

Universidad Nacional  
Vicerrectoría de Extensión  
XLV edición - Cursos Participativos  
Del 5 de julio al 7 de agosto del 2021

Salud ecosistémica y calidad de vida

Curso	Grupo	Población meta	Horario	Instructor/a	Materiales	Requitos
Handball Kids: Balonmano para niños	1	Niños de 7 a 9 años	Lunes 5, miércoles 7, 14, 21 y 28 de julio y miércoles 4 de agosto del 2021, de 8:00 a.m. a 10:00 a.m.	Joan Hernandez Benavides	Contar, preferiblemente, un balón de balonmano, sino un balón tamaño 1 o un balón que rebote y que el niño o niña pueda manejar sin ningún problema. Además, un Ula Ula, conos, charolas, bolitas pequeñas, canastas o cajas, cuerda de saltar. *Los materiales para cada clase se adaptarán a las circunstancias del niño o la niña, por ejemplo, si no tienen conos o charolas, se podrá usar botellas o algún material parecido*	Espacio para realizar las actividades.
Handball Kids: Balonmano para niños	2	Niños de 7 a 9 años	Lunes 5, miércoles 7, 14, 21 y 28 de julio y miércoles 4 de agosto del 2021, de 11:00 a.m. a 1:00 p.m.	Joan Hernandez Benavides	Contar, preferiblemente, un balón de balonmano, sino un balón tamaño 1 o un balón que rebote y que el niño o niña pueda manejar sin ningún problema. Además, un Ula Ula, conos, charolas, bolitas pequeñas, canastas o cajas, cuerda de saltar. *Los materiales para cada clase se adaptarán a las circunstancias del niño o la niña, por ejemplo, si no tienen conos o charolas, se podrá usar botellas o algún material parecido*	Espacio para realizar las actividades.
Handball Kids: Balonmano para niños	3	Niños de 10 a 12 años	Lunes 5, miércoles 7, 14, 21 y 28 de julio y miércoles 4 de agosto del 2021, de 3:00 p.m. a 5:00 p.m.	Joan Hernandez Benavides	Contar, preferiblemente, un balón de balonmano, sino un balón tamaño 1 o un balón que rebote y que el niño o niña pueda manejar sin ningún problema. Además, un Ula Ula, conos, charolas, bolitas pequeñas, canastas o cajas, cuerda de saltar. *Los materiales para cada clase se adaptarán a las circunstancias del niño o la niña, por ejemplo, si no tienen conos o charolas, se podrá usar botellas o algún material parecido*	Espacio para realizar las actividades.
Football skills	1	Niños de 7 a 9 años	Martes 6 y jueves 8, 15, 22 y 29 de julio y 5 de agosto del 2021, de 8:00 a.m. a 10:00 a.m.	Joan Hernandez Benavides	*Contar con un balón de Fútbol o similar, un Ula Ula, conos, charolas, bolitas pequeñas, canastas o cajas y cuerda de saltar. ***Los materiales para cada clase se adaptarán a las circunstancias del niño o la niña, por ejemplo, si no tienen conos o charolas, se podrá usar botellas o algún material parecido***	Espacio para realizar las actividades.

