



AYUNTAMIENTO DE ALICANTE
CONCEJALÍA DE CONSUMO

FICHA DE ACTIVIDADES OCIO FORMATIVO
ENERO-MARZO 2025
CONCEJALIA DE CONSUMO – CERCA
TELÉFONO DE CERCA: 965 14 52 94



Nombre y Apellidos:

Tfno. Mail:.....

- ACTIVIDADES TRIMESTRALES -

ENERO A MARZO

ACTIVIDAD	PROGRAMA	DESCRIPCIÓN	FECHA	HORA	MARCA CON X
ASESORÍAS DE AYUDA AL CONSUMIDOR	Derechos Consumidor (ADACUA)	Impartido por ADACUA Conoce las estafas, fraudes y reclamaciones más habituales. Conoce herramientas para protegernos. Aprende a reclamar y resolverlo. Sé un consumidor cauteloso. (Grupo trimestral)	TODOS LOS MARTES desde el 21 enero al 8 abril	11:30 A 13:00	
INFORMÁTICA PARA USO DIARIO (Grupo 1)	Nuevas Tecnologías (Voluntariado)	Impartido por Betty Mora Suministrar a las personas mayores herramientas que contribuyan a disminuir la brecha digital que les permitan hacer uso de las nuevas tecnologías. ¡ATENCIÓN! SE HARÁ SORTEO DE LAS PLAZAS DISPONIBLES	JUEVES Ciclo de 5 charlas Fechas: 16, 23, 30 enero y 6 y 13 febrero	9:30 A 11:00	
INFORMÁTICA PARA USO DIARIO (Grupo 2)	Nuevas Tecnologías (Voluntariado)	Impartido por Betty Mora Suministrar a las personas mayores herramientas que contribuyan a disminuir la brecha digital que les permitan hacer uso de las nuevas tecnologías. ¡ATENCIÓN! SE HARÁ SORTEO DE LAS PLAZAS DISPONIBLES	JUEVES Ciclo de 5 charlas Fechas: 20 y 27 febrero y 6, 13 y 20 marzo	9:30 A 11:00	

- ACTIVIDADES SEMANALES -

ENERO

ACTIVIDAD	PROGRAMA	DESCRIPCIÓN	FECHA	HORA	MARCA CON X
MANEJO DEL MÓVIL	Nuevas Tecnologías (Voluntariado)	<i>Impartido por SECOT</i> Curso de dos sesiones de tres horas cada sesión, (lunes y miércoles) para conocer el funcionamiento del móvil, descarga de aplicaciones de uso común (whatsapp, correo electrónico, compras, etc)	LUNES Y MIÉRCOLES 13 y 15	10:00 a 13:00	
ALIMENTACIÓN SALUDABLE	Consumo saludable (Voluntariado)	<i>Impartido por Samantha Rodríguez</i> Charla informativa dedicada al tema de Longevidad e inmunosenescencia. El envejecimiento saludable	VIERNES 17	10:00 a 11:30	
SERVICIOS PÚBLICOS: NUEVAS FORMAS TELEMÁTICAS DE RELACIONARSE CON LA ADMINISTRACIÓN	Derechos Consumidor (ADACUA)	<i>Impartido por ADACUA</i> Aprenderemos a relacionarnos con la Administración a través de las nuevas formas telemáticas existentes: conocimiento de la Sede electrónica del Ayuntamiento de Alicante, cómo se utiliza la firma digital, trámites con Hacienda, solicitud de Citas Médicas...	MARTES Ciclo de 3 sesiones Fechas: 21, 28 enero y 4 febrero	10:00 a 11:30	
NUESTRA COCINA. NUESTROS PRODUCTOS	Consumo saludable (Voluntariado)	<i>Coordinado por Paca Ayza.</i> <i>Impartido distintas cocineras, o proveedores gastronómicos</i> Elaboración de recetas de la Dieta Mediterránea por cocineros aficionados a la cocina y restauradores de Alicante, y demostraciones de productos de nuestra tierra. <u>Nota:</u> aportación por participante 4€ para la compra de ingredientes. La receta se entregará a los asistentes, quienes también podrán degustar las elaboraciones del día.	VIERNES 24	11:00 a 13:00	
ASESORÍA DE CONSUMO: EL ABOGADO RESPONDE	Derechos Consumidor (ADACUA)	<i>Impartido por ADACUA</i> "El abogado responde" es una iniciativa de CERCA para poner en valor los derechos de los consumidores en tres temáticas donde los consumidores se encuentran en una especial situación de vulnerabilidad por ser temas cuyo lenguaje es muy complejo y porque son esenciales para no enfrentarnos a futuros problemas. En estas charlas contaremos con la presencia de un abogado/a que responderá a tus dudas.	LUNES 27	11:30 a 13:00	

