

Actividades Educativas en Centros Comunitarios



CERCA
CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE
C/ Calderón de la Barca - Mercado Central
Tel: 965 145 294 - Mail: cerca@alicante.es



COMPRAS EN INTERNET: CONSEJOS PARA QUE NO TE ENGAÑEN

Dar a conocer Webs de confianza. Aprenderemos a elegir el producto, forma de pago, recepción del mismo, devoluciones. Incluye también las compras en supermercados, tiendas, Amazon, etc. Compra y venta a través de aplicaciones o páginas web. Comprar y pagar con tarjetas y/o móvil: sustitución del dinero en efectivo: tiendas, grandes almacenes, taxis, etc., aplicaciones necesarias para realizar los pagos en el caso del pago con móvil.



FECHA: 19 MAYO 10:00 a 12:00 h

LUGAR: C.C. FELICIDAD SÁNCHEZ



NUTRICIÓN Y SALUD: PRINCIPALES PATOLOGÍAS ALIMENTARIAS

Haremos un repaso por las principales patologías alimentarias (diabetes, celiaquía, obesidad,...), sus causas y tratamientos. Para prevenir la aparición de estas enfermedades. Lo primero que recomendamos es iniciarse en el aprendizaje sobre ejercicio físico y alimentación, planificando una dieta adecuada tomando como base los Alimentos de la Pirámide Alimenticia.



FECHA: 21 MAYO 11:00 A 12:30 H

LUGAR: C.C. FELICIDAD SÁNCHEZ

Actividades Educativas en el C.C. Playas



CERCA
CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE

C/ Calderón de la Barca - Mercado Central
Tel: 965 145 294 - Mail: cerca@alicante.es

➔ DESAYUNOS Y MERIENDAS SALUDABLES

Taller práctico donde se realizarán de manera muy sencilla, desayunos y meriendas con ingredientes saludables, para que cada participante del taller pueda elaborar estas recetas en el taller y posteriormente en casa, y así adquirir conocimientos de nutrición y alimentación, evitando la compra de productos procesados.

FECHA: 8 ABRIL 17:00 a 19:00 h

LUGAR: C.C. PLAYAS



➔ NUTRICIÓN SALUDABLE Y ALIMENTACIÓN A PARTIR DE LOS 50

Taller práctico dedicado a los beneficios de la alimentación saludable en las personas mayores, y en los alimentos, y formas de cocinar, mas convenientes para tratar o prevenir enfermedades asociadas a la edad.

FECHA: 29 ABRIL 17:30 A 19:00 H

LUGAR: C.C. PLAYAS



➔ COMPRAS EN INTERNET: CONSEJOS PARA QUE NO TE ENGAÑEN

Dar a conocer Webs de confianza. Aprenderemos a elegir el producto, forma de pago, recepción del mismo, devoluciones. Incluye también las compras en supermercados, tiendas, Amazon, etc. Compra y venta a través de aplicaciones o páginas web. Comprar y pagar con tarjetas y/o móvil: sustitución del dinero en efectivo: tiendas, grandes almacenes, taxis, etc., aplicaciones necesarias para realizar los pagos en el caso del pago con móvil.

FECHA: 15 MAYO 18:00 a 19:30 h

LUGAR: C.C. PLAYAS



➔ VIVIENDA: COMUNIDADES DE PROPIETARIOS

Con esta charla/asesoría se dará respuesta a todas las dudas que surgen a los propietarios de viviendas en sus relaciones con la comunidad de propietarios, así como el administrador de fincas, en su caso.

FECHA: 5 JUNIO 18:00 A 19:30 H

LUGAR: C.C. PLAYAS



Actividades Educativas en el C.C. Gastón Castelló



CERCA
CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE

C/ Calderón de la Barca - Mercado Central
Tel: 965 145 294 - Mail: cerca@alicante.es

➔ VIVIENDA: COMUNIDADES DE PROPIETARIOS

Con esta charla/asesoría se dará respuesta a todas las dudas que surgen a los propietarios de viviendas en sus relaciones con la comunidad de propietarios, así como el administrador de fincas, en su caso.