Football skills	2	Niños de 7 a 9 años	Martes 6 y jueves 8, 15, 22 y 29 de julio y 5 de agosto del 2021, de 11:00 a.m. a 1:00 p.m.	Joan Hernandez Benavides	•Contar con un balón de Futbol o similar, un Ula Ula, conos, charolas, bolitas pequeñas, canastas o cajas y cuerda de saltar. ***Los materiales para cada clase se adaptarán a las circunstancias del niño o la niña, por ejemplo, si no tienen conos o charolas, se podrá usar botellas o algún material parecido***	Espacio para realizar las actividades.
Football skills	3	Niños de 10 a 12 años	Martes 6 y jueves 8, 15, 22 y 29 de julio y 5 de agosto del 2021, de 3:00 p.m. a 5:00 p.m.	Joan Hernandez Benavides	•Contar con un balón de Futbol o similar, un Ula Ula, conos, charolas, bolitas pequeñas, canastas o cajas y cuerda de saltar. ***Los materiales para cada clase se adaptarán a las circunstancias del niño o la niña, por ejemplo, si no tienen conos o charolas, se podrá usar botellas o algún material parecido***	Espacio para realizar las actividades.
Karate para principiantes	1	Niños de 10 a 12 años	Lunes 5 y 12 junio, miércoles 7 y 14 y viernes 9 y 16 de julio del 2021, de 8:00 a.m. a 10:00 a.m.	Cristopher Sánchez Mendoza	Una botella con agua para hidratarse, un paño pequeño, un piso antideslizante (preferiblemente) o un mat de yoga.	Utilizar ropa cómoda (Ropa deportiva), no tener operaciones resistentes, tener una botella o un vaso con agua y asistencia responsable.
Karate para principiantes	2	Jóvenes	Martes 6 y 13, jueves 8 y 15 y viernes 9 y 16 de julio del 2021, de 1:00 p.m. a 3:00 p.m.	Cristopher Sánchez Mendoza	Una botella con agua para hidratarse, un paño pequeño, un piso antideslizante (preferiblemente) o un mat de yoga.	Utilizar ropa cómoda (Ropa deportiva), no tener operaciones resistentes, tener una botella o un vaso con agua y asistencia responsable.
Acondicionamiento física	1	Jóvenes	Viernes 9, 16, 23 y 30 de julio y sábado 10 de julio y viernes 6 de agosto del 2021, de 8:00 a.m. a 10:00 a.m.	Joan Hernandez Benavides	Un mat, charolas o conos, cuerda de saltar, mancuernas y una liga. ***Los materiales para cada clase se adaptarán a las circunstancias del adolescente**	Espacio para realizar las actividades.
Acondicionamiento física	2	Jóvenes	Viernes 9, 16, 23 y 30 de julio y sábado 10 de julio y viernes 6 de agosto del 2021, de 11:00 a.m. a 1:00 p.m.	Joan Hernandez Benavides	Un mat, charolas o conos, cuerda de saltar, mancuernas y una liga. ***Los materiales para cada clase se adaptarán a las circunstancias del adolescente**	Espacio para realizar las actividades.
Acondicionamiento física	3	Jóvenes	Viernes 9, 16, 23 y 30 de julio y sábado 10 de julio y viernes 6 de agosto del 2021, de 3:00 p.m. a 5:00 p.m.	Joan Hernandez Benavides	Un mat, charolas o conos, cuerda de saltar, mancuernas y una liga. ***Los materiales para cada clase se adaptarán a las circunstancias del adolescente**	Espacio para realizar las actividades.
Curso calistenia para adolescentes entre 11-17 años	1	Jóvenes	Martes 6, 13, 20 y 27 y jueves 8 de julio y martes 3 de agosto del 2021, de 10:30 a.m. a 12:30 p.m.	Emanuel Arce Quesada	Adolescentes hombres y mujeres, entre 11 a 17 años.	1 Bola de tenis, colchoneta o Mat Conos o similares y cuerda de salto.
Curso calistenia para adolescentes entre 11-17 años	2	Jóvenes	Martes 6, 13, 20 y 27 y jueves 8 de julio y martes 3 de agosto del 2021, de 1:30 p.m. a 3:30 p.m.	Emanuel Arce Quesada	Adolescentes hombres y mujeres, entre 11 a 17 años.	1 Bola de tenis, colchoneta o Mat Conos o similares y cuerda de salto.

