



Concello da Coruña



PROGRAMA DE LECER

Outono 2024

**Arte, Literatura, cine,
fotografía, cociña, memoria,
creatividade...**



CONDICIÓNS PARA PARTICIPAR NOS OBRADOIROS DO PROGRAMA DE LECER – OUTONO 2024

CALENDARIO DE INSCRICIÓN E PAGAMENTO

- **Preinscrición:** desde o **martes 3 de setembro** (a partir das 09.00 h) ata o **xoves 5 de setembro (ás 23.59 h)**.

Todas as inscricións que teñan data de envío anterior ou posterior aos días e horas indicados non serán tramitadas.

- **Publicación das listaxes de preinscrición:** o 9 setembro, ás 12.00 h, na páxina web municipal ([/www.coruna.gal](http://www.coruna.gal)), na de Cultura (www.coruna.gal/cultura) e no servizo telefónico 010.
- **Prazo de reclamacións sobre as listaxes de preinscrición:** 9 e 10 de setembro, a través do correo electrónico forumagora@serviplus.org ou do teléfono **604272419**
- **Sorteo público:** o mércores 11 de setembro, ás 10.00 h, na conserxaría do Fórum.
- **Publicación das listaxes de prazas adjudicadas e de prazas que se atopen en período de agarda:** o luns 16 de setembro ás 09.00 h, na páxina web municipal, na de Cultura e no servizo telefónico 010.
- **Pagamento da cota:** os días 16,17 e 18 de setembro.
- **Adjudicación das prazas vacantes nos obradoiros sen listaxe de agarda:** a partir do venres 20 de setembro, volverá abrirse o formulario de inscrición na web para o público en xeral, e farase o aboamento do mesmo xeito que o resto, ata o 27 de setembro (estas prazas adjudicaranse por rigorosa orde de inscrición, polo que é posible que algún obradoiro se esgote antes).
- **Adjudicación de prazas nos obradoiros con listaxes de agarda:**
Contactaremos telefonicamente coas persoas das listaxes de agarda para confirmar que continúan interesadas en inscribirse nos obradoiros que solicitaron. Nunha primeira volta o día 20 de setembro e na segunda volta o día 24 de setembro.
Realizaranse tres intentos de contacto telefónico a diferentes horas do mesmo día. De non se conseguir a comunicación, pasarase á seguinte persoa da listaxe de agarda.
- **Pagamento das prazas adjudicadas das listaxes de agarda:** as da 1.^a volta do 20 o 23 de setembro, e as da 2.^a volta o 25 o 26 de setembro.
- **Adjudicación das prazas vacantes:** a partir do venres 27 de setembro abrirase de novo o formulario de inscrición na web para o público en xeral, de todas aquelas prazas con ou sen listaxe de agarda que non foran aboadas nos prazos marcados e farase o aboamento do mesmo xeito que o resto, ata o 30 de setembro.

MODO DE PREINSCRICIÓN:

1.^a opción: farase de forma **telemática**, a través da páxina web www.coruna.gal/cultura .

2.^a opción: facilitarase **axuda telefónica** (de 09.00 a 14.00 h e de 16.00 a 20.00 h), para aquelas persoas que non teñan correo electrónico ou dificultades de acceso a Internet ou non poidan achegarse aos centros presencialmente, a través do teléfono **604 272 419**.

3.^a opción: facilitarase **axuda presencial** (de 09.00 a 14.00 h), para aquelas persoas que non teñan correo electrónico ou dificultades de acceso a Internet ou prefiran facelo presencialmente nos vestíbulos do Fórum e do Ágora.

- Poderá inscribirse nun **máximo de dous obradoiros**. Hai que ter en conta que se respectará na adjudicación a orde de preferencia fixada pola persoa solicitante, e esta non se poderá modificar unha vez que se realice o sorteo.
- Unha vez que se realice a preinscrición recibirá no seu correo electrónico a resposta automática con todos os datos que apuntou. Comprobe que son correctos e garde a copia como xustificante.

- No caso de non dispoñer de correo electrónico, poderá consultar os seus datos nas listaxes de preinscrición na páxina web e no Fórum, o 9 de setembro.
- Nestas mesmas listaxes poderá coñecer o número designado para o sorteo público.

ADXUDICACIÓN DAS PRAZAS:

Unha vez realizado o sorteo público, as listaxes co resultado do sorteo publicaranse o luns **16 de setembro ás 09.00 h**, na páxina web municipal, na de Cultura e no servizo telefónico 010. Nelas figurarán o número de inscrición, o número do DNI/NIE da persoa solicitante así como o/os obradoiro/s adxudicado/s e aqueles nos que se atope en listaxe de agarda.

As prazas de cada obradoiro adxudicaranse a partir do número de inscrición que saia no sorteo público. Adxudicaranse un máximo de dous obradoiros por persoa. En todo caso, tratarase de concederlles a todas as persoas solicitantes, polo menos, un obradoiro, antes de conceder un segundo obradoiro.

Para adxudicar as prazas vacantes e as non aboadas, terán preferencia as persoas das listaxes de agarda que non obtivesen ningunha praza, sempre respectando a orde de numeración do sorteo.

COTA DE INSCRICIÓN OUTONO 2024

35 € por obradoiro para as persoas menores de 65 anos.

24,50 € por obradoiro para as persoas maiores de 65 anos, cumpridos antes do inicio dos obradoiros.

PAGAMENTO DA COTA:

Do **16 ao 18 de setembro** (os tres días incluídos).

