



FORMACIÓN

FREGENAL DEL LA SIERRA Plan Formativo, puesto en marcha desde la Concejalía de Empleo, Desarrollo Industrial, Comercial y Turístico del Ayuntamiento de Fregenal de la Sierra. Cursos y talleres dirigidos a desempleado y a trabajadores en activo:

"Curso de iniciación a la informática"
"Taller "internet y correo electrónico I" (mañana) - Plazo Inscripción: 10/02/2010
"Taller "internet y correo electrónico II" (Tarde)
"Curso de operaciones auxiliares de servicios administrativos y generales"
-Plazo de inscripción: 22/01/2010. Fecha de realización: 25 enero a 10 febrero 2010

MÁS INFORMACIÓN:
Centro Municipal Nertóbriga-C/ Álamo, 2 - 06340- Fregenal de la Sierra
-Tf: 924.700000 -Correo Electrónico:empleoformacion@fregenaldelasierra.es

"UN CONSEJO DE SALUD"

Prevención trastornos de la conducta alimentaria: anorexia y bulimia para mediadores/as juveniles
Cáceres: 8, 9 y 10 enero 2010 - Mérida: 22, 23 y 24 enero 2010
Prevención de VIH, ets y educación afectivo sexual en adolescentes Cáceres: 19, 20 y 21 febrero 2010 - Mérida: 5, 6 y 7 marzo 2010

Formación en la deshabituación del tabaco para mediadores/as juveniles Cáceres: 19, 20 y 21 marzo 2010 - Mérida: 9, 10 y 11 abril 2010

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:
Consejo de la Juventud de Extremadura
Tfno.: 924 00 93 33
info@cjex.org - www.cjex.org

LA JUNTA FINANCIA CON 7,3 MILLONES DE EUROS 218 ACCIONES FORMATIVAS PARA EL EMPLEO

Las acciones formativas, se desarrollarán desde finales de año y durante 2010. Pretenden mejorar la empleabilidad y cualificación profesional de 3000 extremeños en sectores productivos estratégicos. Estos planes sectoriales de formación están dirigidos a personas desempleadas y ocupadas; y abarcan las siguientes temáticas: restauración y hostelería; energía y agua; fabricación mecánica, informática y comunicación; medioambiente; industrias alimentarias, y transporte. **Los primeros cursos comenzarán en el mes de diciembre. La preselección de los candidatos será realizada por los servicios de orientación laboral del SEXPE.** Estos programas de formación específica para el empleo se desarrollará en colaboración con empresas públicas de la región: Gebidexsa, Tecnología y Servicios Agrarios (Tragsatec), Fomento de la Naturaleza y Medio Ambiente, Centro de Estudios Socioeconómicos de Extremadura, y Agencia Extremeña de la Energía. Los primeros cursos serán: operario de subestación eléctrica; operario de líneas eléctricas de alta tensión; operador de Centrales termosolares; operador de parques eólicos; instalador eléctrico de baja tensión; especialización en biomasa; eficiencia energética; recepcionista y atención al Cliente; gobernanta y gestión de pisos; curso de percepción y gestión de la Calidad jefes de departamento; curso de percepción y gestión de la Calidad nivel básico.

BODONAL DE LA SIERRA. Curso

"Perfeccionamiento de portugués". 90 horas. Organiza Ayto. Bodonal de la Sierra. Financia: Gabinete de Iniciativas Transfronterizas, Junta de Extremadura. Del 17 de noviembre al 9 de marzo.

IBERMOVILITAS: MOBILIDAD TRANSFRONTERIZA EN EL EMPLEO

Se comenzarán a programar los cursos para cada región participante en el proyecto. Los cursos versarán sobre las **temáticas de mayor interés detectadas en el análisis** de los estudios de necesidades. Cada curso, se desarrollará con una duración de dos meses y se combinará con formación on-line y prácticas en empresas. Consulta próximamente la página de IBERMOVILITAS para conocer la oferta actualizada de cursos en www.empleaextremadura.com
Si quieres recibir la oferta formativa, envía un correo a: info@ibermovilitas.org

VIVIENDA



Artículo 47 de la Constitución Española **"Todos los españoles tienen derecho a una vivienda digna y adecuada. Los poderes públicos promoverán las condiciones necesarias y establecerán las normas pertinentes para hacer efectivo este derecho, regulando la utilización del suelo de acuerdo como el interés general para impedir la especulación...."**



