

### 01 Desarrollo de las habilidades socioemocionales en el adulto

**Dra. Margarita Oropeza Largher**  
18 de septiembre - Lunes de 16:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18 y 25  
Octubre: 2, 9, 16, 23 y 30  
Noviembre: 6, 13 y 27

### 05 Inglés 2: Introductorio 2

**Mtro. José Erick Aparicio Alarcón**  
18 de septiembre - Lunes y miércoles de 09:00 a 11:00 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 20, 25 y 27  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 6, 8, 13, 15, 22, 27 y 29

### 09 Inglés 7: Preintermedio 1

**Mtra. Clara Rodríguez Bautista**  
18 de septiembre - Lunes y miércoles de 17:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 20, 25 y 27  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 6, 8, 13, 15, 22, 27 y 29

### 13 Inglés 11: Intermedio 1

**Mtro. Aarón Alejandro Rivera Lara**  
18 de septiembre - Lunes y miércoles de 16:00 a 18:00 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 20, 25 y 27  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 6, 8, 13, 15, 22, 27 y 29

#### \*Cursos de inglés

- Los alumnos de nuevo ingreso que no inicien en Introductorio 1 deberán realizar examen diagnóstico.
- Los niveles superiores introductorio 1, se ofrecen para los estudiantes que han acreditado en este programa los niveles inferiores inmediatos.
- Para los talleres de conversación se requiere realizar examen diagnóstico.

### 02 Conociendo mi autoestima para potenciar mis habilidades y recursos socioemocionales

**Dra. Margarita Oropeza Largher**  
19 de septiembre - Martes de 16:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19 y 26  
Octubre: 3, 10, 17, 24 y 31  
Noviembre: 7, 14 y 21

### 06 Inglés 4: Básico 2

**Mtra. Norma Ofelia Huerta Sánchez**  
19 de septiembre - Martes y jueves de 09:00 a 11:00 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 21, 26 y 28  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 7, 9, 14, 16, 21, 28 y 30

### 10 Inglés 8: Preintermedio 2

**Mtra. Clara Rodríguez Bautista**  
19 de septiembre - Martes y jueves de 15:00 a 17:00 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 21, 26 y 28  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 7, 9, 14, 16, 21, 28 y 30

### 14 Inglés 12: Intermedio 2

**Mtro. Aarón Alejandro Rivera Lara**  
19 de septiembre - Martes y jueves de 16:00 a 18:00 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 21, 26 y 28  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 7, 9, 14, 16, 21, 28 y 30

#### FECHAS DE EXAMEN:

**Francés:** Presencial en la Facultad de Lenguas 16 de agosto a las 11:00 hrs. En línea 17 de agosto a las 11:00 hrs.  
**Francés:** Presencial 18 de agosto a las 11:00 hrs. En la Facultad de Lenguas. Sin costo

### 03 La ansiedad en la vida diaria

**Mtra. María de los Ángeles Cárcamo Ferrer**  
19 de septiembre - Martes y jueves de 17:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 21, 26 y 28  
Octubre: 3, 5, 10, 12, 17, 19, 24, 26 y 31  
Noviembre: 7 y 9

### 07 Inglés 5: Básico 3

**Lic. Luis Alberto Maravilla Contreras**  
18 de septiembre - Lunes y miércoles de 17:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 20, 25 y 27  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 6, 8, 13, 15, 22, 27 y 29

### 11 Inglés 9: Preintermedio 3

**Mtra. Clara Rodríguez Bautista**  
18 de septiembre - Lunes y Miércoles de 15:00 a 17:00 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 20, 25 y 27  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 7, 9, 14, 16, 21, 28 y 29

### 15 Inglés 14: Taller de Conversación Intermedio B1

**Mtra. Norma Ofelia Huerta Sánchez**  
19 de septiembre - Martes y jueves de 11:00 a 13:00 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 21, 26 y 28  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 7, 9, 14, 16, 21, 28 y 30

### 04 Toma la vida con filosofía

**Dra. María Judith Barrales López**  
20 de septiembre - Miércoles de 16:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 20 y 27  
Octubre: 4, 11, 18 y 25  
Noviembre: 8, 15, 22 y 29

### 08 Inglés 6: Básico 4

**Mtra. Clara Rodríguez Bautista**  
19 de septiembre - Martes y jueves de 17:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 21, 26 y 28  
Octubre: 3, 5, 10, 12, 17, 19, 24, 26 y 31  
Noviembre: 7, 9, 14, 16, 21, 28 y 30

