

CAN TÀPERA
CURSOS
26/27

ARTE
MÚSICA
HISTORIA
FILOSOFÍA
LITERATURA
BIENESTAR
CINE
COCINA



Teléfono de información: 971 595 980
C/ Can Tàpera, 5, Sant Agustí

CURSOS 2026-2027

4

ARTE

14

MÚSICA

19

HISTORIA

28

FILOSOFÍA

29

LITERATURA

33

BIENESTAR

43

CINE

45

COCINA

ARTE

CÓMO ENTENDER EL ARTE CONTEMPORÁNEO

Profesor/a: Francesca Gelabert Desnoyer

Duración: Del 13 de octubre al 24 de noviembre de 2026

Horario: Martes de 17.00 a 18.30h

En este curso descubriremos cómo ha evolucionado la historia del arte desde la irrupción de la fotografía, qué es el expresionismo abstracto o por qué un urinario está considerado la obra de arte más influyente del siglo XX.

PROGRAMA

13 de octubre de 2026. Sesión I.

20 de octubre de 2026. Sesión II.

27 de octubre de 2026. Sesión III.

3 de noviembre de 2026. Sesión IV.

10 de noviembre de 2026. Sesión V.

17 de noviembre de 2026. Sesión VI.

24 de noviembre de 2026. Sesión VII.

Idioma: Castellano

Precio: 105 €



Jackson Pollock pintando.

LA MIRADA FEMENINA EN EL ARTE 3.0

Profesor/a: Francesca Gelabert Desnoyer

Duración: Del 1 de diciembre de 2026 al 9 de febrero de 2027

Horario: Martes de 17.00 a 18.30h

Una nueva serie dedicada a las miradas femeninas en el arte, en la que conoceremos mejor la obra y el legado de escultoras como Luisa Roldán o Camille Claudel, y de pintoras como la expresionista alemana Gabriele Münter o la modernista estadounidense Georgia O'Keeffe, entre otras.

PROGRAMA

1 de diciembre de 2026. Sesión I.

15 de diciembre de 2026. Sesión II.

12 de enero de 2027. Sesión III.

19 de enero de 2027. Sesión IV.

26 de enero de 2027. Sesión V.

2 de febrero de 2027. Sesión VI.

9 de febrero de 2027. Sesión VII.

Idioma: Castellano

Precio: 105 €



Camille Claudel esculpiendo en su taller.

LAS ESCULTURAS DE PALMA. VISITAS GUIADAS

Profesor/a: Francesca Gelabert Desnoyer
Duración: Del 16 de febrero al 6 de abril de 2027
Horario: Martes de 10.00 a 11.30h

Palma cuenta con una gran diversidad de esculturas situadas en espacios públicos. Os invitamos a descubrirlas, conocer a sus autores, los edificios que las rodean y profundizar en la historia y las anécdotas de la ciudad.

PROGRAMA

- 16 de febrero de 2027. Primer itinerario. Punto de encuentro: Teatro Principal.
- 23 de febrero de 2027. Segundo itinerario. Punto de encuentro: plaza de la Reina, monumento a Joan Alcover.
- 2 de marzo de 2027. Tercer itinerario. Punto de encuentro: plaza de España, monumento a Jaime I.
- 9 de marzo de 2027. Cuarto itinerario. Punto de encuentro: plaza de Sant Francesc, monumento a Juníper Serra.
- 16 de marzo de 2027. Quinto itinerario. Punto de encuentro: Es Baluard. Visita a las esculturas del museo.
- 23 de marzo de 2027. Sexto itinerario. Punto de encuentro: Es Baluard. Visita a las esculturas de Sa Feixina.
- 6 de abril de 2027. Séptimo itinerario. Punto de encuentro: Palau March, calle del Palau Reial.



Idioma: Catalán

Excursión/viaje no incluido
en el precio.

Precio: 105 €

ARTE

EL ARTE ESTÁ EN TODAS PARTES 2.0

Profesor/a: Francesca Gelabert Desnoyer
Duración: Del 13 de abril al 25 de mayo de 2027
Horario: Martes de 17.00 a 18.30h

Continuaremos descubriendo obras de arte presentes en la publicidad, las portadas de discos, las series de televisión y, sobre todo, en el cine. A través de estas manifestaciones conoceremos mejor la obra de artistas como Paul Gauguin, Henri Matisse, Gustav Klimt o James Tissot.

PROGRAMA

Idioma: Castellano

Precio: 105 €

13 de abril de 2027. Sesión I.
20 de abril de 2027. Sesión II.
27 de abril de 2027. Sesión III.
4 de mayo de 2027. Sesión IV.
11 de mayo de 2027. Sesión V.
18 de mayo de 2027. Sesión VI.
25 de mayo de 2027. Sesión VII.



Fotograma de la película *Children of Men*.

ARTE

EL IMPRESIONISMO: LA REVOLUCIÓN QUE TRANSFORMÓ EL ARTE Y SU TIEMPO

Profesor/a: Elena Conde León

Duración: Del 15 de octubre al 3 de diciembre de 2026

Horario: Jueves de 17.00 a 18.30h

Descubra cómo un grupo de jóvenes pintores cambió para siempre la historia del arte. A través de Monet, Renoir, Degas y otros grandes artistas de su tiempo, conoceremos una época de profundas transformaciones sociales, científicas y culturales. Un apasionante recorrido por el París de la modernidad para comprender por qué el impresionismo sigue emocionándonos hoy con su luz, su color y su nueva manera de mirar el mundo.

PROGRAMA

15 de octubre de 2026. Sesión I.

22 de octubre de 2026. Sesión II.

29 de octubre de 2026. Sesión III.

5 de noviembre de 2026. Sesión IV.

12 de noviembre de 2026. Sesión V.

19 de noviembre de 2026. Sesión VI.

3 de diciembre de 2026. Sesión VII.

Idioma: Castellano

Viaje: Tras la luz del impresionismo. Un viaje desde París hasta la costa de Normandía (Giverny, Ruan, etc.)

Excursión/viaje no incluido en el precio. Pendiente fechas.

Precio: 105 €



ARTE

EL ESPLENDOR DE LA PINTURA FLAMENCA Y HOLANDESA. MAESTROS Y OBRAS FUNDAMENTALES, SS XV-XVII.

Profesor/a: Elena Conde León

Duración: Del 10 de diciembre de 2026 al 11 de febrero de 2027

Horario: Jueves de 17.00 a 18.30h

¿Puede un cuadro contar la historia de toda una época? Este curso demuestra que sí. A través de las grandes obras de Van Eyck, El Bosco, Brueghel, Rubens, Van Dyck, Hals, Rembrandt, Vermeer o Fabritius, descubriremos el nacimiento del mundo moderno: el comercio internacional, la ciencia, la Reforma de la Iglesia, la vida cotidiana... Aprenderemos a 'leer' la pintura como un documento histórico lleno de símbolos, curiosidades y secretos de la Europa de los siglos XV al XVII.

PROGRAMA

10 de diciembre de 2026. Sesión I.

17 de diciembre de 2026. Sesión II.

14 de enero de 2027. Sesión III.

21 de enero de 2027. Sesión IV.

28 de enero de 2027. Sesión V.

4 de febrero de 2027. Sesión VI.

11 de febrero de 2027. Sesión VII.

Idioma: Castellano

Viaje: "La ruta de los maestros flamencos y holandeses" (Recorrido por Brujas, Gante, Amberes, Delft y Ámsterdam)

Excursión/viaje no incluido en el precio. Pendiente fechas.

Precio: 105 €



ARTE

LA RUTA DE LA SEDA Y EL GALEÓN DE MANILA. LOS VIAJES DE LA SEDA, LAS ESPECIAS Y LA PLATA

Profesor/a: Elena Conde León

Duración: Del 18 de febrero al 15 de abril de 2027

Horario: Jueves de 17.00 a 18.30h

En los siglos pasados, cuando los mapas aún escondían territorios desconocidos, el mundo ya estaba unido por grandes rutas comerciales. Este curso propone un apasionante viaje por la Ruta de la Seda y el Galeón de Manila para descubrir cómo sedas, porcelanas, especias, plata, ideas y culturas conectaron Oriente y Occidente. Una fascinante historia de mercaderes, exploradores, imperios y obras de arte que transformó para siempre la historia de la humanidad.

PROGRAMA

18 de febrero de 2027. Sesión I.

25 de febrero de 2027. Sesión II.

4 de marzo de 2027. Sesión III.