1.ª opción: a cota correspondente aboarase **mediante transferencia** á conta núm. **ES76 2080 0036 6230 4002 1977**.

Enviarase o comprobante por correo electrónico a forumagora@serviplus.org ou depositarase nas conserxarías unha copia da transferencia bancaria en papel, xunto co número do DNI/NIE, o nome da persoa participante, o centro (Fórum ou Ágora) e o/os obradoiro/s aboados/s.

2.ª opción: as persoas que teñan dificultades en realizar a transferencia en liña ou non dispoñan de correo electrónico, poderán realizar o pagamento da cota mediante tarxeta de crédito (ou efectivo), **presencialmente no FÓRUM ou no ÁGORA, en horario de 10.00 a 14.00 ou de 17.00 a 20.00 h, os días 16,17 e 18 de setembro.**

Para os aboamentos das prazas vacantes ou en listaxe de agarda o aboamento de forma presencial será exclusivamente de 10.00 a 14.00 h.

No caso de non se realizar o pagamento nos prazos marcados a praza quedará vacante, e chamarase ás persoas solicitantes da listaxe de agarda para cubri-la.

Se unha vez aboada a cota non puidese/gustase participar no obradoiro, **só se devolverá o seu importe se outra persoa solicitante ocupa a praza, coa data límite do luns 14 de outubro.**

INICIO E REMATE DOS OBRADOIROS: comezarán a partir do luns 30 de setembro e rematarán o sábado 21 de decembro, no día e hora que lle corresponda a cada obradoiro.

Os obradoiros só se porán en marcha cun **mínimo de 12** participantes.

CIDADE

PERSONAXES DA CIDADE

GRUPO 1 - Martes, de 19.00 a 20.30 h (sala de cine e rúa)

GRUPO 2 – Xoves, de 12.00 a 13.30 h (sala de cine e rúa)

Responsable: Patricia Angulo

Unha cidade non é un conxunto de rúas, edificios ou prazas. As cidades compóñense de persoas, e hai personaxes que impulsan as súas cidades, fanas grandes, históricas, importantes... A Coruña é María Pita, Porlier, Emilia Pardo Bazán... mais tamén é Sinforiano López, Celedonio Uribe, Isabel Zendal e outros/as moitos/as esquecidos/as ou descoñecidos/as que fixeron da Coruña o que é hoxe. Unhas sesións faranse no Fórum aínda que a maior parte delas desenvolveranse en distintos lugares da cidade.

UN PASEO POLA CIDADE

GRUPO 1 Martes, de 10.00 a 11.30 h (rúa)

GRUPO 2 Martes, de 12.00 a 13.30 h (rúa)

GRUPO 3 Xoves, de 19.00 a 20.30 h (rúa)

Responsable: Patricia Angulo

Unha cidade para pasear, para coñecer e para escoitar a súa historia. A Coruña está chea de historias e xa coñecidas as orixes retomaremos o paseo pola historia da nosa cidade tras as aventuras da nosa heroína para chegar ata os nosos días. Neste obradoiro coñeceremos a nosa cidade a través da historia marcada entre as pedras e nos acontecementos que forxaron a nosa identidade.

A CIDADE PERDIDA

Xoves, de 10.00 a 11.30 h (sala de cine e rúa)

Responsable: Fernando Campos

A Coruña pode ser unha imaxe na retina, un momento perdido, unha ollada atrás. A través de fotografías antigas lembraremos a cidade do século XIX e XX, contrastándoa coa imaxe actual, a través de sesións en aula e de saídas polas distintas zonas a tratar.

LITERATURA

TEXTOS CREATIVOS

Luns de 19.00 a 20.30 h (aula C)

Responsable: Chus Molina

Este é un obradoiro eminentemente práctico no que imos escribir desde un punto de vista creativo e literario. A partir dunha serie de pautas crearemos os nosos propios textos literarios desenvolvendo a nosa creatividade e imaxinación. Á vez que escribimos, iremos aprendendo os diversos elementos e técnicas literarias, compartindo e comentando con todo o grupo os textos que escribamos.

CREADOR@S

Martes, de 10.00 a 11.30 h (aula C)

Responsable: Lucía Jares

Un obradoiro literario pensado especialmente para adult@s que queiran crear textos. Neste espazo os participantes desenrolarán a seu potencial a través de propostas inesperadas, exercicios imaxinativos, ou prácticas orientadas en xogar coas palabras para poder así atoparnos cun tono narrativo veraz.

A MULLER MARXINADA NA LITERATURA E NA CULTURA

Martes de 17.00 a 18.30 h (sala de cine)

Responsable: Antonio Couto

Parécenos importante continuar o estudo da marxinação histórica da muller relacionada coa misoxinia a través da literatura de todos os tempos ata a actualidade desde onde o deixamos o curso pasado. Coñeceremos aquelas mulleres marxinadas da historia da literatura, dos libros de texto e das institucións culturais. Amosaremos as prohibicións que tiveron no teatro en Europa, a educación que recibiron, o intento de ocultar a autoría feminina, a imaxe que reflectiu delas a canción popular e a súa relación coa literatura. Descubriremos, ademais, as primeiras feministas na literatura como “As sen sombreiro” e as que tiveron que publicar con nomes masculinos. Empregaremos todos os medios audiovisuais e as gravacións que proporcionarán amenidade e emoción ás sesións.