FECHA: 4 ABRIL 18:00 a 19:30 h

LUGAR: C.C. GASTÓN CASTELLÓ



➔ SERVICIOS BANCARIOS: PRINCIPALES OPERACIONES CON LOS BANCOS

Con esta charla/asesoría se pretende formar e informar sobre cómo contratar productos bancarios, cuentas, tarjetas, hipotecas, etc. Ventajas e inconvenientes, y advertencia sobre las cláusulas de los contratos, para que los consumidores puedan desenvolverse con seguridad ante cualquier contratación bancaria.

FECHA: 7 MAYO 10:00 a 12:00 h

LUGAR: C.C. GASTÓN CASTELLÓ



➔ RECICLADO DE ROPA

Hoy en día se hace esencial tener presente el concepto de consumo consciente a la hora de comprar ropa, debido a la gran cantidad de recursos hídricos y productos químicos empleados en su producción. Estos factores nos hacen tener presente el concepto de economía circular y el reciclaje de la ropa: ¿de verdad necesitamos reciclar ropa?. La respuesta es si. Los beneficios derivados del reciclaje textil se centran en la disminución del consumo de recursos en el proceso de producción de prendas nuevas, y en la reducción de los costes logísticos y de mantenimiento de prendas de nueva creación.

FECHA: 9 MAYO 17:00 a 19:00 h

LUGAR: C.C. GASTÓN CASTELLÓ

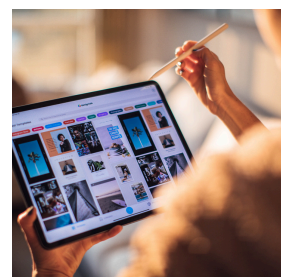


➔ NUEVAS TECNOLOGÍAS

Dar a conocer Webs de confianza. Aprenderemos a elegir el producto, forma de pago, recepción del mismo, devoluciones. Incluye también las compras en supermercados, tiendas, Amazon, etc. Compra y venta a través de aplicaciones o páginas web. Comprar y pagar con tarjetas y/o móvil: sustitución del dinero en efectivo: tiendas, grandes almacenes, taxis, etc., aplicaciones necesarias para realizar los pagos en el caso del pago con móvil.

FECHA: 16 MAYO 17:00 a 18:30 h

LUGAR: C.C. GASTÓN CASTELLÓ



➔ DESAYUNOS Y MERIENDAS SALUDABLES

Taller práctico donde se realizarán de manera muy sencilla, desayunos y meriendas con ingredientes saludables, para que cada participante del taller pueda elaborar estas recetas en el taller y posteriormente en casa, y así adquirir conocimientos de nutrición y alimentación, evitando la compra de productos procesados.

FECHA: 5 JUNIO 17:00 a 19:00 h

LUGAR: C.C. GASTÓN CASTELLÓ



Actividades Educativas en Centros Comunitarios



CERCA
CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE

C/ Calderón de la Barca - Mercado Central
Tel: 965 145 294 - Mail: cerca@alicante.es

➔ CHARLA SOBRE PATOLOGÍAS ALIMENTARIAS

Haremos un repaso por las principales patologías alimentarias (diabetes, celiaquía, obesidad,...), sus causas y tratamientos. Para prevenir la aparición de estas enfermedades. Lo primero que recomendamos es iniciarse en el aprendizaje sobre ejercicio físico y alimentación, planificando una dieta adecuada tomando como base los Alimentos de la Pirámide Alimenticia.

FECHA: 8 ABRIL 11:00 a 12:30 h

LUGAR: C.C. EL PLÁ



Actividades Educativas en Centros Comunitarios



CERCA
CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE

C/ Calderón de la Barca - Mercado Central
Tel: 965 145 294 - Mail: cerca@alicante.es



DESAYUNOS Y MERIENDAS SALUDABLES

Taller práctico donde se realizarán de manera muy sencilla, desayunos y meriendas con ingredientes saludables, para que cada participante del taller pueda elaborar estas recetas en el taller y posteriormente en casa, y así adquirir conocimientos de nutrición y alimentación, evitando la compra de productos procesados.