11 de marzo de 2027. Sesión IV.

18 de marzo de 2027. Sesión V.

8 de abril de 2027. Sesión VI.

15 de abril de 2027. Sesión VII.

Idioma: Castellano

Viaje: Valladolid y Madrid. Siguiendo las huellas de la Ruta de la Seda y el Galeón de Manila.

Viaje de 2 días con visitas a diferentes museos, entre los que se encuentran:

- Museo Oriental (Valladolid).
- Museo Nacional de Artes Decorativas (Madrid).
- Museo de América (Madrid).

Excursiones/Viajes no incluidos en el precio.

Precio: 105 €



ARTE

HISTORIA DEL ARTE UNIVERSAL: DE LA PREHISTORIA A LOS ALBORES DEL GÓTICO

Profesor/a: Elena Conde León

Duración: Del 11 de enero al 16 de junio de 2027

Horario: Lunes y miércoles de 11.00 a 12.30h

Desde las enigmáticas pinturas rupestres hasta la grandiosidad de las catedrales góticas, este curso propone un apasionante viaje por los orígenes del arte y de las grandes civilizaciones. Descubriremos cómo las obras maestras de cada época reflejan las creencias, el poder y la vida de las sociedades que las crearon. Una oportunidad para aprender a contemplar el arte con una nueva mirada y comprender mejor el legado cultural que ha dado forma a nuestra historia.

PROGRAMA

BLOQUE I Lunes: De la Prehistoria a Grecia: Los grandes caminos del arte.

11 de enero de 2027. Sesión I.
18 de enero de 2027. Sesión II.
25 de enero de 2027. Sesión III.
1 de febrero de 2027. Sesión IV.
8 de febrero de 2027. Sesión V.
15 de febrero de 2027. Sesión VI.
22 de febrero de 2027. Sesión VII.

BLOQUE II Miércoles: De la Prehistoria a Grecia: Tesoros y obras esenciales.

13 de enero de 2027. Sesión I.
27 de enero de 2027. Sesión II.
3 de febrero de 2027. Sesión III.
10 de febrero de 2027. Sesión IV.
17 de febrero de 2027. Sesión V.
24 de febrero de 2027. Sesión VI.
3 de marzo de 2027. Sesión VII.

BLOQUE III Lunes: Del arte etrusco a los inicios del arte cristiano: Roma, poder y transformación del arte.

8 de marzo de 2027. Sesión I.
15 de marzo de 2027. Sesión II.
22 de marzo de 2027. Sesión III.
12 de abril de 2027. Sesión IV.
19 de abril de 2027. Sesión V.
26 de abril de 2027. Sesión VI.
3 de mayo de 2027. Sesión VII.

BLOQUE IV Miércoles: Del arte bizantino al románico: Un nuevo mundo, Bizancio, Islam y Occidente medieval.

5 de mayo de 2027. Sesión I.
12 de mayo de 2027. Sesión II.
19 de mayo de 2027. Sesión III.
26 de mayo de 2027. Sesión IV.
2 de junio de 2027. Sesión V.
8 de junio de 2027. Sesión VI.
16 de junio de 2027. Sesión VII.

Idioma: Castellano

Precio por bloque: 105 €



INTERSECCIONES ENTRE EL ARTE CONTEMPORÁNEO Y LA ESPIRITUALIDAD (II)

Profesor/a: Pilar Rubí

Duración: Del 19 de octubre al 14 de diciembre de 2026

Horario: Lunes de 17.00 a 18.30h

El curso propone un recorrido por diversas prácticas artísticas y arquitectónicas contemporáneas vinculadas a la espiritualidad. A través de la performance, el videoarte, las instalaciones y otros lenguajes plásticos, descubriremos cómo el arte se convierte en un medio de comunicación con otras dimensiones y cómo la espiritualidad está más presente en el arte contemporáneo de lo que a menudo pensamos.

PROGRAMA

19 de octubre de 2026. Introducción.

26 de octubre de 2026. Mística y esoterismo surrealistas: la pintura de Remedios Varo y Leonora Carrington.

2 de noviembre de 2026. Espiritualidad y tecnología: el videoarte de Bill Viola.

9 de noviembre de 2026. Naturaleza revelada, geometría y espiritualidad: la arquitectura de Antoni Gaudí.

16 de noviembre de 2026. Visita de arquitectura a un templo contemporáneo.

30 de noviembre de 2026. Trascendencia, finitud y memoria: las instalaciones de Christian Boltanski.

14 de diciembre de 2026. El cuerpo como vehículo y templo: la performance y el ritual en Marina Abramović.

Visita a una exposición de artistas que aborden las temáticas del curso.

Idioma: Castellano

Viaje/excursión: Un viaje todavía por determinar.

Viaje optativo y no incluido en el precio. Pendiente fechas.

Precio: 105 €



Marina Abramović. *The Kitchen: Homage to Saint Therese de Avila* (2009).

EL MODERNISMO Y EL LEGADO DE GAUDÍ

Profesor/a: Pilar Rubí

Duración: Del 11 de enero al 22 de febrero de 2027

Horario: Lunes de 17.00 a 18.30h

La aparición del modernismo coincide con la de un arquitecto que, aunque comparte elementos comunes con este estilo, tiene una concepción particular del espacio: Gaudí. Nos aproximaremos a su obra, pero también a esta tendencia exuberante que permitió la entrada de la libertad creativa, la fantasía, el color y las líneas orgánicas, que se extendieron no solo a la arquitectura, sino también a las artes plásticas y decorativas en un sentido amplio. Conoceremos el legado de Gaudí en la Seu y ejemplos de esta tendencia en dos visitas guiadas a pie.

PROGRAMA

11 de enero de 2027. Introducción a la arquitectura modernista en Europa. El eco del estilo en las principales ciudades europeas. Barcelona como metrópoli modernista.

18 de enero de 2027. Gaudí como creador singular: arquitectura civil y religiosa. Aproximación a la cosmogonía: naturaleza, geometría y espiritualidad.

25 de enero de 2027. Visita: Gaudí y su legado en la Seu de Mallorca. Punto de encuentro: plaza de la Almoina s/n 07001 Palma.

1 de febrero de 2027. Arquitectura modernista en Mallorca. La llegada del estilo con los arquitectos catalanes y los colegas mallorquines.

8 de febrero de 2027. La evolución de la fotografía, las artes gráficas y las artes decorativas (vidrio, forja, madera, joyería y orfebrería) en el modernismo.

15 de febrero de 2027. Ruta guiada por los edificios modernistas del centro de Palma. Punto de encuentro: Gran Hotel. Plaza Weyler s/n 07001 Palma.

22 de febrero de 2027. Las artes plásticas en la época modernista. Pintura y escultura en el contexto europeo, español y mallorquín.

Idioma: Catalán

Viaje/excursiones: Un viaje a Barcelona. Visitas guiadas.

Viaje optativo y no incluido en el precio. Pendiente fechas.

Precio: 105 €



Can Casasayas y la Pensión Menorquina (1908-1911). Francesc Roca y Guillem Reynés.

MÚSICA

FRYDERYK CHOPIN: EL POETA DEL PIANO Y SU LEGADO

Profesor/a: Magí Garcías

Duración: Del 23 de octubre de 2026 al 18 de junio de 2027

Horario: Viernes de 11.30 a 13.00h

¿Quieres descubrir la música de Chopin desde el piano y escucharla en directo? Este curso combina la interpretación en vivo de sus obras con un recorrido por su vida, sus cartas y el contexto que las inspiró. En cada sesión descubriremos algunas de sus composiciones y las pondremos en diálogo con obras de compositores que recogieron su legado. El objetivo de este viaje es entender por qué su lenguaje musical continúa emocionándonos y cómo su obra transformó la historia de la música.

PROGRAMA

23 de octubre de 2026.

El joven Fryderyk.

18 de diciembre de 2026.

Chopin en París.

26 de febrero de 2027.

Chopin y las flores.

19 de marzo de 2027.

Chopin y el nacionalismo.

16 de abril de 2027.

Chopin en Mallorca.

18 de junio de 2027.

Sesión especial: diálogo abierto
con un/a artista internacional.