TE INTERESA

ANTICIPATE A LA NAVIDAD. Cada año el dinero se va en las compras navideñas sin darnos cuenta, compramos sin control a última hora pagando lo que nos pidan. Vamos a intentar que este año sea distinto, que nuestras compras nos resulten más económicas. Ahí van una serie de consejos que nos permitirán ahorrar:

Antes de comprar: Vamos a hacer una lista con todo aquello que **NECESITAMOS** comprar. Elaborar un presupuesto donde expongamos y nos concienciamos de la **cuantía máxima que nos queremos gastar** estas fiestas. En este documento diferenciaremos entre los artículos que sean **NECESARIOS**, aquellos que sean **CAPRICHOS A NUESTRO ALCANCE** y los que se consideren **ARTÍCULOS DE LUJO**. Es hora de comparar precios. Cuidado con las ofertas "gancho" de artículos muy baratos, en muchas ocasiones nos llevan a gastar más en otros productos. Si compras anticipadamente asegúrate de la fechas de devoluciones o cambios, no todos los establecimientos ofrecen los mismos plazos. Observa bien las fechas de caducidad. **Cómo elegir un regalo:** Lo primordial es que sea útil, que cuando pasen unos meses no acabe en el trastero. **Hágalo usted misma/o: no es necesario que todo se pague con dinero**, algo fabricado por nosotras/os mismas/os tiene más valor. Vigilar el etiquetado; todo objeto que compremos debe contener el distintivo CE, para saber que está homologado. No confiar ciegamente en las grandes marcas, en ocasiones su fama no se corresponde con la realidad de algunos de sus productos. **Elige marca blanca:** Compra de este modo calidad a un menor precio. Guarda todos los tickets y facturas de compra, son la garantía ante cualquier problema con tu adquisición. **Colabora con el medio ambiente:** Sigamos la regla de las 4R: **reducir, reciclar, reparar y reutilizar**. Utiliza la menor cantidad de papel de regalo posible, y si es estrictamente necesario, haz uso del contenedor azul. Por mucho que estén hechos de plástico los juguetes viejos no pueden arrojarse al contenedor amarillo. Las botellas de sidra y champán se acumularán en casa estas fiestas, deposítalas en el contenedor verde. **Otra opción:** Planea menús alternativos a los tradicionales; los productos típicos de estas fechas son los que más se encarecen, haz uso de tu imaginación y plantea algo nuevo. Recurre a las gangas de última hora: es posible adquirir auténticos chollos el mismo día de Nochebuena. Espera a las rebajas, puedes encontrar importantes descuentos. Intenta comer menos fuera de casa. El tiempo libre y de ocio puede salirnos más baratos o gratis: los ayuntamientos normalmente programan actividades gratuitas o con un valor significativo, aprovéchalas. **Si tienes juguetes viejos en casa o simplemente quieres colaborar con una buena causa**, entra en la página web de Imaginarium (www.imaginarium.es/navidad_solidaria). Campaña Solidaria promovida por las Jugueterías Imaginarium, en colaboración con Antena 3, Onda Cero y Mensajeros por la Paz. **No te olvides de que:** Reciclar es más barato; no hace falta estrenar siempre vestido o americana. En la comida pasa igual, seguro que tienes un paquete de turrón sin abrir del año pasado y que aún no ha caducado: estará igual de rico. No ir de compras con prisas; nos puede llevar a adquirir cosas que no necesitamos o artículos a un precio más caro. **No derrochar:** evita la tentación de toda esa ola de publicidad que nos va a atacar en estas fechas, además de pasar de los arrepentimientos también lo haremos del sobreendeudamiento. Si sabemos que no tenemos fuerza de voluntad una buena solución es poner un límite a las tarjetas de crédito. Con planificación y orden podemos hacer que nuestras navidades sean más austeras y no por ello de menor calidad; compra y consume responsablemente. **Rocío Gallego Gata. Técnica de Información, Formación y Educación. Centro Mancomunado de Consumo de Tentudía**





EMPLEO

OFERTAS DE EMPLEO

EMPRESA DE I+D+I, EN MÉRIDA, necesita con urgencia un **técnico de informática de gestión** para impartir clases. Contrato: por obra o servicio. Horario: los que estipule la empresa. Remuneración: a concretar. Email: mcollado@hotmail.com . Tlf. 924387794-95.