OBRADOIRO POÉTICO: A POESÍA NON É UN CONTO

Martes de 19.00 a 20.30 h (aula C)

Responsable: Xoán Abeleira

Podemos ser todos e todas poetas? E, se podemos, como nace, como se/nos escribe realmente un poema? Cal é o fin da poesía e da arte? Cales son as diferenzas entre o xénero poético e o xénero narrativo? Concibido á maneira dun laboratorio creativo e espiritual, o noso obradoiro tentará (na medida do imposible) des-velar cales son as claves, os elementos constitutivos do feito poético, entendendo o poético coma unha construción “en negativo”, unha operación de resta, unha suma de ausencias. Será esta unha tarefa de forxa, de escrita, reescrita, lectura en colectivo, de xeito tal que o/a alumno/a “sexa” un/unha poeta durante todo o percorrido e chegue a enfrontarse, o máis cruamente posible, ao estraño de “dicir en poema”.

A LITERATURA QUE NOS ESPERTA EMOCIÓN

Xoves de 11.30 a 13.00 h (sala de cine)

Responsable: Antonio Couto

Comentaremos, afastándonos de explicacións especializadas, unha selección dos textos literarios que máis calaron nas persoas lectoras de todos os tempos, desde un enfoque dinámico e actual, apoiándonos nas voces dos seus e das súas autoras, cantantes e actores/actrices que os popularizaron e divulgaron.

Resaltaremos os temas e emocións universais que serviron de inspiración á literatura de todos os tempos, construíndo desde eles un itinerario no que todas e todos nos vexamos identificados: o paso do tempo, o amor, a morte, a marxinação da muller, a crítica social, a natureza, a mitoloxía, a inquietude existencial, a relixión, o misticismo etc.

A CONSTRUCCIÓN NARRATIVA

Xoves, de 17.00 a 18.30 h (aula B)

Responsable: Rodrigo Costas

Un conxunto de sesións sobre a escrita de ficción, dirixidas tanto a persoas con coñecementos previos como sen coñecemento algún anterior, nas que, de forma práctica e dinámica, abordaranse os elementos fundamentais da construción narrativa.

XADREZ e XOGOS DO MUNDO

XADREZ INICIACIÓN

Xoves, de 10.00 a 11.30 h (aula A)

Responsable: Eduardo Dopico

O xadrez é un recurso para a sociabilidade e unha potente ximnasia mental para todas as idades. A proposta está dirixida ás persoas que parten de cero.

XADREZ, UN PASO MÁIS

Xoves, de 11.30 a 13.00 h (aula A)

Responsable: Eduardo Dopico

Proposta dirixida a persoas que tendo o coñecemento básico de xadrez, queren seguir aprendendo e xogando.

PENSANDO POLO MUNDO

Venres, de 10.00 a 11.30 h (aula A)

Responsable: Eduardo Dopico

O obradoiro propón ximnasia mental e achegamento a distintas culturas do mundo, utilizando como instrumento os xogos de taboleiro e fichas: unha viaxe a Sumeria co Real Xogo de Ur, á antiga Roma co *Ludus duodecim scriptorum*, a Mesoamérica co Patolli, ao continente africano coa familia de xogos de foxos Mancala, a Novo México co Awithlaknannai da poboación Zuni, á China co Xiangqi...

MENUDAS PEZAS!

Venres, de 11.30 a 13.00 h (aula A)

Responsable: Eduardo Dopico

Dirixido a usuarias e usuarios que estiveron nos obradoiros de INICIACIÓN e UN PASO MÁIS, queiran continuar aprendendo e xogando.

ASTRONOMÍA

BAIXO UN MANTO DE ESTRELAS – PERFECCIONAMENTO

Luns, de 19.00 a 20.30 h (sala de cine)

Responsable: Óscar Blanco

Neste obradoiro aprenderemos a mirar e comprender mellor o noso Universo. Gozando das noites estreladas e afondando no mundo da astronomía desde un punto de vista ameno e facilmente comprensible. **Obradoiro destinado a persoas con coñecementos previos de astronomía ou que cursaran o curso de iniciación.**

BAIXO UN MANTO DE ESTRELAS - INICIACIÓN

Mércores, de 17.00 a 18.30 h (sala de cine)

Responsable: Óscar Blanco

Neste obradoiro aprenderemos a mirar e comprender mellor o noso Universo. Gozando das noites estreladas e afondando no mundo da astronomía desde un punto de vista ameno e facilmente comprensible.

HISTORIA E ARTE

HISTORIAS ILUSTRADAS: GRAVADO, ILUSTRACIÓN E BANDA DESEÑADA

Martes de 17.00 a 18.30 h (sala de cine e visitas)

Responsable: Juanjo Estrada

Nesta nova proposta achegarémonos a unha historia das artes gráficas a través do coñecemento das máis salientables técnicas de reprodución de imaxes.

Da man dos máis destacados artistas e autores comprenderemos a relación entre narrativa e iluminación de textos nun vínculo directo coa evolución e transformación do libro ate os nosos días. Un curso para calquera amante da Historia da Arte que desexe descubrir e sorprenderse cada semana incluíndo visitas guiadas e saídas a exposicións e museos da cidade.