Idioma: Catalán

Precio: 105 €



MÚSICA

VIVIR LA ÓPERA I. UNA APROXIMACIÓN DIFERENTE PARA UN DISFRUTE NUEVO Y MÁS PROFUNDO

Profesor/a: Francesc Bonnín Socías

Duración: Del 16 de octubre de 2026 al 22 de enero de 2027

Horario: Viernes de 18.00 a 19.30h

El curso pretende despertar y estimular el placer por la ópera a través del conocimiento y la pasión. Los objetivos son incentivar la asistencia a espectáculos, así como acercar de manera intuitiva y sencilla todos los elementos que conforman este arte.

PROGRAMA

16 de octubre de 2026. Preparamos la asistencia a... Faust, de Charles Gounod.

30 de octubre de 2026.
La mezzosoprano verdiana: una gran voz para grandes personajes.

27 de noviembre de 2026. El amor entre padres e hijos en la ópera.

4 de diciembre de 2026. El sonido y la forma de la ópera en diferentes épocas.

18 de diciembre de 2026. Preparamos la asistencia a... La tabernera del puerto, de Pablo Sorozábal.

8 de enero de 2027. La violencia de género en la ópera.

22 de enero de 2027. Cavalleria rusticana, de Pietro Mascagni.

Idioma: Castellano

Viaje/excursiones: 2 salidas al Teatro Principal de Palma.
Pendiente fechas.
Excursión/viaje no incluido en el precio.

Precio: 105 €



MÚSICA

VIVIR LA ÓPERA II. UNA APROXIMACIÓN DIFERENTE PARA UN DISFRUTE NUEVO Y MÁS PROFUNDO

Profesor/a: Francesc Bonnín Socías

Duración: Del 5 de febrero al 7 de mayo de 2027

Horario: Viernes de 18.00 a 19.30h

El curso pretende despertar y estimular el placer por la ópera a través del conocimiento y la pasión. Los objetivos son incentivar la asistencia a espectáculos, así como acercar de manera intuitiva y sencilla todos los elementos que conforman este arte.

PROGRAMA

5 de febrero de 2027. Preparamos la asistencia a... Orlando, de Antonio Vivaldi.

19 de febrero de 2027. Descubrimos títulos poco frecuentes: Una voce in off, de Xavier Montsalvatge.

5 de marzo de 2027. «Giuseppe Verdi siempre dice la verdad con pocos recursos».

12 de marzo de 2027. Dúos para terminar una historia: análisis de las diferentes formas.

9 de abril de 2027. «Todo en uno»: apreciación de las arias a través del texto, la forma, la melodía, la armonía y la orquestación.

23 de abril de 2027. Preparamos la asistencia a... Madama Butterfly (I), de Giacomo Puccini.

7 de mayo de 2027. Preparamos la asistencia a... Madama Butterfly (II), de Giacomo Puccini.

Idioma: Castellano

Viaje/excursiones: 3 salidas al Teatro Principal de Palma.
Pendiente fechas.
Excursión/viaje no incluido en el precio.

Precio: 105 €



MÚSICA

MOZART: CONCIERTOS Y SINFONÍAS

Profesor/a: Pere Estelrich i Massutí

Duración: Del 13 de noviembre de 2026 al 8 de enero de 2027

Horario: Viernes de 11.30 a 13.00h

Una aproximación a la música orquestal de Mozart a través de dos de los géneros más representativos de su producción: las sinfonías y los conciertos con solista. Descubriremos algunas de sus obras más destacadas y conoceremos las claves que hacen de Mozart uno de los grandes genios de la historia de la música.

PROGRAMA

13 de noviembre de 2026.
Introducción a las sinfonías
de Mozart. La Júpiter.

27 de noviembre de 2026.
Las Sinfonías n.º 39 y n.º 40.

11 de diciembre de 2026.
Conciertos para violín.

8 de enero de 2027. Conciertos
para otros instrumentos.
El Concierto para clarinete como
ejemplo.

Idioma: Catalán

Excursiones: Algunas sesiones están
orientadas a la asistencia a una función
del Teatro Principal de Palma.

Viaje: Posible salida a Barcelona
el 15 de noviembre.

Excursión/viaje no incluido
en el precio.

Precio: 80 €



MÚSICA

LOS GRANDES CONCIERTOS PARA VIOLÍN

Profesor/a: Pere Estelrich i Massutí

Duración: Del 15 de enero al 5 de marzo de 2027

Horario: Viernes de 11.30 a 13.00h

Desde el Barroco hasta el Romanticismo, este curso ofrece un recorrido por los grandes conciertos para violín de la historia de la música. Conoceremos las obras más representativas del repertorio, su contexto histórico y los compositores que convirtieron el violín en uno de los grandes protagonistas de la música clásica.

PROGRAMA

Idioma: Catalán

15 de enero de 2027. Del concerto grosso a Las cuatro estaciones de Vivaldi.

22 de enero de 2027. Mozart y el violín.

29 de enero de 2027. El Concierto para violín de Beethoven.

5 de febrero de 2027. Paganini, el virtuosismo extremo.

12 de febrero de 2027. Mendelssohn, el gran innovador.

19 de febrero de 2027. Brahms, sentimiento extremo.

5 de marzo de 2027. Chaikovski y el carácter ruso.

Precio: 105 €



HISTORIA

MUJERES INFLUYENTES Y PODEROSAS EN LA ROMA CLÁSICA

Profesor/a: Antònia Soler i Nicolau

Duración: Del 14 de octubre al 16 de diciembre de 2026

Horario: Miércoles de 11.00 a 12.30h

El siglo I a. C., época de la Roma clásica, representa un punto de inflexión en muchos sentidos. La sociedad está cambiando, la lengua cobra mucha fuerza, la política ya no puede seguir haciéndose como antes y la búsqueda de nuevos modelos provocará guerras civiles, al mismo tiempo que Roma continúa con su política de conquistas. Tomando todo este panorama como telón de fondo, nos centraremos en el papel que desempeñaron las mujeres.

PROGRAMA

Idioma: Catalán

14 de octubre de 2026.
Introducción histórica.

Precio: 105 €

21 de octubre de 2026. Safo.

28 de octubre de 2026.
Clodia y Fulvia.

4 de noviembre de 2026.
Las mujeres de César.

11 de noviembre de 2026.
Terencia.

9 de diciembre de 2026.
Cleopatra.

16 de diciembre de 2026.
Octavia y Livia.



HISTORIA

GRANDES HEREJÍAS MEDIEVALES. LOS CÁTAROS Y LOS TEMPLARIOS

Profesor/a: Pablo José Alcover Cateura

Duración: Del 13 de octubre al 24 de noviembre de 2026

Horario: Martes de 11.00h a 12.30h

¿Por qué los cátaros y los templarios fueron quemados en la hoguera? ¿Cómo sucedió un hecho tan terrible? Este curso de introducción a la historia de las herejías medievales proporciona las claves para comprender el catarismo como un movimiento disidente del cristianismo católico y por qué acabó perseguido. También se explica cómo los templarios, respetable orden de caballeros y monjes, sufrieron un sangriento final.

PROGRAMA

Idioma: Castellano

Precio: 105 €

13 de octubre de 2026. Los cátaros.
Fundamentos doctrinales de una herejía.

20 de octubre de 2026. Los perros
de Dios. Los dominicos. La respuesta
combativa frente a los cátaros.

27 de octubre de 2026. Los
franciscanos. La respuesta virtuosa
frente a los cátaros.

3 de noviembre de 2026. Los reyes
Capetos. La persecución, tortura y fin
de los cátaros.

10 de noviembre de 2026. Los
templarios. De caballeros y monjes de
Tierra Santa a banqueros de reyes.

17 de noviembre de 2026. El rico
patrimonio de los templarios en
Occidente.

24 de noviembre de 2026. De la fama
a la hoguera. La persecución
y disolución de los templarios.



HISTORIA

MARAVILLOSO FEMENINO. SERES MITOLÓGICOS FEMENINOS

Profesor/a: Pablo José Alcover Cateura

Duración: Del 1 de diciembre de 2026 al 2 de febrero de 2027

Horario: Martes de 11.00h a 12.30h

Este curso explica las claves para conocer por qué son importantes los seres mitológicos femeninos de origen griego en Occidente. La mitología es mucho más que un conjunto de historias fascinantes y fabulosas: incluye ideas, ideologías y pensamientos que han marcado la historia de Europa, y especialmente la de las mujeres, a lo largo de los siglos.



PROGRAMA

1 de diciembre de 2026. Pandora, el comienzo de todo.

15 de diciembre de 2026.
Las amazonas. Mujeres y guerreras feroces.

22 de diciembre de 2026. Las sirenas. El terror de los marineros.