Funcionales en mujeres de 11-17 años	1	Jóvenes	Miércoles 7, 14, 21 y 28 y viernes 9 de julio y miércoles 4 de agosto del 2021, de 1:00 p.m. a 3:00 p.m.	Emanuel Arce Quesada	Adolescentes mujeres, entre 11 a 17 años.	1 Bola de tenis, colchoneta o Mat, conos o similares y una cuerda de salto.
Funcionales en mujeres mayores de 18 años	2	Publico (18 a 60 años)	Miércoles 7, 14, 21 y 28 y viernes 9 de julio y miércoles 4 de agosto del 2021, de 3:30 p.m. a 5:30 p.m.	Emanuel Arce Quesada	Mujeres mayores de 18 años	1 Bola de tenis, colchoneta o Mat, conos o similares y una cuerda de salto.
Entrenamiento especializado en postura y movilidad	1	Publico (18 a 60 años)	Miércoles 7, 14 y 21 y viernes 9, 16 y 23 de julio del 2021, de 6:00 p.m. a 8:00 p.m.	Cristopher Sánchez Mendoza	Bola para masaje (Lacrosse, tennis,...) y/o foam roller, un pañito, un botella con agua y un Matt para hacer Yoga.	Bola para masaje (Lacrosse, tennis,...) y/o foam roller, un pañito, un botella con agua y un Matt para hacer Yoga.
"Aprendamos a Meditar"	1	Publico (18 a 60 años)	Clases sincrónicas: sábado 10, 24 y 31 de Julio de 2: 00 p.m a 4:00 p.m y Miércoles 28 de Julio, de 2:00 p.m. a 4:00 p.m. Clases asincrónica: Miércoles 14 y 21 de Julio, de 2:00 p.m a 4:00 p.m y sábado 17 de julio del 2021, de 2:00 p.m. a 4:00 p.m.	Andrea Bolaños Quirós	Silla o cojín de meditación.	Ser mayor de 16 años (puede participar la población adulta mayor).
Yoga para principiantes	1	Publico (18 a 60 años)	Clases sincrónicas: sábado 10, 24 y 31 de Julio de 10: 00 a.m a 12:00 m.d y Miércoles 28 de Julio, de 5:00 p.m. a 7:00 p.m. Clases asincrónica: Miércoles 14 y 21 de Julio, de 5:00 p.m a 7:00 p.m y sábado 17 de julio del 2021, de 10:00 a.m. a 12:00 m.d.	Andrea Bolaños Quirós	Tener acceso a Zoom (plataforma virtual de reuniones). - Yoga Mat o un paño grande - Ropa cómoda de ejercicio. - Se practica sin zapatos. - Libreta para tomar apuntes.	Quienes no pueden recibir este curso: - Aquellas personas con operaciones recientes. - Mujeres embarazadas - Por ordenes de su médica/o.
Yoga: movilidad consciente para personas mayores de 60	1	Adulto Mayor (60 años en adelante)	Clases sincrónicas: lunes 5 , 12, 20 y 26 de julio del 2021, de 8:00 a.m a 10:00 a.m Clases asincrónicas: viernes 9, 16 y 23 de julio del 2021, de 8:00 a.m. a 10:00 a.m.	Andrea Bolaños Quirós	Tener acceso a la plataforma de videollamadas "Zoom" - Un paño largo o Yoga Mat. - En muchas de las secuencias utilizaremos silla.	- Tener más de 60 años. - No tener operaciones u otros procedimientos médicos recientes. - Hacer la consulta a su médico para realizar esta práctica.

