

PROGRAMA

Teatro, ciencia,
filmoteca, cine,
fotografía,
astronomía,
arquitectura...

LEGER^{~C}

FORUM
METROPOLITANO

PRIMAVERA 2020



Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña

CIDADE, ARQUITECTURA E VIAXES

A CIDADE PERDIDA

Mércores, de 10.00 a 11.30 h

Responsable: Patricia Angulo

Mediante fotografías, imaxes ou diferentes proxectos coñeceremos unha cidade diferente á que vemos hoxe en día cando paseamos polas rúas. Pero tamén teremos a oportunidade de comparar e contrastar a cidade antes e agora mediante paseos que nos levan a rescatar do esquecemento moitos edificios que desapareceron da fisionomía da cidade, dándonos a posibilidade de comparar a cidade de antes coa de agora.

VIAXAR, SOÑAR E COÑECER

Mércores, de 11.30 a 13.00 h

Responsable: Antonio León

O obradoiro recrea grandes viaxes da historia que cambiaron os nosos coñecementos, as nosas experiencias e a nosa visión do mundo. Acompañaremos o gran escritor romántico Lord Byron nas súas viaxes pola Europa do século XIX recrearemos a grande aventura de Elcano e Magallanes na súa primeira volta arredor do mundo e acompañaremos a errante emperatriz Isabel (Sissi) nas súas correrías por Europa, con parada na Coruña.

PERSONAXES DA CIDADE

Martes, de 19.00 a 20.30 h

Responsable: Patricia Angulo

A través do obradoiro coñeceremos diferentes personaxes que naceron, viviron ou simplemente pasaron pola nosa cidade nalgũa época, desenvolvendo un papel relevante no momento histórico que lles tocou vivir. Algúns personaxes son de sobra coñecidos, pero faremos fincapé na súa relación coa cidade, mentres que outros serán grandes descoñecidos que nos permitirán descubrir máis historias sobre a nosa cidade.

UN PASEO POLA CIDADE

Xoves, de 12.00 a 13.30 h

Responsables: Patricia Angulo e Fernando Campos

Pasamos moitas veces por lugares emblemáticos da nosa cidade ollando, pero sen

ver. Por contra, cando viaxamos intentamos non perder nada daqueles lugares aos que imos. Por que non facer o mesmo na nosa cidade? A través do obradoiro, achegarémonos á historia coruñesa dun xeito ameno, familiar e práctico.

ARQUITECTURA E PATRIMONIO GALEGO

Xoves, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Jesús Freire

Analizarase o patrimonio arquitectónico e paisaxístico como referente e sinal da identidade da cultura galega. Edificios e conxuntos históricos declarados Bens de Interese Cultural (Catedral de Santiago, Torre de Hércules, Murallas de Lugo...), así como aqueles contornos e parques naturais que conforman a nosa comunidade (complexos das dunas de Corrubedo, Baixa Limia e Serra do Xurés, Fragas do Eume...)

LITERATURA

LITERATURA ACTUAL

Martes, de 11.30 a 13.00 h

Responsable: Berta Picado

Non tes que ser unha experta lectora ou lector: o obradoiro de literatura está pensado para persoas con inquietudes culturais, ganas de ler, facer amizades e intercambiar opinións con outras persoas. En realidade, o libro é só o punto de partida. Durante as sesión farase análise e debate das distintas creacións da literatura actual. Os estilos de maior aceptación, os xéneros e autoras e autores emerxentes, criterios para a selección de obras, as últimas novidades...

O CELME DO HAIKU: CONSTRUCCIÓN POÉTICA XAPONESA

Martes, de 19.00 a 20.30 h

Responsable: Xoán Abeleira

O profesor, escritor e tradutor Xoán Abeleira ofrécenos a posibilidade de achegármolos, de maneira práctica e teórica, seria e amena

asemade, ao xénero poético xaponés por antonomasia, o *haiku*, así como á espiritualidade que conforma a súa base.

DENTRO DO RELATO

Mércores, de 17.30 a 19.00 h

Responsable: Chus Molina

Este é un taller de lectura de relatos que ten como obxectivo descubrir e profundar neste xénero literario así como coñecer as súas autoras e autores máis relevantes.

