

LA CASA ENCENDIDA

de fundación montemadrid

Cursos y talleres. Edición especial online



Sabina Urraca. Taller 'Aquel 15 de marzo nos dijeron que no saliéramos de casa'

Salir de casa a través del cómic, aprender a gestionar tu estrés (y el de tu perro) o crear un laboratorio científico en familia: los nuevos cursos online de La Casa Encendida

La programación especial de cursos y talleres de abril incluye 25 propuestas que se pueden realizar desde casa: desde talleres de germinados, esquejes o extracción de semillas, hasta cursos de creación de apps para adolescentes o un programa especial de bienestar y resiliencia para tiempos de crisis. Las inscripciones se pueden realizar desde hoy en la [web](#) de La Casa Encendida

Madrid, 1 de abril de 2020.- Un ordenador y conexión a internet (y, en algunos casos, ropa cómoda y una esterilla). Son los únicos requisitos para realizar este mes los cursos de La Casa Encendida. **La programación de cursos y talleres de abril cuenta con una edición especial de 25 propuestas online que se puede realizar desde casa.** Atendiendo a las

cuatro líneas de trabajo de La Casa Encendida -Cultura, Educación, Solidaridad y Medio Ambiente-, el programa incluye propuestas diseñadas para hacer más fácil el día a día en esta situación temporal que nos ha tocado vivir. Por ello incluye talleres online para que los artistas dominen técnicas psicológicas; un programa de bienestar y resiliencia; cursos para aprender técnicas para relajar y mejorar la convivencia con los perros en casa; un taller de dibujo de producción circular para imaginar, de la mano del autor de cómic Javier Lozano y desde el humor, **formas de salir de casa**; encuentros para repensar qué consumimos y cómo gestionamos nuestro armario; o un taller para dotar de herramientas psicológicas al personal sanitario que atiende a personas en situación de emergencia.

Asimismo, la programación cuenta con **propuestas especialmente diseñadas para disfrutar en familia** como el curso de *upcycling* para diseñar de forma creativa zapatillas de estar por casa, dando una segunda vida a las telas que tenemos en casa; o el taller que propone convertir el hogar en un laboratorio científico para encontrar una explicación científica a fenómenos que nos rodean en el día a día. La inscripción a todos los cursos está abierta desde hoy a través de la web de La Casa Encendida.

El programa incluye propuestas culturales como **Aquel 15 de marzo nos dijeron que no saliéramos de casa**, un taller literario con Sabina Urraca que se apoya en lo autobiográfico y lo autoficcional para -a través de lecturas de autores como Elena Fortún o Foster Wallace- descubrir qué sale del cuerpo cuando está solo consigo mismo; o **Cinesónico Lab**, un taller dirigido tanto a realizadores, guionistas y productores como a músicos y diseñadores, que pretende viajar desde la *nouvelle vague* al nuevo Hollywood o Pixar para entender la compleja relación entre la imagen y el sonido en la producción audiovisual, así como la confluencia entre ambas narrativas.

Entre las propuestas de cursos de imagen y sonido, se encuentra el curso de **Vídeo 360º**, que ofrece los conocimientos necesarios para desarrollar piezas para dispositivos VR, Youtube o Facebook; o el de **Realidad extendida**, que posibilita la creación de mundos virtuales en campos como la arquitectura, la ingeniería, el marketing o la medicina. Asimismo, se han diseñado **propuestas específicas para adolescentes** como el curso de **Animaciones 3D con Alice**; el de diseño de **Aplicaciones para Android** o el de desarrollo de proyectos con **Arduino** para amantes del mundo *maker*.

Tiempo de pausa para cuidar nuestro entorno más cercano

Debido al momento de pausa en el que nos encontramos, el programa ofrece **cursos para aprovechar este tiempo reconectando con nosotros mismos y con nuestro entorno más cercano**. Así, ofrece cursos para poner a punto las plantas de casa; aprender a realizar esquejes; extraer semillas y reflexionar sobre la importancia de mantener la biodiversidad agrícola; iniciarse en el mundo de los cactus y las crasas; aprender a crear jardines -o junglas- de interior; producir germinados para dar vida a nuestra cocina; o encuentros para hallar formas creativas de reconectar con la naturaleza a pesar de que resulte más difícil que antes.

También puede ser el momento de repensarnos con eco-encuentros para aprender a vivir de forma más sostenible o de cuidarnos a nosotros mismos -y a nuestros seres queridos- y adaptarnos lo mejor posible a esta nueva situación. En este sentido, la programación incluye un programa especial de bienestar y resiliencia en tiempos de crisis compuesto por cursos que aportan herramientas de gestión emocional; de resolución de conflictos en el

hogar; técnicas para relajar la mente y las emociones o alinear cuerpo y mente; y un taller online de yoga.

Esta programación de cursos y talleres se complementa con la programación online #MeQuedoEnCasa que se renueva a diario y cuyos contenidos se envían, de forma resumida, en la newsletter semanal.

Toda la información de cursos y talleres está disponible en:

<https://www.lacasaencendida.es/cursos>

Prensa de La Casa Encendida

Leticia G. Vilamea

T. 650 643 619 / comunicacionlce@montemadrid.es

www.lacasaencendida.es

<https://www.facebook.com/LaCasaEncendida/>

<https://twitter.com/LaCasaEncendida>

<https://vimeo.com/lacasaencendida>

www.youtube.com/user/lacasaencendida