



# Arlington Community Learning

## Clases Comunitarias para Adultos

### Computación Básica – Nivel 1

Este es el momento para aprender a usar tu computadora para abrir ventanas, bajar programas, archivar documentos, fotos y música. También, cómo conectar con el Internet, y cómo hacer compras seguras en línea. Aprenderá cómo comprar la mejor computadora para sus necesidades.

Arl. Res. \$69 Arl. Sr. \$59 Non-Res. \$79

**BE418** Syphax 108 10/29 Mar y Jue 6:00p 2 clases - 2 hr

### Computación Básica – Nivel 2

Requisito previo Nivel 1, o conocimiento equivalente. Continúa aprendiendo técnicas más avanzadas para instalar y borrar programas; seguros contra virus; transferir archivos y carpetas de una carpeta a otra; crear, usar y conocer las grandes ventajas que ofrece Google.

Arl. Res. \$69 Arl. Sr. \$59 Non-Res. \$79

**BE421** Syphax 108 11/5 Mar y Jue 6:00p 2 clases - 2 hr

### Navegar el Internet

Esta clase de dos horas te entrenará para saber usar el Internet para buscar y comprar pasajes turísticos, traducción de documentos español/inglés, obtener noticias nacionales o internacionales, ayudar a niños con sus tareas escolares, usar el GPS, solicitar empleo y mucho más.

Arl. Res. \$39 Arl. Sr. \$29 Non-Res. \$49

**BE342** Syphax 108 11/12 Mar 6:00p 1 clase - 2 hr

### Diseño de Páginas Web

¿Tienes un pequeño negocio? ¿Quieres promover tus servicios o algún producto? Aprenderás a usar una página Web para informar a tus clientes acerca de tus técnicas promocionales y actividades comerciales. También conocerás la preparación de la página Web usando Wix.com.

Arl. Res. \$49 Arl. Sr. \$39 Non-Res. \$59

**BE261** Syphax 108 11/14 Jue 6:00p 1 clase – 2.5 hr

### Microsoft Word Básico

Microsoft Word es el programa más popular para crear documentos, cartas, circulares y volantes. También aprenderás a escribir, editar, modificar textos, añadir fotos y agregarlas a tus documentos. Al final de la clase sabrás hacer documentos profesionales en Microsoft Word.

Arl. Res. \$109 Arl. Sr. \$99 Non-Res. \$119

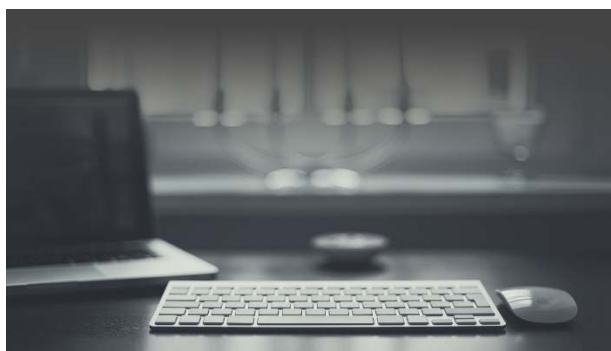
**BE376** Syphax 108 11/19 Mar 6:00p 3 clases - 2 hr

### Microsoft Excel Básico

Aprenderás a crear planillas de hojas que se usan para organizar ciertos documentos financieros, gráficas, sumas, porcentajes y fórmulas. Haremos ejercicios para hacer presupuestos usando las herramientas a tu disposición.

Arl. Res. \$109 Arl. Sr. \$99 Non-Res. \$119

**BE381** Syphax 115 11/21 Jue 6:00p 3 clases - 2 hr



### Clases de Inglés para Adultos

El Programa de REEP ofrece clases básicas, intermedias y avanzadas de inglés para adultos. Hay clases disponibles en la mañana y en la noche. Para más información llame al (703) 228-4200 o visite la página web [www.apsva.us/reep](http://www.apsva.us/reep).