12 de enero de 2027. Las arpías y las lamias. Devoradoras de hombres.

19 de enero de 2027.
Medusa, la gorgona.

26 de enero de 2027. Las Moiras. El destino de todos los hombres.

2 de febrero de 2027. Las brujas. De Circe a la hoguera.

Idioma: Castellano

Precio: 105 €

HISTORIA

EL IMPERIO ROMANO OLVIDADO. BIZANCIO.

Profesor/a: Pablo José Alcover Cateura.

Duración: Del 9 de febrero al 6 de abril de 2027

Horario: Martes de 11.00h a 12.30h

El objetivo principal de este curso es conocer los aspectos fundamentales de los primeros siglos de la historia de Bizancio y la importancia de su rico legado. Es un curso de introducción a la historia, en el que se darán las claves para comprender qué sucedió en el Imperio romano olvidado o Bizancio durante los siglos IV-XI.

PROGRAMA

9 de febrero de 2027. Roma sobrevive en el este. Bizancio.

16 de febrero de 2027. De campesino a emperador. Justiniano y el esplendor de Bizancio (527-565).

23 de febrero de 2027. Bizancio en peligro. La guerra permanente (565-717).

9 de marzo de 2027. La dinastía Isáurica. El imperio a la defensiva (717-867).

16 de marzo de 2027. Una segunda edad de oro. La dinastía Macedónica (867-1057).

23 de marzo de 2027. El legado de Bizancio I. El origen del Kremlin. La herencia bizantina en Rusia.

6 de abril de 2027. El legado de Bizancio II. El esplendor de la cultura medieval de Armenia.

Idioma: Castellano

Precio: 105 €



HISTORIA

GRANDES VIAJEROS. HOMBRES Y MUJERES DECISIVOS (SIGLOS XIII-XVII)

Profesor/a: Pablo José Alcover Cateura.

Duración: Del 13 de abril al 25 de mayo de 2027

Horario: Martes de 11.00h a 12.30h

El curso consiste en biografías de grandes viajeros y el recorrido o recorridos que realizaron. Se examina cómo sus vidas, sus acciones personales y sus fascinantes viajes cambiaron decisivamente la historia.

PROGRAMA

13 de abril de 2027. Leonor de Aquitania. Viajar para mantener la corona.

20 de abril de 2027. Marco Polo. El mercader veneciano más famoso.

27 de abril de 2027. Rubruquis. Un franciscano en la corte mongola.

4 de mayo de 2027. Ibn Battuta. De Marruecos a Indonesia.

11 de mayo de 2027. Zheng He. El almirante y explorador chino desconocido.

18 de mayo de 2027. Mencía Calderón de Sanabria. Conquistadora y aventurera.

25 de mayo de 2027. Catalina de Erauso. De monja a soldado en Chile.

Idioma: Castellano

Precio: 105 €



HISTORIA

EL HAMBRE Y LA ABUNDANCIA. CICLO DE CONFERENCIAS SOBRE LA POBREZA EN LA CORONA DE ARAGÓN (SIGLOS XIII-XV)

Profesor/a: Pablo José Alcover Cateura

Duración: 15 de enero, 19 de febrero y 5 de marzo de 2027

Horario: Viernes de 18.00 a 19.30h

A lo largo de la Baja Edad Media, la desigualdad económica entre los hombres y mujeres de la alta sociedad y los de los estratos sociales más humildes fue aumentando. Este ciclo de conferencias de divulgación analiza las vidas de burgueses acomodados, como Ramon Llull, y de infantes, como Felipe de Mallorca, hijo del rey Jaime II, que, a pesar de su riqueza, optaron por la pobreza. Por último, y no por ello menos importante, la vida de las mujeres en una etapa compleja de sus vidas, la viudedad, y cómo esta situación se vinculaba con la pobreza. El ciclo forma parte de las actividades del proyecto Dinámicas de empobrecimiento en la Corona de Aragón a fines de la época medieval (1250-1550) (DECAMED), PID2025-168818NB-C21, IP Pere Verdés Pijuan y Esther Tello Hernández. Programa Estatal para Impulsar la Investigación Científico-Técnica y su Transferencia, en el marco del Plan Estatal de Investigación Científica, Técnica y de Innovación 2024-2027. Duración: 2026-2029.

PROGRAMA

Idioma: Catalán

15 de enero de 2027. Ramon Llull, el mallorquín más universal. De burgués acomodado a humilde predicador. Conferenciante: Rafael Ramis Barceló, Universitat de les Illes Balears.

19 de febrero de 2027. El infante Felipe. El hijo del rey Jaime II de Mallorca que optó por la humildad y la pobreza franciscana. Conferenciante: Lluís Tudela Villalonga, Universidad Nacional de Educación a Distancia-Baleares.

5 de marzo de 2027. Ser viuda en la Barcelona de finales de la Edad Media. Conferenciante: Mireia Comas Via, Universitat de Barcelona.

Precio único: 60 €



HISTORIA

ANÓNIMO ES FEMENINO. MUJERES FUNDAMENTALES SILENCIADAS (SIGLOS XVII-XVIII)

Profesor/a: Pablo José Alcover Cateura

Duración: 26 de febrero de 2027

Horario: Viernes de 17.00 a 20.00h

Trataremos diversos aspectos relacionados con las manifestaciones de religiosidad femenina, propias de aquella sociedad sacralizada (beatas, emparedadas, monjas, profetisas...). Veremos también la mirada que sobre la gente y las tierras de la monarquía hispánica ofrecían las aristocráticas viajeras que nos visitaban. Finalmente, navegamos por el Atlántico como lo hacía la correspondencia que desde Cádiz llegaba a América, un correo real en manos de mujeres influyentes y poderosas.

PROGRAMA

Idioma: Castellano

17:00 a 18:00 h. Beatas, emparedadas, monjas y profetisas. La espiritualidad de las mujeres en la modernidad. Conferenciante: Inmaculada Fernández Arrillaga, Universidad de Alicante.

18:00 a 18:15 h. Descanso.

18:15-18.45 h. Una corta noche en una no tan mala posada.

Mujeres viajeras en la Edad Moderna. Ponente: Maite Ávila Martínez, Universidad Rey Juan Carlos.

18:45-19:15 h. Mujeres al frente de la correspondencia ultramarina.

Las correas mayores (siglos XVI-XVIII). Ponente: Rocío Moreno Cabanillas, Universidad de Alicante.

19.15-20.00 h. Debate.

Precio: 30 €



HISTORIA

DESCUBRIR PALMA. VISITAS GUIADAS I

Profesor/a: Pablo José Alcover Cateura

Duración: Del 14 de octubre de 2026 al 30 de abril de 2027

Horario: Miércoles, de 10.00 a 11.00h / 11.00 a 12.00h / 12.00 a 13.00h

Palma tiene mucha historia. Hay un lenguaje oculto en las fachadas, iglesias y palacios que debemos descubrir. Este curso pretende conocer y amar nuestro patrimonio, rico y diverso. Solo podemos amarlo si lo conocemos.

PROGRAMA

14 de octubre de 2026. Un colegio elegante y lujoso. El Colegio Notarial de las Islas Baleares.

21 de octubre de 2026. El templo sin fachada. La iglesia y Casa de la Misión.

4 de noviembre de 2026.
El convento de San Cayetano y la expulsión de los jesuitas.

11 de noviembre de 2026.
Uno de los hoteles más lujosos del mundo. El Grand Hotel (CaixaForum Palma).

18 de noviembre de 2026.
Una ermita desconocida.
La Capilla de San Alonso Rodríguez.

25 de noviembre de 2026.
Si los muros hablasen.
El Palacio del Consell.

30 de abril de 2027. Renacer después del incendio.
El Ayuntamiento.

Idioma: Castellano

Precio: 105 €

Inscripciones solo presenciales.
Máximo dos inscripciones por persona.



HISTORIA

DESCUBRIR PALMA. VISITAS GUIADAS II

Profesor/a: Pablo José Alcover Cateura

Duración: Del 2 de diciembre de 2026 al 10 de febrero de 2027

Horario: Miércoles, de 10.00 a 11.00h / 11.00 a 12.00h / 12.00 a 13.00h

Palma tiene mucha historia. Hay un lenguaje oculto en las fachadas, iglesias y palacios que debemos descubrir. Este curso pretende conocer y amar nuestro patrimonio, rico y diverso. Solo podemos amarlo si lo conocemos.

PROGRAMA

2 de diciembre de 2026.

Un castillo imponente.