En cada sesión leremos un relato en voz alta, tras unha breve introdución á ou ao autor, para, despois de gozar da súa lectura, comentalo entre todas as persoas asistentes. Analizaremos o contido, a estrutura, a linguaxe, a voz narrativa e todo aquilo que nos pareza significativo coa finalidade de profundar o máximo posible nel. As e os autores escollidos serán moi diversos, así como as súas nacionalidades, abarcando desde os mestres e creadores do relato moderno ata as e os máis recentes escritores que están a despuntar nel.

GRANDES ACTRICES E ACTORES DO TEATRO ESPAÑOL

Mércores, de 19.00 a 20.30 h

Responsable: Antonio Couto

Seguiremos proxectando e analizando inesquecibles obras daquel teatro de Estudio 1 de Televisión Española que continúan tendo interese na actualidade. Achegarémonos ao mundo dunhas actrices e actores que representaron unha época dourada do teatro. Descubriremos as emocións que transmiten as gravacións das obras a partir de comentarios afastados de explicacións especializadas. Como en cursos anteriores, comezaremos as clases achegándonos á actualidade cultural e literaria desde o noso contorno máis próximo ao máis afastado.

A LITERATURA ROMÁNTICA

Xoves, 11.30 a 13.00 h

Responsable: Antonio Couto

Continuaremos a viaxe a través da literatura romántica, desde o seu nacemento até as

formas contemporáneas. Descubriremos as emocións que se agochan nunha selección das mellores obras do romanticismo a través das grandes voces que contribuíron á súa divulgación e que conectan coa nosa sensibilidade. Como en cursos anteriores, comezaremos as clases achegándonos á actualidade cultural e literaria desde o noso contorno máis próximo ao máis afastado.

PALABRAS, IMAXES E MÚSICA

Xoves, de 10.30 a 12.00 h

Responsable: Chus Molina

Este é un obradoiro eminentemente práctico no que se traballa coas palabras desde un punto de vista creativo. Para iso imos utilizar tamén as imaxes e a música. A partir dunha serie de pautas así como do que a música e as imaxes provoquen en nós, 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 todos os textos que escribamos.

O CLUB DOS POETAS MORTOS

Xoves, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Rodrigo Costas

Isto non é unha película de Robin Williams (aínda que o título sexa unha homenaxe: "Oh, capitán, meu capitán"); é un obradoiro sobre os grandes poetas (mortos) de sempre: ler, despezar, imitar, quizais? Divertirnos, sempre.

ASTRONOMÍA

BAIXO UN MANTO DE ESTRELAS

Luns, de 19.00 a 20.30 h

Responsable: Óscar Blanco

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

O CEO É PARA TOD@S

Xoves, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Martín Pawley

A astronomía axúdanos a entender o Universo en que vivimos (como naceu, como evoluciona) e tamén a guiarnos nel para navegar polo mundo e medir o paso do tempo. Este obradoiro ofrecerá unha introdución ás ciencias do ceo, desde o coñecemento práctico das constelacións que vemos cada noite a algúns dos desafíos da cosmoxía moderna.

COMO LIGAR CON ASTRONOMÍA

Venres, de 18.00 a 19.30 h

Responsable: Borja Tosar

Analizaremos as novas astronómicas da semana, profundaremos nos últimos temas astronómicos, materia escura, buratos negros, Big Bang... e aprenderemos a recoñecer o máis importante do ceo. O de ligar co cosmos non esta garantido, o que si aseguramos é que vas gozar coa astronomía.

HISTORIA E ARTE

MOMENTOS ESPECIAIS DA HISTORIA

Martes, de 11.30 a 13.00 h

Responsable: Antonio León

O obradoiro aborda de maneira sinxela algúns momentos privilexiados da historia nos que os homes e as mulleres deseñaron novos inventos ou realizaron descubrimentos que cambiaron as nosas vidas.

Como serían as nosas vidas sen a imprenta ou sen as unidades de medida actuais? Como sería a nosa sociedade sen as ideas de igualdade entre os homes que desenvolveron os pensadores do século XVIII? Como cambiou a nosa alimentación cos produtos traídos de América?

ART TOUR: MUSEOS DO MUNDO

Martes, de 17.00 a 18.30 h

Responsables: Bea Álvarez
e Carmela Galego

En ArtTour comezaremos cada sesión facendo unha viaxe virtual desde o Fórum a un destino monumental previamente elixido. Museos, sitios arqueolóxicos, lugares históricos.