- ACTIVIDADES SEMANALES -

		Tema 1: Vivienda.- ¿Conoces tus derechos como propietario de un inmueble? ¿Sabes cómo hacerlos valer en una reunión de propietarios?			
VISITA A SUPERMERCADO	Derechos Consumidor	Visita a Carrefour Gran Vía. Conoceremos la actividad que se desarrolla en un supermercado para servir los productos de alimentación (controles, rotación, fechas de caducidad, etc). Punto de encuentro: Entrada principal de Carrefour Gran Vía. Nota: se requiere de vehículo propio o de hacer uso del transporte público para llegar al punto de encuentro.	JUEVES 30	10:00 a 11:00h	
CONSEJOS BÁSICOS DE SEGURIDAD	Nuevas Tecnologías	<i>Impartido por la Policía Nacional</i> Desde el Departamento de Participación Ciudadana de la Policía Nacional nos ofrecerán una charla sobre consejos básicos de seguridad.	VIERNES 31	10:00 a 11:00	

ACTIVIDADES SEMANALES -

FEBRERO

ACTIVIDAD	PROGRAMA	DESCRIPCIÓN	FECHA	HORA	MARCA CON X
BANCO DE ESPAÑA	Derechos Consumidor	<i>Charla Impartida por Manuel Álvarez, especialista del Banco de España</i> Tema: ¿Qué tengo que saber si voy a financiar una compra? Lugar de realización: Sede del Banco de España Dirección: Rambla Méndez Núñez, 31	MIÉRCOLES 5	10:00 a 11:00	
CONSEJOS NUTRICIONALES	Consumo saludable (Universidad de Alicante)	Charla a cargo de alumnos en prácticas del Grado de Nutrición de la Universidad de Alicante donde se abordarán diferentes temas relacionados con la Nutrición. Tema 1: Nutrición y envejecimiento activo	JUEVES 6	10:00 a 11:00	

