



Concello da Coruña



PROGRAMA DE LECER

Primavera 2025

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



CONDICIÓN PARA PARTICIPAR NOS OBRADOIROS DO PROGRAMA DE LECER – PRIMAVERA 2025

CALENDARIO DE INSCRICIÓN E PAGAMENTO

- **Pagamento dos OBRADOIROS DE CONTINUIDADE: 8 (a partir das 9.00 h) , 9 e 10 (ata ás 20.00 h) de xaneiro.**

Todas os pagos que teñan data de envío posterior aos días e horas indicados non serán tramitados.

1.ª opción: a cota correspondente aboarase mediante transferencia á conta núm.

ABANCA ES76 2080 0036 6230 4002 1977

E imprescindible enviar o comprobante por correo electrónico a forumagora@serviplus.org ou depositar o mesmo nas conserxerías unha copia da transferencia bancaria en papel, xunto co núm. do DNI/NIE, o nome da persoa participante, o centro (Fórum ou do Ágora) e o/os obradoiro/s aboado/s.

2.ª opción: as persoas que teñan dificultades en realizar a transferencia “en liña” o non dispoñan de correo electrónico, poderán realizar o pagamento da cota mediante tarxeta de crédito (ou efectivo), **presencialmente no ÁGORA ou no FÓRUM, do 8 o 10 de xaneiro (8 e 9 en horario de 9 a 14h e de 17 a 20h. O día 10 en horario de 09.00 a 14.00 h)**

NOVOS OBRADOIROS E NOVAS PERSOAS

- **Preinscrición:** do 10 (a partir das 9.00 h), o 13 de xaneiro (ata ás 20.00 h).
Para preinscrición presencial será: o venres 10 e o luns 13 de 9.00 a 14.00 h.
- **Publicación das listaxes co número do sorteo:** o martes 14 de xaneiro, ás 12.00 h, na páxina web municipal (www.coruna.gal), na de Cultura (www.coruna.gal/cultura) e no servizo telefónico 010.
- **Sorteo público:** o mércores 15 de xaneiro, ás 10.00 h, na conserxería do FÓRUM.
- **Publicación das listaxes de prazas adxudicadas e das listaxes de agarda:** o luns 20 de xaneiro ás 10.00 h, na páxina web municipal e na de Cultura e no servizo telefónico 010.
- **Pagamento da cota de novos obradoiros:** os días 20, 21 e 22 de xaneiro.
- **Adxudicación das prazas vacantes nos obradoiros sen listaxe de agarda:** a partir do luns 20 de xaneiro 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 31 de xaneiro.
- **Adxudicación 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 solicitaran. Nunha primeira volta: o día 24 de xaneiro; e a segunda volta: o día 28 de xaneiro.

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 adxudicadas das listaxes de agrada:** as da 1.ª volta, o 25 ou o 26 de xaneiro; e as da 2.ª volta, o 29 ou o 30 de xaneiro.
- **Adxudicación das prazas vacantes:** a partir do venres 31 de xaneiro abrirse o formulario de inscrición na web para o público en xeral, e farase o aboamento do mesmo xeito que o resto, ata o 03 de febreiro.

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 9.00 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, a través do teléfono **604 272 419.**

3.ª opción: facilitarase **axuda presencial** (de 9.00 a 14.00 h), para aquelas persoas que non teñan correo electrónico ou dificultades de acceso a Internet nos halls do Fórum e do Ágora, fixarse nos horarios.

- Poderá inscribirse nun **máximo de dous obradoiros**. Hai que ter en conta que na adxudicación se respectará a orde de preferencia fixada pola persoa solicitante, e esta non poderá ser modificada unha vez que se realice o sorteo.
- Unha vez que se realice a inscrición recibirá no seu correo electrónico a resposta 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 o seu número de sorteo na páxina web e no centro o 15 de xaneiro.

