

# **GUÍA DE CURSOS Y HORARIOS**

**III CICLO 2020  
(VERANO)**

# ¿Qué es el PIAM?

*“El individuo que envejece debe aprender, debe educarse, para enfrentar una serie de fenómenos que le son desconocidos y poder asumir su nuevo papel en la sociedad”  
Trejos Willis 1985*



El Programa Institucional para la Persona Adulta y Adulta Mayor (PIAM) es un programa de la Vicerrectoría de Acción Social de la Universidad de Costa Rica, dirigido a la educación de personas adultas y adultas mayores, desde 1986.

Debido a la pandemia por SARS-CoV2, se han establecido una serie de medidas sanitarias destinadas a mitigar la enfermedad, basadas en el distanciamiento físico y medidas de higiene. Esto significó la suspensión de las tradicionales clases presenciales desde el I ciclo 2020.

No obstante, el PIAM ha buscado opciones que le permitan continuar a la vanguardia y atender el llamado a la protección de los derechos de igualdad y no discriminación, participación, integración e inclusión plena y a la autorrealización, a través de la defensa al derecho a la educación y a la atención de las oportunidades educativas para las personas adultas y adultas mayores. Esto en conformidad con la Ley 7935, así como con la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, artículo 20.

Por esta razón, desde el II ciclo 2020 hubo un cambio en el desarrollo de los cursos, caracterizado por la inclusión de herramientas y recursos tecnológicos. Esta propuesta se fundamenta en el hecho de que las personas mayores son sujetos capaces de aprender, de adaptarse y de enfrentarse con éxito a los cambios con los recursos que tiene a su alcance.

Para el III ciclo 2020, se proponen los presentes talleres de verano, los cuales están en concordancia con lo expuesto y buscan mantener espacios de convivencia académica, a través de la virtualidad.

Desde el PIAM, agradecemos de antemano el seguir formando parte de la comunidad que se ha construido y fortalecido a lo largo de estos 35 años de existencia.

# Consideraciones generales

## III ciclo 2020

### ¿Cuál es el ciclo lectivo de verano?

La Universidad tiene 3 ciclos lectivos. El primer ciclo lectivo, es de marzo a julio. El segundo ciclo lectivo, es de agosto a diciembre y el tercer ciclo lectivo (conocido como verano) es de enero a febrero del siguiente año.

### ¿Cuáles son las fechas del III ciclo lectivo 2020 (verano)?

De acuerdo con lo anterior, las fechas del III ciclo lectivo 2020, van del 11 de enero al 14 de febrero 2021.

### ¿Qué consideraciones generales tiene este ciclo lectivo?

1. Los cursos son 100% virtuales y se imparten en la plataforma de **Zoom**. La persona facilitadora del curso indicará al inicio del ciclo cuáles herramientas se utilizarán, de acuerdo con la metodología y los objetivos de aprendizaje, y cuáles son las reglas para su uso con el fin de estructurar la comunicación de forma virtual.

2. Este proceso será exclusivo únicamente para estudiantes activos durante el 2020 (que se matricularon en el I o II ciclo lectivo 2020), esto para que estén cubiertos por la póliza estudiantil. Para esta ocasión, no se aceptarán estudiantes de primer ingreso al PIAM, y, por ende, los y las estudiantes que se matriculen en el III ciclo, **no** tienen que volver a pagar la póliza estudiantil.

3. Como el III ciclo lectivo comprende menos semanas (5 en total), aquellos cursos que se imparten una vez a la semana tienen un costo de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6120. Y los cursos que se imparten dos veces por semana, tienen un costo de ₡8.000 colones + 2% IVA = ₡8160.