### Mecanografía

¿Quieres trabajar en una oficina? Para eso, es necesario saber escribir con el teclado. En esta clase aprenderá como usar todos los dedos de la mano para escribir usando la computadora. Nos concentramos en la posición de las manos, para escribir con rapidez, reduciendo las equivocaciones.

Arl. Res. \$169 Arl. Sr. \$149 Non-Res. \$199

**BE254** Syphax 108 10/28 Lun 6:00p 6 clases - 2 hr



### Cómo Comprar su primera Casa o Condominio

Hoy en día, los intereses de préstamos para viviendas siguen siendo bajos. Tú puedes mensualmente ahorrar dinero en pagos hipotecarios aprendiendo todo lo necesario para saber si calificas para solicitar un préstamo bancario sobre la propiedad que deseas comprar.

Arl. Res. \$39 Arl. Sr. \$29 Non-Res. \$49

**GI622** Syphax 150 12/3 Mar 12:30p 1 clase – 2.5 hr

### Ahorrar o Invertir tu Dinero

El ahorrar para nuestro retiro o jubilación es importante. El saber apartar un poco de nuestros ingresos cada mes para ahorrar también es importante. Aprende a invertir en cuentas de ahorro, acciones, fondos mutuos y entendiendo cuál es el interés compuesto. ¿Qué es un IRA, Roth IRA, 401K o CDs?

Arl. Res. \$49 Arl. Sr. \$39 Non-Res. \$59

**GI618** Syphax 117 11/14 Mar 7p 2 clases - 2 hr

### Como Crear un Presupuesto Personal/Familiar

Si estás ahorrando para cubrir el pago inicial para una casa; matrícula universitaria, jubilación o simplemente deseas verificar si tu sueldo mensual cubriría tus gastos para cumplir con tus obligaciones personales, en esta clase aprenderás a crear, planificar y administrar tu presupuesto para reducir gastos, pagar deudas y ahorrar para tu futuro.

Arl. Res. \$39 Arl. Sr. \$29 Non-Res. \$49

**GI669** Syphax 117 12/5 Jue 12:30p 1 clase - 2 hr

### Cómo Preparar su Resume para Trabajo

Cuando se está buscando trabajo las compañías exigen, hoy en día, que se presente la solicitud por escrito con todos los detalles personales del solicitante y se envíe por Internet. En esta clase aprenderás a prepararlo con todos los detalles de tu educación y de tus capacidades y experiencias que te ayudarían a ser un buen candidato para el empleo que solicitas.

Arl. Res. \$49 Arl. Sr. \$39 Non-Res. \$59

**GI668** Syphax 115 11/13 Mier 1p 2 clases - 2 hr

### Comienza su Propio Negocio

Crear su propio negocio de tiempo parcial o de tiempo completo puede ser una emocionante y gratificante aventura. Este taller te enseñará a desarrollar tus habilidades administrativas y empresariales para tener el éxito deseado. Los negocios pueden registrarse como propiedad individual; asociación; LLC y la INC. Las herramientas y las estrategias usadas para alcanzar metas diarias y eficientes, la revisión del mercado y las finanzas necesarias para una expansión. Matricúlate para aprender cómo iniciar de tu propia empresa.

Arl. Res. \$49 Arl. Sr. \$39 Non-Res. \$59

**ME365** Syphax 117 12/4 Mier 7p 2 clases – 2.5 hr

### Cocinar para Rebajar o Mantener su Peso

Aprende a cocinar de una manera que te ayudará a perder o mantener el peso que tienes. Cocinando con verduras, granos y proteína de bajo caloría te ayudará a alcanzar tu meta. Bajo de caloría no significa bajo de sabor. Ven a cocinar más sabroso y saludable.

