

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 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 - Farmacoeeducación 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 €]

Miércoles, de 10:00 a 11:30 h.

Profesor: Sergio Sanz

Inglés Intermedio 1 [225 €]

Miércoles, de 10:00 a 11:30 h.

Profesor: Daniel Martínez

Inglés conversación miércoles [225 €]

Miércoles, de 10:00 a 11:30 h.

Profesor: Mary Mingotes

Italiano para principiantes [225 €]

Miércoles, de 10:30 a 12:00 h.

Profesora: Ilaria Ambrosini

Francés conversación [225 €]

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesor: Sergio Sanz

Inglés Básico 3 [225 €]

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesor: Daniel Martínez

Inglés Conversación - Iniciación [225 €]

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Mary Mingotes

Italiano conversación [225 €]

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Ilaria Ambrosini

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

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesores: Lola Sobrino y Óscar Ortega

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

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

Módulo II: Inteligencia emocional y relaciones [30 €]

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

Módulo III: Salud mental y cognitiva [30 €]

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

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

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino.

Módulo V: Autoestima y dignidad [30 €]

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

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

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

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

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

Módulo VIII: Fortalezas de carácter [30 €]

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

Módulo IX: Analiza tu personalidad [45 €]

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

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

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

Módulo XI: El motor de la ilusión.

Proyección y dopamina [30 €]

Miércoles, 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 €]

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

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

Miércoles, de 12:00 a 13:30 h.

Profesora: Lola Sobrino

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

Miércoles, de 17:00 a 18:30 h.

Profesor: Manuel Hernández

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

Miércoles, de 16:30 a 18:00 h.

Profesores: Luis Loscertales y Cristina Santos

Book Club [225 €]

Miércoles, de 17:00 a 18:30 h.

Profesora: M^a José Aparicio

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

Miércoles, de 19:00 a 20:45 h.

Profesora: Asun Urgel

English through photography

“Reading” images [225 €]

Miércoles, de 19:00 a 20:30 h.

Profesora: M^a José Aparicio

Seguridad digital y pensamiento crítico con IA [45 €]

Miércoles, 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 Martínz

Inglés Conversación - Jueves [225 €]

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

Profesor: Daniel Martínz

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

www.fundacioncai.es

Centro CAI Juan Pablo II
Sainz de Varanda, 1-3 50009 Zaragoza
T. 976 35 50 00

Síguenos en:
Facebook, Instagram, LinkedIn