



## Cursos libres PIAM

El Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor ([PIAM](#)) ofrece cursos regulares y específicos. Los cursos regulares son aquellos que imparten las Unidades Académicas de la Universidad, en los cuales las personas mayores de 50 años comparten con las y los estudiantes empadronados en carreras como Historia, Geografía, Arquitectura, Filosofía, Lenguas Modernas, Tecnología de Alimentos, entre otras. Por otra parte, los cursos específicos se ofrecen en los siguientes módulos:

- **Tecnologías de la información, la comunicación y el conocimiento:** cursos de computación, Internet, uso y operación de cámaras digitales, taller de periodismo y comunicación.
- **Aprendiendo nuevos idiomas:** clases teórico-prácticas de inglés y de francés. Además se imparten los cursos “Cantemos en inglés” e “Inglés para viajeros”.
- **Artesanías y manualidades:** cursos de arte, diseño y decoración con naturaleza seca, bisutería, bordado, country, bolsos, decoración con globos, grabado en vidrio, mosaico, muñecas de trapo, origami, pintura en tela y decoración de camisetas, tarjetería, velas artesanales, entre otros.
- **Movimiento humano:** comprende actividades aeróbicas y físico-recreativas, aeróbicos bailables, baile en línea, belly dance, caminata recreativa, flamenco, natación, taekwondo, tai-chi, tango, yoga, etc.
- **Estilos de vida saludable:** clases de acondicionamiento mental, agricultura orgánica, espiritualidad, gastronomía sostenible y saludable, hidroponía, higiene mental, inteligencia emocional, motivación y superación personal, entre otros.
- **Arte y cultura:** cursos de apreciación del cine, arte del bonsái, cultura del vino, geografía básica de Costa Rica, historia del arte y principios de estética y técnicas de pintura.

**Además, las y los interesados pueden participar en grupos culturales de teatro, narración de cuentos y coro.**

Las clases inician en marzo y en agosto de cada año, cuando empiezan los cursos regulares de la Universidad.

Para mayor información consultar en el [Programa Integral para la Persona Adulta y Adulta Mayor](#), de la Fuente de la Hispanidad 100 metros este y 25 metros norte, llamar a los números telefónicos 2234-8492 o 2511-1500 o escribir a [piam.vas@ucr.ac.cr](mailto:piam.vas@ucr.ac.cr).

