

# Cursos Humanidades

Octubre 2026 — Mayo 2027

Cursos presenciales y online

Plazo de inscripción hasta el 25 de septiembre



Fundación  
Caja Inmaculada

+ Info



---

# Cómo apuntarse a un curso

## ¿Cuándo puedes apuntarte?

- Del 18 de mayo al 25 de septiembre de 2026

## ¿Cómo te apuntas?

- Tienes que entrar en la página web [www.fundacioncai.es](http://www.fundacioncai.es) y buscar el curso que te interesa. Puedes buscar por temática o día de la semana; presencial o virtual; y también por duración del curso.
- También puedes ir en persona al Centro Joaquín Roncal (San Braulio, 5-7) o al Centro Juan Pablo II (Alcalde Sainz de Varanda, 1-3) y solicitar ayuda.

## ¿Cómo se paga?

- Se paga por internet con una tarjeta de banco.
- Cuando vayas a pagar, tu banco te mandará un mensaje al móvil con un número secreto. Ese número tienes que escribirlo en la pantalla para confirmar el pago. También te pueden pedir el PIN de tu tarjeta.
- Si necesitas apoyo durante el proceso de inscripción, puedes acudir a solicitar ayuda al Centro Joaquín Roncal o al Centro CAI Juan Pablo II.

## ¿Dónde se realizan los cursos?

- Los cursos se realizan en el Centro CAI Juan Pablo II (Calle Sainz de Varanda, 1-3 50009 Zaragoza).
- Aunque hay alguno que también se ofrece online.

## Cosas importantes que debes saber

- Las plazas son limitadas y se dan por orden de llegada.
- Si se completan las plazas de un curso podrás inscribirte en lista de espera.
- Cuando pagas, ya estás matriculado/a. Solo te devuelven el dinero si el curso se cancela.
- Para que el curso se lleve a cabo se necesita un número mínimo de participantes. Fundación CAI puede cancelar el curso en el caso de que no haya suficiente gente apuntada para llevarlo a cabo.
- Para cualquier duda o información adicional, también puedes contactar con nosotros a través de nuestro canal de WhatsApp 976 355 000

---

# Lunes

COMIENZO CURSOS 19 DE OCTUBRE

## Francés falso principiante (A1-A2) [225 €]

Lunes, de 10:00 a 11:30 h.  
Profesor: Sergio Sanz

## Inglés Pre-Intermedio [225 €]

Lunes, de 10:00 a 11:30 h.  
Profesor: Daniel Martínez

## Inglés básico 0 - Continuación [225 €]

Lunes, de 10:00 a 11:30 h.  
Profesor: Mary Mingotes

## Inglés Básico 2 [225 €]

Lunes, de 12:00 a 13:30 h.  
Profesor: Daniel Martínez

## Francés intermedio (B1) [225 €]

Lunes, de 12:00 a 13:30 h.  
Profesor: Sergio Sanz

## El cine, fábrica de sueños [225 €]

Lunes, de 17:00 a 18:45 h.  
Profesor: Vicky Calavia

## IA para el día a día [225 €]

Lunes, de 18:00 a 19:30 h.  
Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

## À la découverte de la littérature française [225 €]

Lunes, de 18:00 a 19:45 h.  
Profesor: Michèle Jean

## ODISEAS: un viaje por la literatura y la cultura de Grecia y Roma [225 €]

Lunes, de 18:30 a 20:00 h.  
Profesor: Marcos Castillo

## El arte en la península ibérica: de la prehistoria a Roma [225 €]

Lunes, de 19:00 a 20:45 h.  
Profesor: Asun Urgel

---

# Martes

COMIENZO CURSOS 20 DE OCTUBRE

## Francés iniciación (A1) [225 €]

Martes, de 10:00 a 11:30 h.  
Profesor: Sergio Sanz

## Los porqués de la Cultura China. Entender su cultura desde dentro [225 €]

Martes, de 12:30 a 14:15 h.  
Profesor: Yu Wenqing Serena

## Los porqués de la Cultura China. Entender su cultura desde dentro

### Online [175 €]

Martes, de 12:30 a 14:15 h.  
Profesor: Yu Wenqing Serena

## Nunca es tarde para aprender a programar: juega, crea y diviértete con Scratch (horario mañanas) [120 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.  
Profesor: José María Lobera

## Nunca es tarde para aprender a programar: juega, crea y diviértete con Scratch (horario tardes) [120 €]

Martes, de 17:00 a 18:30 h.  
Profesor: José María Lobera

## Inglés conversación. Martes [225 €]

Martes, de 10:00 a 11:30 h.  
Profesor: Daniel Martínez

## IA para el día a día. Martes [225 €]

Martes, de 10:00 a 11:30 h.  
Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