Humanismo, arte y cultura						
Curso	Grupo	Población meta	Horario	Instructor/a	Materiales	Requitos
Bases para aprender a dibujar	1	Niños de 7 a 12 años	Lunes 5, 12 y 19, jueves 8, 15 y 22 de julio del 2021, de 9:00 a.m. a 11:00 a.m.	Carlos Alberto Céspedes Salas	1 cuaderno pequeño para tomar notas, lápices para dibujar (HB,2B,4B,8B), 50 hojas bond y 1 borrador.	Correo electrónico con acceso a Google Drive.
Bases para aprender a dibujar	2	Jóvenes y Publico (18 a 60 años)	Lunes 5, 12 y 19, jueves 8, 15 y 22 de julio del 2021, de 1:00 p.m. a 3:00 p.m.	Carlos Alberto Céspedes Salas	1 cuaderno pequeño para tomar notas, lápices para dibujar (HB,2B,4B,8B), 50 hojas bond y 1 borrador.	Correo electrónico con acceso a Google Drive.
Dibujo Caricatura	1	Niños de 7 a 12 años	Martes 6, 13 y 20 y viernes 9, 16, 23 de julio del 2021, de 9:00 a.m. a 11:00 a.m.	Carlos Alberto Céspedes Salas	1 cuaderno pequeño para tomar notas, lápices para dibujar (HB,2B,4B,8B), 50 hojas bond y 1 borrador.	Correo electrónico con acceso a Google Drive.
Dibujo Caricatura	2	Niños de 7 a 12 años	Martes 6, 13 y 20 y viernes 9, 16, 23 de julio del 2021, de 1:00 p.m. a 3:00 p.m.	Carlos Alberto Céspedes Salas	1 cuaderno pequeño para tomar notas, lápices para dibujar (HB,2B,4B,8B), 50 hojas bond y 1 borrador.	Correo electrónico con acceso a Google Drive.

Dibujo Manga	1	Jóvenes y Publico (18 a 60 años)	Lunes 5, 12 y 19, jueves 8, 15 y 22 de julio del 2021, de 4:00 p.m. a 6:00 p.m.	Carlos Alberto Céspedes Salas	1 cuaderno pequeño para tomar notas, lápices para dibujar (HB,2B,4B,8B), 50 hojas bond y 1 borrador.	Correo electrónico con acceso a Google Drive.
Dibujo Manga	2	Jóvenes y Publico (18 a 60 años)	Martes 6, 13 y 20, miércoles 7 y viernes 16 y 23 de julio del 2021, de 4:00 p.m. a 6:00 p.m.	Carlos Alberto Céspedes Salas	1 cuaderno pequeño para tomar notas, lápices para dibujar (HB,2B,4B,8B), 50 hojas bond y 1 borrador.	Correo electrónico con acceso a Google Drive.
Inteligencia emocional aplicada al trabajo	1	Publico (18 a 60 años)	Martes 6, 13, 20 y 27 y jueves 8, 15, 22 y 29 de julio del 2021, de 7:00 p.m. a 9:00 p.m.	Angie Valeria Bolaños Arce	Una Computadora.	Ninguno.
Danzas populares	1	Publico (18 a 60 años)	Martes 6, 13, y 20 de julio y jueves 8, 15 y 22 de julio de 8:30 a.m. a 10:30 a.m.	Katherine Tatiana Céspedes Salas	Una silla, un palo de escoba y equipo tecnológico para recibir la clase virtual, uso de ropa deportiva o cómoda.	Ninguno.

**Tecnologías de la información y comunicación**

Curso	Grupo	Población meta	Horario	Instructor/a	Materiales	Requisitos
Diseño Gráfico: Adobe Photoshop	1	Jóvenes y Publico (18 a 60 años)	Lunes 5, 12 y 19, jueves 8, 15 y 22 de julio del 2021, de 7:00 p.m. a 9:00 p.m.	Carlos Alberto Céspedes Salas	Computadora con adobe Photoshop instalado, preferiblemente la versión más reciente (No es indispensable).	Tener una computadora con Adobe Photoshop instalado y un correo electrónico con acceso a Google drive.
Diseño Gráfico: Adobe Ilustrador	1	Jóvenes y Publico (18 a 60 años)	Martes 6, 13 y 20 y viernes 9, 16, 23 de julio del 2021, de 7:00 p.m. a 9:00 p.m.	Carlos Alberto Céspedes Salas	Computadora con adobe Photoshop instalado, preferiblemente la versión más reciente (No es indispensable).	Tener una computadora con Adobe Photoshop instalado y un correo electrónico con acceso a Google drive.
Elaboración de cuestionarios-encuestas en Microsoft Forms y Excel	1	Publico (18 a 60 años)	Martes 6, 13, 20 y 27 y viernes 9, 16, 23 y 30 de julio del 2021, de 6:00 p.m. a 8:00 p.m.	Johan Rodríguez Solano	Poseer computadora, internet y licencia de Microsoft.	Tener disposición para el aprendizaje en equipo e invertir tiempo extra clase para practicar conceptos, además de tener los materiales solicitados.
Oratoria	1	Publico (18 a 60 años)	Sábado 10, 17, 24, 31 de julio y sábado 7 de agosto del 2021, de 8:00 a.m. a 10:00 a.m., y miércoles 21 de julio del 2021, de 7:00 p.m. a 9:00 p.m.	Susana González Jiménez	Contar con un dispositivo acto para recibir cada clase.	Tener interés, buena disposición, respeto y participación activa.
Archivo	1	Publico (18 a 60 años)	Viernes 9,16, 23 y 30 y lunes 19 de julio y viernes 6 de agosto del 2021, de 7:00 p.m. a 9:00 p.m.	Susana González Jiménez	Contar con un dispositivo acto para recibir cada clase.	Tener interés, buena disposición, respeto y participación activa.