### 12 Inglés 10: Preintermedio 4

**Mtra. Abigail Coyotl Nicasio**  
19 de septiembre - Martes y jueves de 16:00 a 18:00 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 25 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 21, 26 y 28  
Octubre: 3, 5, 10, 12, 17, 19, 24, 26 y 31  
Noviembre: 7, 9, 14, 16, 21, 28 y 30

## PRESENCIAL

### 01 Duelos no resueltos

**Mtra. María Cristina Reyes Sánchez**  
20 de septiembre - Miércoles de 16:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 20 y 27  
Octubre: 4, 11, 18 y 25  
Noviembre: 8, 15, 22 y 29

### 06 La gestión de las emociones y la comunicación

**Mtra. Rebeca A. Conde Morales**  
19 de septiembre - Martes de 10:00 a 13:00 hrs.  
Cuota: \$1,008 - 36 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19 y 26  
Octubre: 3, 10, 17, 24 y 31  
Noviembre: 7, 14, 21 y 28  
Diciembre: 5

### 11 Hatha Yoga

**Lic. Rosario Rivera Briones**  
19 de septiembre - Martes de 9:00 a 11:00 y Viernes de 10:00 a 12:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 22, 26 y 29  
Octubre: 3, 6, 10, 13, 17, 20, 24, 27 y 31  
Noviembre: 3 y 7

### 16 Pilates Ball

**Mtra. Osiris González Torres**  
18 de septiembre - Lunes y miércoles de 10:00 a 11:30 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 16 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 20, 25 y 27  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 6, 8, 13, 15, 22, 27 y 29

### 21 De súbditos a ciudadanos. Historia de México, siglos XIX y XX

**Mtro. Octavio Spindola Zago**  
22 de septiembre - Viernes de 9:00 a 12:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 22 y 29  
Octubre: 6, 13, 20 y 27  
Noviembre: 3, 10, 17 y 24

### 26 Computación: Nivel Intermedio

**Mtra. Alejandra Santiesteban Reyes**  
19 de septiembre - Martes de 16:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19 y 26  
Octubre: 3, 10, 17, 24 y 31  
Noviembre: 7, 14 y 21

### 31 Alivia el dolor, el estrés y la tensión a través de tus manos

**Dra. Elizabeth Patricia García Guevara**  
18 de septiembre - Lunes de 10:00 a 13:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18 y 25  
Octubre: 2, 9, 16, 23 y 30  
Noviembre: 6, 13 y 27

### 36 Cocina oriental\*

**Mtra. María Fernanda Alvarez Ponce**  
19 de septiembre - Martes de 10:00 a 14:00 hrs.  
Cuota: \$1,500 - 40 horas - Cupo máximo: 16 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19 y 26  
Octubre: 3, 10, 17, 24 y 31  
Noviembre: 7, 14 y 21

### 41 Introducción al vino y sus uvas

**Mtro. Angel Antonio Anaya González**  
20 de septiembre - Miércoles de 10:00 a 13:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 20 y 27  
Octubre: 4, 11, 18 y 25  
Noviembre: 8, 15, 22 y 29

### 46 Taller de son cubano "Bailando en clave"

**Lic. Edmundo Héctor Vázquez Cruz**  
18 de septiembre - Lunes y miércoles de 13:00 a 15:00 hrs.  
Cuota: \$1,120 - 40 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 20, 25 y 27  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 6, 8, 13, 15, 22, 27 y 29

### 51 Cine y revolución

**Lic. Luis Ángel Argüelles Espinosa**  
20 de septiembre - Miércoles de 11:00 a 14:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 20 y 27  
Octubre: 4, 11, 18 y 25  
Noviembre: 8, 15, 22 y 29

### 56 Taller de teatro. "Improvizando con Shakespeare"

**Mtra. Andrea A. Sandoval Zacarías**  
18 de septiembre - Lunes y martes de 10:00 a 12:00 hrs.  
Cuota: \$784 - 28 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 19, 25 y 26  
Octubre: 2, 3, 9, 10, 16, 17, 23, 24, 30 y 31

### 61 Inglés 1: Introductorio 1

**Mtra. Mónica Yissel Salas Guevara**  
18 de septiembre - Lunes y miércoles de 10:30 a 12:30 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 21, 26 y 28  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 6, 8, 13, 15, 22, 27 y 29