El castillo de San Carlos.

9 de diciembre de 2026. Un
convento de mujeres de mala
reputación. Santa Magdalena.

16 de diciembre de 2026.
Los mercados medievales.
El barrio de Santa Eulalia.

13 de enero de 2027. Un convento
saqueado. La iglesia de San
Felipe Neri.

27 de enero de 2027. Un
Renacimiento tardío y
desconocido. Palma renacentista.

3 de febrero de 2027. Un edificio
muy lujoso. El Parlamento.

10 de febrero de 2027. El convento
de las prostitutas y los judíos
conversos. Iglesia de Nuestra
Señora del Socorro.

Idioma: Castellano

Precio: 105 €

Inscripciones solo presenciales.
Máximo dos inscripciones por persona



FILOSOFÍA

LIDERA TU PROPIO IMPERIO: CLAVES ESTOICAS PARA UNA BUENA VIDA

Profesor/a: Jaume Gelabert

Duración: Del 8 de marzo al 26 de abril de 2027

Horario: Lunes de 17.00 a 18.30h

La filosofía estoica ha experimentado un gran auge en los últimos años, y con razón: inspira algunas de las teorías psicológicas terapéuticas más eficaces. En este curso aprenderemos a no sufrir por aquello que no podemos controlar, a buscar la excelencia, a autogestionarnos y a disfrutar más de lo que tenemos, dejando ir aquello que no podemos alcanzar. Basándonos en las enseñanzas de Epicteto, Marco Aurelio y Séneca, entre otros, descubriremos el camino hacia la eudaimonia, el florecimiento personal.

PROGRAMA

8 de marzo de 2027. Los fundamentos del estoicismo. De la antigua Grecia a nuestros días.

15 de marzo de 2027. La dicotomía del control. Qué depende de mí y qué no.

22 de marzo de 2027. Conocerse a uno mismo. Las cuatro virtudes cardinales.

5 de abril de 2027. Gestión emocional estoica. Respuestas, no reacciones.

12 de abril de 2027. El estoicismo en las relaciones. Familia, amigos y comunidad.

19 de abril de 2027. Resiliencia y adversidad. El obstáculo es el camino.

26 de abril de 2027. Eudaimonia, la vida floreciente. Mi manifiesto estoico.

Idioma: Castellano

Excursiones: Durante el curso se llevarán a cabo paseos socráticos por los bosques del entorno, como parte de la metodología de aprendizaje.

Precio: 105 €



LITERATURA

DE LA TRAGEDIA A LA COMEDIA: GÉNESIS Y ESPLENDOR DEL TEATRO GRIEGO

Profesor/a: Antònia Soler i Nicolau

Duración: Del 10 de marzo al 28 de abril de 2027

Horario: Miércoles de 11.00 a 12.30h

El teatro nació en una ciudad griega, en una época marcada por un gran cambio de mentalidad. Gracias a las obras que se han conservado, podemos conocer cómo eran aquellos espectáculos, qué sentimientos despertaban y qué mitos los inspiraban, protagonizados a menudo por héroes de la mitología griega.

PROGRAMA

10 de marzo de 2027. Condiciones que propiciaron el nacimiento del nuevo género literario.

17 de marzo de 2027. La tragedia. Principales autores y obras conservadas.

24 de marzo de 2027. La comedia y su evolución.

7 de abril de 2027. Lectura comentada de pasajes seleccionados.

14 de abril de 2027. Lectura comentada de pasajes seleccionados.

21 de abril de 2027. Lectura comentada de pasajes seleccionados.

28 de abril de 2027. Lectura comentada de pasajes seleccionados.

Al comenzar el curso se distribuirá a cada alumno un dossier con una selección de textos traducidos que se comentarán a lo largo de las diferentes sesiones.

Idioma: Catalán

Precio: 105 €



LITERATURA

CUENTOS CALLE ABAJO ENCUENTROS EN TORNO A LA NOSTALGIA Y LOS RELATOS

Profesor/a: Victoria Sitges (Maria Bimbolles)

Duración: Del 6 de abril al 18 de mayo de 2027

Horario: Martes de 17.00 a 19.00h

Cuentos Calle Abajo propone siete encuentros en torno a la lectura, los recuerdos y las experiencias personales. A partir de los relatos del libro, exploraremos la infancia, las raíces, las personas que nos han marcado y aquellos pequeños momentos que forman parte de nuestra historia. Un espacio íntimo y cercano para compartir, recordar y descubrir cómo la lectura puede despertar nuestra propia memoria.

Idioma: Castellano y catalán

Precio: 140 €



Contes & Bimbolles
per Victoria Sitges

PROGRAMA

6 de abril de 2027. **Cuentos Calle Abajo.** Lectura del primer relato, Carmencita Cantero, y aproximación a la Palma de los años sesenta. Reflexión y recuerdos vinculados a calles, casas o lugares especiales.

13 de abril de 2027. **Niños y niñas.** Lectura del segundo relato y reflexión sobre aquello que todavía conservamos del niño o niña que fuimos. Recuerdos a través de objetos, olores, canciones y juegos.

20 de abril de 2027. **Personas que dejaron huella.** Lectura del tercer relato y reflexión sobre las personas que han sido importantes en nuestra historia personal.

27 de abril de 2027. **Los recuerdos que transforman.** Lectura del cuarto relato y reflexión sobre las experiencias que nos han cambiado y han marcado un antes y un después.

4 de mayo de 2027. **Los pequeños momentos.** Lectura del quinto relato y reflexión sobre aquellos instantes cotidianos que, aunque parezcan insignificantes, permanecen para siempre en la memoria.

11 de mayo de 2027. **Crear desde la memoria.** Lectura del sexto relato y aproximación a los recuerdos como fuente de creación. Ejercicio breve de escritura inspirado en una vivencia personal.

18 de mayo de 2027. **El aquí y el ahora.** Lectura del último relato y reflexión sobre los recuerdos que construimos hoy. Cierre compartido y creación colectiva de un pequeño recuerdo del grupo.

LITERATURA

CURSO PRÁCTICO DE CREACIÓN LITERARIA. GRUPO INICIACIÓN

Profesor/a: Guillem Rosselló Bujosa

Duración: Del 14 de octubre de 2026 al 19 de mayo de 2027

Horario: Miércoles de 17.00 a 18.15h

Este curso ofrece un espacio para desarrollar la creatividad a través de la escritura, aprendiendo a transformar experiencias, emociones e ideas en relatos con personalidad. Mediante ejercicios prácticos y el acompañamiento del profesor, los participantes descubrirán técnicas narrativas, potenciarán su imaginación y encontrarán en la escritura una herramienta de expresión, reflexión y crecimiento personal.

PROGRAMA

14 de octubre de 2026. Libertad y escritura creativa.

28 de octubre de 2026. Ideas y proceso creativo.

11 de noviembre de 2026. Miedos y bloqueos.

25 de noviembre de 2026. Estructura del relato.

9 de diciembre de 2026. Motivaciones para escribir.

13 de enero de 2027. Creación de personajes.

27 de enero de 2027. Perspectivas narrativas.

10 de febrero de 2027. Tiempo y momentos vitales.

24 de febrero de 2027. Escritura personal.

10 de marzo de 2027. Viaje a Valencia.

24 de marzo de 2027. Creación de un guion.

7 de abril de 2027. Blasco Ibáñez.

21 de abril de 2027. Memoria y escritura.

5 de mayo de 2027. Guion y novela colectiva.

19 de mayo de 2027. Repaso del curso.

Idioma: Castellano

Viajes: Viaje opcional de tres días a Valencia para conocer la figura y la obra de Vicente Blasco Ibáñez.

Excursión/viaje no incluido en el precio.

Precio: 180 €



LITERATURA

CURSO PRÁCTICO DE CREACIÓN LITERARIA. GRUPO AVANZADO

Profesor/a: Guillem Rosselló Bujosa

Duración: Del 14 de octubre de 2026 al 19 de mayo de 2027

Horario: Miércoles de 18.30 a 19.30h

Curso dirigido a alumnos avanzados que quieran continuar desarrollando su trabajo personal. Se profundizará en proyectos de diferentes géneros literarios, como la autobiografía, la biografía, la narrativa breve, la novela o la poesía. Un espacio para avanzar en el proceso creativo, perfeccionar la escritura y dar forma a las ideas propias.

PROGRAMA

Idioma: Castellano

14 y 28 de octubre de 2026. Profundización en el guion o la idea de cada alumno, que será el punto de partida del curso.

