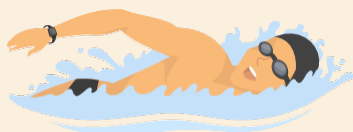




LAS CLASES COMIENZAN
EL LUNES
28 DE SEPT. 2026



Fall
2026



EDUCACIÓN CONTINUA PARA ADULTOS

Otoño de 2026

Mensaje de la Directora:

Bienvenido a la Educación Continua para Adultos de Westbury. Nos complace ofrecer una variedad de cursos y actividades para la comunidad. Ya sea que desee explorar nuevos intereses, adquirir nuevas habilidades o impulsar su carrera profesional, le invitamos a descubrir todo lo que nuestro programa tiene para ofrecer.

El aprendizaje es un viaje que dura toda la vida, y nuestras clases brindan una oportunidad maravillosa para conectar con otras personas mientras invierte en su propio crecimiento.

Si tiene alguna clase o programa que le gustaría compartir con nuestra comunidad, nos encantaría que nos deje saber. ¡Esperamos poder aprender juntos!

Gina M. Farrell

Gina M. Farrell

Directora de Educación Continua para Adultos
gfarrell@westburyschools.org

Calendario de Educación Continua para Adultos, otoño de 2026

	Lu.	Ma.	Mi.
Sept.	28	29	30
Oct.	5	6	7
	X	13	14
	19	20	21
	26	27	28
Nov.	2	X	4
	9	10	X
	16	17	18

X - Significa que no hay clases

DATOS ACERCA DE LA INSCRIPCIÓN

Inscripción por correo: Regístrese por correo utilizando el formulario que se encuentra en la última página de este folleto. Envíe un formulario por separado para cada curso (pueden reproducirse) y **un cheque/giro postal por separado (no aceptamos efectivo) para cada curso, pagadero a Westbury U.F.S.D. No** se le notificará su aceptación. Si no escucha nada de nuestra parte, suponga que está en la clase y preséntese la primera noche como se indica en el folleto.

Costo:

1. Los costos de los cursos se indican junto a la descripción de cada curso.
2. Se cobra una tarifa única fuera del distrito de \$5.00 a los inscritos que viven fuera de los Distritos Escolares de Westbury/Carle Place, excepto para natación, donde solo los inscritos en el Distrito Escolar de Westbury califican para las tarifas de residente.
3. Clases de natación: los costos de residentes y no residentes se indican junto a cada opción de clase de natación.
4. Reembolsos: no se otorgarán reembolsos después de la primera semana, a menos que el curso no se ejecute.

Procedimientos para la inscripción: La inscripción en persona se llevará a cabo en la **Oficina Principal de Westbury High School — el martes 22 de septiembre y el miércoles 23 de septiembre de 2026, de 6:00 p.m. a 8:00 p.m.**

Duración de las clases: Las clases de siete semanas comienzan la semana del lunes 28 de septiembre de 2026 y terminan el miércoles 18 de noviembre de 2026. Las clases de menos de siete semanas de duración se especifican en las fechas de las sesiones que figuran en los listados de clases. Las clases tendrán lugar en el momento y lugar indicado en este folleto. **Revise el calendario para los días festivos y días en los que "no hay clase" indicados con una "X".** En caso de mal tiempo, el programa de educación para adultos será cancelado si se cancela el día escolar diurno. Escuche las noticias de radio en WCBS (880 AM), WINS y el canal 12 Long Island News.

Ubicación/Estacionamiento: Westbury High School está ubicada en la esquina de Jericho Turnpike y Post Road, Old Westbury. Solo se permite aparcar en los lotes Norte o Sur. Los autos estacionados frente a la escuela serán multados por la policía de Old Westbury de conformidad con las leyes de incendios del pueblo. **Estas reglas se harán cumplir estrictamente.**

Comunicación: Las preguntas o sugerencias relacionadas con cualquier fase del Programa para Adultos deben comunicarse a la directora de Educación Continua para Adultos a gfarrell@westburyschools.org.

Salud: Se recomienda a los participantes que consulten con su médico de familia para asegurarse de que su condición física les permitirá participar en cursos que puedan crear tensión física. La Junta de Educación no provee seguro a las personas inscritas en los programas de educación para adultos en caso de accidentes que puedan ocurrir mientras participan en el programa.