4. El proceso de matrícula comprende los siguientes pasos:

- **Publicación de la Guía de Horarios:** Se publicará el 01 de diciembre en la página [piam.ucr.ac.cr](http://piam.ucr.ac.cr) o también en las redes sociales (Facebook PiamUCR y por el whatsapp institucional al número 2511-1500)
- **Matrícula en línea (virtual):** Se llevará a cabo del 07 al 11 de diciembre. El sistema se habilitará a partir de las 8:00 am del 07 de diciembre y finaliza a las 5:00 pm del viernes 11 de diciembre. La matrícula en línea se lleva a cabo en la página [piam.fundacionucr.ac.cr](http://piam.fundacionucr.ac.cr)

# Fechas importantes



FECHAS	ACTIVIDAD
Martes 01 de diciembre 2020	<b>Publicación de guía de cursos y horarios</b> -Disponible en la página del PIAM, Facebook, Whatsapp y correo electrónico.
Del lunes 07 al viernes 11 de diciembre 2020	<b>Matrícula ordinaria en línea</b> -Se realiza en la página <a href="https://www.piam.fundacionucr.ac.cr">piam.fundacionucr.ac.cr</a> Tutorial: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=rQDEZZS-Mgs&amp;t=1s">https://www.youtube.com/watch?v=rQDEZZS-Mgs&amp;t=1s</a>
Semana del 11 al 15 de enero 2021	<b>Entrada a clases virtuales de verano</b>
Semana del 8 al 12 de febrero 2021	<b>Fin de lecciones de verano PIAM</b>

# Deberes del estudiante PIAM



El PIAM constituye una opción para personas mayores de **50 años**, que desean satisfacer inquietudes intelectuales, ocupar su tiempo libre en actividades educativas e intercambiar experiencias y conocimientos con los estudiantes regulares y facilitadores/as de la UCR.

Los y las estudiantes del PIAM NO llenan los requisitos académicos de la UCR ni se encuentran incluidos (as) en las actas de la Oficina de Registro, sin embargo, deben cumplir con las normas de orden y disciplina establecidas para los y las estudiantes regulares, así como con las directrices, lineamientos, resoluciones, comunicaciones y similares que emanen de las autoridades del PIAM, de la Vicerrectoría de Acción Social y en general de la UCR, así como las siguientes:

- Participar activamente en los cursos virtuales conforme a la metodología.
- Es deber de las y los estudiantes estar formalmente matriculados en el curso virtual, de otra manera NO pueden participar de las clases.
- Los y las estudiantes que por algún motivo NO puedan continuar con el curso virtual deben informar al facilitador (a) encargado (a) o a la Oficina del PIAM.
- Es deber del o la estudiante el RESPETO tanto hacia las compañeras (os) del curso, los y las Facilitadores, así como hacia las reglas básicas establecidas en cada curso.
- Los cursos que requieran algún tipo de material para su desarrollo, serán adquiridos por el (la) propio (a) estudiante, y el o la facilitadora del curso así lo especificará. **Bajo ninguna circunstancia una persona facilitadora venderá a los y las estudiantes, materiales de ningún tipo.**

# Reglas de matrícula



Para llevar a cabo un Proceso de Matrícula en línea de forma ordenado y eficiente, es necesario contar con su apoyo cumpliendo las reglas que el PIAM ha establecido.

1. Realice la matrícula en línea en la página **piam.fundacionucr.ac.cr** (Ver apartado “Pasos para una matrícula en línea” en la página 8 de este documento o revisar el tutorial que está en el siguiente enlace: <https://youtu.be/KGE3CO3yg4g>)

2. La página **piam.fundacionucr.ac.cr** estará habilitada a partir de las **8:00 am**.

3. Para este III ciclo lectivo 2020, no hay un máximo de cursos específicos. La persona estudiante puede matricular, los cursos que desee, siempre y cuando haya espacio a la hora de realizar la matrícula en línea.

4. **Tenga en cuenta que todos los cursos tienen definido un cupo límite**, por lo tanto, cuando se agota el cupo se cierra el curso. Por esto es importante que realice una lista con varias opciones de cursos que le interesan, esto con el fin de agilizar el trámite en caso de que no haya cupo en el que tenía como primera opción.