Xuntaremos na nosa actividade as propostas museísticas tradicionais coas apostas máis curiosas e arriscadas do mundo cultural e turístico. Dentro e fóra das nosas fronteiras e das nosas paredes.

Ademais visitaremos *in situ* as exposicións máis destacadas da nosa cidade.

ARTEMÁTICA

Martes, de 19.00 a 20.30 h

Responsables: Bea Álvarez
e Carmela Galego

Artemática é un curso no que abordaremos a historia da arte dunha maneira diferente á habitual. A través de distintas temáticas, por exemplo a saúde ou a gastronomía, iremos visitando algunhas das manifestacións artísticas que fan referencia aos devanditos temas, desde a antigüidade até os nosos días. Isto permitiranos observar a evolución da sociedade arredor do tema que nos ocupa e a visión das e dos artistas que o elixen para a súa obra. En cada sesión faremos un percorrido desde a antigüidade até a contemporaneidade que complementaremos con visitas ás exposicións da cidade.

COMO MIRAR UN MILLÓN DE IMAXES? SEculo XX

Mércores, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Bea Álvarez

Como mirar un millón de imaxes? 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 as claves para ver un cadro, para mirar un millón de imaxes. Achegarémonos ás orixes da pintura moderna. Como as e os artistas afrontaron o reto de representar o mundo tal como o ollo o percibe, en tres dimensións. Un reto fascinante que cambiou a historia da arte.

Desde o final da Idade Media ao Renacemento, iremos descifrando as claves dos grandes fitos da pintura. Ademais, desfrutaremos das máis importantes exposicións da cidade.

A CATARSE DE EROS

Xoves, de 10.00 a 11.30 h

Responsable: Héctor Mosquera Méndez

Existiría a arte sen a experiencia tráxica? Este obradoiro versa sobre a orixe da traxedia e a súa vinculación co teatro e a música. Para isto, tras unha delimitación conceptual sobre a orixe do teatro grego, analizaranse tres obras de arte: *Romeo e Xulieta*, de Shakespeare; *Vodas de sangue*, de Lorca; e *A frauta máxica*, de Mozart. Pode haber arte sen traxedia?

“LA BOHEME APRÉS LA PLUIE”: IMPRESIONISMO, SURREALISMO, MODERNISMO E MODERNIDADE

Venres, de 11.00 a 12.30 h

Responsable: Carmela Galego

Os nenúfares de Monet, as haitianas de Gauguin. O salón dos Refusés. Os xogos dos surrealistas. Durante a primavera seguiremos desfrutando da nova plasticidade, a desfocalización da pincelada lumínica, o colorido ao servizo de ensoñación. Fotografía, vidro modernista, cinema, todo sabe a cambio e neste obradoiro deixáremonos seducir pola parte máis sensual dese cambio para saborealo e aprecialo.

GALICIA: CULTURA, ARTE E TRADICIÓN. O NOSO TEMPO

Venres, de 17.30 a 19.00 h

Responsables: Bea Álvarez e Carmela Galego

Nesta edición do obradoiro espremeremos a actualidade cultural galega. Seguiremos descubriendo as exposicións da cidade indagando de xeito espontáneo as cuestións do voso interese que xurdan arredor delas. Atraveráremonos con formatos diferentes como galerías ou talleres de artistas. Botaremos unha ollada sobre as propostas innovadoras arredor da tradición: a nova cociña galega, a moda, ecoturismo, cinema, arquitectura.

Sempre favorecendo un ambiente ameno e participativo de artífices e asistentes.

FOTOGRAFÍA

** Os gastos derivados das exposicións de fin de curso correrán por conta das persoas participantes.*

CÁMARA NA MAN

Martes, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Mero Barral

Obradoiro dirixido a alumnado que descobre a fotografía. Enfocado a que gocen da súa total intervención na realización das súas fotografías e lles poidan sacar o máximo partido ás súas cámaras. Mediante debates na aula e prácticas en 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 observando. Para este obradoiro **é imprescindible traer a nosa cámara réflex** ou sen espello de obxectivos intercambiables. **Non é un obradoiro de continuidade, senón que é o mesmo que o de outono.**

DISPARA CO MÓBIL

Mércores, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Daniel Puente Bello

A mellor cámara é sempre a que temos máis á man. Aplicando os conceptos básicos de fotografía e coñecendo as particularidades da cámara do teléfono aprenderemos a tirarlle o máximo partido. De aquí en diante as nosas fotos serán mellores, xa sexa en viaxes, retratos, recordos...