**Educación y desarrollo integral**

Curso	Grupo	Población meta	Horario	Instructor/a	Materiales	Requisitos
Curso de Angeología	1	Publico (18 a 60 años)	Lunes 5, martes 6, miércoles 7, jueves 8, viernes 9 y sábado 10 de julio del 2021, de 10:00 a.m. a 12:00 m.d.	Dixon González Zúñiga	Blusa o camisa blanca y una candela blanca. El instructor avisará cuando se usaran.	Disponibilidad de aprendizaje de un curso de carácter espiritual y amplitud de pensamiento.
Curso de Angeología	2	Publico (18 a 60 años)	Lunes 12, martes 13, miércoles 14, jueves 15, viernes 16 y sábado 17 de julio del 2021, de 10:00 a.m. a 12:00 m.d.	Dixon González Zúñiga	Blusa o camisa blanca y una candela blanca. El instructor avisará cuando se usaran.	Disponibilidad de aprendizaje de un curso de carácter espiritual y amplitud de pensamiento.

Conocimientos de Normas APA séptima edición aplicados en Microsoft Word	1	Publico (18 a 60 años)	Martes 6, 13, 20 y 27 y viernes 9, 16 y 23 de julio del 2021, de 6:00 p.m. a 8:00 p.m.	Claudia Daniela Fernández Hernández	Poseer computadora, Internet, Microsoft Word y correo electrónico.	Conocimientos básicos en el uso de Microsoft Word.
Introducción a los Recursos Humanos	1	Publico (18 a 60 años)	Lunes 5, 12, 19 y 26 y miércoles 7, 14, 21 y 28 de julio del 2021, de 6:00 p.m. a 8:00 p.m.	Claudia Daniela Fernández Hernández	Computadora e internet.	Ser una persona con gusto a la creatividad y en los Recursos Humanos.
Curso básico de muñecas de trapo	1	Publico (18 a 60 años)	Miércoles 7, 14, 21 y 28 de junio y miércoles 4 y jueves 5 de agosto del 2021, de 3:00 p.m. a 5:00 p.m.	Karolina Arguedas Salazar	- Cinta métrica. - Tijeras. - Agujas (cualquier tamaño cómodo para la persona participante). - Aguja de 7 pulgadas (delgada) para ensamblaje de muñeca. - Máquina de coser (opcional). - Manta en crudo (para el cuerpo): 75cm. - Licra color piel (elección de la estudiante) o quiana: ½ metro. - Docomo o algodón al gusto, para confección de vestido: 1 metro (pueden ser dos estilos de tela ½ de un estilo y ½ de otro). - Relleno de muñeca de polibra. - Encaje: 2 metros. - Ojos: abalorios negros o de eltro. - Lana de color al gusto (confección de cabello): 3 rollos de lana. - Pistola de silicón caliente. - ½ de guata. - Cartón de presentación / 1 paleta. - ½ de tela al gusto para medias de muñeca (rayitas, bolitas, etc.). - Flores, botones o adornos que desee utilizar en la decoración de la muñeca.	Saber costura básica.
Estrategias de autocuidado para cuidadores y cuidadoras de personas adultas mayores.	1	Público (18 años en adelante)	Lunes 5, 12 y 19 y miércoles 7, 14 y 21 de julio del 2021, de 7:00 p.m. a 9:00 p.m.	Mónica Andrea Madrigal Cordero	Para todas las sesiones los participantes deberán disponer de computadora, tablet o celular, conexión a internet, acceso a plataforma Teams (plataforma virtual para reuniones) cuaderno o libreta y bolígrafo para tomar apuntes	<b>Escolaridad:</b> Mínimo primaria completa. Se recomienda primaria y secundaria completas. <b>Otras competencias:</b> • Comprensión lectoescritora, saber leer y escribir • Capacidad de análisis • Trabajo en equipo • Buena disposición • Puntualidad