A PEGADA DO TEMPO: UNHA VIAXE POLOS NOSOS PASOS A TRAVÉS DA ARTE

Mércores, de 10.00 a 11.30 h (sala de cine e visitas)

Responsable: Ramón Hervella

Durante as 12 sesións programadas veremos un repaso crítico e actualizado da historia da Arte e Cultura Material desde o Paleolítico ata a arte contemporánea. A vista de paxaro veremos como a necesidade creativa e social do ser humano mantívose constante desde máis de 25 mil anos ou, quizais, máis de 50 mil (como suxiren descubrimentos recentes) deixando unha rica e exuberante produción da que hoxe seguimos nutríndonos.

Durante as clases percorrерemos a historia desde os primeiros homínidos ata a arte do século XX, coa intención de coñecer e actualizar como vivían e o que nos deixaron os que nos precederon, co obxectivo, quizais, de destacar un dos obxectivos máis elocuentes que vén da cultura: a súa capacidade para sorprendernos por ser unha fonte inesgotable de experiencias e coñecementos que nutren e fomenten a empatía que promova un enriquecemento persoal capaz de exaltar o mellor de nós mesmos.

VIAXAR, SOÑAR E COÑECER: VIAXES DE GRANDES ESCRITORES E ARTISTAS

Mércores, de 11.30 a 13.00 h (sala de cine)

Responsable: Antonio León

O taller recrea as viaxes de grandes escritores e artistas que resultaron fundamentais para a historia da nosa cultura. Acompañaremos a Diego de Velázquez ou a Goethe pola Italia dos séculos XVII e XVIII, aos escritores románticos do século XIX redescubriendo España ou ao gran artista do Renacemento Alberto Dureró percorrendo os Países Baixos do século XVI.

OS SEGREDOS DA ARTE

Mércores de 17.00 a 18.30 h (sala de cine e visitas)

Responsable: **Bea Álvarez**

Este obradoiro achéganos ao mundo da pintura. Coñeceremos as obras máis importantes que hoxe ocupan lugares privilexiados nos museos. Cando foron creadas? Para quen? Quen as realizou? Pero, sobre todo, o noso interese estará en descubrir os segredos de cada unha das obras. Ademais, gozaremos das máis importantes exposicións da cidade.

POR GALICIA ADIANTE CON NOME E APELIDOS

Xoves, de 17.00 a 18.30 h (sala de cine e visitas)

Responsable: **Bea Álvarez**

Por Galicia Adiante é unha actividade que convida a facer, desde a aula, un percorrido pola historia e pola arte a través de nomes e apelidos propios, onde coñeceremos os grandes artífices do noso patrimonio. As sesións na aula complementarase con visitas presenciais procurando a pegada destes nomes na cidade.

HISTORIAS REVELADAS: FOTOGRAFÍA, ARTE E SOCIEDADE

Venres de 11.30 a 13.00 h (sala de cine e visitas)

Responsable: **Juanjo Estrada**

Neste curso abordaremos a fotografía como unha das belas artes desde unha reflexión visual coa que valorar a súa capacidade como ferramenta de transformación social a través dunha linguaxe evocadora e documental, idónea para comprender a nosa sociedade contemporánea. Complementarase con algunha visita guiada a exposicións e eventos sobre a Historia da Arte Fotográfica.

CIDADES DA HISTORIA

Venres, de 11.45 a 13.15 h (sala de cine e visitas)

Responsable: **Carmela Galego**

Sabías que hai unha cidade en Europa na que desde o século XVI é posible ter unha vivenda por menos de un euro ao ano? Nesta edición do noso club bohemio e viaxeiro descubriremola e visitaremos cidades reais e cidades míticas que foron imaxinadas ao longo da historia. Aproveitaremos as datas sinaladas para visitar cada lugar no seu momento de maior apoxeo. De Constantinopla a Bagdad, do Edimburgo da Ilustración á Nova York de mediados do século XX. Manifestacións culturais e tradicións das nosas urbes, arquitecturas, curiosidades, arte, personaxes.

TEATRO

LENDO O TEATRO

Luns de 17.00 a 18.30 h (obradoiro A)

Responsable: **Grial Montes**

Obradoiro que pretende achegar as persoas interesadas no teatro ao apaixonante mundo da interpretación textual dos actores e actrices e á lectura en grupo de textos teatrais, coa intención de que as persoas participantes se desinhiban e poidan gozar da experiencia de interpretaren só coa palabra.

“LO TUYO ES PURO TEATRO”

Luns 19.00 a 20.30 h (obradoiro A)

Responsable: Grial Montes

Obradoiro que traballará a interpretación como unha arte e unha terapia persoal e colectiva, para adquirir máis seguridade nunha ou nun mesmo e crear e recrear outras vidas, outros personaxes, co noso corpo, a nosa voz, as nosas vivencias e a nosa imaxinación como instrumento para traballar a interpretación teatral. Non é necesario ter coñecementos ou experiencias previas na materia.

“CANTANDO PALABRAS”

Mércores 17.00 a 18.30 h (aula C)

Responsable: Grial Montes

Un obradoiro enfocado a persoas que xa participaron no obradoiro “Lendo teatro” e que busca profundar nas ferramentas adquiridas con anterioridade e adquirir novas ferramentas nas que se fundamentan as anteriores. Crear personaxes coa voz, integrar o corpo na lectura e integrar de forma activa o emprego de focos e *ad lips*, entre outros.

“E SE FACEMOS UNHA COMEDIA?”

Mércores 19.00 a 20.30 h (aula C)

Responsable: Grial Montes

Un obradoiro enfocado a persoas que participaron o ano pasado en “Lo tuyo es puro teatro” no que se busca profundar e adquirir novas ferramentas no referente á creación do personaxe, traballo de improvisación e creación baseándose nun texto xa escrito. A finalidade non varía, seguimos buscando que as persoas gocen do teatro dando un paso máis aló. Unha vez sentadas as bases, só queda gozar.