A LUZ: A ILUMINACIÓN NA FOTOGRAFÍA

Xoves, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Cándido Díaz

Farase unha introdución da importancia da luz á hora de facer calquera fotografía. Descubriremos conceptos básicos sobre iluminación, como poden ser os tipos de luz, as fontes de iluminación e como controlalas na cámara. Os flashes, focos etc. serán de moita axuda para facer este obradoiro eminentemente práctico.

TEATRO

A ARTE DE FALAR

Luns, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Matilde Blanco

A dicción, a declamación e unha boa oratoria non só axudan a obter máis seguridade persoal e estima propia, senón que poderán ser unha arte moi prezada para o desenvolvemento intelectual e artístico. Saber falar e expresarse con soltura axuda a vencer moitos medos e complexos, como o de expresarse correctamente ante un público.

A ARTE DE INTERPRETAR

Luns, 19.00 a 20.30 h

Responsable: Matilde Blanco

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 tanto a interpretación teatral coma a audiovisual.

ORATORIA

Mércores, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Matilde Blanco

Dominar a arte do discurso e saber comunicar non está ao alcance de todas/os. Así, quen o acada poderá transmitir mellor a súa mensaxe. Isto levado ao panorama artístico elévanos a un plano que nos permite superar complexos e podermonos expresar de forma clara, concisa e, artisticamente falando, facernos donos da escena.

INTERPRETACIÓN AVANZADA

Mércores, 19.00 a 20.30 h

Responsable: Matilde Blanco

Obradoiro que afondará na interpretación e os seus métodos para construír un método apropiado a cada actor e actriz para traballar a fondo o/a personaxe e a súa posta en escena.

MONOGRÁFICO

OS MARABILLOSOS ANOS 20

Mércores, de 19.00 a 20.30 h

Rematada a Primeira Guerra Mundial, a sociedade dos anos 20 experimentou un rexurdimento baseado no progreso político e no crecemento cultural a moitos niveis. A música (o jazz e o charleston) ou a moda (coa figura de Coco Chanel) foron os seus principais expoñentes, pero tampouco compre facer de menos á pintura (o cubismo, o surrealismo e as vangardas), á arquitectura (a “Bauhaus” e “De Stijl”), á literatura (a xeración do 27), o cinema (as películas en cor e a aparición do cinema sonoro) ou a chegada da televisión. Estes son so algúns exemplos do moito que se avanzou durante esa década prodixiosa no século pasado, e poderemos descubrilos da man dos distintos relatores que cada semana farán das sesións do monográfico unha cita ineludible coa nosa cultura.

MÚSICA

A TODO RITMO II

Luns, de 10.00 a 11.30 h

Responsable: José Manuel Fraga

Continuación do obradoiro “A todo ritmo”, no que perfeccionaremos a técnica dos instrumentos Orff e exploraremos novos niveis rítmicos do noso corpo. A continuación repasaremos brevemente algúns aspectos da historia da música, as pequenas formas musicais, os inventos, a partitura, pequenas danzas... Todo complementado con audicións activas e coa preparación dos concertos dos sábados da Orquestra Sinfónica de Galicia.

AI LALELO, AI LALÁ...

Luns, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Halimah Shalabi

Este obradoiro é un percorrido pola nosa música tradicional para coñecermos os

nosos bailes, os nosos ritmos e os nosos instrumentos. Aprenderemos a técnica básica do canto e da pandeireta (**imprescindible ter unha pandeireta de 9 ferreñas, por conta da persoa participante**) e do canto e practicaremos o baile.

CANTIGAS DA TERRA

Luns, de 19.00 a 20.30 h

Responsable: Halimah Shalabi

Faremos un percorrido pola nosa música tradicional para coñecermos os nosos bailes, os nosos ritmos e os nosos instrumentos. Avanzaremos na técnica da pandeireta (**imprescindible ter unha pandeireta de 9 ferreñas, por conta da persoa participante**) e do canto e do baile. É imprescindible ter coñecemento de pandeireta ou ter cursado o obradoiro de Ai lalalo, Ai lalá...

MINDFULNESS

APRENDENDO A RELAXARSE A TRAVÉS DA MEDITACIÓN I - INICIACIÓN

Martes, de 11.30 a 13.00 h

Responsable: Vicente Goyanes

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.

