que hemos pasado mucho tiempo ni siquiera conocen. Si hay algo que abandonaste en el pasado y todavía sigue latiendo dentro de ti, tal vez vaya siendo hora de encontrar un espacio donde expresarlo y compartirlo.

Escuchar el s. xx a través de la música

Del 27 de enero al 7 de abril

Lunes, de 18 a 19.30 h

Durante este taller invitamos a las personas participantes a embarcarse en un viaje sonoro que explota la diversidad musical del siglo xx. Asistiremos al surgimiento del *jazz*, nos adentraremos en la edad dorada de las *big bands* y los grandes musicales; experimentaremos la evolución del *swing* al *bebop*; nos emocionará la música cinematográfica y vibraremos con el *rock and roll* y el pop. Tomemos el pulso de una época a través de sus sonidos.

Pintando fondos marinos con acuarela

Del 28 de enero al 8 de abril

Martes, de 12 a 13.30 h

En este taller aprenderemos a pintar fondos marinos con acuarela cultivando el tratamiento de la técnica, el uso de los colores y la composición de la obra.

Jazz y cine

Del 30 de enero al 10 de abril

Jueves, de 10 a 11.30 h

Desde la aparición de las primeras grabaciones cinematográficas, la música de *jazz* ha estado estrechamente ligada al cine: ya desde el cine mudo y su acompañamiento casi siempre con música *stride*, *dixieland* o *ragtime*, y pasando posteriormente a las grandes bandas sonoras del cine clásico de los años cuarenta, cincuenta y sesenta. Hoy en día el cine exalta la vida de aquellos músicos y compositores que dieron al *jazz* y al cine un papel predominantemente en la cultura de los siglos xx y xxi.

Leyendo el teatro de la zarzuela

Del 31 de enero al 11 de abril

Viernes, de 10 a 11.30 h

Este taller invita a explorar el rico y vibrante universo del teatro de la zarzuela, un género teatral y musical único que ha capturado la esencia de la cultura española a través de sus personajes, historias o ritmos. Mediante la lectura dramatizada y el análisis de libretos de zarzuelas emblemáticas, como *La verbena de la Paloma* o *Doña Francisquita*, se descubrirán las características estilísticas y temáticas que definen este género tan singular.

Divulgación

El té. Elixir milenario

Del 27 de enero al 7 de abril

Lunes, de 12 a 13.30 h

En este taller se hará un recorrido histórico desde los orígenes de la producción y elaboración del té hasta nuestros días. También se tratará la gran variedad de téis presentes actualmente en el mercado, tanto desde el punto de vista tipológico como geográfico.

Taller iRadioUCAM: tu voz en la radio

(grupo de continuidad)

Del 28 de enero al 8 de abril

Martes, de 10 a 12 h

Participa en tertulias de actualidad en las que la voz de las personas mayores tiene un espacio propio con iRadioUCAM.

Batch cooking

Del 29 de enero al 9 de abril

Miércoles, de 12 a 13.30 h

Planifica el tiempo de preparación y los productos para dejar listas las comidas de toda la semana. Con el *batch cooking*, además de ahorrar tiempo y dinero, no desperdiciamos comida ni esfuerzo.

Recorre la Murcia medieval a través de una baraja de cartas

Del 6 al 27 de febrero

Jueves, de 12 a 14 h

La historia medieval de la ciudad de Murcia es inmensamente rica, amplia e interesante. Conocerla a través de una baraja aporta un espíritu lúdico que ya proclamaba el propio Alfonso X en su *Libro de los juegos*. Con este taller pretendemos conocer parte de nuestro patrimonio y figuras clave de nuestra historia medieval asociándolas a un lugar concreto de la ciudad y paseando por las rutas en las que se desarrolló.

4. Creatividad y reflexión

Bertrand Russell, un referente filosófico y moral del s. xx

Del 27 de enero al 7 de abril

Lunes, de 10 a 11.30 h

Matemático, lógico, estudioso de la materia, crítico implacable de nuestra cultura y de nuestras costumbres, humanista militante, todo en uno.

El amor y sus mitos

Del 27 de enero al 7 de abril

Lunes, de 16.30 a 18 h

Qué es el amor, cuál es su fin, si podemos prescindir de él, qué lugar ocupa en nuestras vidas o si existen distintos tipos de amor. Estas son algunas de las preguntas que se pretenden abordar en este taller, atravesadas por los mitos clásicos del amor: las figuras de Don Juan y Tristán, o el banquete de Plátón con su media naranja, entre otros.

Escritura creativa

Del 27 de enero al 7 de abril

Lunes, de 18 a 19.30 h

Fomentar el desarrollo de la creatividad y el uso de la imaginación es el objetivo de este taller que facilita conocimientos, claves y técnicas sobre la escritura creativa acompañando a los participantes a escribir sus propios textos de una manera amena y participativa, al mismo tiempo que se favorece la lectura, la reflexión y el debate sobre obras literarias fundamentales.