## China hoy: historia contemporánea hasta la actualidad [225 €]

Martes, de 10:30 a 12:15 h.  
Profesor: Yu Wenqing Serena

## China hoy: historia contemporánea hasta la actualidad Online [175 €]

Martes, de 10:30 a 12:15 h.  
Profesor: Yu Wenqing Serena

### **Inglés Avanzado 1 [225 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesor: Daniel Martínez

### **Sembrando bienestar: Cuidado emocional en la etapa dorada [225 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### **Módulo 1 - Gestión del estrés y la ansiedad [60 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### **Módulo 2 - Prevención y detección de la Depresión [45 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### **Módulo 3 - Desarrollo de la resiliencia emocional [30 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### **Módulo 4 - Comunicación asertiva y habilidades sociales [45 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### **Módulo 5 - Propósito de vida y sentido en la jubilación [30 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### **Módulo 6 - Mens sana (incluyendo abordaje específico de alimentación y sueño) [45 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesores: Óscar Ortega y Lola Sobrino

### **Módulo 7 - Edadismo y Sobreprotección [30 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### **Módulo 8 - Fortalecimiento de la autoestima [60 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### **Módulo 9 - Farmacoeducación para la Salud Mental [30 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesor: Óscar Ortega

### **Módulo 10 - Derechos éticos en la etapa de la jubilación [30 €]**

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesor: Emilio Eiroa Lázaro

### **Superando la brecha digital en 2026 - Nivel Intermedio [225 €]**

Martes, de 16:30 a 18:00 h.

Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

### **Taller de escritura creativa [225 €]**

Martes, de 18:00 a 19:45 h.

Profesor: Mariano Gistaín

### **Real Zaragoza ¡El fútbol que cuenta historias! [225 €]**

Martes, de 17:00 a 18:30 h.

Profesor: José Luis Calvo

### **Expresando la naturaleza con arte [225 €]**

Martes, de 17:00 a 18:30 h.

Profesora: Fiona MacAndrew

### **Invitación al pensamiento filosófico [225 €]**

Martes, de 19:00 a 20:45 h.

Profesor: José Ángel Alegre

### **Apreciación musical. Historia de la música [225 €]**

Martes, de 19:00 a 20:30 h.

Profesor: Pedro Andrés Pérez

### **Taller de escritura autobiográfica. Dejar huella [225 €]**

Martes, de 19:00 a 20:30 h.

Profesor: Chus Castejón

### **Compras online seguras y eficientes [45 €]**

Martes, de 10:00 a 12:00 h.

Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

## Música digital con IA para principiantes [45 €]

Martes, de 10:00 a 12:00 h.

Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

---

# Miércoles

## COMIENZO CURSOS 21 DE OCTUBRE

### Francés pre-intermedio (A2) [225 €]

Martes, de 10:00 a 11:30 h.

Profesor: Sergio Sanz

### Inglés Intermedio 1 [225 €]

Martes, de 10:00 a 11:30 h.

Profesor: Daniel Martínez

### Inglés conversación miércoles [225 €]

Martes, de 10:00 a 11:30 h.

Profesor: Mary Mingotes

### Italiano para principiantes [225 €]

Martes, de 10:30 a 12:00 h.

Profesora: Ilaria Ambrosini

### Francés conversación [225 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesor: Sergio Sanz

### Inglés Básico 3 [225 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesor: Daniel Martínez

### Inglés Conversación - Iniciación [225 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Mary Mingotes

### Italiano conversación [225 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Ilaria Ambrosini

### La Segunda Cosecha: Bienestar y crecimiento emocional [225 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesores: Lola Sobrino y Óscar Ortega

### Módulo I: Analiza tu mejor versión. Redescubrimiento personal [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### Módulo II: Inteligencia emocional y relaciones [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### Módulo III: Salud mental y cognitiva [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### Módulo IV: La huella invisible: legado y trascendencia [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino.

### Módulo V: Autoestima y dignidad [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### Módulo VI: La gestión de la nostalgia [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### Módulo VII: Cuerpo y emociones. Somatización [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### Módulo VIII: Fortalezas de carácter [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### Módulo IX: Analiza tu personalidad [45 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

### Módulo X: La gestión del cambio. La neuroplasticidad [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

## Módulo XI: El motor de la ilusión.

### Proyección y dopamina [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

## Módulo XII: "Navegando en la tormenta": Manejo de la frustración y tolerancia a la incertidumbre [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

## Módulo XIII: Farmaeducación para la salud mental (enfoque práctico y responsable) [30 €]

Martes, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

## Aprender, disfrutar y debatir con el cine corto [160 €]

Martes, de 17:00 a 18:30 h.