5. **Pague el monto total de matrícula:** El costo de cada uno de los cursos **por concepto de matrícula** es **₡6.000 colones por ciclo lectivo + el 2% del IVA = ₡6.120 colones** (una vez por semana) **y ₡8.000 colones por ciclo lectivo + el 2% del IVA = ₡8.160 colones** (2 veces por semana)

6. **Revise bien que los montos económicos estén correctos:** Es importante que el o la estudiante revisen que el monto que va a pagar, sea el correcto según lo anteriormente indicado.

7. **Conserve la factura - comprobante de matrícula:** Se le enviará la factura correspondiente a su correo electrónico (incluye el cobro de los cursos).

8. **No se devuelve dinero de los cursos matriculados:** Es importante que el o la estudiante esté segura de su matrícula, ya que en ninguna circunstancia se aplica el congelamiento de matrícula ni solicitudes de reintegro de dinero por concepto de pago de cursos. La devolución se tramitará única y exclusivamente en los siguientes casos:

- Cuando el curso matriculado sea cerrado por el PIAM.
- Cuando por fuerza mayor, el PIAM tenga que cambiar el horario de un curso publicado en la Guía.

Para proceder con el reintegro de dinero, el estudiante deberá enviar la información correspondiente al correo [piamdevolucion@gmail.com](mailto:piamdevolucion@gmail.com) durante los 15 días hábiles posteriores al inicio de clases y además deberá tener una cuenta bancaria a su nombre.

# Pasos matrícula en línea



1. Para realizar la matrícula en línea debe ingresar a la página **piam.fundacionucr.ac.cr**. Para su ingreso a la plataforma debe ingresar el correo con el que se registró en el PIAM y la contraseña.

**Nota:** La contraseña por defecto es **piam**, a menos que la haya cambiado por una de su elección. En caso de que no funcione su contraseña debe hacer click en "Si olvidó su contraseña presione aquí", para recibir una nueva contraseña en su correo electrónico.

2. Una vez que ingrese al sistema de matrícula en línea, se recomienda cambiar la contraseña por una de su confianza y anotar en un lugar seguro. Para realizar el cambio de contraseña y actualizar su información personal se ingresa al **Perfil**, que se ubica al costado superior derecho de la pantalla. Lo anterior es muy importante para que su factura sea realizada sin complicaciones.

3. Si realiza alguna actualización de información recuerde **Aceptar los términos y condiciones** y presionar **guardar**. Esto se encuentra al final de la pantalla de información personal.

4. Una vez actualizada su información, volver al **Inicio** para proceder a su matrícula.

1. Para encontrar los cursos de su interés debe seleccionar el módulo en el que se encuentra. Se recomienda revisar la **Guía de horarios** y el módulo al que pertenece el curso de su interés.

2. Presionar el módulo y luego puede buscar el curso que desee matricular en la casilla de búsqueda. Una vez localizado, se debe agregar al **Carrito de compra** para reservar el curso.

**Nota:** La reserva de los cursos solo durará 10 minutos a partir de que se agrega el primero. Se recomienda tener la información de pago y matrícula a mano para facilitar el proceso. Si la matrícula no se realiza en este tiempo, los cursos serán liberados.

3. Si solo va a matricular un curso se puede dirigir al **Carrito**, pero si desea continuar con la matrícula puede seleccionar **Continuar comprando**.