FOTOGRAFÍA

CÁMARA EN MAN 1 - INICIACIÓN

Martes, de 17.00 a 18.30 h (aula A e rúa)

Responsable: Mero Barral

Obradoiro dirixido ás persoas interesadas en descubrir a fotografía. Enfocados a quen goce da súa total intervención na realización das súas fotografías e poida sacarles o máximo partido ás súas cámaras. Mediante debates na aula e prácticas no exterior, a finalidade é que comprendan a incidencia da luz nos seus obxectivos e plasmen nunha fotografía o que están a observar e como o están a observar. Para este obradoiro é imprescindible traer a nosa cámara réflex ou sen espello de obxectivos intercambiáveis.

CÁMARA EN MAN 2 - PERFECCIONAMENTO

Martes, de 19.00 a 20.30 h (aula A e rúa)

Responsable: Mero Barral

Dirixido tamén a persoas que cursaron o obradoiro de “Cámara en man” en tempadas anteriores e queren seguir mellorando no uso da cámara e na técnica fotográfica persoal. Mediante debates na aula e prácticas en exterior, a finalidade é que afonden nos coñecementos previos e que poidan seguir evolucionando no mundo da fotografía. Para este obradoiro é imprescindible traer a nosa cámara réflex ou sen espello de obxectivos intercambiáveis.

DISPARA CO MÓBIL

Mércores, de 17.00 a 18.30 h (obradoiro A e rúa)

Responsable: Daniel Puente Bello

Aprenderemos a desenvolver todas as posibilidades da cámara do noso teléfono móbil para un óptimo rendemento, axustes, controis manuais e edición. Tamén adestraremos os nosos ollos para interpretar as condicións de luz, meteorolóxicas e compositivas para tirarlle o máximo partido. Faremos saídas fotográficas nas que poremos en práctica o aprendido na aula.

FOTOGRAFÍA DE PAISAXE URBANA: NATURAL E NOCTURNA

Mércores, de 19.00 a 20.30 h (sala de cine e rúa)

Responsable: Óscar Blanco (@artabrorum en Instagram).

Taller con teoría e sobre todo consellos, técnicas e saídas prácticas da fotografía de paisaxes urbanas, de paisaxes naturais e de fotografía nocturna, especialmente a fotografía de paisaxe estrelada. Indicado para quen teña unha cámara fotográfica, pero non é algo esencial. Mesmo cun móbil hoxe en día pódense realizar moi boas fotografías de paisaxe urbana e natural. Aprenderemos os aspectos técnicos e teóricos da fotografía e, por suposto, como atopar aqueles lugares e momentos oportunos, encadrar, compoñer etc. Tamén haberá unha parte sobre procesado de imaxes.

DEBUXO

INICIACIÓN AO DEBUXO HUMORÍSTICO

Martes de 18.45 a 20.45 h (obradoiro A)

Responsable: Juanjo Estrada

Nesta renovada proposta coñeceremos o fascinante mundo do humor gráfico a través de presentacións e exercicios apropiados para unha progresiva comprensión do debuxo. A experimentación na creación e no deseño de personaxes, os segredos da viñeta e os mecanismos do humor, así como a caricatura, serán os protagonistas deste curso.

INICIACIÓN AO DEBUXO ARTÍSTICO

Mércores de 18.45 a 20.45 h (obradoiro A)

Responsable: Juanjo Estrada

Trátase dun obradoiro teórico-práctico de debuxo, apto para iniciarse ou perfeccionar as nosas aptitudes na pracenteira actividade da creación plástica a través das artes gráficas. Descubriremos como os fundamentos do debuxo nos procesos creativos son as guías da aprendizaxe progresiva e apta para todos os públicos.

MÚSICA

AI LALELO, AI LALÁ...

Luns, de 17.00 a 18.30 h (Auditorio)

Responsable: Sara Fraga

Todos os pobos e culturas temos músicas, lendas, refráns, contos e costumes que se aprenden e difunden dunha xeración a outra e que se cantan ou se contan en momentos moi diferentes da vida: festas, xogos, reunións familiares, épocas concretas do ano... É o

que coñecemos como tradición ou folclore e nós, neste obradoiro, ímonos centrar no aspecto musical: na música tradicional.

A música tradicional transmítese oralmente, de xeración en xeración, mais na nosa cultura é un espazo ameazado porque a transmisión xeracional está rota. **Imprescindible ter unha pandeireta de 9 ferreñas**, por conta de cada persoa participante.

CANTIGAS DA TERRA

Luns, de 19.00 a 20.30 h (Auditorio)

Responsable: Sara Fraga

Obradoiro dirixido a persoas con coñecementos previos de pandeireta ou que xa cursasen o obradoiro de “Ai lalalo, Ai lalá” noutra tempada. Faremos un percorrido pola nosa música tradicional para coñecermos os nosos bailes, os nosos ritmos e os nosos instrumentos e avanzaremos na técnica da pandeireta, do canto e do baile. **Imprescindible ter unha pandeireta de 9 ferreñas**, por conta de cada persoa participante.

CANTOS PARA COMPARTIR. INICIACIÓN

Martes, de 10.00 a 11.30 h (aula A)

Responsable: Brais Morán

"Ven cantar, gozar e facer grupo". Moverémonos polo mundo dos Cantos de Taberna, para que achegues o teu estilo e amenices mellor as sobremesas. Eu poño a guía e ti pos o ritmo. Non se necesitan coñecementos musicais previos.