Profesor: Manuel Hernández

## IA para el día a día - Miércoles [225 €]

Martes, de 16:30 a 18:00 h.

Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

## Book Club [225 €]

Martes, de 17:00 a 18:30 h.

Profesora: M<sup>a</sup> José Aparicio

## El arte en Egipto y el Próximo Oriente antiguos [225 €]

Martes de 19:00 a 20:45 h.

Profesora: Asun Urgel

## English through photography

### "Reading" images [225 €]

Martes de 19:00 a 20:30 h.

Profesora: M<sup>a</sup> José Aparicio

## Seguridad digital y pensamiento crítico con IA [45 €]

Martes de 10:00 a 12:00 h.

Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

# Jueves

COMIENZO CURSOS 15 DE OCTUBRE

## Inglés Básico 4 [225 €]

Jueves de 10:00 a 11:30 h.

Profesor: Daniel Martínez

## Inglés Conversación - Jueves [225 €]

Jueves de 12:00 a 13:30 h.

Profesor: Daniel Martínez

## Pintura y caligrafía China [225 €]

Jueves de 10:30 a 12:15 h.

Profesor: Yu Wenqing Serena

## Comer bien y sentirse mejor: secretos de la cocina china [225 €]

Jueves de 12:30 a 14:15 h.

Profesor: Yu Wenqing Serena

## Superando la brecha digital en 2026: Nivel iniciación - Jueves [225 €]

Jueves de 16:30 a 18:00 h.

Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

## Aprende a manejar tu cámara. Curso de técnica y práctica. Fotografía digital [225 €]

Jueves de 17:00 a 18:30 h.

Profesor: Sergio Sanz

## El fascinante mundo de los hongos en Aragón [100 €]

Jueves de 17:00 a 18:30 h.

Profesor: Rafael Blasco

## Arte de bien vivir [225 €]

Jueves de 17:00 a 18:30 h.

Profesor: José Manuel Contel Manau

## Autoconocimiento y fortalezas personales [100 €]

Jueves de 17:00 a 18:30 h.

Profesor: José Manuel Contel Manau

### **Conceptos esenciales para la vida cotidiana [80 €]**

Jueves de 17:00 a 18:30 h.

Profesor: José Manuel Contel Manau

### **Storytelling and conversation [225 €]**

Jueves de 18:45 a 20:45 h.

Profesora: Fiona McAndrew Subías

### **Creatividad visual y recuerdos con IA [45 €]**

Jueves de 10:00 a 12:00 h.

Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

### **Asistente de viajes y cultura con IA [45 €]**

Jueves de 10:00 a 12:00 h.

Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

### **Gestión personal y burocracia cero con IA [45 €]**

Jueves de 10:00 a 12:00 h.

Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

### **Profundización y técnicas avanzadas de la cocina italiana [160 €]**

Viernes de 10:00 a 11:30 h.

Profesora: Ilaria Ambrosini

### **Superando la brecha digital en 2026: Nivel iniciación - Viernes [225 €]**

Viernes de 10:00 a 11:30 h.

Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

### **Inglés intermedio 2 [225 €]**

Viernes de 10:00 a 11:30 h.

Profesor: Daniel Martínez

### **Inglés básico 0 [225 €]**

Viernes de 10:00 a 11:30 h.

Profesora: Mary Mingotes

### **Inglés básico 1 [225 €]**

Viernes de 12:00 a 13:30 h.

Profesor: Daniel Martínez

### **Inglés avanzado 2 [225 €]**

Viernes de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Mary Mingotes

---

# Viernes

**COMIENZO CURSOS 16 DE OCTUBRE**

### **Chino. Nivel 1 On line [175 €]**

Viernes de 11:00 a 12:30 h.

Profesor: Yu Wenqing Serena

### **Chino. Nivel 3 On line [175 €]**

Viernes de 12:45 a 14:15 h.

Profesor: Yu Wenqing Serena

### **Curso Teórico de Cocina y Tradición Italiana [225 €]**

Viernes de 10:00 a 11:30 h.

Profesora: Ilaria Ambrosini

### **Fundamento de la cocina y tradición italiana [90 €]**

Viernes de 10:00 a 11:30 h.

Profesora: Ilaria Ambrosini

Información sujeta a cambios.  
El contenido está actualizado en nuestra  
web [www.fundacioncai.es](http://www.fundacioncai.es)