PELUQUERÍA PARA ALQUILAR EN ZAFRA. Necesario experiencia y/o formación como peluquera. Peluquería completamente preparada. Interesadas contactar con el teléfono: 924 56 30 58 y preguntar por la técnica de la agencia de empleo joven.

EXCMO. AYTO. DE FREGENAL DE LA SIERRA 3 CELADORES. REQUISITOS: Certificado Escolar. BASES: Te las mandan por correo-e si lo solicitas por teléfono o correo-e: agencia@empleojoven.org/ 924563058 PLAZO INSCRIPCIÓN: 15 diciembre 2009

ZAFRA 1 chica para tareas de recepcionista. Imprescindible: edad de 23 a 35 años, conocimientos de informática, buena presencia y buen trato con el público, residir a menos de 30 km de Zafra. Trabajo de lunes a viernes de 18 a 23h. Interesadas enviar currículum con fotografía color en "microsoft office word" por correo-e a: agencia@empleojoven.org

ZAFRA Chico/a para realizar tareas de publicidad. Imprescindible conocer programas: adobe illustrator - adobe indesign - adobe premiere (especificarlo en el currículum al enviarlo). Interesados/as enviar currículum con fotografía color en "microsoft office word" por correo-e a: agencia@empleojoven.org

BÚSQUEDA DE EMPLEO

III JORNADA "RECURSOS LABORALES DE ZAFRA Y COMARCA" Organiza: Agencia Empleo Joven. Ven si quieres saber: Pautas para afrontar Procesos de Selección en Empresas Privadas y Administración Pública. Forma en que se gestionan las Ofertas presentadas ante el SEXPE. Análisis situación Mercado Laboral y Estrategias ante la Crisis. Procedimiento Reconocimiento de las Competencias Profesionales adquiridas a través de la Experiencia Laboral. Acceso al Mercado Laboral para personas con Discapacidad. Empleo Público. FECHA: 16 de diciembre de 2009. HORARIO: de 09.00h a 13.30h. LUGAR: Nuevo Teatro Municipal - c/ Fernando Moreno Márquez - Zafra (frente a plaza de abastos). DESTINATARIOS/AS: cualquier persona interesada se expide informe de asistencia. Plazas hasta completar aforo. Inscripción: Agencia Empleo Joven - Casa Juventud Zafra-Plaza Villa Madrid, s/n o tfo.: 924 56 30 58 o enviado por correo-e a: agencia@empleojoven.org datos de: Nombre y Apellidos, DNI, Tfno, Localidad y Correo-e

APRENDIZ FONTANERÍA EN ALMENDRALEJO Ayuda y aprendizaje en las tareas de un fontanero, edad de 16 a 19 años, contrato formativo, jornada completa. Enviar curriculum a la dirección postal: c/escribano, 17, 1º-A 06200 Almendralejo o por e-mail: j_n_m@hotmail.com

BOLSA DE TRABAJO PARA EMPRESA DE SERVICIOS SOCIO-SANITARIOS DE NUEVA APERTURA EN ZAFRA

Mujeres. Imprescindible: título de auxiliar de ayuda a domicilio o auxiliar de clínica o enfermería, experiencia de 1 año en la formación solicitada anteriormente, residir a menos de 25 km de Zafra, imprescindible carnet de conducir "b". Interesadas enviar currículum personalizado con fotografía color en "microsoft office word" por correo-e a: agencia@empleojoven.org

ZAFRA 1 chico dependiente + tareas mozo. Imprescindible: experiencia en el sector de los electrodomésticos y residir a menos de 30 km de Zafra. Trabajo de lunes a sábado en horario comercial. Interesados enviar currículum personalizado con fotografía color en "microsoft office word" por correo-e a: agencia@empleojoven.org

RADIO ECCA FUNDACIÓN. BADAJOZ.

Organización sin ánimo de lucro dedicada a la formación de mayores de 18 años, con sistema semipresencial y a distancia. Homologación oficial en la formación reglada y reconocimiento por parte de los diferentes organismos. Formación Reglada. Titulaciones Oficiales **Graduado en Educación Secundaria:** Niveles I y II. **Bachillerato on line. Ciclos formativos de Formación Profesional** a distancia.