CANTOS PARA COMPARTIR. PERFECCIONAMENTO

Martes, de 12.00 a 13.30 h (aula A)

Responsable: Brais Morán

Obradoiro pensado para a xente que xa ten experiencia no mundo dos Cantos de Taberna, ben por ter feito o obradoiro de iniciación ou por ter participado en outro tipo de iniciativas de cantares populares.

ESENCIA MUSICAL

Martes, de 17.00 a 18.30 h (aula B)

Responsable: Laura Montero

Obradoiro para achegar os participantes ao mundo musical de forma amena e práctica. Traballaranse as habilidades prácticas para unha comprensión activa da obra musical. Para iso tamén nos achegaremos aos distintos períodos da Historia Musical. Combinarase coa asistencia a algún concerto de distintas agrupacións musicais presentes na cidade.

CREATIVIDADE MANUAL

* Os obradoiros de traballos manuais porán á disposición do alumnado as ferramentas de traballo básicas. O material específico de traballo persoal correrá por conta das e dos participantes.

TÉCNICAS DO MONOTIPO

Luns de 10.00 a 12.00 h (obradoiro A)

Responsable: Ana Zapata

O “monotipo” atópase no límite entre a pintura, o debuxo e as artes gráficas. A imaxe transfírese por contacto cando o pigmento aínda está fresco. A calidade máis representativa

do monotipo é que só se fai unha (mono) reprodución da imaxe, a diferenza do gravado "convencional" como a augaforte, a linografía, auga tinta... nas que se poden realizar ata máis de 100 reproducións. Neste obradoiro aprenderemos diferentes técnicas para lograr diferentes liñas, texturas e efectos e a coñecer e manexar as ferramentas e os materiais básicos para realizar monotipos. Non necesitaremos nin tórculo, nin gubias, nin buril. Imos realizalos con materiais básicos e sinxelos. Aprenderemos diferentes técnicas para lograr diferentes liñas, texturas e efectos.

BORDADO AO AIRE

Martes, de 10.30 a 12.30 h (obradoiro A)

Responsable: Zeltia Rodríguez Sedes

Creación de pezas únicas realizadas coa técnica do bordado ao aire. Descubre todo o que podes facer cunha almofada, un cortador e unha agulla! Desde pezas sinxelas como pulseiras, pendentes, broches ou aplicacións para bolsos, roupa... ata outras máis elaboradas como colares ou pezas voluminosas..

MAPAS TÉXTILES

Mércores de 11.00 a 13.00 h (obradoiro A)

Responsable: Rosario Belda

Un mapa téxtil é unha forma de interpretar a realidade. Son cartografías reinventadas con teas e fíos. Durante o obradoiro partiremos vendo o que fan outras persoas, observaremos a súa estética, as técnicas empregadas, a zona representada etc. Seguiremos falando da nosa propia experiencia: Que zona facer? A miña casa, a miña aldea, un camiño, unha viaxe etc, e confeccionaremos o noso propio mapa téxtil usando técnicas moi sinxelas de costura. O resultado final será un panel, cadro, tapiz etc que representará a nosa visión persoal e creativa do lugar. Nivel de dificultade: iniciación.

TRABALLOS MANUAIS CREATIVOS

Xoves de 10.30 a 12.30 h (obradoiro A)

Responsable: Chari Maquieira

O obxectivo deste obradoiro é aproveitar o material cotián que temos nas nosas casas e darlle un aire renovado, ao mesmo tempo que aprendemos técnicas de traballos manuais relacionados con infinidade de materiais como teas, papel, envases, cristal, madeira...

TAPIZ EN 3D

Xoves, de 16.45 a 18.45 h (obradoiro A)

Responsable: Xabier Rodríguez

Nesta tempada investigaremos a artesanía téxtil, rompendo un pouco as regras do tecido en dúas dimensións para crear volumes. Utilizaremos novas fibras e tecerémolas de formas diferentes. Mesmo materiais como a madeira ou a pedra poden formar parte dun tapiz 3-D. Penetraremos así nesta arte téxtil que logrou romper esquemas e tradicións para irromper con forza no mundo das artes plásticas.

CURSO DE ENCADERNACIÓN

Xoves, de 19.00 a 20.45 h (obradoiro A)

Responsable: María Ramírez

Durante este curso faremos dous blocs para bosquexos ou escritura con papel verxurado, e aprenderemos: costura de fascículos mediante a técnica de cadea, aplicación do

pegamento, colocación de gardas, fabricación de tapas duras, encadernación a dúas cores e monocroma, e decoración con dourados.

PINTANDO CON LA

Venres, de 10.00 a 12.00 h (obradoiro A)

Responsable: Xabier Rodríguez

Neste taller aprenderás as técnicas clásicas do tapiz de alto lizo, no que poderás facer calquera deseño, foto, pintura na técnica do tapiz.

PRODUCCIÓN CINEMATOGRÁFICA

MONTAXE AUDIOVISUAL

Luns, de 17.00 a 18.30 h (aula B)

Responsable: Javi Tink

Neste obradoiro imos crear todo tipo de vídeos, ben mediante imaxes ou adaptando diferentes clips dentro da mesma metraxa, engadindo música personalizada. Tamén veremos consellos para buscar música gratuíta. Traballaremos máis en profundidade os clips de vídeo, veremos as diferentes relacións de aspectos, trataremos cores, contraste, brillo, corrección de cor, etc. Limpar, extraer e/ou silenciar o audio dos vídeos, mesturar pistas de audio, perfeccionamento da técnica de montaxe, estrutura da composición da montaxe, consellos sobre como gravar os nosos propios vídeos.