4. Una vez agregados los cursos que desee matricular se dirige a **Carrito**, aquí verá la información de su orden de compra así como el tiempo de reserva en la esquina superior derecha.
5. Si desea eliminar un curso presione la **X** al lado del nombre del curso.
6. Antes de pasar al pago de la compra verifique el monto a cancelar.
7. Acepte los **Términos y condiciones** y presione el botón **Continuar**.
8. Llene las casillas con la información de pago. La tarjeta no necesariamente tiene que estar a nombre del estudiante que matricula.
9. Llene el formulario con el número de tarjeta, código de seguridad y la fecha de vencimiento. **Esta información no se guarda ni por la fundación UCR ni por el PIAM.**
10. Una vez llenado el formulario de pago, debe seleccionar **Finalizar**.
11. Recibirá un correo con el comprobante de su compra. Ya estará oficialmente matriculado en el PIAM

## Avisos importantes



### ¿Quiere recibir información del PIAM en su Whatsapp?



Si le interesa recibir información del PIAM vía whatsapp, puede ingresar el siguiente enlace en su explorador de internet del celular

 <https://wa.me/50625111500>

agregarnos como parte de sus contactos y enviarnos "**Soy estudiante PIAM**".

\*\* No es necesario que respondan los mensajes, es solo para que reciban información \*\*

# Inversión económica

## aproximada para cursos específicos

Como los cursos de Artesanías y Manualidades requieren compra de materiales, es necesario que los y las estudiantes conozcan previo a la matrícula, la inversión aproximada que tienen que realizar por curso; así pueden matricular según sus posibilidades. Se resalta que es un costo aproximado, dado que es variable según precios, marcas, lugares de venta y gustos de los y las estudiantes.

En este sentido, es deber de los y las estudiantes adquirir los materiales por sus propios medios, pero con la debida orientación del o la facilitadora, ya que es la persona experta en la técnica que se está aprendiendo. Los y las facilitadoras, pueden recomendar tipos de materiales y productos, así como lugares de venta; sin embargo, no se puede obligar a los y las estudiantes a comprarlos exclusivamente donde la persona facilitadora indique.

- **Taller de Bordado con cintas:** Aproximadamente ₡20.000 por ciclo lectivo. Depende de las cintas que las estudiantes deseen utilizar, así como el material donde se borda.
- **Taller Bordado guatemalteco:** ₡22.000 aproximadamente por ciclo lectivo.
- **Taller de Puntillismo:** ₡22.000 aproximadamente por ciclo lectivo.
- **Taller de tallado en madera (proyecto casa, palmeras):** ₡35.000 aproximadamente por ciclo lectivo
- **Taller puntadas en cuero:** ₡20.000 aproximadamente por ciclo lectivo
- **Taller Origami:** ₡6.000 aproximadamente por ciclo lectivo

# Cursos específicos

Los cursos específicos del PIAM son exclusivos para personas mayores de 50 años. Para este III ciclo lectivo 2020, los cursos serán virtuales y se organizan en 8 módulos según su orientación temática.

## Tecnologías TICs



## Idiomas



## Artesanías y manualidades



## Movimiento Humano



## Arte y Cultura



## Estilos de vida saludable



## Conocimientos Generales



## Grupos artísticos



# Tecnologías (TICs)



**Nota:** El curso “Herramientas digitales para la virtualidad y la innovación”, tiene un costo de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.120 colones** y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	FACILITADOR/A	GRUPO	CUPO
IF0601-01	Herramientas digitales para la virtualidad y la innovación	V 17 a 18:00	Róger Ramos	01	30

# Artesanías y Manualidades



**Nota:** Los cursos del Módulo de Artesanías y Manualidades tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡8.000 colones + 2% IVA = **₡8.160 colones** por ciclo lectivo (2 veces por semana) y de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.120 colones** por ciclo lectivo (una vez por semana) y se cancela en el momento de la matrícula.

En los siguientes cursos se requiere que el o la estudiante adquiera, por sus propios medios, la compra de materiales necesarios para recibir el curso, **dado que los y las facilitadoras no venderán materiales** (Ver Inversión económica aproximada de cursos específicos).