11 y 25 de noviembre de 2026. Profundización en los personajes, su psicología, personalidad y función dentro de la obra.

9 de diciembre de 2026 y 13 de enero de 2027. Profundización en los espacios geográficos y los tiempos en los que se enmarca cada obra.

27 de enero y 10 de febrero de 2027. Trabajo de la corrección gramatical y el estilo literario.

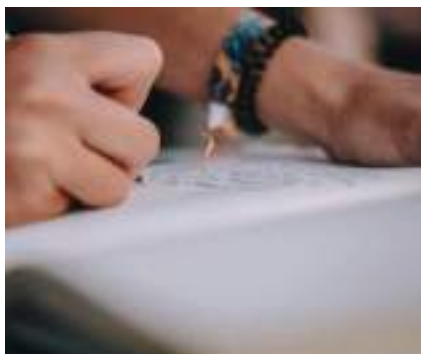
24 de febrero y 10 de marzo de 2027. Revisión del trabajo de cada alumno, resolución de bloqueos, orientación y corrección.

24 de marzo, 7 y 21 de abril, y 5 y 19 de mayo de 2027. Continuación y puesta en común de los trabajos para mejorarlos y valorar su posible publicación.

Viajes: Viaje opcional de tres días a Valencia para conocer la figura y la obra de Vicente Blasco Ibáñez.

Excursión/viaje no incluido en el precio.

Precio: 210 €



BIENESTAR

EL PODER DEL SILENCIO EN LA ERA DE LA INFORMACIÓN. CURSO TEÓRICO Y PRÁCTICO DE MEDITACIÓN.

Profesor/a: Gemma Ribell Contreras

Duración: Del 10 de febrero al 5 de mayo de 2027

Horario: Miércoles de 18.00 a 20.00h

Vivimos en una era de información constante, con una mente sobreestimulada que dificulta la atención y el bienestar. Este curso propone un recorrido de siete sesiones para descubrir la práctica de la meditación de una manera sencilla, progresiva y vivencial.

El objetivo es aprender a vivir con más equilibrio en un mundo cada vez más acelerado.

PROGRAMA

10 de febrero de 2027.
¿Qué es meditar?

24 de febrero de 2027.
El cuerpo como puerta
de entrada.

10 de marzo de 2027.
Mente y respiración.

24 de marzo de 2027.
Establece una relación
con tu mente.

7 de abril de 2027.
Aprender a observarse
sin identificarse.

21 de abril de 2027.
Meditación con mantra.

5 de mayo de 2027.
La meditación
en tu vida cotidiana.

Idioma: Castellano

Precio: 150 €



JARDÍN MEDITERRÁNEO: DISEÑO, PLANTACIÓN Y MANTENIMIENTO

Profesor/a: Xabier Arteche

Duración: Del 19 de octubre al 30 de noviembre de 2026

Horario: Lunes de 11.30 a 13.00h

El jardín mediterráneo es un modelo de paisajismo sostenible, adaptado al clima y a los recursos de nuestro entorno. Este curso ofrece los conocimientos esenciales para diseñar, plantar y mantener un jardín funcional y de gran valor estético. Se trabajarán la selección de especies, la gestión eficiente del agua y las principales técnicas de mantenimiento para crear espacios verdes saludables y duraderos.

PROGRAMA

Idioma: Castellano

19 de octubre de 2026. Introducción al jardín mediterráneo.

26 de octubre de 2026. Plantas mediterráneas/materiales.

2 de noviembre de 2026. Elaboración del jardín.

9 de noviembre de 2026. Gestión del agua en el jardín.

16 de noviembre de 2026. Mantenimiento del jardín mediterráneo.

23 de noviembre de 2026. Poda, plagas, enfermedades y reproducción.

30 de noviembre de 2026. Ejercicio práctico.

Precio: 105 €



BIENESTAR

COMUNICACIÓN: EL ARTE DE SEDUCIR MÁS ALLÁ DE LAS PALABRAS.

Profesor/a: Lina Pons

Duración: Del 13 de octubre al 24 de noviembre de 2026

Horario: Martes de 17.00 a 19.00h

Este curso enseña a desarrollar habilidades comunicativas para hablar en público con seguridad y claridad, tomando conciencia del propio cuerpo, la voz y las emociones como herramientas de comunicación. Aprenderemos a adaptar el discurso según el contexto, tanto ante un gran auditorio como en un pequeño comité, así como a comunicarnos ante una cámara, en las redes sociales o en cualquier situación cotidiana, descubriendo el poder de las palabras, la mirada y los silencios.

PROGRAMA

13 de octubre de 2026. La base de todo. Respiración y presencia.

20 de octubre de 2026. Encontrar y proyectar la voz.

27 de octubre de 2026.
Enfatizar para cautivar.

3 de noviembre de 2026. El cuerpo habla. Lenguaje corporal.

10 de noviembre de 2026.
La mirada y la conexión con el público.

17 de noviembre de 2026.
Hablar en pequeño comité vs. gran público.

24 de noviembre de 2026.
Presentación final.

Idioma: Catalán

Precio: 190 €



BIENESTAR

COMUNICAR CON EL CORAZÓN: PALABRAS, GESTOS Y PRESENCIA.

Profesor/a: Lina Pons

Duración: Del 8 de abril al 20 de mayo de 2027

Horario: Jueves de 17.00 a 19.00h

En este nuevo curso nos adentraremos un poco más en el mundo de la comunicación, teniendo en cuenta sus pilares básicos: la respiración, la vocalización, la expresión corporal, la entonación y la construcción del mensaje. Mediante actividades prácticas, grabaciones y visualizaciones, descubriremos nuestra manera de comunicarnos y aprenderemos de una forma vivencial, cercana y dinámica, explorando el poder de la presencia, la escucha activa, la mirada y los gestos.

PROGRAMA

8 de abril de 2027.

El poder de la presencia.

15 de abril de 2027.

La voz que explica quién soy.

22 de abril de 2027.

Escuchar de verdad.

29 de abril de 2027.

El lenguaje del cuerpo.

6 de mayo de 2027.

Emociones que se ven.

13 de mayo de 2027.

Conversaciones que conectan.

20 de mayo de 2027. Juego

y creatividad: disfrutar comunicando.

Idioma: Catalán

Precio: 190 €



BIENESTAR

INTELIGENCIA CORPORAL EN EL MOVIMIENTO COTIDIANO

Profesor/a: Mona Belizán Chiesa

Duración: Del 1 de febrero al 31 de mayo de 2027

Horario: Lunes de 17.00 a 18.30h

¿Cuáles son nuestros hábitos de movimiento en la vida cotidiana? ¿Qué movimientos hemos perdido y cuáles realizamos de manera poco funcional? ¿Cómo actúa la energía que impulsa nuestro cuerpo? El cuerpo humano dispone de habilidades y capacidades naturales que, a menudo, no utilizamos o empleamos de manera inadecuada. El objetivo de este curso es reconocer la inteligencia motriz del cuerpo y reeducar hábitos cotidianos, como caminar, sentarse, subir y bajar escaleras o levantar peso, para movernos con mayor eficacia, menos esfuerzo, más bienestar y una mejor salud.

PROGRAMA

Idioma: Castellano

Primer bloque (Del 1 de febrero al 12 de abril de 2027)

1 de febrero. Flexibilidad articular.

8 de febrero. Posición de pie, alineación esquelética y verticalidad.

15 de febrero. Mirada horizontal y posición de la cabeza.

22 de febrero. Equilibrio entre las fuerzas de atracción y suspensión.

22 de marzo. Uso de la propulsión para caminar y correr.

5 de abril. Plegamiento articular para agacharse.

12 de abril. Uso de las palancas óseas para levantarse.

Segundo bloque (Del 19 de abril al 31 de mayo de 2027)

19 de abril. Alineación esquelética en la posición sentada.

26 de abril. Funcionamiento de la energía al subir y bajar escaleras y pendientes.

3 de mayo. Levantamiento de peso.

10 de mayo. Puntos de apoyo para el movimiento de los brazos.

17 de mayo. Presión de la mano en la manipulación de objetos.

24 de mayo. Precisión y agilidad de las manos.

31 de mayo. Desarrollo de la potencia, la agilidad y la resistencia.

Precio por bloque: 120 €



CERÁMICA VIVA I: BARRO, EMOCIÓN Y TRANSFORMACIÓN

Profesor/a: Mònica Vaquer Marín

Duración: Del 19 de noviembre de 2026 al 21 de enero de 2027.