#### \*Cursos de cocina

Para el ingreso a los cursos de cocina será indispensable que asista con uniforme (mandil, cofia y set de toallas), en caso de adquirir el uniforme institucional deberá seguir los siguientes pasos:

### 02 Sanando mis heridas de la infancia

**Mtra. María Cristina Reyes Sánchez**  
21 de septiembre - Jueves de 16:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 21 y 28  
Octubre: 5, 12, 19 y 26  
Noviembre: 9, 16 y 30  
Diciembre: 7

### 07 Reprogramate para ser feliz

**Mtra. Rossella Casaro**  
18 de septiembre - Lunes y jueves de 16:00 a 18:00 hrs.  
Cuota: \$1,120 - 40 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 21, 25 y 28  
Octubre: 2, 5, 9, 12, 16, 19, 23, 26 y 30  
Noviembre: 6, 9, 13, 16, 27, 30  
Diciembre: 4

### 12 Meditación y kiirtan Matutino

**Mtro. Saulme Haffid Gutiérrez González**  
18 de septiembre - Lunes y viernes de 11:30 a 13:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 16 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 21, 26 y 29  
Octubre: 2, 6, 9, 13, 16, 20, 23, 27 y 30  
Noviembre: 3, 6, 10, 13, 17, 24 y 27

### 17 Tai Chi- Chi Kung

**Mtro. Fernando Mauleón Yunes**  
18 de septiembre - Lunes y miércoles de 17:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 16 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 20, 25 y 27  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 6 y 8

### 22 Historia de las religiones del mundo

**Mtro. Octavio Spindola Zago**  
22 de septiembre - Viernes de 12:00 a 15:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 22 y 29  
Octubre: 6, 13, 20 y 27  
Noviembre: 3, 10, 17 y 24

### 27 Google Workspace

**Mtra. Alejandra Santiesteban Reyes**  
19 de septiembre - Martes de 10:00 a 13:00 hrs.  
Cuota: \$672 - 24 horas - Cupo máximo: 16 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19 y 26  
Octubre: 3, 10, 17, 24 y 31  
Noviembre: 7

### 32 Reactivación física para adultos

**Lic. Andrea Jocelyn Hernández Cruz**  
18 de septiembre - Lunes, miércoles y viernes de 09:00 a 10:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 20, 22, 25, 27 y 29  
Octubre: 2, 4, 6, 9, 11, 13, 16, 18, 20, 23, 25, 27 y 30  
Noviembre: 3, 6, 8, 10, 13, 15, 17, 22, 24, 27 y 29

### 37 Repostería II\*

**Mtra. María Fernanda Alvarez Ponce**  
20 de septiembre - Miércoles de 10:00 a 14:00 hrs.  
Cuota: \$1,500 - 40 horas - Cupo máximo: 16 participantes  
Sesiones: Septiembre: 20 y 27  
Octubre: 4, 11, 18 y 25  
Noviembre: 8, 15, 22 y 29

### 42 Vino del nuevo mundo (América, Sudáfrica y Oceanía)

**Mtro. Angel Antonio Anaya González**  
21 de septiembre - Jueves de 10:00 a 13:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 21 y 28  
Octubre: 5, 12, 19 y 26  
Noviembre: 9, 16 y 30  
Diciembre: 7

### 47 Corazón danzante: activa tu cuerpo a través del baile

**Mtra. Lidia Luis González**  
19 de septiembre - Martes de 16:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19 y 26  
Octubre: 3, 10, 17, 24 y 31  
Noviembre: 7, 14 y 21

### 52 Taller de teatro

**Dra. Laura Fernández Vázquez**  
21 de septiembre - Jueves de 16:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 21 y 28  
Octubre: 5, 12, 19 y 26  
Noviembre: 9, 16 y 30  
Diciembre: 7

### 57 Acuarela floral

**Mtra. Myrna Dalía Rodríguez Vidal**  
18 de septiembre - Lunes de 10:30 a 13:00 hrs.  
Cuota: \$784 - 28 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18 y 25  
Octubre: 2, 9, 16, 23 y 30  
Noviembre: 6, 13, 27  
Diciembre: 4 y 11