ADXUDICACIÓN DAS PRAZAS:

Unha vez realizado o sorteo público, as listaxes das persoas admitidas e as listaxes de agarda publicaranse o luns **20 de xaneiro ás 10.00 h**, na páxina web municipal, na de Cultura e no servizo telefónico 010. Nelas figurarán o número de inscrición, o núm. do DNI/NIE da persoa solicitante así como o/os obradoiro/s adxudicado/s.

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 cando 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 PRIMAVERA 2025

- **40 €** por obradoiro para as persoas menores de 65 anos.
- **28 €** por obradoiro para as persoas maiores de 65 anos, cumpridos antes do inicio dos obradoiros.

PAGAMENTO DA COTA: Do 20 ao 22 de xaneiro (os tres días incluídos).

1.ª opción: a cota correspondente aboarase **mediante transferencia** á conta núm.

ABANCA ES76 2080 0036 6230 4002 1977

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

2.ª opción: as persoas que teñan dificultades en realizar a transferencia “en liña” o non dispoñan de correo electrónico, poderán realizar o pagamento da cota mediante tarxeta de crédito (ou efectivo), **presencialmente no ÁGORA ou no FÓRUM, de 9.00 a 14.00 h e de 17.00 a 20.00 h os días 20, 21 e 22 de xaneiro, para os NOVOS OBRADOIROS.**

No caso de non se realizar o pagamento nos ditos prazos a praza quedará vacante, e serán chamadas as persoas solicitantes da listaxe de agarda para cubrila.

Se unha vez aboada a cota non fose posible realizar o obradoiro, **só se devolverá o seu importe se outra persoa solicitante ocupa a praza, coa data límite do venres 14 de febreiro.**

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.

INICIO E REMATE DOS OBRADOIROS: comezarán a partir do luns 3 de febreiro e rematarán o sábado 31 de maio, 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

Cada un dos personaxes deste obradoiro é unha venta ao pasado que nos permite achegarnos ás súas vidas e ao seu contexto coñecendo as complexidades da historia. Embarcarémonos nesta viaxe polo tempo con persoas que mantiveron unha relación coa cidade ben permanente ou esporádica e que deixaron a súa pegada na nosa memoria local.

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

Observala, descubri-la, coñecela e redescubri-la. A cidade está chea de historias que forxaron a nosa identidade. Castro de Elviña, Cidade Vella, Pescaría ou Ensanche partes da cidade que mudaron co paso dos séculos. Este obradoiro convídanos a realizar cada día un paseo coñecendo a cidade mediante a súa historia e os acontecementos que alteraron a súa imaxe.

***Terán preferencia de adxudicación ás persoas que non realizaron o obradoiro o ano pasado.**

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. A mosaremos 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.

INICIACIÓN Á POESÍA MODERNA (CONTINUIDADE “A POESÍA NON É UN CONTO”)

Martes de 19.00 a 20.30 h (aula C)

Responsable: Xoán Abeleira

Con este orixinal curso -a cabalo entre un club de lectura e un obradoiro de poesía-, o poeta e tradutor Xoán Abeleira proponnos un percorrido ao longo dos movementos poéticos que conformaron a “poesía moderna”, dende o simbolismo á xeración beat, pasando, entre outros, polo expresionismo, o surrealismo, a poesía social ou a poesía confesional, analizando e comentando unha selección dos seus poemas máis emblemáticos. Unha proposta pensada para calquera persoa de calquera idade que desexe iniciarse ou afondar no coñecemento da linguaxe poética e dos seus recursos..

A LITERATURA QUE NOS ESPERTA EMOCIÓNS

Xoves de 11.30 a 13.00 h (sala de cine)

Responsable: Antonio Couto

Comentaremos, afastándonos de explicacións excesivamente teóricas, unha selección dos textos literarios que máis calaron nas persoas lectoras de todos os tempos, desde un enfoque dinámico e actual, apoiándonos nas voces que os divulgaron e intérpretes que os popularizaron coa súa voz e a música .