ACTIVIDADES SEMANALES -

APLICACIÓN GVA-SALUT	Nuevas Tecnologías (Centro Salud)	Curso impartido en la instalaciones de CERCA, para aprender el manejo de la aplicación de la Conselleria de Sanitat: aprender a pedir cita previa con tu médico, descargar los justificantes, consultar tus tratamientos, etc.	VIERNES 7	9:30 a 10:30	
SERVICIOS PÚBLICOS: NUEVAS FORMAS TELEMÁTICAS DE RELACIONARSE CON LA ADMINISTRACIÓN	Derechos Consumidor (ADACUA)	<i>Impartido por ADACUA</i> Aprenderemos a relacionarnos con la Administración a través de las nuevas formas telemáticas existentes: conocimiento de la Sede electrónica del Ayuntamiento de Alicante, cómo se utiliza la firma digital, trámites con Hacienda, solicitud de Citas Médicas...	MARTES <u>Ciclo de 3 sesiones</u> Fechas: 11, 18 y 25 febrero	10:00 a 11:30	
MANEJO DEL MÓVIL	Nuevas Tecnologías (Voluntariado)	<i>Impartido por SECOT</i> Curso de dos sesiones de tres horas cada sesión, (lunes y martes) para conocer el funcionamiento del móvil, descarga de aplicaciones de uso común (whatsapp, correo electrónico, compras, etc)	LUNES Y MIÉRCOLES 10 y 12	10:00 a 13:00	
ASESORÍA DE CONSUMO: EL ABOGADO RESPONDE	Derechos Consumidor (ADACUA)	<i>Impartido por ADACUA</i> "El abogado responde" es una iniciativa de CERCA para poner en valor los derechos de los consumidores en tres temáticas donde los consumidores se encuentran en una especial situación de vulnerabilidad por ser temas cuyo lenguaje es muy complejo y porque son esenciales para no enfrentarnos a futuros problemas. En estas charlas contaremos con la presencia de un abogado/a que responderá a tus dudas. Tema 2: Testamento.- ¿Sabes lo que son los poderes preventivos para el caso de discapacidad?, ¿Has hecho testamento económico y vital? ¿Conoces las ventajas para tus herederos en caso de hacer testamento?	MARTES 11	11:30 a 13:00	
CONSEJOS NUTRICIONALES	Consumo saludable (Universidad de Alicante)	Charla a cargo de alumnos en prácticas del Grado de Nutrición de la Universidad de Alicante donde se abordarán diferentes temas relacionados con la Nutrición. <u>Tema 2: Principales patologías alimentarias</u>	JUEVES 13	10:00 a 11:00	
NUESTRA COCINA. NUESTROS PRODUCTOS	Consumo saludable (Voluntariado)	<i>Coordinado por Paca Ayza.</i> <i>Impartido distintos cocineros, o proveedores gastronómicos</i> Elaboración de recetas de la Dieta Mediterránea por cocineros aficionados a la cocina y restauradores de Alicante, y demostraciones de productos de nuestra tierra. <u>Nota:</u> aportación por participante 4€ para la compra de ingredientes. La receta se entregará a los asistentes, quienes también podrán degustar las	VIERNES 14	11:00 a 13:00	

ACTIVIDADES SEMANALES -

		elaboraciones del día.			
BANCO DE ESPAÑA	Derechos Consumidor	<p style="text-align: center;"><i>Impartido por Jesús Prado, especialista del Banco de España</i> Tema: Consejos para prevenir el fraude en operaciones financieras Lugar de realización: Sede del Banco de España Dirección: Rambla Méndez Núñez, 31</p>	LUNES 17	10:00 a 11:00	
ALIMENTACIÓN SALUDABLE	Consumo saludable (Voluntariado)	<p style="text-align: center;"><i>Impartido por Samanta Rodríguez</i> Charla informativa dedicada al tema de Neuroinflamación y neuronutrición.</p>	VIERNES 21	10:00 a 11:30	
TALLER DE PRIMEROS AUXILIOS y TÉCNICA RCP	Consumo saludable	Taller de primeros auxilios impartido por el Centro de Salud Santa Faz-Ayuntamiento. Taller práctico sobre que hacer ante un accidente y cómo prestar los primeros auxilios. Maniobras de reanimación, curas, torniquetes, etc. <u>Lugar de realización:</u> instalaciones del CERCA	VIERNES 28	9:30 a 11:00	