### 62 Inglés 3: Básico 1

**Mtra. Mónica Yissel Salas Guevara**  
19 de septiembre - Martes y jueves de 10:30 a 12:30 hrs.  
Cuota: \$750 - 40 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 21, 26 y 28  
Octubre: 3, 5, 10, 12, 17, 19, 24, 26 y 31  
Noviembre: 7, 9, 14, 16, 21, 28 y 30

- Generar la ficha, seleccionando:
  - Categoría: Tienda UPA
  - Servicio: Uniforme de cursos de cocina
- Llevar comprobante de pago a la recepción para la entrega

### 03 Educación emocional y bienestar

**Lic. Verónica Robles Guerrero**  
20 de septiembre - Miércoles de 10:00 a 13:00 hrs.  
Cuota: \$1,008 - 36 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 20 y 27  
Octubre: 4, 11, 18 y 25  
Noviembre: 8, 15, 22 y 29  
Diciembre: 6 y 13

### 08 Yoga amoroso para adultos Vespertino

**Sirenia Patricia Pedraza Mayoral**  
19 de septiembre - Martes y Jueves de 12:00 a 14:00 hrs.  
Cuota: \$952 - 34 horas - Cupo máximo: 16 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 21, 26 y 28  
Octubre: 2, 5, 9, 12, 17, 19, 24, 26 y 31  
Noviembre: 7, 9, 14 y 16

### 13 Meditación y kiirtan Vespertino

**Mtro. Saulme Haffid Gutiérrez González**  
19 de septiembre - Martes y jueves de 16:00 a 17:30 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 16 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 21, 26 y 29  
Octubre: 3, 5, 10, 12, 17, 19, 24, 26 y 31  
Noviembre: 7, 9, 14, 16, 21, 28 y 30

### 18 Cholula, ciudad sagrada

**Mtra. Ma. Teresa Salomón Salazar**  
21 de septiembre - Jueves de 12:00 a 15:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 21 y 28  
Octubre: 5, 12, 19 y 26  
Noviembre: 9, 16 y 30  
Diciembre: 7

### 23 Computación: Nivel básico

**Mtra. Alejandra Santiesteban Reyes**  
21 de septiembre - Jueves de 16:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 21 y 28  
Octubre: 5, 12, 19 y 26  
Noviembre: 9, 16 y 30  
Diciembre: 7

### 28 El cuidado de la piel en el adulto

**C. María Dolores Solangia Ortiz Sánchez**  
19 de septiembre - Martes de 10:00 a 13:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19 y 26  
Octubre: 3, 10, 17, 24 y 31  
Noviembre: 7, 14 y 21

### 33 Activando mi cerebro, reconociendo mi proceso de envejecimiento

**Mtra. María Juana del Rosario Perea Solís**  
20 de septiembre - Miércoles de 16:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 20 y 27  
Octubre: 4, 11, 18 y 25  
Noviembre: 8, 15, 22 y 29

### 38 Introducción a la panadería Mexicana\*

**Lic. Fernando Carreto Macías**  
21 de septiembre - Jueves de 15:00 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$1,500 - 39 horas - Cupo máximo: 16 participantes  
Sesiones: Septiembre: 21 y 28  
Octubre: 5, 12, 19 y 26  
Noviembre: 9, 16, y 30  
Diciembre: 7

### 43 Comunicación en la vida cotidiana

**Mtra. María del Rayo Sankey García**  
19 de septiembre - Martes y jueves de 16:00 a 17:30 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 19, 21, 26 y 28  
Octubre: 3, 5, 10, 12, 17, 19, 24, 26 y 31  
Noviembre: 7, 9, 14, 16, 21, 28 y 30

### 48 Bailes de salón: danzón, mambo y chachachá

**Mtra. Lidia Luis González**  
21 de septiembre - Jueves de 12:30 a 15:30 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 21 y 28  
Octubre: 5, 12, 19 y 26  
Noviembre: 9, 16 y 30  
Diciembre: 7

### 53 Téjele, téjele, taller de creación textil con marcos

**Lic. Paloma Jimena Reyna Perea**  
18 de septiembre - Lunes y miércoles de 17:30 a 19:00 hrs.  
Cuota: \$840 - 30 horas - Cupo máximo: 20 participantes  
Sesiones: Septiembre: 18, 20, 25 y 27  
Octubre: 2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25 y 30  
Noviembre: 6, 8, 13, 15, 22, 27 y 29

### 58 Dibujo, básico 1

**Ar**