Resaltaremos as emocións e temas universais que serviron de inspiración á literatura de todos os tempos, construíndo desde eles un itinerario no que nos vexamos identificados: o paso do tempo, o amor, o desamor, a morte, a marxinação da muller, a denuncia social, a natureza, a inquietude existencial, a relixión, a literatura popular e oral, a nova literatura nas redes sociais, 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 que, durante o outono de 2024 (e subsidiariamente en edicións anteriores), participaran neste mesmo obradoiro – 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

RUTAS ASOMBROSAS – OBRADOIRO ANULADO

Luns, de 10.00 a 11.30 h (sala de cine)

Responsable: Viriato Valdés

Neste obradoiro exploraremos famosas rutas e itinerarios antigos e modernos, coñecendo polo camiño lugares, rexións, culturas e historias distintas e distantes. A Ruta da Seda, o ferrocarril Cairo-Cabo, as cidades santas do budismo, o archicoñecido Orient Express, a descoñecida Vía Francíxena, ou as antigas rutas transaharianas "do Ouro e da Sal" son só algúns dos tours que nos esperan nesta gran viaxe de viaxes. Facede as maletas, que partimos!

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.

UN PASEO POLA PINTURA (CONTINUACIÓN DO OBRADOIRO “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: Bea Álvarez

O programa creado para este curso permitiranos un percorrido apaixonante pola evolución dos diversos xéneros pictóricos e temas que seduciron aos creadores: retratos, paisaxes, espidos, pintura de historia. Comezaremos polas orixes da pintura moderna. Como os artistas afrontaron o reto de representar o mundo tal como o ollo percíbeo, en tres dimensións. Seguiremos por artistas e pinturas barrocas e neoclásicas que contribuíron a un cambio paulatino dos gustos e mentalidades da súa época. O século XIX da pintura foi un período convulso. De cambios radicais nos estilos pictóricos e na concepción da natureza da pintura. A aparición dos impresionistas que significou o final da pintura académica, incapaz de renovarse e os post-impresionistas que recolleron o legado dos impresionistas e levaron a pintura ata o século XX. E achegarémonos aos fenómenos artísticos de ruptura, "as vangardas", que se produciron en Europa na primeira metade do século XX: o cubismo, o expresionismo, a abstracción, dadaísmo, surrealismo etc. De todo isto e máis falaremos e veremos neste curso.

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 Francisco de Goya ou a Goethe pola Italia do século XVIII; seguiremos os pasos do gran Lord Byron na súa ruta polos países do Mediterráneo; acompañaremos á fotógrafa Ruth Matilda Anderson descubrindo e fotografando a Galicia de comezos do século XX e a escritores e pintores que quedaron enfeitizados polos encantos do Marrocos dos séculos XIX e XX...

O taller basearase na análise de textos literarios, de documentos gráficos da época e de películas que recrearon nos nosos días os personaxes e as paisaxes estudados.

OS SEGREDOS DA ARTE

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

Responsable: Bea Álvarez

Os secretos da arte 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 está en descubrir os segredos de cada unha das obras. Nesta tempada arrincamos co romanticismo alemán e francés, seguiremos co

realismo e co impresionismo, e iremos descifrando as claves dos grandes fitos da pintura. 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 artifices do noso patrimonio. As sesións na aula complementaranse 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 17.30 a 19.00 h (sala de cine e visitas)

Responsable: **Carmela Galego**

Sabías que Berlín ten máis museos que días de chuvia ao ano? Ou que un barrio de Madrid declarou a súa independencia, coa axuda de Cuba en 1990? Nesta edición do noso club bohemio e viaxeiro visitaremos cidades reais e míticas que foron imaxinadas ao longo da historia. De Xerusalén ás termas de Sagalassos sen perder de vista as cidades modernas. Manifestacións culturais e tradicións das nosas urbes, arquitecturas, curiosidades, arte, personaxes. O seu legado.

TEATRO

LENDO O TEATRO

Luns de 17.00 a 18.30 h (obradoiro A)

Responsable: **Miguel Canalejo**

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: **Miguel Canalejo**

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: Miguel Canalejo

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: Miguel Canalejo

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.