FECHA: 5 MAYO 17:00 a 19:00 h

LUGAR: C.C. PLAZA DEL CARMEN



Actividades Educativas en Centros Comunitarios



CERCA
CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE

C/ Calderón de la Barca - Mercado Central
Tel: 965 145 294 - Mail: cerca@alicante.es



COMPRAS EN INTERNET: CONSEJOS PARA QUE NO TE ENGAÑEN

Dar a conocer Webs de confianza. Aprenderemos a elegir el producto, forma de pago, recepción del mismo, devoluciones. Incluye también las compras en supermercados, tiendas, Amazon, etc. Compra y venta a través de aplicaciones o páginas web. Comprar y pagar con tarjetas y/o móvil: sustitución del dinero en efectivo: tiendas, grandes almacenes, taxis, etc., aplicaciones necesarias para realizar los pagos en el caso del pago con móvil.

FECHA: 22 MAYO 17:00 a 18:30 h

LUGAR: C.C. JOSÉ CANALES



Actividades Educativas en Centros Comunitarios



CERCA
CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE

C/ Calderón de la Barca - Mercado Central
Tel: 965 145 294 - Mail: cerca@alicante.es



NUTRICIÓN SALUDABLE Y ALIMENTACIÓN A PARTIR DE LOS 50

Taller práctico dedicado a los beneficios de la alimentación saludable en las personas mayores, y en los alimentos, y formas de cocinar, mas convenientes para tratar o prevenir enfermedades asociadas a la edad.

FECHA: 8 DE MAYO 11:30 A 13:00 H

LUGAR: CENTRO DE MAYORES EL GARBINET



Actividades Educativas en Centros Comunitarios



CERCA
CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE

C/ Calderón de la Barca - Mercado Central
Tel: 965 145 294 - Mail: cerca@alicante.es



DESAYUNOS Y MERIENDAS SALUDABLES

Taller práctico donde se realizarán de manera muy sencilla, desayunos y meriendas con ingredientes saludables, para que cada participante del taller pueda elaborar estas recetas en el taller y posteriormente en casa, y así adquirir conocimientos de nutrición y alimentación, evitando la compra de productos procesados.

FECHA: 12 MAYO 17:00 a 19:00 h

LUGAR: C.R.E.M.



Actividades Educativas en Centros Comunitarios



CERCA
CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE

C/ Calderón de la Barca - Mercado Central
Tel: 965 145 294 - Mail: cerca@alicante.es



DESAYUNOS Y MERIENDAS SALUDABLES

Taller práctico donde se realizarán de manera muy sencilla, desayunos y meriendas con ingredientes saludables, para que cada participante del taller pueda elaborar estas recetas en el taller y posteriormente en casa, y así adquirir conocimientos de nutrición y alimentación, evitando la compra de productos procesados.

FECHA: 23 MAYO 11:00 a 12:30 h

LUGAR: C.C. NOU ALACANT



Actividades Educativas en Centros Comunitarios



CERCA
CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE
C/ Calderón de la Barca - Mercado Central
Tel: 965 145 294 - Mail: cerca@alicante.es



NUEVAS FORMAS TELEMÁTICAS DE RELACIONARSE CON LA ADMINISTRACIÓN (SEDE ELECTRÓNICA AYUNTAMIENTO DE ALICANTE, FIRMA DIGITAL...)

Cada vez es más habitual relacionarse con la Administración realizando trámites telemáticos, es por ello que debemos aprender las diferentes formas de relacionarnos y como acceder a los trámites más habituales de la Administración. En esta parte se conocerá el funcionamiento de los certificado digitales, firma digital y trámite con el Ayuntamiento de Alicante, a través de su sede electrónica.

FECHA: 26 MAYO 11:00 a 12:30 h

LUGAR: C.C. GARBINET