Estrategias de autocuidado para cuidadores y cuidadoras de personas adultas mayores.	2	Público (18 años en adelante)	Lunes 5, 12 y 19 y miércoles 7, 14 y 21 de julio del 2021, de 3:00 p.m. a 5:00 p.m.	Mónica Andrea Madrigal Cordero	Para todas las sesiones los participantes deberán disponer de computadora, tablet o celular, conexión a internet, acceso a plataforma Teams (plataforma virtual para reuniones) cuaderno o libreta y bolígrafo para tomar apuntes	<b>Escolaridad:</b> Mínimo primaria completa. Se recomienda primaria y secundaria completas. <b>Otras competencias:</b> • Comprensión lectoescritora, saber leer y escribir • Capacidad de análisis • Trabajo en equipo • Buena disposición • Puntualidad
Recepcionista	1	Publico (18 a 60 años)	Lunes 5 y 12, martes 6 y 13 y jueves 8 y 15 de julio del 2021, de 7:00 p.m. a 9:00 p.m.	Susana González Jiménez	Contar con un dispositivo acto para recibir cada clase.	Tener interés, buena disposición, respeto y participación activa.
Servicio al cliente	1	Publico (18 a 60 años)	Lunes 26, martes 27 y jueves 29 de julio y lunes 2, martes 3 y jueves 5 de agosto del 2021, de 7:00 p.m. a 9:00 p.m.	Susana González Jiménez	Contar con un dispositivo acto para recibir cada clase.	Tener interés, buena disposición, respeto y participación activa.
Servicio al cliente	2	Publico (18 a 60 años)	Sábado 10, 17, 24 y 31 de julio y sábado 7 de agosto del 2021, de 2:00 p.m. a 4:00 p.m., y jueves 22 de julio del 2021, de 7:00 p.m. a 9:00 p.m.	Susana González Jiménez	Contar con un dispositivo acto para recibir cada clase.	Tener interés, buena disposición, respeto y participación activa.
Aproximación a la extensión universitaria latinoamericana	1	Publico (18 a 60 años)	Lunes 5,12,19 y 26, miércoles 7, 14, 21 de julio de 2021, de 6:00 p.m. a 8:00 p.m.	Pablo Andrés Castillo Jiménez	No se requiere materiales, únicamente la apertura al diálogo y al aprendizaje.	Personas que sueñen con una educación integral y con la transformación de la sociedad, a partir de los vínculos de la universidad pública con sectores vulnerabilizados, por institucionalidad costarricense.
Aproximación a la extensión universitaria latinoamericana	2	Publico (18 a 60 años)	Martes 6, 13, 20 y 27, Viernes 9, 16 y 23 de julio de 2021, de 6:00 p.m. a 8:00 p.m.	Pablo Andrés Castillo Jiménez	No se requiere materiales, únicamente la apertura al diálogo y al aprendizaje.	Personas que sueñen con una educación integral y con la transformación de la sociedad, a partir de los vínculos de la universidad pública con sectores vulnerabilizados, por institucionalidad costarricense.