CREACIÓN DE CURTAMETRAXES – PERFECCIONAMENTO

Xoves, de de 17.00 a 18.30 h (obradoiro A)

Responsable: Javi Tink

Neste obradoiro de perfeccionamento crearemos o noso guión, realizaremos visionado de guións técnicos, análise e realización de ordes de rodaxe na súa totalidade, búsqueda de localizacións, diferentes tipos de planos onde veremos a finalidade de cada un e en que tipo de escena funciona mellor, deseñaremos cada plano que imos rodar, perfeccionamento da produción, realización audiovisual e das técnicas interpretativas. Post-producción, análise da montaxe e edición de cores e son. **Para facer este obradoiro é preciso ter realizado o curso anterior (Iniciación dáse no Ágora).**

CINE

AS XOIAS DO CINEMA *PRE-CODE*

Luns, de 17.00 a 18.30 h (sala de cine)

Responsable: Antonio Brea

Nesta ocasión teremos a oportunidade de redescubrir algúns dos mellores filmes norteamericanos de inicios do sonoro, antes da entrada en vigor do chamado Código Hays, na etapa coñecida como Cinema Pre-code (1930-1934). Un período marcado pola Gran Depresión e unha gran incertidume no que se realizaron auténticas xoias cinematográficas dunha extraordinaria modernidade e que percorren xéneros moi diversos.

O MODERNO CINE ESPAÑOL E OS “FELICES ANOS 60”: DOS “RENOVADORES”, AO NOVO CINE ESPAÑOL E A ESCOLA DE BARCELONA.

Martes de 19.00 a 20.30 h (sala de cine)

Responsable: David Castro

Neste curso comezaremos cos auténticos innovadores do cinema español, nos anos 50 do pasado século, que impulsaron a chegada da modernidade ao noso cine, como L.G. Berlanga, J.A. Bardem, o dúo Azcona/Ferreri e o traballo tamén imprescindible de Fernando Fernán Gómez como director, sen esquecer a dúas figuras centrais que os inspiran; Edgar Neville e J. A. Nieves - Conde, para logo estudar o chamado NCE (Novo Cine Español), coas obras esenciais de Carlos Saura, Basilio Martín Patino, Francisco Regueiro, José Luis Borau, ou as achegas de Mario Camus. A Escola de Barcelona, con directores da talla de Vicente Aranda, Gonzalo Suárez, Pere Portabella, Joaquín Jordá e Jorge Grau. Todo iso a través do visionado e análise das películas máis importantes.

CINE, ARTE E REFLEXIÓN

Mércores, de 11.30 a 13.00 h (sala de cine)

Responsable: Bea Álvarez

O estudo da arte a través da captación cinematográfica pode servir como unha nova aproximación ao mundo da creación artística, é unha visión que sempre queda relegada a un segundo plano ou como algo anecdótico dentro do estudo da Historia da Arte. Os/as distintos/as autores/as e directores/as tratan de aproximarnos ao mundo da creación artística, á biografía dos e das artistas, ás distintas tendencias e movementos... cunha visión persoal e subxectiva, que pode abrir nas persoas espectadoras un grande abano de posibilidades para entender e comprender o mundo creativo, abrindo así a porta ao debate e a reflexión.

OS CINES MODERNOS EN AMÉRICA LATINA: O NOVO CINE ARXENTINO E O CINEMA NOVO BRASILEÑO DOS AÑOS 60 E A SÚA RELACIÓN COA LITERATURA

Xoves de 17.30 a 19.00 h (sala de cine)

Responsable: David Castro

Continuaremos a nosa xira polos Novos Cines de América Latina, estudando o Novo Cine Arxentino dos 60 e a súa estreita relación coa literatura da Xeración do 55 e o "Boom" latinoamericano (Manuel Antín, Fernando Ayala, Leonardo Favio, Torre-Nilsson), e a revolución do Cinema Novo brasileiro, (Nelson Pereira dos Santos, Glauber Rocha) un auténtico crisol que poñerá en contacto o neorrealismo italiano, a literatura brasileira do "boom", o tropicalismo musical e as vangardas europeas. Todo isto a través do visionado e análise das películas máis importantes.

MONOGRÁFICO

OS MARABILLOSOS ANOS 20

Mércores, de 19.00 a 20.30 h (sala de cine)

Propoñemos unha exploración profunda e fascinante dunha das décadas máis emblemáticas da historia moderna. Este curso ofrece unha análise exhaustiva da década de 1920, coñecida polo seu vibrante dinamismo e transformación cultural, a través de múltiples perspectivas: arquitectura, moda, arte, historia, literatura....

Durante a monografía, os participantes terán a oportunidade de mergullarse na exuberancia e cambio que definiu esta época. Analizaremos a influencia da arquitectura Art Déco, que transformou as paisaxes urbanas coas súas formas xeométricas e a súa luxosa ornamentación. Exploraremos como a moda dos anos 20, cos seus vestidos con franxas e cortes rectos, revolucionou o estilo feminino e iniciou unha nova era de liberación e elegancia. A arte e a literatura da época tamén serán temas centrais, desde o impacto do surrealismo e o cubismo nas artes plásticas, ata as innovacións narrativas. Ademais, abordaremos o contexto histórico, tendo en conta os acontecementos políticos, sociais e económicos que conformaron esta dinámica década.