Formación no Reglada Programas de aprendizaje a lo largo de la vida (Adquisición inicial de competencias básicas. Preparación de las pruebas libres de graduado de secundaria y Preparación de la prueba de acceso a grado medio). **Cursos de Interés Sanitario.** Auxiliar de Ayuda a Domicilio. Cuidados para el Cuidador. Salud Materno Infantil. Salud Cardiovascular. Primeros Auxilios. Psicología y Cuidados geriátricos. Educar para Consumir. Educación Diabetológica. Autonomía y Discapacidad. Alimentación y Cocina Saludable. **Aula abierta.** (Idiomas, Economía y Empresas, Salud e Intervención Social) **Cursos de Informática:** ACCESS, EXCEL, WINDOWS XP, WORD, INTERNET Y LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS. POWERPOINT, OPEN OFFICE, GNU-LINUX

SEBARRUNTA



Agentes de Inclusión Social de Extremadura



BODONAL DE LA SIERRA. Teatro de expresión corporal sobre los Derechos Humanos. Grupo Teatral "Arriba el Telón" de Segura de León. Organiza Asociación Cultural y Juvenil "Bonalejos sin Límite". (Fecha y hora por determinar). **Belén Parroquial y Belén "Los Arcos"** (Apertura y horarios de visita por determinar. Más inf., Ayto. Bodonal tlf: 924 721 700). **BIENVENIDA.** Viernes, 18 a las 20:30h: **"III Concurso de Villancicos"** organizado por el Coro de Bienvenida, Parroquia de Ntra. Sra. de los Angeles. "Villancicos en la Calle" (cada coro hará un recorrido por las calles del pueblo). Domingo, 20 "portal viviente". A las 17h en el paseo. Lunes, 21 comienza el **torneo de ping-pong de navidad**. Sábado, 26 "concurso de postres navideños" en el Salón de Actos a las 17h. Los participantes elaborarán un postre típico de las navidades, se premiará al más exquisito y original. A las 20:30h en el salón de actos **concierto de navidad:** Asoc. Músico-cultural de Bienvenida. Lunes, 28 Comienzo del **I torneo de navidad de fútbol-sala**, hasta el 4 de Enero. Jueves, 31 **fuegos artificiales** en la Plaza de España. 4 de enero por la tarde, tirada y exhibición de **tiro con arco** en el pabellón. 5 de enero **cabalgata de los Reyes Magos** 16:30 h, salida desde el Paseo. **CABEZA LA VACA.** 18 de diciembre: concurso de Christmas. 26 de diciembre: concurso de Villancicos. 28 y 29 de diciembre: cine infantil. 3 de enero: concierto de año nuevo de la banda municipal de cabeza la vaca. **CALERA DE LEÓN.** **Concurso de belenes** inscripciones Centro Cultural hasta el 21 de Diciembre. Del 14 al 18 **telecentro itinerante** (Charlas y talleres nuevas tecnologías). Día 14 12h. Charla "Hábitos de vida saludables: nutrición, ejercicio físico" Día 16 de diciembre a las 12h. Charla- coloquio "gripe a" días 16 y 17 17:30h **Talleres de Postales Navideñas y Platos Troquelados.** Día 19 a las 19h. Actuación de "Los Campanilleros del Pilar" de Llerena. Día 21 a las 19:30h. **Fiesta de Navidad del Colegio Público Ntra. Sra. de Tentudia,** en el Centro Cultural. Día 5 de enero a las 18h. **Cabalgata de los Reyes** salida del Polideportivo. **FREGENAL DE LA SIERRA.** Actividades en el Centro Municipal Nertróbriga en diciembre: Teatro: compañía: Teatregenal obra: Monstruo día 11, 20:00h. **Presentación Grupo Musical** día 19. 21:00h. **Cine Planet 51** día 13, 18:30 y 20:30 **Cuento de Navidad** día 18. 20:30h y día 20 a las 18:30 y 20:30h. 2012 día 25, 20:00h y día 27, 20:00h **FUENTE DE CANTOS: XVI Concurso Internacional de Pintura "Francisco de Zurbarán"** Exposición de Obras presentadas/ Casa de la Cultura. **V Concurso Nacional de Relatos Breves "Villa de Fuente de Cantos"** Plazo de presentación de Relatos 20 de diciembre/Bases en www.fuentedecantos.org. **Escuelas Deportivas** Fútbol, Fútbol-Sala (masculino-femenino), Baloncesto, Balonmano, Tenis, Tenis de Mesa, Ajedrez, Gimnasia, Aeróbic,...