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	FACILITADOR/A	GRUPO	CUPO
AR0421-01	Taller de Bordado con cintas (requisito AR0011)	J 10 a 11:50	Rosa Pochet	01	15
AR0411-01	Bordado Guatemalteco	V 10 a 11:50	Gladys Gutiérrez	01	20
AR0406-01	Puntillismo	V 8 a 9:50	Gladys Gutiérrez	01	20
AR0426-01	Taller de puntadas en cuero (requisito AR0391-01)	K 9 a 10:50	Alejandra Araya	01	15
AR0376-01	Tallado en madera I (proyecto casa, palmeras)	K y J 15 a 16:50	Sonia Blanco	01	20
AR0126-01	Origami	M 10 a 11:50	Alicia Granados	01	15



# Movimiento Humano

**Nota:** Los cursos del Módulo de Movimiento Humano tienen un costo por **concepto de matrícula** de  $\text{¢}6.000$  colones + 2% IVA = **¢6.120 colones** por ciclo lectivo (1 vez por semana) y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	FACILITADOR/A	GRUPO	CUPO
MH1056-01	Zumba-01	L 8 a 8:55	Maribel Matamoros	01	40
MH1056-02	Zumba-02	J 8 a 8:55	Maribel Matamoros	02	40
MH3041-01	Acondicionamiento Físico-01	L 9 a 9:55	Maribel Matamoros	01	20

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	FACILITADOR/A	GRUPO	CUPO
MH3041-02	Acondicionamiento Físico-02	J 9 a 9:55	Maribel Matamoros	02	20
MH1011-01	Aeróbicos	K 10:30 a 11:25	Ginnette Sánchez	01	30
MH1031-01	Aeróbicos bailables	J 10 a 11:00	Joselyn Barboza	01	40
MH0011-01	Tango Principiantes Mixto	K 14 a 15:10	Ginnette Sánchez	01	15
MH4071-01	Tai chi terapéutico (75 años o más)	M 10 a 11:00	Ligia Chavarría	01	20
MH5011-01	Taekwondo	J 8 a 9:00	Mayra Valverde	01	20



## Estilos de vida saludables

**Nota:** Los cursos del Módulo de Estilos de Vida Saludable tienen un costo por **concepto de matrícula** de  $\text{¢}8.000$  colones + 2% IVA = **¢8.160 colones** (2 veces por semana) y de  $\text{¢}6.000$  colones + 2% IVA = **¢6.120 colones** por ciclo lectivo (1 vez por semana) y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
GR0071-01	Dinámica de motivación y superación personal	K 14 a 15:50	Roberto Cordero	01	20
GR0301-01	Epidemias, desamor e incertidumbre	M 11 a 12:50	Germán Cedeño e Irene Puertas	01	25
GR0211-01	Cuidando mi salud a través de la alimentación	K y V 9 a 10:00	Milena Cerdas	01	25

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
GR0097-01	Medicamentos: ¿qué debemos saber? II (requisito GR0096)	J 9 a 10:50	Sofía Segura	01	25
GR0306-01	Conocimientos básicos sobre meditación activa, arteterapia y mandalas	K 10 a 11:30	Daniela Fonseca	01	15
GR0311-01	Construyendo la felicidad	L 17:30 a 19:30	Ana Carolina París e Isidoro Zaidman	01	25

# Arte y cultura



**Nota:** Los cursos del Módulo de Arte y Cultura tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.120 colones** por ciclo lectivo (1 vez por semana) y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
AC0171-01	Ciudades del mundo I-01	J 8 a 9:50	Jorge Grané	01	25
AC0172-01	Ciudades del mundo II-01 (requisito AC0171)	J 10 a 11:50	Jorge Grané	01	25
AC0176-01	Regiones del mundo	V 8 a 9:50	Jorge Grané	01	25



## Conocimientos Generales

**Nota:** Los cursos del Módulo de Conocimientos Generales tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.120 colones** por ciclo lectivo (1 vez por semana) y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
CG0046-01	Taller de escritura creativa	L 16 a 17:50	Giselle García	01	30
CG0086-01	Taller literario	J 16 a 18:00	Karen Padilla	01	15
CG0091-01	Conocer el cerebro	V 10 a 11:50	Jorge Grané	01	35