Creación de pódcast

Del 29 de enero al 26 de marzo

Miércoles, de 18 a 19.30 h

Ofrece las claves básicas para la creación de un pódcast desde cero: creación del guion, conceptos radiofónicos, efectos de sonido, edición y difusión. Pretende facilitar un recurso tecnológico actual que permita desarrollar la creatividad y el uso de la imaginación en un entorno de participación dinámico.

Amigos Lectores

Del 30 de enero al 6 de marzo

Jueves, de 12 a 13.30 h

Se comparte la lectura e interpretación de un libro en un entorno de confianza y dinámico, en el que los participantes pueden intercambiar opiniones y reflexiones acerca de este.

La brújula literaria

Del 31 de enero al 11 de abril

Viernes, de 12 a 13.30 h

Viajes inesperados y extrañas aventuras en tierras distantes o próximas, las novelas de aventuras han sido parte de la literatura desde hace siglos. Desde las obras de Walter Scott hasta las de Julio Verne y Emilio Salgari, sus inolvidables protagonistas siguen siendo hoy parte de nuestra cultura. Primera novela propuesta: *Miguel Strogoff*, de Julio Verne.

5. Mejora de las competencias digitales

Iniciación a la informática

Del 27 de enero al 12 de febrero

Lunes, miércoles y viernes, de 10 a 12 h

Del 28 de enero al 20 de febrero

Martes y jueves, de 16 a 18 h

Del 10 al 28 de marzo

Lunes, miércoles y viernes, de 18 a 20 h

Se enseñan los conocimientos básicos para manejar el ordenador, internet y el correo electrónico.

Internet: ventanas y oportunidades

Del 28 de enero al 10 de abril

Martes y jueves, de 10 a 12 h

En este taller se pretende que las personas participantes conozcan las principales herramientas que tienen a su disposición para realizar trámites cotidianos a través del ordenador.

Recursos digitales para la comunicación: redes sociales, WhatsApp y videoconferencia

Del 27 de enero al 26 de febrero

Lunes, miércoles y viernes, de 16 a 18 h

Del 5 de febrero al 26 de marzo

Miércoles y viernes, de 12 a 14 h

El objetivo del taller es dar a conocer de una manera práctica y divertida las principales herramientas de comunicación en línea.

Ecosistema digital

Inteligencia artificial

Del 27 de enero al 7 de abril

Lunes, de 12 a 13.30 h

La inteligencia artificial (IA) es una rama de la informática que busca crear sistemas capaces de simular que realizan tareas que normalmente requieren de la inteligencia humana. La IA tiene un gran potencial para mejorar la vida de las personas y contribuir al desarrollo sostenible, pero también plantea desafíos éticos, sociales y legales que es necesario conocer y debatir.

Entretenimiento digital

Del 27 de enero al 12 de febrero

Lunes, miércoles y viernes, de 18 a 19.30 h

Del 3 al 21 de marzo

Lunes, miércoles y viernes, de 16 a 17.30 h

Con este taller realizaremos un recorrido por algunas de las principales opciones de televisión, cine, lectura, etc., que tenemos disponibles en internet.

Pensamiento crítico en un mundo digital: usar las tecnologías con seguridad

Del 28 de enero al 8 de abril

Martes, de 12 a 13.30 h

A través de este taller presentaremos de manera práctica algunos aspectos importantes del análisis de las tecnologías digitales y algunas buenas prácticas para aprender a participar en el escenario tecnológico —espacio en red— de forma crítica, segura y responsable. La clave es aprovechar todas las ventajas de las tecnologías, sin sufrir las consecuencias que un uso inadecuado podría conllevar.

Cuida tu memoria en línea

Del 6 de febrero al 27 de marzo

Jueves, de 12 a 13.30 h

Del 17 de febrero al 5 de marzo

Lunes, miércoles y viernes, de 18 a 19.30 h

Este taller pretende un doble objetivo: por un lado, dar a conocer algunos de los recursos digitales que se utilizan para mantener la mente ágil; por otro, y de manera preventiva, entrenar y agilizar la atención, la mente, los sentidos, etc.



