

## Anexo I

### Oferta formativa UP OUT Barrios y Diputaciones 2025

<b>UP OUT 2025</b>			
<b>OFERTA DE ACCIONES FORMATIVAS</b>			
<b>Área de nuevas tecnologías</b>	<b>Duración (horas)</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Número de participantes</b>
Fotografía móvil para todos	6	4	10
Captura tu mundo: Fotografía con cámara réflex para todos	6	4	10
DIDITALICT nivel básico	6	4	12
DIGITALICT: Informática y Nuevas Tecnologías	6	4	12
<b>Área de salud y bienestar</b>	<b>Duración (horas)</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Número de participantes</b>
Encuentro con el YOGA	8	4	20
MINDFULNESS	7,5	5	15
Nutrición: despertar a la vida en 5Semanas	10	5	15
Música y emociones: cuando las letras de las canciones hablan por nosotros	10	5	20
<b>Área de artesanía</b>	<b>Duración (horas)</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Número de participantes</b>
Pinceladas en tela: personalización de "TOTE BAGS"	6	3	15
Iniciación al esparto	10	5	12
Madera ReCreativa: reciclaje creativo de madera	14	7	15
<b>Área de Artes Plásticas</b>	<b>Duración (horas)</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Número de participantes</b>
Tras las huellas de Gustav Klimt	6	3	15
Introducción al collage como expresión artística	6	2	15
<b>Área de Humanidades</b>	<b>Duración (horas)</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Número de participantes</b>
Collage literario: fragmentos visuales del alma	6	3	15
Taller de escritura: Mi vida, mi gente, mi pueblo	6	3	10

<b>Área de Comunicación y Participación</b>	<b>Duración (horas)</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Número de participantes</b>
Comunicación: Claves para desenvolverse a través de las palabras	10	5	20
<b>Área de Tradiciones y Cultura Popular</b>	<b>Duración (horas)</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Número de participantes</b>
Un viaje a nuestras tradiciones	8	4	20
Taller de caliche (FAMILIAR)	3	1	10
<b>Área de Artes escénicas</b>	<b>Duración (horas)</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Número de participantes</b>
Teatro en familia	7,5	5	20
<b>Área de Medio Ambiente</b>	<b>Duración (horas)</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Número de participantes</b>
Land Art (FAMILIAR)	1,5	1	20
Propuesta práctica de recuperación ambiental: el corredor verde de las canteras romanas	6	1	40
Propuesta práctica de recuperación ambiental: las salinas de Marchamalo	6	1	40
<b>Visitas guiadas</b>	<b>Duración (horas)</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Número de participantes</b>
Patrimonio y Tradición: La Palma	5	1	50
Patrimonio y Tradición: zona rural Oeste	5	1	50
Museo Carmen Conde – Antonio Oliver	45 minutos	6	15
<b>MÁS UP OUT</b>	<b>Duración (horas)</b>	<b>Número de sesiones</b>	<b>Número de participantes</b>
Exposición itinerante: la Cartagena del siglo XX en imágenes	1 mes	Permanente	-