Horario: Jueves de 17.00 a 19.00h

Cerámica Viva es un taller de creación cerámica y transformación emocional. A través del trabajo con el barro, las texturas y los minerales exploraremos el poder de las manos y de la mente como canales de expresión, presencia y autoconocimiento. Cada pieza será una metáfora de nuestros procesos internos, modelada con intención y conciencia. Combinaremos técnicas cerámicas con dinámicas sensoriales en un espacio íntimo y compartido donde el arte se convierte en una herramienta de expresión, bienestar y transformación personal.

Idioma: Castellano

Precio: 175 €



PROGRAMA

19 de noviembre de 2026.

La primera sensación con el barro. La novedad dentro de la emoción Técnica de cerámica: modelado libre con las manos. Enfoque emocional: desbloqueo sensorial y exploración del tacto.

26 de noviembre de 2026.

Respirar y dejar ir. Técnica de cerámica: técnica del pellizco (bol). Enfoque emocional: respiración consciente con los ojos tapados para liberar tensiones emocionales y dejarse llevar por el proceso.

3 de diciembre de 2026.

Modelar lo que siento. Técnica de cerámica: creación de una figura simbólica, sin juicio estético. Enfoque emocional: expresión no verbal, validación interna y gestión de la frustración.

10 de diciembre de 2026.

Contenerme. Técnica de cerámica: creación de un recipiente de contención, cerrado, estrecho y proporcionado. Enfoque emocional: trabajar los límites saludables y aprender a contener sin reprimir.

17 de diciembre de 2026.

Lo que me pasa. Técnica de cerámica: modelar una pieza emocional y, posteriormente, vaciarla para aligerarla. Se creará una pieza «ciega», también con los ojos tapados. Enfoque emocional: reconocer y dejar ir las cargas emocionales.

14 de enero de 2027.

La imperfección como belleza. Observación y análisis de las piezas realizadas, compartiendo cómo ha influido el mineral utilizado en cada creación. Enfoque emocional: aceptación, autocompasión y descubrimiento de la belleza de lo imperfecto.

21 de enero de 2027.

Compartiendo aquello que es difícil. Técnica de cerámica: creación de una pieza en pareja o en grupo. Enfoque emocional: escucha, empatía, vínculo, gestión de las discrepancias y aceptación de aquello que escapa a nuestro control. Cierre emocional del proceso vivido durante el curso.

Todas las sesiones irán acompañadas de un diario emocional, que se cumplimentará antes y después de cada sesión.

BIENESTAR

CERÁMICA VIVA II: IDENTIDAD, MIRADA Y VÍNCULO.

Profesor/a: Mònica Vaquer Marín

Duración: Del 28 de enero al 11 de marzo de 2027

Horario: Jueves de 17.00 a 19.00h

Cerámica Viva II es un espacio de creación, introspección y relación a través del barro. Mediante la elaboración de tres piezas cerámicas, combinadas con meditaciones guiadas, escritura reflexiva y dinámicas de grupo, exploraremos la identidad, la percepción de uno mismo y el vínculo con los demás. No es necesario tener conocimientos previos de cerámica.

PROGRAMA

Idioma: Castellano

28 de enero de 2027.

La forma que me representa

Creación de una pieza simbólica que refleje la identidad personal.

4 de febrero de 2027.

Transformar la identidad

Observación, reflexión y evolución de la primera pieza.

11 de febrero de 2027.

Lo que muestro y lo que guardo

Construcción de una pieza con un interior y un exterior simbólicos.

18 de febrero de 2027.

Descubrir lo invisible

Intervención y transformación de la pieza desde una mirada personal.

25 de febrero de 2027.

El vínculo

Creación de una obra compartida basada en la escucha y la colaboración.

4 de marzo de 2027.

Construir juntos

Unión y desarrollo de la pieza colectiva.

11 de marzo de 2027.

La mirada final

Exposición, reflexión compartida y cierre del proceso creativo.

Precio: 175 €



BIENESTAR

TALLER NEUROACTÍVATE: MUEVE TUS NEURONAS

Profesor/a: Ariadna Roig Roselló

Duración: Del 13 de octubre de 2026 al 25 de mayo de 2027. Total: 28 sesiones.

Horario: Martes de 17.00 a 18.30 h

Curso dirigido a personas mayores de 65 años que quieran mantener en forma sus neuronas. A través de ejercicios prácticos potenciarás tus capacidades cognitivas, como la memoria, el lenguaje o el cálculo, entre otros, en un ambiente motivador y enriquecedor.

Idioma: Castellano

Precio: 185 €

PROGRAMA

13 de octubre del 2026. Sesión I.
20 de octubre del 2026. Sesión II.
27 de octubre del 2026. Sesión III.
3 de noviembre del 2026. Sesión IV.
10 de noviembre del 2026. Sesión V.
17 de noviembre del 2026. Sesión VI.
24 de noviembre del 2026. Sesión VII.
1 de diciembre del 2026. Sesión VIII.
15 de diciembre del 2026. Sesión IX.
12 de enero del 2027. Sesión X.
19 de enero del 2027. Sesión XI.
26 de enero del 2027. Sesión XII.
2 de febrero del 2027. Sesión XIII.
9 de febrero del 2027. Sesión XIV.
16 de febrero del 2027. Sesión XV.
23 de febrero del 2027. Sesión XVI.
2 de marzo del 2027. Sesión XVII.
9 de marzo del 2027. Sesión XVIII.
16 de marzo del 2027. Sesión XIX.
23 de marzo del 2027. Sesión XX.
6 de abril del 2027. Sesión XXI.
13 de abril del 2027. Sesión XXII.
20 de abril del 2027. Sesión XXIII.
27 de abril del 2027. Sesión XXIV.
4 de mayo del 2027. Sesión XXV.
11 de mayo del 2027. Sesión XXVI.
18 de mayo del 2027. Sesión XXVII.
25 de mayo del 2027. Sesión XXVIII.



BIENESTAR

LAS TRES RELACIONES QUE SOSTIENEN EL BIENESTAR. UN RECORRIDO PARA APRENDER A VIVIR MEJOR.

Profesor/a: Macarena Sánchez Rojas

Duración: Del 23 de octubre de 2026 al 23 de abril de 2027

Horario: Viernes de 17.00h a 19.00h

El bienestar emocional depende, en gran medida, de cómo nos relacionamos:

- Nos relacionamos con nosotros mismos (nuestros pensamientos, emociones y manera de tratarnos).
- Nos relacionamos con los demás (pareja, familia, amistades, compañeros...).
- Nos relacionamos con la vida (los cambios, las dificultades, la incertidumbre y los proyectos).

Este curso persigue los siguientes objetivos:

- Favorecer el bienestar psicológico desde un enfoque preventivo.
- Desarrollar una relación más saludable con uno mismo.
- Mejorar la calidad de las relaciones interpersonales.
- Aprender herramientas para afrontar las dificultades de la vida con mayor flexibilidad.
- Promover cambios que puedan mantenerse en el tiempo.



PROGRAMA

Bloque I. La relación con uno mismo

23 de octubre de 2026. Sesión I.

6 de noviembre de 2026. Sesión II.

20 de noviembre de 2026. Sesión III.

4 de diciembre de 2026. Sesión IV.

Objetivo: desarrollar una relación más amable y saludable con uno mismo.

- * ¿Cómo me trato cuando las cosas no salen bien?
- * Autoestima y autocompasión.
- * Autoexigencia, perfeccionismo y culpa.
- * Identificar necesidades y aprender a escucharlas.
- * Valores personales: ¿qué quiero cuidar en mi vida?

Bloque II. La relación con los demás

15 de enero de 2027. Sesión V.

29 de enero de 2027. Sesión VI.

12 de febrero de 2027. Sesión VII.

26 de febrero de 2027. Sesión VIII.

Objetivo: construir relaciones más sanas.

- * Comunicación consciente.
- * Asertividad y límites.
- * Gestionar conflictos sin perder el vínculo.
- * Relaciones que nutren y relaciones que desgastan.

Bloque III. La relación con la vida

12 de marzo de 2027. Sesión IX.

19 de marzo de 2027. Sesión X.

9 de abril de 2027. Sesión XI.

23 de abril de 2027. Sesión XII.

Objetivo: afrontar mejor aquello que no podemos controlar.

- * La incertidumbre.
- * Adaptación al cambio.
- * Resiliencia.
- * Pérdidas y duelos cotidianos.
- * Cultivar el bienestar y el sentido de la vida.