6. Participación social y voluntariado

*Proyectos orientados a compartir
conocimientos*

Uso del móvil: primeros pasos

Del 27 de enero al 7 de abril
Lunes, de 10 a 11.30 h

Roma, paso a paso II

Del 28 de enero al 8 de abril
Martes, de 12 a 13.30 h

Inteligencia artificial y fotografía

Del 28 de enero al 8 de abril
Martes, de 12 a 13.30 h

PowerPoint avanzado

Del 28 de enero al 8 de abril
Martes, de 18 a 19.30 h

Bordados y manualidades

Del 29 de enero al 9 de abril
Miércoles, de 10 a 12 h

MemoriesOnTV: montaje de fotos y vídeos con música (grupo de continuidad)

Del 29 de enero al 9 de abril
Miércoles, de 12 a 14 h

Encuentros con la poesía

Del 29 de enero al 9 de abril
Miércoles, de 16.30 a 18 h

Emociónate escribiendo (grupo de continuidad)

Del 30 de enero al 10 de abril
Jueves, de 10 a 12 h

Murcia en fotos, ayer y hoy

Del 31 de enero al 11 de abril
Viernes, de 10 a 12 h

Vinos pintados II

Del 31 de enero al 11 de abril
Viernes, de 12 a 13.30 h

Iniciación al *collage*

Del 31 de enero al 11 de abril
Viernes, de 17 a 19 h

Educación la mirada III (grupo de continuidad)

Del 4 de febrero al 1 de abril
Martes, de 10 a 11.30 h

Reloj inteligente aplicado a tu salud

Del 6 de febrero al 27 de marzo
Jueves, de 12 a 13.30 h

Si no tienes reloj inteligente o si quieres conocer más acerca de las ventajas de estos y otros dispositivos, puedes acudir al encuentro “Primer contacto con reloj inteligente” que se realizará el 30 de enero, jueves, de 12 a 13.30 h.

7. El trabajo con la comunidad

Proyectos de voluntariado en colaboración con entidades, asociaciones o instituciones que están presentes en la comunidad y con las que se impulsa el compromiso de las personas mayores con la sociedad.

Impresión 3D: imagina y crea

Voluntarios de AMUVIM, en colaboración con ASTRAPACE y otras asociaciones afines, crean mediante impresión 3D objetos que facilitan las tareas cotidianas de personas con discapacidad física. Para ello utilizan herramientas digitales, programas de diseño y metodologías innovadoras en la búsqueda de las soluciones más adecuadas para cada una de las necesidades planteadas por los participantes.

Español para extranjeros

Las personas voluntarias de este proyecto acompañan en el aprendizaje del idioma español a personas mayores de edad.

Lectura intergeneracional

Cooperativa de Desarrollo Comunitario (COPEDECO), dirigida a niños y niñas.

CiberCaixa Solidaria con Fundown

Acercamos las tecnologías de la información y la comunicación a jóvenes pertenecientes a la asociación Fundown.

CiberCaixa penitenciaria en régimen abierto

Compartimos espacios relacionales con personas residentes en el Centro de Inserción Social Guillermo Miranda de Murcia y las acompañamos en la adquisición de competencias digitales y sus nuevos retos.

Brecha digital con el Ayuntamiento de Murcia

Personas mayores asociadas de los Centros Sociales de Mayores de San Juan - Santa Eulalia - San Lorenzo - Universidad, San Miguel y de La Flota, del municipio de Murcia, acompañadas de AMUVIM, se forman en competencias digitales con el objeto de adquirir conocimientos que contribuyan a disminuir la brecha digital y mejorar el desarrollo de las actividades de los propios centros.



Tus propuestas

Si tienes una propuesta y te apetece compartirla, podrás hacerlo solicitando en el centro la ficha de sugerencias.

Estaremos encantados de valorarla y darte una respuesta.

¡Muchas gracias!



Fundación "la Caixa"

Espacio Fundación "la Caixa" Murcia

Horario de atención al público

De lunes a viernes laborables,
de 10 a 14 h y de 16 a 20 h

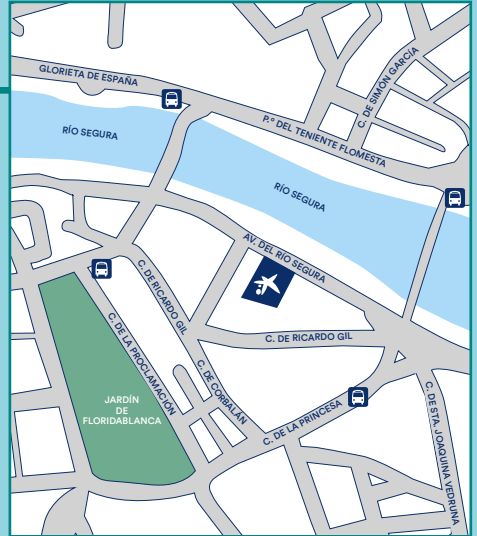
Servicio de Información de la Fundación "la Caixa"

Tel.: 900 223 040

De lunes a viernes,
de 9 a 17 h

info@fundacionlacaixa.org

www.fundacionlacaixa.org



Av. del Río Segura, 6
30002 Murcia
Tel.: 968 226 313

Programa de
Personas Mayores