Cursos ofrecidos en otoño de 2026

Cursos de certificación de la Cruz Roja Americana

Clase de certificación de salvavidas

Instructores: **Jonathan Geller y Jim Steadman**

Días: **lunes y martes, 4 semanas – a partir del 28 de septiembre de 2026 • Hora: 6–9 p.m.**

Ubicación: **Piscina/Gimnasio • Costo: \$300 (\$275 para estudiantes de Westbury High School)**

La edad mínima es de 15 años y los estudiantes deben completar una prueba previa.

La prueba previa (28 de septiembre) incluye:

1. Los candidatos nadan 150 yardas, se mantienen a flote por 2 minutos usando solo el pedaleo de piernas y después nadan 50 yardas. Los candidatos pueden nadar usando crol, pecho o una combinación de ambos. Se pueden utilizar gafas de natación.
2. Completar el evento cronometrado en 1 minuto y 40 segundos:
 - Comenzando en el agua, nadar 20 yardas en la superficie. La cara puede estar dentro o fuera del agua.
 - No se permiten gafas de natación.
 - Lanzarse al agua, con la cabeza o los pies primero, a una profundidad entre 7 y 10 pies para recuperar un objeto de 10 libras.
 - Regresar a la superficie y nadar 20 yardas sobre la espalda para regresar al punto de partida con ambas manos sosteniendo el objeto. La cara se mantiene en o cerca de la superficie para que sea posible respirar. Los candidatos no deben nadar distancias bajo el agua.
 - Salir del agua sin usar escaleras o escalones.

Instructor de seguridad en el agua

Instructores: **Jonathan Geller y Jim Steadman**

Días: **miércoles, 7 semanas – a partir del 30 de septiembre • Hora: 6–9 p.m.**

Ubicación: **Piscina/Gimnasio • Costo: \$375 (\$350 para estudiantes de Westbury High School)** La edad mínima es de 16 años y los estudiantes deben completar una prueba previa.

Descripción del curso:

El propósito del curso de Instructor de Seguridad en el Agua de la Cruz Roja Americana es capacitar a los candidatos para que sean capaces de dictar cursos y presentaciones en el programa de Natación y Seguridad en el Agua de la Cruz Roja Americana mediante el desarrollo de su comprensión del uso de los materiales del curso, de cómo realizar sesiones de capacitación y cómo evaluar el progreso de los participantes.

Prueba previa (28 de enero):

1. Prerrequisito de evaluación de habilidades de natación:
 - Crol frontal—25 yardas • Nado de espaldas crol—25 yardas • Brazada de pecho—25 yardas
 - Brazada de espalda elemental—25 yardas • Nado de costado—25 yardas • Mariposa—15 yardas
2. Mantenerse boca arriba durante 1 minuto en aguas profundas (flotando o remando)
3. Mantenerse a flote usando las piernas durante 1 minuto.

CPR/Amigos y familias

Instructores: **Jonathan Geller y Jim Steadman**

Días: **1 sesión – lunes, 2 de noviembre • Hora: 6–9 p.m.** Ubicación: **Cafetería • Costo: \$25**

Este curso *sin credenciales* es para personas que desean aprender habilidades de CPR (*Resucitación Cardiopulmonar*) para adultos, niños y bebés para sus familias y amigos. Otros temas incluyen ayudar a una víctima que sufre de asfixia, reconocer los signos de alguien en paro cardíaco y la demostración del uso de un desfibrilador externo automático (DEA). No hay ninguna prueba para este curso.

Requisitos para entrenadores

Curso de Certificación para entrenadores del estado de Nueva York

Instructor: **David Graff**

Días: **martes – 8 sesiones de Zoom – A partir del 29 de septiembre • Hora: 7–9 p.m.**

Costo: **\$100 (\$50 para el personal de las escuelas de Westbury)**

Este curso de 22 horas sobre la Teoría y Técnicas de Entrenamiento aborda los principios científicos del entrenamiento, la selección de equipos, la organización y gestión de programas, las reglas y regulaciones, los métodos de enseñanza, el acondicionamiento, las relaciones con los funcionarios, la ética del entrenamiento, la administración atlética y las relaciones públicas. El curso incluye 16 horas de clase y 6 horas de tareas externas. Las tareas externas incluyen metas, una tarea de enseñanza, planes de práctica, un informe de exploración y un plan de juego. Este curso es un requisito del estado de Nueva York para todos los estudiantes de Educación Física no certificados que sean entrenadores en escuelas públicas.