Idioma: Castellano

Precio: 150 €

BIENESTAR

CHARLAS DE DIVULGACIÓN MATEMÁTICA

Profesor/a: Pere Estelrich i Massutí

Duración: Del 12 de marzo al 30 de abril de 2027

Horario: Viernes de 11.30 a 13.00h

Una aproximación amena y curiosa al mundo de las matemáticas, sin necesidad de tener conocimientos previos sobre la materia. Las sesiones combinan el rigor matemático con juegos, curiosidades y propuestas lúdicas para estimular la mente, favorecer el razonamiento y descubrir la presencia de las matemáticas en nuestro día a día, promoviendo el aprendizaje como una fuente de bienestar y disfrute.

PROGRAMA

12 de marzo de 2027. Matemáticas y vida cotidiana.

9 de abril de 2027. Matemáticas y medios de comunicación.

23 de abril de 2027. Curiosidades del número 40.

30 de abril de 2027. El número 500 como excusa.

Idioma: Catalán

Excursiones: Paseo matemático
por el centro de Palma

Precio: 65 €



CINE

LA MIRADA FÍLMICA: LA ETERNIDAD DE UN CINE INVISIBLE I

Profesor/a: Joan Maura García

Duración: Del 14 de octubre al 25 de noviembre de 2026

Horario: Miércoles de 18.00 a 19.30h

Detrás de cada película hay una mirada y, después de cada visionado, queda una huella en quien la contempla. El espectador pasivo pasa página y continúa intacto; el espectador activo, en cambio, encuentra siempre la belleza en la duda. Este curso se dirige a todas aquellas personas que quieren ir más allá del entretenimiento y descubrir el cine desde una mirada crítica y analítica, profundizando en el estudio de sus autores y en la comprensión del lenguaje cinematográfico.

PROGRAMA

14 de octubre de 2026. La imagen en nuestro mundo: diferencias entre imposición, creación, contenido y cine.

21 de octubre de 2026. La mirada de Christopher Nolan: el cineasta del presente y de otros tiempos.

28 de octubre de 2026. Mirar se convirtió en un juego: Memento (Christopher Nolan, 2000).

4 de noviembre de 2026. «Superar el muro de los subtítulos»: introducción al cine japonés.

11 de noviembre de 2026. Retrato de un cineasta atemporal: Akira Kurosawa.

18 de noviembre de 2026. Steven Spielberg: el cineasta que nos ayudó a soñar.

25 de noviembre de 2026. «La anticipación es el terror»: Alfred Hitchcock.

Idioma: Castellano

Excursiones: Visita mensual a la Sala Augusta para comentar, analizar y debatir las películas de actualidad. Excursiones/viajes no incluidos en el precio.

Precio: 105 €



aficine

CINE

LA MIRADA FÍLMICA: LA ETERNIDAD DE UN CINE INVISIBLE II

Profesor/a: Joan Maura García

Duración: Del 13 de enero al 3 de marzo de 2027

Horario: Miércoles de 18.00 a 19.30h

La pasividad es una forma de consumo. A pesar de ello, la mirada debe ajustarse a conceptos como la atención, la presencia y la acción. En la misma línea que la sesión anterior, esta segunda parte analizará la situación actual del cine más comercial, junto con otra perspectiva más autoral, para concluir con una aproximación al cine documental como una forma narrativa que nos acerca a una realidad cada vez más alejada de nuestro alcance.

PROGRAMA

13 de enero de 2027. Entre Dune y Lawrence de Arabia: la épica cinematográfica de Denis Villeneuve.

27 de enero de 2027. Más allá de la ciencia ficción: La Llegada, de Denis Villeneuve.

3 de febrero de 2027. Al principio era Kubrick...

10 de febrero de 2027. Padre del Mediterráneo: de Fellini a Sorrentino.

17 de febrero de 2027. Hijo del Mediterráneo: de Sorrentino a Fellini.

24 de febrero de 2027. La belleza de la duda. La Grazia, de Sorrentino.

3 de marzo de 2027. Cada día tiene bastante con su propio afán.
Una carta al cine documental.

Idioma: Castellano

Excursiones: Visita mensual a la Sala Augusta para comentar, analizar y debatir las películas de actualidad.

Excursiones/viajes no incluidos en el precio.

Precio: 105 €



aficine+



COCINA

DEL JARDÍN BOTÁNICO A LA COCINA: LA ALCACHOFA MALLORQUINA

Profesor/a: Llorenç Payeras Capellà (parte agronómica)
Juan Antonio Fernández (cocina)

Duración: Lunes 8 de marzo de 2027, de 17.00 a 20.00h

Adéntrate en la diversidad de las alcachofas tradicionales de las Islas Baleares en un taller impartido por el personal del Jardín Botánico de Sóller. Conoceremos las diferentes variedades locales, sus características, su cultivo y la importancia de conservar este patrimonio vegetal. Además, descubriremos su potencial gastronómico a través de recetas y elaboraciones que ponen en valor este producto de proximidad.

PROGRAMA

Sesión teórica: las variedades locales de alcachofa.

Sesión de cocina: recetas con alcachofa y degustación.



Idioma: Catalán

Precio: 30 €



COCINA

DEL JARDÍN BOTÁNICO A LA COCINA: HARINAS Y TRIGOS

Profesor/a: Llorenç Payeras Capellà (parte agronómica)
Juan Antonio Fernández (cocina)

Duración: Lunes 19 de octubre de 2026, de 17.00 a 20.00h

Descubre la riqueza de los trigos tradicionales de las Islas Baleares en un taller práctico impartido por el personal del Jardín Botánico de Sóller. Conoceremos las principales variedades locales, sus características agronómicas y su valor para la conservación de la biodiversidad agrícola. A continuación, elaboraremos pan con harinas procedentes de estas variedades, poniendo en valor su sabor, su calidad y su patrimonio. Una experiencia para entender el recorrido del campo a la mesa y la importancia de preservar nuestras semillas.

PROGRAMA

Idioma: Catalán

Sesión teórica: las variedades locales de trigo.

Sesión de cocina: clase magistral para elaborar pan y diferenciar distintos tipos de harinas.

Precio: 30 €





COCINA Y CIENCIA

Profesor/a: Francisca Molinos Homar
Cristina Reche Lendínez

Duración: Miércoles 21 de octubre de 2026, de 17.00 a 20.00h

Realizaremos procesos culinarios en los que tienen lugar cambios físicos y químicos. Aprenderemos a interpretarlos y a relacionarlos con conceptos físicos y químicos sencillos. Será una manera de acercarnos a la ciencia a partir de un contexto cotidiano.

PROGRAMA

PARTE TEÓRICA:

Abordaremos los conceptos de cambio químico y cambio físico, estableciendo las diferencias entre ambos. Como ejemplos de cambios físicos estudiaremos los cambios de estado y el comportamiento de los fluidos a bajas temperaturas, mientras que el cambio químico se analizará mediante la técnica de la esferificación, que nos permitirá observar una transformación química en un contexto cotidiano.

PARTE PRÁCTICA: Showcooking y degustación

Experimentaremos con nitrógeno líquido para congelar alimentos de manera instantánea y elaborar helado a partir de zumo. También aplicaremos la técnica de la esferificación para crear pequeñas esferas elaboradas con frutas locales de temporada, yogur o queso fresco.

Idioma: Catalán

Precio: 30 €



MATRICULACIÓN

Plazo de matriculación:

Del 28 de septiembre al 2 de octubre

Modalidades:

Presencial: instalaciones Fundació SA NOSTRA
en c/ Can Tàpera, 5, de Palma
de 10.30 a 17.00 h ininterrumpidamente

Correo electrónico:

fundacio@fundaciosanostra.es

Es necesario presentar la hoja de inscripción cumplimentada en el momento de la matrícula, la cual se entregará en ese momento. El pago debe realizarse a través de su tarjeta bancaria.

Las plazas son limitadas. Los cursos se impartirán siempre que se cumpla el número mínimo de alumnos previsto.

Inicio de los cursos:

Semana del 13 de octubre

Teléfono de información: 971 595 980
(de lunes a viernes de 11.00 a 13.30 h)

www.fundaciosanostra.es

C/ Can Tàpera, 5, San Agustí

150 plazas de parquin gratuito

BUS LÍNEA 46 EMT. La Bonanova – Génova – Sindicat
Parada 786 Can Tàpera