APRENDENDO A RELAXARSE A TRAVÉS DA MEDITACIÓN II - AVANZADO

Venres, de 10.00 a 11.30 h

Responsable: Vicente Goyanes

Exclusivamente este é un grupo de continuidade para aquelas persoas que realizaron a iniciación de Mindfulness na temporada de primavera 2019 ou outono 2019 no Forum Metropolitano.

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.

MOVEMENTO CONSCIENTE

Martes, de 19.00 a 20.30 h

Responsable: Eduardo Dopico

Normalmente movémonos sen pensar no que estamos a facer. Simplemente damos un paso detrás doutro inconscientemente até que chegamos ao noso destino. Pero hai outro tipo de movemento no que en todo momento sabes o que fas e por que o fas. É o que se coñece co nome de movemento consciente, e non só se limita ao plano físico senón tamén ao mental: os pensamentos e as emocións. O obradoiro complementarase con sesións de aprendizaxe vivencial a través, precisamente, do movemento para poder aprender vivíndoo.

CREATIVIDADE MANUAL

** Os obradoiros de manualidades porán a disposición do alumnado as ferramentas de traballo básicas. O material específico de traballo persoal correrá por conta das persoas participantes.*

BORDADO AO AIRE

Martes, de 10.30 a 12.30 h

Responsable: Zeltia Rodríguez Sedes

Creación de pezas únicas realizadas coa técnica do bordado ao aire. Descubre todo o que se pode facer cunha almofadiña, cortadillo e agulla! Desde pezas sinxelas (pulseiras, pendentes) a outras máis elaboradas (colares espectaculares) e personalizar prendas de roupa.

TAPIZ EN 3D

Martes, de 17.00 a 19.00 h

Responsable: Fina Sedes

Neste obradoiro investigaremos no mundo téxtil, rompendo un pouco as regras de tecido en dúas dimensións para crear volumes. Utilizaremos novas fibras e tecerémolas de modos diferentes. Mesmo materiais como madeira ou pedra poden formar parte dun tapiz 3D.

MAPAS TÉXTILES

Mércores, de 10.00 a 12.00 h

Responsable: Rosario Belda

Neste obradoiro faremos o mapa dunha zona significativa para nós: a nosa rúa, o barrio onde nacemos, a nosa aldea etc. Construíremolo con teas e fío. Primeiro ollaremos para os mapas e fotos para pasarmos despois a cortar teas, pegalas, coselas etc. marcando camiños, rúas, edificios, xardíns... interpretando a nosa realidade. Partindo de cero no que a nivel de dificultade se refire, só se precisa interese e ganas de divertirse co que faremos.

ARTESANIA CON COIRO

Mércores, de 19.00 a 20.45 h

Responsable: Patricia Vicente Belver

A artesanía amósanos como é unha cultura, unha sociedade. Usaremos un dos materiais que se aproveitaron dende tempos antigos: o coiro. Material nobre, versátil, listo para ser manexado e moldeado segundo a nosa creatividade. Non hai un número limitado de técnicas de traballo do coiro, aínda que algunha delas serán mostradas neste obradoiro. O resto da aprendizaxe é parte da propia experimentación.

MANUALIDADES CREATIVAS

Xoves, de 10.30 a 12.30 h

Responsable: Chari Maquieira

O obxectivo desde obradoiro é aproveitarmos o material cotián que temos nas nosas casas e dármolles un aire renovado, ao mesmo tempo que aprendemos técnicas de manualidades relacionadas con infinidade de materiais como teas, papel, envases, cristal, madeira...

COAS TÚAS MANS

Venres, de 10.00 a 12.00 h

Responsable: Fina Sedes

Mediante a técnica do macramé, realizaremos pezas de xoiaría téxtil, empregaremos fíos adecuados para facer colares ou pulseiras. Tamén realizaremos algún pequeno complemento. Incluiremos algunhas pezas seleccionadas polas persoas participantes.

CINE

O CINE E A MÚSICA NO SÉCULO XX (II)

Luns, de 11.00 a 12.30 h

Responsable: Antonio Brea

Chegamos ao remate desta persoal historia da música e das súas principais figuras a través do cinema. Neste último capítulo percorrерemos en paralelo a historia do musical e as figuras máis destacadas na composición de música para cine.