Informática y tecnología

Introducción a los conceptos básicos de la informática usando Microsoft Instructor: **Juan Hinojosa**
Días: **martes o miércoles (por determinar), 4 sesiones – A partir del 13 o el 14 de octubre**
Hora: **6:30–7:30 p.m.** Ubicación: **HS Computer Lab** • Costo: **\$25**

Trabajaremos principalmente con aplicaciones de escritorio web, como Microsoft Word y Microsoft OneDrive, para almacenar y organizar archivos digitales. Usaremos las sencillas pero potentes funciones de OneDrive para compartir archivos con amigos, familiares o compañeros. También emplearemos la inteligencia artificial de ChatGPT para acceder a información basada en aprendizaje automático y explorar sus diferencias con las búsquedas de Google.

Informática intermedia: Microsoft Excel Instructor: **Juan Hinojosa**
Días: **martes o miércoles (por determinar), 4 sesiones – A partir del 13 o el 14 de octubre**
Hora: **7:30–8:30 p.m.** Ubicación: **HS Computer Lab** • Costo: **\$40**

Experiencias prácticas en la creación de hojas de cálculo de Microsoft Excel. Los temas incluyen la navegación, el trabajo con datos, la creación de gráficos visuales, el formato y las fórmulas básicas. Luego convertiremos los datos básicos en información más relevante utilizando varias funciones de Excel y Pivot Tables para la creación de informes, gráficos y formato condicional para visualizar la información.

Crecimiento personal

El ABC de los fideicomisos

Días: **lunes – Cafetería, 1 sesión – 26 de octubre** • Hora: **7:00–8:00 p.m.** Costo: **\$10**

Esta presentación brindará a los asistentes una comprensión de los propósitos y usos de los distintos tipos de fideicomisos. Se analizarán los fideicomisos revocables e irrevocables, los fideicomisos simples y complejos, y los fideicomisos inter vivos y testamentarios. También aprenderá las diferencias entre testamentos y fideicomisos y cómo se relacionan entre sí. El Sr. Fatoullah hablará sobre los fideicomisos de protección de activos de Medicaid, los fideicomisos de seguros de vida, los fideicomisos para necesidades especiales, los fideicomisos para derrochadores y los fideicomisos para reducir los impuestos sucesorios.

Ley de la tercera edad 101

Días: **miércoles – Cafetería, 1 sesión – 4 de noviembre** • Hora: **7:00–8:00 p.m.** Costo: **\$10**
Ubicación: **Cafetería** • Fee: **\$10**

Esta clase explica la planificación importante y la documentación legal y financiera necesaria para la preparación para la atención a largo plazo y la preservación de activos. Aprenderá cómo formar su equipo asesor, qué información se requiere para una consulta con un abogado especializado en derecho de la tercera edad, los cinco documentos de planificación más importantes que todos deberían tener, los testamentos y la comprensión del proceso sucesorio, y los conceptos básicos sobre la elegibilidad de Medicaid para servicios de atención domiciliar y atención en residencias de ancianos.

Bienestar, salud y aptitud física

Yoga Instructor: **Thomas Breski**
Días: **martes – 7 sesiones, a partir del 29 de septiembre** • Hora: **7:30–8:30 p.m.**
Ubicación: **Pequeño gimnasio** • Costo: **\$50**

Este curso de siete lecciones se centrará en las posturas fundamentales que ayudarán al estudiante a comprender cómo el yoga puede generar bienestar tanto físico como mental. Los alumnos aprenderán técnicas de respiración adecuadas y *asanas* (posturas) específicas que fortalecerán y estirarán los músculos, además de ayudar a aliviar el dolor en diversas articulaciones. El yoga es una de las mejores prácticas para tratar el dolor lumbar y experimentar una profunda sensación de relajación y reducción del estrés.

Otoño de 2026

Idioma

Español - Principiantes

Instructora: **Flor Murray**

Días: **martes – 7 sesiones, a partir del 29 de septiembre • Hora: 6:30–7:30 p.m.**

Ubicación: **Salón 105 • Costo: \$50**

Este curso está diseñado para introducir al estudiante a una sólida comprensión del idioma español. Español para principiantes es para aquellos estudiantes que quieren comenzar desde el principio con el español o aquellos que tomaron un poco de español en la escuela secundaria. Se hará hincapié en el vocabulario y la expresión oral dentro del contexto cultural. Se introducirán principios de gramática a medida que los estudiantes se familiaricen con el idioma. Las actividades incluyen situaciones interactivas con otros estudiantes. El español que aprenderá en esta clase será útil sin importar dónde o con quién hable.