(Información 924 580 220). **Espacio Joven** ¡Comparte ideas con nosotros y participa en actividades de interés! De martes a viernes de 17h a 20h Centro de Asociaciones. **Música** Recital de Villancicos/ Auditorio Municipal y Parroquia Ntra. Sra. de la Granada. **Centro de Información Cultural y Turística 924 580 380.** **Reyes Magos.** Abierto el plazo de inscripción, interesados en representar a Sus Majestades Los Reyes Magos y a los pajes en la Cabalgata. Los niños que quieran ir en las carrozas con los Reyes deberán ir vestidos de paje. Las inscripciones se harán en las oficinas municipales de 9h a 13h, hasta el 14/12/09. El sorteo se realizará el día 15 a las 19:30h en el Ayto. **FUENTES DE LEÓN.** 6 de diciembre **Mercadillo Navideño,** Plaza de España 12h. 11 de diciembre **II Concurso de Dulces Típicos.** Hogar del Pensionista, 18:30h. 26 de diciembre por la tarde **Concurso de Belenes,** inscripciones hasta el 18 en la Universidad Popular. 27 de diciembre **Concierto de Navidad** de la Coral Infantil y de Mayores, en la Iglesia Parroquial al finalizar los cultos. 5 de enero **Cabalgata de Reyes Magos.** **MONESTERIO.** Exposición **Portal de Belén Antonio Puerto.** Inauguración 6 enero 12h. Sala de conferencias de la Casa de la Cultura 17h-20h. **I Concurso Árboles de Navidad** 9-18 diciembre, primer y único premio 100€, inscripciones Casa de la Cultura. **Campeonato Fútbol-Sala Navidad.** Del 21 de diciembre al 4 de enero. Polideportivo de 17h a 21h, inscripciones en Pol: de 18:30h a 22h. **Concierto Didáctico "CAMERATA 21".** Viernes 11. Auditorio de la Casa de la Cultura 20:00h. **Teatro "Melocotón en Almibar"** de Miguel de Mihura. Sábado 12. Compañía "El Pato Rojo", en el auditorio a las 22h. **Concierto Fin de Trimestre "Escuela Municipal de Música".** 17 de diciembre. Aula magna de la Casa de la Cultura, 20h. **II Encuentro de Monólogos "Palabras de Humor".** Sábado 26 de diciembre en el Auditorio a las 20:30h. **Concierto Asoc. Amigos de la Música y Coro Rociero Tracamandana.** Domingo 27 en el auditorio a las 22h. **Cine de Navidad. UP,** martes 29 en el auditorio a las 18:30h, invitaciones en la Casa de la Cultura. **Musical Mamma Mía,** 2 y 3 de enero en el auditorio a las 20:30h. **Cabalgata de los Reyes Magos,** 5 de enero, salida desde el C.P. "El Llano" a las 20h. **MONTEMOLÍN.** 19 de diciembre: concurso de "postales navideñas". 23 de diciembre: apertura del "BELEN VIVIENTE". 24, 25, 26 y 27 de diciembre: visita al Belén Viviente. **SANTA MARÍA DE NAVAS.** 5 de enero **Cabalgata de los Reyes Magos,** hora y lugar por determinar. Entrega de regalos de los reyes en la Iglesia al finalizar la cabalgata. **PALLARES** 17 Diciembre: **Teatro** a cargo de la AMPA "Los Encineros", colaboran C.R.A.: Río Viar y Ayto, en la nave municipal. 22 de Diciembre: **Concurso de belenes.** 23 de Diciembre: **Concurso de Cuentos de Navidad** en la biblioteca. 28 de Diciembre: los pajes y los Reyes Magos visitarán el ayuntamiento a las 12h para que los niños les den sus cartas. 5 de Enero: **Cabalgata de Reyes** a las 17:30h. Durante las vacaciones de Navidad en la biblioteca: **Juegos y actividades.** **SEGURA DE LEÓN.** Teatro. "Cine victoria" Asoc. Cultural de Teatro "Arriba el Telón" 27 y 28 de diciembre "La Puebla de las Mujeres" "Como ellas pocas, A Dios Gracias". 6 de diciembre a las 21h, beneficio Asoc. Discapacitados. **Cine,** 18 de diciembre. **Actividad ecuestre** Asociación la Garrocha en beneficio de la Asoc. Discapacitados. 6 de diciembre a las 12:30h. Día 23 de diciembre **Banda Musical de Fuente Cantos.** 5 de enero **Cabalgata de Reyes.**

OCIO Y CULTURA