Arl. Res. \$79 Arl. Sr. \$69 Non-Res. \$89

**HE183** Syphax 113 12/10 Jue 12:30p 2 clases - 2 hr

### Cerámica de Construcción

Aprenda las generalidades del uso apropiado de herramientas, selección de materiales y las técnicas de colocado para obtener pisos, paredes y topes de calidad, usando baldosas de cerámica. Libro de texto: "Hometime. How to Ceramic Tile". ISBN 1890257052. (Esta clase se ofrece en inglés, pero el Instructor habla español).

Arl. Res. \$209 Arl. Sr. \$189 Non-Res. \$229

**TI316** SEEC 108 11/25 Lun y Jue 6:30p 6 clases - 3 hr

### Laminado de Yeso (Drywall)

Aprenda cómo colocar, darle acabado y reparar superficies con láminas de yeso (Drywall). Se enseñará acerca de las herramientas, materiales y técnicas apropiadas. Texto: "Step by step Room Finishing". (Esta clase se ofrece en inglés, pero el Instructor habla español).

Arl. Res. \$219 Arl. Sr. \$199 Non-Res. \$239

**TI310** SEEC 108 10/28 Lun y Jue 6:30p 6 clases - 3 hr

### Manipulador de Alimentos

¿Quieres trabajar en restaurantes? Aprenda lo básico acerca de Seguridad alimentaria básica, Higiene personal, Contaminación cruzada y alérgenos, Tiempo y temperatura, y Limpieza y saneamiento. Con ello puede prepararse para obtener la certificación correspondiente.

Arl. Res. \$219 Arl. Sr. \$199 Non-Res. \$239 (Invierno)

**CN923** SEEC 108 1/16 Lun y Jue 12:30p 6 clases - 3 hr

### Cuidador de Niños

Los estudiantes aprenderán cómo cuidar a los niños en un centro de cuidado infantil, grupo de juegos o preescolar de servicio completo. Los temas incluyen oportunidades profesionales, entornos de aprendizaje, problemas de salud y seguridad, desarrollo infantil, diversidad, currículo, evaluación, operaciones del programa y crecimiento profesional. (Invierno)

Arl. Res. \$219 Arl. Sr. \$199 Non-Res. \$239

**HE116** Career Ctr 205 1/27 Lun y Mier 6:30p 6 clases - 3 hr

### Cuidador de Adultos Mayores

Los estudiantes aprenderán acerca de las actividades diarias de vida y de las actividades instrumentales diarias de vida, para poder hacerle frente a cualquier situación que se le presente en su rol de cuidador de adultos mayores. (Invierno)

Arl. Res. \$219 Arl. Sr. \$199 Non-Res. \$239

**HE902** Career Ctr 205 1/28 Mar y Jue 6:30p 6 clases - 3 hr



**Hay cierto número de  
becas disponibles  
Llame al (703) 228-7200  
para más información**

**CÓMO LEER LOS CURSOS Y CÓDIGOS**

**Título (Curso de Ejemplo)**  
 Aquí se describe la clase y que es lo que los alumnos pueden esperar de la clase.  
 Art. Res. \$209 Art. Sr. \$179 Non-Res. \$229  
**HE183** Syphax 107 09/15 Thu 7p 2 clases - 2 hr

**Código** Local y salón de clases  
**Fecha de inicio** Hora de inicio  
**# de clases**

**Locales de Clases**  
 Career Center – 816 S. Walter Reed Dr. Arlington 22204  
 Kenmore School - 201 S. Carlin Springs Rd. Arlington 22204  
 Syphax Education Ctr - 2110 Washington Blvd Arlington 22204  
 SEEC. 2701 S Nelson St. Arlington 22206.

Primer Nombre \_\_\_\_\_ Apellido \_\_\_\_\_

Dirección \_\_\_\_\_

Ciudad \_\_\_\_\_ Estado \_\_\_\_\_ Código Postal \_\_\_\_\_

Teléfono \_\_\_\_\_ Correo Electrónico \_\_\_\_\_

Código del Curso \_\_\_\_\_ Nombre del Curso \_\_\_\_\_

El Registro se puede hacer por teléfono (703) 228-7200, en línea [www.apsva.us/acl](http://www.apsva.us/acl), o en persona en Sequoia Plaza – Syphax Education Center, 2110 Washington Blvd. Art. 22204

Los pagos se pueden hacer con  
 Cheque personal, Visa, MasterCard, Discover y Money Order.