Español - Intermedio

Instructora: **Flor Murray**

Días: **martes – 7 sesiones, a partir del 29 de septiembre • Hora: 7:30–8:30 p.m.**

Ubicación: **Salón 105 • Costo: \$50**

Este curso está diseñado para introducir al estudiante en una sólida comprensión del idioma español. El español intermedio es para aquellos estudiantes que quieren tener algunos conocimientos básicos de español y quieren aprender a hablar y entender a un nivel superior. Se hará hincapié en el vocabulario y la expresión oral dentro del contexto cultural. Se introducirán principios de gramática a medida que los estudiantes se familiaricen con el idioma. Las actividades incluyen situaciones interactivas con otros estudiantes. El español que aprenderá en esta clase será útil sin importar dónde o con quién hable.

Curso de certificación

Curso de capacitación para Notarios públicos (EN LÍNEA EN CUALQUIER MOMENTO) Instructora: **Dina DiRoma**

Costo: **\$10** pagaderos a Westbury UFSD

Costo de materiales: **\$75** pagadero a Notary Public Central, Inc.

¿Busca superarse a sí mismo? ¿Tiene miedo de reprobar el examen? Le ayudaremos a obtener la confianza y el conocimiento que necesita para aprobar el examen con facilidad. Sobresalga entre la competencia. Inscribase ahora en este curso único de formación. Los notarios comisionados siempre son bienvenidos. ZOOM PREGRABADO: SE PUEDE ACCEDER A ÉL EN CUALQUIER MOMENTO.

Conducción defensiva

Curso de conducción defensiva de AARP

Instructor de AARP

Días: **martes y miércoles, 29 y 30 de septiembre • Hora: 6–9 p.m.** Ubicación: **Cafetería**

Costo: **\$25 para miembros de AARP – Cheque o giro postal a nombre de AARP**

Costo: **\$30 para aquellos que no son miembros de AARP – Cheque o giro postal a nombre de AARP**

Por favor, ponga el número de membresía de AARP en el cheque y entregue cheques separados para cada participante.

Este curso es basado en una investigación de AARP y ha sido aprobado por el Departamento de Vehículos Motorizados (DMV). Este es un curso de prevención de accidentes de Smart Driver, y proporciona conocimientos para ser un mejor conductor en las vías. Personas de cualquier edad pueden asistir al curso y obtener un descuento del 10% en el seguro del auto (por auto y conductor). Hable con su agente de seguros de automóviles para obtener los detalles requeridos por su seguro de automóvil. Las deducciones automáticas de puntos están disponibles.

Los participantes DEBEN TRAER a la clase:

- 1) una licencia de conducir válida del estado de Nueva York
- 2) una tarjeta válida de AARP

NOTA: No se acepta la tarjeta de seguro médico de AARP. Llame a AARP para obtener por correo electrónico la copia del número válido de membresía.

Programa acuático

Mamá/Papá y yo nadamos (edades: 0-3 años)

Días: **martes, 7 semanas, a partir del 29 de septiembre o miércoles, 7 semanas, a partir del 30 de septiembre**

Hora: **6:30–7:30 p.m.** Ubicación: **Piscina • Costo: \$50** residentes, **\$100** no residentes

Un padre estará en el agua para presentarle el agua al niño. Las lecciones serán dirigidas por un instructor certificado, pero los padres se encargarán de los niños. El padre en el agua debe sentirse cómodo en 5 pies de profundidad.

Otoño de 2026

Clases de natación para jóvenes (4-8 años)

Días: **lunes, 7 semanas, a partir del 28 de septiembre o martes, 7 semanas, a partir del 29 de septiembre o miércoles, 7 semanas, a partir del 30 de septiembre**

Hora: **6:30-7:30 p.m.** Ubicación: **Piscina** • Costo: **\$50** residentes, **\$100** no residentes

Los grupos se formarán según el tamaño de la clase y la capacidad de los nadadores.

Clases de natación para jóvenes (edades: 9-14 años)

Días: **lunes, 7 semanas, a partir del 28 de septiembre o martes, 7 semanas, a partir del 29 de septiembre o miércoles, 7 semanas, a partir del 30 de septiembre**

Hora: **7:40-8:40 p.m.** Ubicación: **Piscina** • Costo: **\$50** residentes, **\$100** no residentes

Los grupos se formarán según el tamaño de la clase y la capacidad de los nadadores.