O CINE NEGRO

Martes, de 10.30 a 12.00 h

Responsable: Antonio Brea

Continuación do taller que aborda a historia dun dos xéneros que máis fascinación seguen a exercer nos amantes do cine. Nesta ocasión seguiremos a trazar unha breve historia deste movemento e veremos as súas claves e características fundamentais a través dalgunhas das súas películas máis representativas. Tamén continuaremos a falar das súas orixes estéticas e literarias e os autores e novelas e personaxes imprescindibles.

A HISTORIA MODERNA NO CINE (e IV)

Martes, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Antonio Brea

Continuamos co noso ambicioso proxecto de percorrer a historia universal e a súa representación cinematográfica. Nesta ocasión trataremos en profundidade o século XVIII, ata chegar á Revolución Francesa. Coma



sempre, ilustraremos as sesións cun extenso percorrido fílmico, completado coa proxección de algunha película representativa.

O CINE DOCUMENTAL CONTEMPORÁNEO

Martes, de 19.00 a 20.30 h

Responsable: Antonio Brea

O cine amosou desde case os seus comezos as dúas grandes vías que podía tomar: a fantasía e a realidade. Tras o extenso percorrido pola historia do cine documental no século XX, continuaremos a profundar nas e nos autores e as películas fundamentais dos últimos 30 anos.

CINE, ARTE E REFLEXIÓN

Mércores, de 10.30 a 12.00 h

Responsable: Bea Álvarez

O estudo da arte a través da captación cinematográfica pode servir como unha novidosa aproximación ao mundo da creación artística, como unha visión que sempre queda relegada a un segundo plano ou como algo anecdótico dentro do estudo da historia da arte. As e os distintos autores/directores tratan de nos aproximar ao mundo da creación artística, á biografía das e dos artistas, ás distintas tendencias e movementos... cunha visión persoal e subxectiva, que pode abrir na persoa espectadora un grande abano de posibilidades para entender e comprender o mundo creativo; abrírase así a porta ao debate e á reflexión.

O CINEMA DOS 60 E 70

Xoves, de 18.30 a 20.00 h

Responsable: Martín Pawley

Desde finais dos 50 o cinema experimenta cambios radicais. En moitos países aparecen autores e autoras que rachan cos modelos precedentes: é o tempo dos “novos cinemas”, coa “nouvelle vague” francesa como exemplo máis coñecido. Os 60 e 70 son décadas de transformación fílmica en todo o mundo que exploraremos neste obradoiro.

MEDIO

NATURAL

NATUREZA URBANA

Venres, de 10.30 a 12.00 h

Responsable: Atocha Ramos

As cidades, inda que nos parezan grises e cheas de asfalto, son tamén ecosistemas que albergan flora e fauna. Neste obradoiro aprenderemos cales son os animais e vexetais que viven máis preto de nós, tanto de xeito global (en cidades de todo o planeta) como na nosa propia casa, A Coruña.

OFERTA

ESPECÍFICA +70

ANOS

FAGAMOS MEMORIA I, II, III

Luns e mércores, de 10.00 a 11.00 h (grupo I), de 11.00 a 12.00 h (grupo II) e de 12.00 a 13.00 h (grupo III)

Responsable: Lorena Martínez

Obradoiro relacionado coa axilidade mental onde se realizarán actividades variadas encamiñadas a estimular a memoria e a atención mediante xogos de palabras, de observación, de percepción, de numeroloxía...

GOZANDO DE APRENDER

Martes e xoves, de 10.00 a 11.30 h

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, conversación, expresión oral e escritura, comprensión lectora, debate, memorización e cálculo.

NUNCA É TARDE

Martes e xoves, de 10.00 a 11.30 h

Responsable: Lorena Martínez

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.

ADESTRA O TEU CEREBRO

Martes e xoves, de 19.00 a 20.15 h

Responsable: Mónica González

Mellora a túa memoria e mantén o teu cerebro en forma con divertidas actividades orais e escritas.

QUE CABEZA!!!

Xoves, de 19.00 a 20.30 h

Responsable: Lorena Martínez

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

NOVOS

OBRAIDROIS

OS GRANDES FITOS DA ARQUITECTURA DO ROMÁNICO ESPAÑOL (CIDADE E CONTORNA)

Mércores, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Félix Huerga

De todos os estilos que compoñen o panorama artístico español, o románico é un dos que máis pegada deixou. O esforzo para a conservación e difusión deste legado fixo posible que hoxe en día poidamos seguir admirando estes monumentos de incunable valor: San Juan de la Peña, San Martín de Frómista ou San Isidoro de León son algúns dos exemplos nos que nos mergullaremos.