Producción eco-eficiente: agropecuaria y de recursos naturales						
Curso	Grupo	Población meta	Horario	Instructor/a	Materiales	Requisitos
Generalidades de las orquídeas	1	Publico (18 a 60 años)	Lunes 5, 12 y 19, miércoles 7 y 14, viernes 9 y 16 de julio del 2021, de 6:00 p.m. a 8:00 p.m.	Willy Salazar Casasa	Una Orquídea.	Mayores de 15 años, con acceso a internet, computadora personal, teléfono móvil inteligente o similares, además, estar familiarizados con el uso de la tecnología para reuniones virtuales.
Plagas y enfermedades de orquídeas	1	Publico (18 a 60 años)	Martes 6, 13, 20 y 27, jueves 8, 15, 22 y 29 de julio y martes 3 y jueves 5 de agosto del 2021, de 6:00 p.m. a 8:00 p.m.	Willy Salazar Casasa	Una orquídea y es opcional plaguicidas agrícolas.	Mayores de 15 años, con acceso a internet, computadora personal, teléfono móvil inteligente o similares, además, estar familiarizados con el uso de la tecnología para reuniones virtuales.
Trasplante y propagación de las orquídeas	1	Publico (18 a 60 años)	Miércoles 21 y 28 de Julio; Viernes 23 y 30 de Julio; Lunes de 2 de Agosto, Martes 4 de Agosto y Jueves 6 de Agosto de 6:00 pm a 8:00 pm Sábado 24 y 31 de Julio de 2:00 pm a 4:00 pm	Willy Salazar Casasa	Una orquídea y es opcional sustratos, podadora manual o tijeras, alicate, alambre galvanizado, elástico y medios para siembra de orquídeas (truncos, macetas, canastas).	Mayores de 15 años, con acceso a internet, computadora personal, teléfono móvil inteligente o similares, además, estar familiarizados con el uso de la tecnología para reuniones virtuales.

#### INFORMACIÓN IMPORTANTE

Debido a las medidas de control y mitigación instruidas por el Ministerio de Salud, en el marco de la pandemia por el COVID-19, esta edición será totalmente virtual.

#### Atención

Antes de realizar la matrícula virtual debe registrarse en la dirección electrónica de matrícula virtual <https://www.matriculaep.una.ac.cr/>, seleccionando la opción en el recuadro de la derecha que indica "registrarse", el nombre de la persona que debe registrar es el de la persona que matriculará el curso, pues con esos datos al finalizar el mismo se emitirá el certificado correspondiente.

#### Matrícula virtual - un solo período de matrícula

**Ordinaria:** lunes 28 de junio al viernes 2 de julio de 2021

**Extraordinaria:** lunes 5 al viernes 9 de julio de 2021

Sitio web de matrícula virtual: <https://bit.ly/MatriculaCursosParticipativos>  
Matrícula virtual disponible 24 horas al día a partir del lunes 28 de junio de 2021 a las 9:00 a.m.

**Duración mínima por curso:** Por su naturaleza los cursos varían entre un mínimo 12 horas y un máximo 20 horas

#### Inversión:

¢15.000 (Todas las edades).

¢6.000 (Adulto Mayor). \*\*

\* Cursos sujetos a cupo mínimo. **NO** se aceptan solicitudes de devolución de dinero.

\*\* Adulto Mayor debe presentar cédula de identidad o carné de ciudadano de oro; artículos 10 y 11, Ley 7935.

Antes de matricular, favor consultar en cada curso la lista de materiales requisitos y otros que deban cumplirse para participar de cada curso.

Información:

**WhatsApp y número móvil:** 8921-3138

**Correo electrónico:** [cursos@una.cr](mailto:cursos@una.cr)

**Síguenos en nuestras redes sociales:**

**Facebook:** CursosParticipativosUNA

**Instagram:** [cursosparticipativos\\_una](https://www.instagram.com/cursosparticipativos_una)

**Twitter:** CParticipativos

**YouTube:** Cursos Participativos UNA