- ACTIVIDADES SEMANALES -

MARZO

ACTIVIDAD	PROGRAMA	DESCRIPCIÓN	FECHA	HORA	MARCA CON X
SERVICIOS PÚBLICOS: NUEVAS FORMAS TELEMÁTICAS DE RELACIONARSE CON LA ADMINISTRACIÓN	Derechos Consumidor (ADACUA)	<i>Impartido por ADACUA</i> Aprenderemos a relacionarnos con la Administración a través de las nuevas formas telemáticas existentes: conocimiento de la Sede electrónica del Ayuntamiento de Alicante, cómo se utiliza la firma digital, trámites con Hacienda, solicitud de Citas Médicas...	MARTES Ciclo de 3 sesiones Fechas: 4, 11 y 18 marzo	10:00 a 11:30	
CONSEJOS NUTRICIONALES	Consumo saludable	Charla a cargo de alumnos en prácticas del Grado de Nutrición de la Universidad de Alicante donde se abordarán diferentes temas relacionados con la Nutrición. <u>Tema 3: Los alérgenos alimentarios</u>	MIÉRCOLES 5	10:00 a 11:00	
CHARLA SOBRE IMPUESTOS (AGENCIA TRIBUTARIA)	Derechos Consumidor	<i>Impartido por un coordinador/a de Educación Cívico Tributaria de Alicante</i> La educación cívico-tributaria tiene como objetivo primordial transmitir ideas, valores y actitudes favorables a la responsabilidad fiscal y contrarios a las conductas defraudadoras. En la charla se intentan resolver tres preguntas fundamentales: Para qué son los impuestos - Quién paga los impuestos - Qué impuestos hay	VIERNES 7	10:00 a 11:00	
MANEJO DEL MÓVIL	Nuevas Tecnologías (Voluntariado)	<i>Impartido por SECOT</i> Curso de dos sesiones de tres horas cada sesión, (lunes y martes) para conocer el funcionamiento del móvil, descarga de aplicaciones de uso común (whatsapp, correo electrónico, compras, etc)	LUNES Y MIÉRCOLES 10 y 12	10:00 a 13:00	
ASESORÍA DE CONSUMO: EL ABOGADO RESPONDE	Derechos Consumidor (ADACUA)	<i>Impartido por ADACUA</i> "El abogado responde" es una iniciativa de CERCA para poner en valor los derechos de los consumidores en tres temáticas donde los consumidores se encuentran en una especial situación de vulnerabilidad por ser temas cuyo lenguaje es muy complejo y porque son esenciales para no enfrentarnos a futuros problemas. En estas charlas contaremos con la presencia de un abogado/a que responderá a tus dudas. Tema 3: Servicios Financieros.- Los servicios financieros como servicios esenciales que afectan al patrimonio del consumidor precisan de un conocimiento detallado de sus principales tipologías. En esta charla aprenderás a diferenciar qué contratas en una entidad financiera y a qué te	MARTES 11	11:30 a 13:00	

- ACTIVIDADES SEMANALES -

		comprometes.			
CATA DE AGUAS	Consumo saludable	Mediante el análisis sensorial, los asistentes valoran los aspectos organolépticos del agua (su sabor y olor, principalmente), para definir sus preferencias y hábitos de consumo, y descubrir finalmente cuáles han sido sus percepciones. La metodología es la propia degustación “a ciegas” a través de muestras de aguas: embotelladas que presentan diferentes características (mineralización muy débil, media y fuerte) y aguas de abastecimiento “de grifo” de diferentes orígenes, localizaciones y tratamientos utilizando los tres sentidos principales: vista, gusto y olfato.	MIÉRCOLES 12	11:00 a 12:30	
CONSEJOS NUTRICIONALES	Consumo saludable	Charla a cargo de alumnos en prácticas del Grado de Nutrición de la Universidad de Alicante donde se abordarán diferentes temas relacionados con la Nutrición. <u>Tema 4: La dieta mediterránea</u>	JUEVES 13	10:00 a 11:00	
NUESTRA COCINA. NUESTROS PRODUCTOS	Consumo saludable (Voluntariado)	<i>Coordinado por Paca Ayza. Impartido distintos cocineros, o proveedores gastronómicos</i> Elaboración de recetas de la Dieta Mediterránea por cocineros aficionados a la cocina y restauradores de Alicante, y demostraciones de productos de nuestra tierra. <u>Nota:</u> aportación por participante 4€ para la compra de ingredientes. La receta se entregará a los asistentes, quienes también podrán degustar las elaboraciones del día.	VIERNES 21	11:00 a 13:00	
VISITA A CRUZ ROJA	Consumo saludable	Visita a las instalaciones de Cruz Roja Alicante donde nos mostrarán y explicarán las actividades que desarrollan y el programa de voluntariado, además de los talleres de consumo saludable. <u>Punto de encuentro:</u> Glorieta de la Solidaridad, nº1 Nota: se requiere de vehículo propio o de hacer uso del transporte público para llegar al punto de encuentro.	MIÉRCOLES 26	10:00 a 11:00	
ALIMENTACIÓN SALUDABLE	Consumo saludable (Voluntariado)	<i>Impartido por Samantha Rodríguez</i> Charla informativa dedicada al tema de los “Alimentos Funcionales”.	VIERNES 28	10:00 a 11:30	