Cada sesión da monografía centrarase nun ángulo diferente da década de 1920, proporcionando unha visión ampla de como estes diversos campos relaciónanse para crear unha das épocas máis influentes do século XX.

Esta monografía é ideal para aqueles interesados na historia, as artes e a cultura, e que queren obter unha visión completa e matizada da década de 1920. Non se precisa experiencia previa, só unha curiosidade por explorar e apreciar a riqueza e o impacto desta fascinante década.

Se che apaixona descubrir como os marabillosos anos 20 moldearon o mundo moderno, este monográfico é a oportunidade perfecta para viaxar no tempo e explorar todos os aspectos dunha época que segue sendo relevante e emocionante na actualidade.

OFERTA ESPECÍFICA +70 ANOS

GOZANDO DE APRENDER

Luns e martes, de 10.00 a 11.30 h (aula B)

Responsable: Mar Peñarrocha

Fortalecer, mellorar e estimular a axilidade mental e as habilidades sociais a través da lectura de temática variada. Realizaranse actividades dinámicas como lectura, atención, razoamento, conversa, expresión oral e escritura, comprensión lectora, debate, memorización e cálculo.

FAGAMOS MEMORIA

Grupo 1. Luns e mércores, de 10.00 a 11.00 h (aula A)

Grupo 2. Luns e mércores, de 11.00 a 12.00 h (aula A)

Responsable: Cris Prieto

Obradoiro relacionado coa axilidade mental onde realizaremos actividades variadas encamiñadas a estimular a memoria e a atención, mediante xogos de palabras, de observación, de percepción, de numeroloxía... Con actividades adaptadas ao ritmo e nivel cognitivo de cada participante.

GOZANDO E PENSANDO

Luns, de 18.30 a 20.00 h (aula B)

Responsable: Cris Prieto

Obradoiro enfocado a fomentar, a través do lecer inclusivo, a autoestima, o autoconcepto e a socialización en persoas maiores. A través dunha serie de actividades lúdicas traballaremos coa memoria, a psicomotricidade fina, a agudeza visual e auditiva e a imaxinación. Con actividades adaptadas ao ritmo e nivel cognitivo de cada participante.

NUNCA É TARDE

Martes e xoves, de 10.00 a 11.30 h (obradoiro B)

Responsable: **Cris Campos**

Neste obradoiro fomentaremos e reforzaremos as nosas capacidades mentais e potenciaremos a nosa autonomía e propia estima a través de actividades de lectura, escritura, atención, memoria, lóxica e coordinación.

QUE CABEZA!!!

Martes e xoves, de 19.00 a 20.00 h (aula B)

Responsable: **Pablo Barreiro**

Quen dixo que adestrar as nosas neuronas é algo aburrido? Neste obradoiro activaremos o noso cerebro dunha forma lúdica, co obxectivo de mellorar o rendemento e a eficacia no funcionamento de capacidades cognitivas como a memoria, a atención e a percepción, entre outras.

LEMBRANDO A CIDADE

Mércores, de 17.00 a 18.30 h (aula B e rúa)

Responsable: **Patri Angulo**

A través de actividades de atención e memoria, repasaremos personaxes, feitos históricos e outro tipo de cuestións que nos levarán atrás no tempo para recordar a cidade tal como era hai anos.

CLUBS E CÍRCULOS

CONDICIÓNNS PARA PARTICIPAR NOS CLUBS E CÍRCULOS DO PROGRAMA DE LECER

- **Preinscrición de novas persoas interesadas:** a partir do 14 de outubro, na conserxaría do Fórum de 10.00 a 14.00 e de 17.00 a 20.00 h.
- Unha vez feita a preinscrición, irase avisando telefonicamente a tantas persoas como prazas vacantes teña cada club/círculo.
- **Son gratuítos.**
- **Inicio e remate:** comezaron o luns 2 de outubro e rematarán o venres 31 de maio, no día e hora que lle correspondan a cada un.

Os **CLUBS** xorden da iniciativa de grupos de persoas cun interese común que de forma autónoma, tratan de se perfeccionaren sobre a temática escollida. Deste xeito, convértense en foros participativos de reunión para intercambiar ideas e experiencias autoxestionándose.

Martes de 17.00 a 18.45 h. **CLUB DE PALILLOS**

Martes de 19.00 a 20.45 h. **CLUB DE COIRO**

Mércores de 10.00 a 13.00 h. **CLUB DE TAPIZ GOBELINO II**

Mércores de 11.00 a 13.00 h. **CLUB DE ABELORIOS**

Mércores de 18.00 a 20.00 h. **CLUB DE PALILLOS**

Mércores de 17.00 a 20.45 h. **CLUB DE CANASTRA**

Venres de 10.00 a 13.00 h. **CLUB DE TAPIZ GOBELINO I**

Venres de 16.00 a 19.00 h. **CLUB DE MACRAMÉ**

Venres de 17.00 a 20.00 h. **CLUB DE PINTURA**

Os **CÍRCULOS** son actividades sobre unha temática concreta. Están dirixidos por unha persoa que, de maneira voluntaria, comparte os seus coñecementos coas demais.

Xoves de 10.00 a 12.00 h. **CÍRCULO CORTE E CONFECCIÓN**