ARQUITECTURA

TRANSFORMACIÓNS URBANAS: A CORUÑA E OUTRAS CIDADES – OBRADOIRO NOVO

Venres, de 10.00 a 11.30 h (Sala cine)

Responsable: Jesús Freire

A cidade patrimonio que herdamos, a cidade na que vivimos e a cidade futura. Non cabe dúbida de que a imaxe das cidades cambiou nas últimas décadas: desenvolvementos urbanos, pandemia, auxe do turismo, cidades TIC...

No obradoiro analizaremos os cambios que sufriu a cidade ata a data e os que se proxectan para o futuro. Tomaremos A Coruña como punto de partida, pero veremos outras cidades que poden servir de exemplo de modelo para a cidade na que vivimos.

NOTA: Haberá visitas/saídas pola cidade

ATENCIÓN PLENA

A BELEZA DO PRESENTE – OBRADOIRO NOVO

Luns, de 12.00 a 13.30 h (aula B)

Responsable: Anahí Peñalver Gómez

Este obradoiro está pensado para persoas en calquera etapa da vida que queiran redescubrir o seu estilo e proxectar unha imaxe auténtica. A través dun proceso interactivo, exploraremos os teus valores, aumentaremos a túa confianza e crearemos un estilo que resalte a túa esencia.

MINDFULNESS – OBRADOIRO NOVO

Venres, de 17.00 a 18.30 h (aula B)

Responsable: Eduardo Dopico

A través da meditación con técnicas cognitivas e emocionais, aprenderás a vivir experimentando no momento presente dun xeito relaxado e consciente. Recoñeceremos o funcionamento da nosa mente e reduciremos o fluxo de pensamentos negativos e non desexados. Vivirás no teu corpo e na túa mente dunha forma distinta, máis sa e positiva.

FOTOGRAFÍA

CÁMARA EN MAN 1 - PERFECCIONAMENTO

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 intercambiabes.

CÁMARA EN MAN 2 – EXPERT@S

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 intercambiabes, **ter coñecementos de fotografía ou haber cursado o obradoiro cámara en man: perfeccionamento.**

DISPARA CO MÓBIL

GRUPO 1 - Mércores, de 17.00 a 18.30 h (obradoiro A e rúa)

GRUPO 2 – Xoves, de 19.00 a 20.30 h (obradoiro A e rúa) – **NOVO GRUPO**

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 lalelo, 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 creatividade manual porán á disposición do alumnado as ferramentas de traballo básicas. O material específico de traballo persoal correrá por conta das e dos participantes.

LABORATORIO DE ESTAMPACIÓN (CONTINUIDADE DO OBRADOIRO “TÉCNICAS DE MONOTIPO”)

Luns de 10.00 a 12.00 h (obradoiro A)

Responsable: Chari Maquieira

Espazo creativo onde se realizan deseños e personalización de superficies mediante técnicas variadas. Os/as participantes poden aprender a decorar téxtiles, papel, madeira ou vidro. É ideal para proxectos artísticos, confección de roupa personalizada ou para crear produtos únicos como bolsas, camisetas ou decoración.

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

Neste curso investigaremos a artesanía téxtil, rompendo un pouco as regras do tecido bidimensional para crear volumes. Empregaremos novas fibras e tecerémolas de diferentes xeitos. Incluso materiais como a madeira ou a pedra poden formar parte dun tapiz 3D. Afondaremos así nesta arte téxtil que conseguiu romper os patróns tradicionais para penetrar 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 aprenderemos a coser usando un tear, redondeando un lomo, realizar tapas don dous cores, e crearemos un libro inspirado na encadernación do século XIX.

PINTANDO CON LA

Venres, de 10.00 a 12.00 h (obradoiro A)

Responsable: Xabier Rodríguez

Tecido de tapicería en bastidor de lizos altos, comezaremos polo coñecemento dos tecidos básicos, o urdido e tanto os procedementos de realización de debuxos figurativos como de diferentes texturas téxtiles.