## Grupos artísticos



**Nota:** Los cursos del Módulo de Grupos y cursos artísticos tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.120 colones** por ciclo lectivo (1 vez por semana) y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	GRUPO	CUPO
GC0046-01	Taller de teatro para principiantes	J 10 a 11:30	Mayra Zúñiga	01	12
GC0051-01	Elaboración de títeres y juegos para construir historias	K 9 a 11:00	Valeria Méndez	01	15



## Organice su horario

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
7:00 a.m						
8:00 a.m						
9:00 a.m						
10:00 a.m						
11:00 a.m						
<b>12:00 m.d</b>						
1:00 p.m						
2:00 p.m						
3:00 p.m						
4:00 p.m						
5:00 p.m						
6:00 p.m						
7:00 p.m						
8:00 p.m.						
9:00 p.m.						

INICIO DE LECCIONES:  
SEMANA DEL 11 AL 15 DE ENERO

# Lista prioridades

Código	Curso	Horario	Facilitador/a	Grupo

## **SEGURO DE ACCIDENTES PARA UNIVERSITARIOS** **PÓLIZA No. 01 01 EUM 0000 49 (EUN-73)**

Este seguro cubre accidentes únicamente, que puedan ocurrir en cualquier parte del territorio nacional y fuera del mismo, durante las 24 horas del día y mientras el seguro se encuentre vigente.

### **COBERTURA**

Gastos Médicos por accidente	₡3.000.000,00
Incapacidad Permanente Accidental	₡3.000.000,00
Muerte Accidental	₡3.000.000,00

### **VIGENCIA**

Rige del 15 de febrero del año en curso al 14 de febrero del siguiente año, de conformidad con el semestre matriculado.

**PRIMA** La prima es de **₡7.500,00 anual (+2% IVA)** y se debe cancelar a la Universidad junto con el primer recibo de matrícula que sea emitido al estudiante. Los estudiantes que no son de matrícula ordinaria, deberán cancelar la prima cuando se inscriba en el curso.

### **INDEMNIZACIÓN POR GASTOS MÉDICOS**

Toda solicitud de indemnización deberá ser tramitada por el estudiante ante el Instituto Nacional de Seguros, ya sea en cualquiera de sus Sucursales o en Oficinas Centrales, en caso de recibir atención médica privada o en la Caja Costarricense de Seguro Social (C.C.S.S.), esta última opción para aquellos estudiantes que no se encuentran asegurados en el Sistema Social.

### **ATENCIÓN MÉDICA EN EL INS**

Podrá asistir a INS-Salud, ubicado en la Uruca, o a cualquiera de los Dispensarios del INS, ubicados en todo el territorio nacional. Para ello debe llevar una orden de atención médica que la obtendrá en la Oficina de Salud de la Sede Central o Sedes Regionales o en cualquiera de las Sucursales del Instituto. En este caso, el estudiante no desembolsará dinero, ni se cobrará el deducible correspondiente y se reconocerá el transporte de emergencia en ambulancia al momento del accidente, máximo tres mil colones por evento.

### **AVISO**

Se deberá dar aviso al Instituto del accidente, dentro de los noventa días naturales de su ocurrencia, con los requisitos descritos anteriormente. No obstante, si las consecuencias del accidente no se manifiestan en el momento mismo, el Asegurado podrá comunicarlo al INS a más tardar dentro de los ciento ochenta días, contando a partir de la fecha de ocurrencia del evento.

### **TRÁMITES**

Para consultas llame al 800-835-3467 Teleins o visite la página web [www.ins-cr.com](http://www.ins-cr.com). Puede descargar toda la información en el siguiente enlace: [https://oaf.ucr.ac.cr/sites/default/files/poliza\\_estudiantil.pdf](https://oaf.ucr.ac.cr/sites/default/files/poliza_estudiantil.pdf)



**PIAM**

Programa Institucional  
**para la persona Adulta  
y Adulta Mayor**