Clases de natación para adultos

Días: **lunes, 7 semanas, a partir del 28 de septiembre o martes, 7 semanas, a partir del 29 de septiembre o miércoles, 7 semanas, a partir del 30 de septiembre**

Hora: **7:40-8:40 p.m.** Ubicación: **Piscina** • Costo: **\$50** residentes, **\$100** no residentes

Los grupos se formarán según el tamaño de la clase y la capacidad de los nadadores.

COMPLETE ESTE FORMULARIO Y ENVÍELO POR CORREO A:

Westbury Adult Continuing Education
2 Hitchcock Lane
Old Westbury, NY 11568

Nombre _____

Dirección _____ Ciudad _____ Codigo Postal _____

Teléfono _____ Dirección electrónica _____

Clase _____ Edad _____ Costo _____

(solo nadadores) (cheque o efectivo)

No. del cheque _____

Día _____ Hora _____

- Si no es residente, añada \$5 (cargo único), a menos que se indique lo contrario
- Complete un formulario de inscripción por separado para cada clase
- Por favor, haga un cheque por separado para cada clase a nombre de:
Westbury UFSD – Excepto para: AARP Conducción defensiva & cursos para Notario público
- No se enviará al remitente ningún acuse de recibo. Quedará automáticamente inscrito, a menos que la Oficina de Educación Continua para Adultos le notifique lo contrario.
- El primer día de la clase, preséntese en:
Westbury High School, 1 Post Road, Old Westbury, NY 11568

Entiendo que la participación en todas las clases y actividades es bajo mi propio riesgo.

Firma

Fecha

COMPLETE ESTE FORMULARIO Y ENVÍELO POR CORREO A:

Westbury Adult Continuing Education
2 Hitchcock Lane
Old Westbury, NY 11568

Nombre _____

Dirección _____ Ciudad _____ Codigo Postal _____

Teléfono _____ Dirección electrónica _____

Clase _____ Edad _____ Costo _____

(solo nadadores) (cheque o efectivo)

No. del cheque _____

Día _____ Hora _____

- Si no es residente, añada \$5 (cargo único), a menos que se indique lo contrario
- Complete un formulario de inscripción por separado para cada clase
- Por favor, haga un cheque por separado para cada clase a nombre de:
Westbury UFSD – Excepto para: AARP Conducción defensiva & cursos para Notario público
- No se enviará al remitente ningún acuse de recibo. Quedará automáticamente inscrito, a menos que la Oficina de Educación Continua para Adultos le notifique lo contrario.
- El primer día de la clase, preséntese en:
Westbury High School, 1 Post Road, Old Westbury, NY 11568

Entiendo que la participación en todas las clases y actividades es bajo mi propio riesgo.

Firma

Fecha

Westbury UFSD
Adult Continuing Education Program
Westbury High School
1 Post Road, Old Westbury, N.Y. 11568

Junta de Educación

Robert Troiano Jr., *Presidente*
Floyd T. Ewing III, *Vicepresidente*
Robin L. Bolling, *Fideicomisaria*
Rodney A. Caines, *Fideicomisario*
Dr. Pless M. Dickerson, *Fideicomisario*
Mateo Flores, *Fideicomisario*
Michelle A. Wilson, *Fideicomisaria*

Administración

Dra. Tahira A. DuPree Chase,
Superintendente de Escuelas
Ms. Robin Barnett, *Superintendente Adjunta*
para Currículo e Instrucción de Primaria
Brendan Gallivan, *Superintendente Adjunto*
para Currículo e Instrucción de Secundaria
Dr. Roger Bloom,
Superintendente Adjunto para el Personal
Ms. Mary O'Neill, *Superintendente Adjunta*
para Finanzas y Operaciones
Ms. Gina M. Farrell,
Directora de Educación Continua para Adultos

CAR-RT SORT-ECRWSS POSTAL PATRON

NON-PROFIT ORG.
U.S. POSTAGE
PAID
PERMIT NO. 2
WESTBURY, N.Y.
Zip Code 11590

Fechas de inscripción:

Martes 22 de septiembre y miércoles 23 de septiembre de 2026, 6–8 p.m.

Inicio de clases: 28 de septiembre de 2026