PRODUCCIÓN CINEMATOGRÁFICA

MONTAXE AUDIOVISUAL

Luns, de 17.00 a 18.30 h (aula B)

Responsable: Javi Tink

Neste trimestre traballaremos con clips de vídeo. Adaptaremos os diferentes clips dentro dunha mesma metraxe. Trataremos o son na súa totalidade a través da limpeza, redución de ruído, extraeremos e/o mutearemos o audio orixinal dos vídeos, mezclaremos música, engadiremos música personalizada e veremos tips para a búsqueda de música de uso libre. Trataremos as cores e a etalonaxe do vídeo (correccións de luz e cor). Veremos indicacións sobre como gravar os nosos vídeos. É imprescindible que cada usuario traia a súa tablet de non tela pódese facer co móbil.

CREACIÓN DE CURTAMETRAXES – PERFECCIONAMENTO

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

Responsable: Javi Tink

Este trimestre o dedicaremos a gravar a nosa curtametraxe, facendo tamén a preparación previa mediante as ordes de rodaxe, atrezzaremos e iluminaremos os nosos sets, adquisición de técnicas para traballar coa cámara, visualizaremos e analizaremos o material gravado e faremos sesións de postproducción (montaxe e edición da curta). **Para facer este obradoiro é preciso ter realizado o curso anterior (Iniciación dáse no Agora).**

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 continuaremos o noso percorrido polo denominado NCE (Novo Cine Español), coas obras imprescindibles de Carlos Saura, Francisco Regueiro, José Luis Borau, Mario

Camus, Manuel Picazo, ou Angelino Fons e as da Escola de Barcelona. , con directores da talla de Vicente Aranda, Jacinto Esteva, José María Nunes, Gonzalo Suárez, Pere Portabella, Joaquín Jordá ou Jordi Grau. Todo isto 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 o noso percorrido polos Novos Cines de América Latina, o Novo Cine Arxentino dos anos 60 e a súa estreita relación coa literatura nacional, e en xeral co denominado "Boom" latinoamericano e o neorrealismo procedente dos estudos dos seus directores en escolas europeas (Leonardo Favio, Simon Feldman, Fernando Birri, Lautaro Murua e Rodolfo Kuhn), e a revolución do Cinema Novo brasileiro, que con directores tan importantes como Nelson Pereira. dos Santos, Glauber Rocha, Leon Hirszman ou Carlos Diegues, compoñerán un auténtico crisol que reunirá o neorrealismo italiano, a literatura "boom" brasileira, o "tropicalismo" musical e a vangarda europea. Todo isto a través do visionado e análise das películas máis importantes.

MONOGRÁFICO

A SEGUNDA GUERRA MUNDIAL – CLAVES DUN CONFLITO QUE MARCOU A HISTORIA.

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

Descubre os acontecementos, personaxes e decisións que transformaron o mundo durante un dos episodios máis impactantes da historia moderna: a Segunda Guerra Mundial (1939-1945). A través desta monografía, exploraremos as raíces do conflito, as súas devastadoras consecuencias e o legado que segue configurando as nosas sociedades actuais.

Cun enfoque dinámico e accesible, esta monografía é unha oportunidade única para coñecer mellor este período clave da historia e a súa influencia 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 habilidade 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.

MENTE EN FORMA (CONTINUIDADE DO OBRADOIRO 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.

MENTE DIXITAL: ENTRENA O TEU CEREBRO – NOVO OBRADOIRO

Martes, de 10.00 a 11.30 h (Aula A)

Responsable: Cris Prieto

Neste obradoiro práctico, pensado especificamente para persoas maiores, aprenderemos a utilizar o móbil como unha poderosa ferramenta para exercitar a memoria e estimular as funcións cognitivas. A través de aplicacións e técnicas sinxelas, descubriremos como o teléfono móbil pode converterse nun aliado na nosa rutina diaria para manter a nosa mente activa e saudable.

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

Pasado e presente van da man neste obradoiro no que recuperamos a cidade na que vivimos desde a nosa infancia até hoxe en día. Lembranzas da nosa memoria e, as veces, descubrimentos dos espazos máis queridos. Ims na procura da memoria da cidade.