Esta línea representa la cantidad que el alumno paga por la matrícula.  
 Art. Res. - significa que vive en Arlington.  
 Art. Sr. - significa que vive en Arlington y es mayor de 62 años.  
 Non-Res. - significa que no vive en Arlington

**GE03B** Syphax 117 10/28 Mar/Jue 12:30p 12 clases - 2 hr  
 Costo Completo: \$129  
 Estado de Virginia.

Se ofrecen clases de repaso de las materias abajo indicadas, las que ayudarán a desarrollar la preparación necesaria para aprobar el examen del GED, y obtener el Certificado de Equivalencia de Educación Secundaria otorgado por el Estado de Virginia.

**GED en español (Syphax por la Tarde)**

**GE03A** Kenmore 209 1/13 Lun/Mier 7p 10 clases - 2 hr (Invierno)  
 Costo Completo: \$129  
 Estado de Virginia.

Se ofrecen clases de repaso de las materias abajo indicadas, las que ayudarán a desarrollar la preparación necesaria para aprobar el examen del GED, y obtener el Certificado de Equivalencia de Educación Secundaria otorgado por el Estado de Virginia.

**GED (Matemáticas)**

Para muchos estudiantes la parte más difícil del examen de lograr es el examen en matemáticas. Esta clase es para concentrarse solamente en esta materia y reforzar y aprender los elementos de las matemáticas que se pueden encontrar en el examen.

**GE010** Kenmore 290 1/30 Juev 7p 8 clases - 2 hr (Invierno)  
 Costo Completo: \$69

**GED en español (Kenmore por la Noche)**

Se ofrecen clases de repaso de las materias abajo indicadas, las que ayudarán a desarrollar la preparación necesaria para aprobar el examen del GED, y obtener el Certificado de Equivalencia de Educación Secundaria otorgado por el Estado de Virginia.

**GE003** Kenmore 209 1/13 Lun/Mier 7p 10 clases - 2 hr (Invierno)  
 Costo Completo: \$129

**CPR Resucitación Cardiopulmonar y Primeros Auxilios**

Aprenda habilidades vitales para salvar vidas en un ambiente divertido, informativo, y práctico, usando lo último en tecnología. Los participantes cumplirán con los requisitos de salud y seguridad para requisitos de empleo. Obtenga su tarjeta de certificación de "CPR Heartsaver" del American Heart Association y gane la confianza para actuar en una situación de emergencia para salvar vidas de adultos, niños y bebés. Las clases incluyen como usar el AED, una máquina que funciona para mejorar las posibilidades de salvar vidas.  
**G1370** Syphax 113 12/14 Sab 9a 1 clase - 6 hr  
 Costo Completo: \$119

## Ahora es el tiempo para:

- Aprender a manejar la computadora*
- Obtener su GED (Equivalencia a la escuela secundaria)*
- Despertar su creatividad con la fotografía*
- Comenzar su propio negocio*
- Ahorrar e invertir su dinero*
- Como comprar su primera casa o condominio*
- Aprender Electricidad Residencial*
- Cocinar más saludable*
- Primeros Auxilios... y mucho más*

## ¿Quieres dar clases?

Envíanos tu propuesta de clase a través de un correo electrónico al coordinador del programa Raúl Matos a [raul.matos@apsva.us](mailto:raul.matos@apsva.us)

# ¡PROGRESO!

## Clases Comunitarias para Adultos



Otoño 2019

**Arlington Community Learning**  
[www.apsva.us/progreso](http://www.apsva.us/progreso)  
 703-228-7200