OFERTAS

ESPECÍFICAS

PARA FAMILIAS

CORUÑA EN FAMILIA (actividade conxunta de nais/pais e fillas/os)

Sábados, de 11.00 a 13.00 h

Responsables: educadoras/es dos nosos campamentos e rutas urbanas

Actividade pensada para familias que queren pasar o seu tempo de lecer desfrutando conxuntamente da oferta cultural da cidade dun xeito ameno e divertido. Visitas aos museos, rutas urbanas para descubrir os segredos que se agochan nos nosos rúes, descubrimento de espazos culturais con oferta adaptada aos gustos das familias e das e dos máis cativos...

En definitiva: unha oportunidade única de facermos cousas coas nosas crianzas e achegármolos á cultura.

** As e os menores non poderán participar sós nesta actividade.*

PAISAXISMO (MEDIO NATURAL)

Luns, de 17.00 a 18.30 h

Responsable: Zeltia Vega

Dende finais do século XX o paisaxismo estase a renovar pola crecente importancia da calidade de vida e a cultura, a degradación constante do territorio e a crecente demanda polos expertos en campos da protección, xestión e planificación da paisaxe. Neste obradoiro descubriremos cuestións básicas sobre sustentabilidade, urbanización dos solos, xardíns ecolóxicos e os seus coidados. Todo iso combinado con algunha saída complementaria.

CONDICIÓN PARA PARTICIPAR NOS OBRADOIROS DO PROGRAMA DE LECER DA PRIMAVERA 2020

INSCRICIÓN DE CONTINUIDADE:

Para as persoas que asistiron nas sesións do outono ao mesmo obradoiro que desexan inscribirse, cun mínimo do 50% de asistencia.

Os días **13, 14 e 15 de xaneiro** na conserxaría do Forum, de 9.00 a 14.00 e de 16.00 a 20.00 h.

Formalizarán a súa inscrición aboando en efectivo a cota correspondente.

PREINSCRICIÓN PARA NOVOS OBRADOIROS E PARA AS PRAZAS VACANTES DOS OBRADOIROS DE CONTINUIDADE:

Presencial: os días **13, 14 e 15 de xaneiro**, na conserxaría do Forum, de 9.00 a 14.00 h e de 16.00 a 20.00 h, ou

Por vía telemática: na páxina www.coruna.gal/cultura dende ás 9.00 h do día 13 até as 20.00 h do día 15 de xaneiro.

É importante escoller só unha das dúas opcións, xa que, no caso de ter preinscricións duplicadas, se anularán.

Cada solicitante poderá solicitar ata catro obradoiros na ficha; deberase 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.

SORTEO PÚBLICO:

O xoves 16 de xaneiro, ás 10.00 h, na conserxaría do Forum.

As 9.00 h publicarase o número de prazas vacantes nos obradoiros de continuidade e as prazas dos novos obradoiros obxecto do sorteo.

Adxudicación do núm. de preinscrición para o sorteo: Na preinscrición presencial, adxudicáraselle directamente a cada solicitude.

Na preinscrición telemática, adxudicarase ao remate de cada unha das franxas horarias presenciais. Non se enviará o número de sorteo por correo electrónico. Ás 9.00 h. do 16 de xaneiro, publicarase a listaxe das preinscricións telemáticas co seu número de sorteo xunto co DNI facilitado.

ADXUDICACIÓN DE PRAZAS:

A partir do número extraído no sorteo, asignaranse as prazas dispoñibles en cada obradoiro. Outorgaráselle ao maior número de persoas, cando menos, un obradoiro.

As listaxes das prazas adxudicadas de cada obradoiro publicarase o luns **20 de xaneiro, a partir das 9.00 h**, no Forum, na web www.coruna.gal/cultura

ABONO DOS OBRADOIROS:

Os días **20, 21 e 22 de xaneiro** na conserxaría do Forum, de 9.00 a 14.00 h e de 16.00 a 20.00 h.

As prazas adxudicadas só poderán ser ocupadas polas persoas agraciadas no sorteo, que deberán pagar en efectivo o importe do obradoiro correspondente.

As prazas non aboadas durante estes días adxudicáranse ás persoas en listaxe de agarda.

LISTAXES DE AGARDA:

As persoas en listaxes de agarda dun obradoiro terán preferencia en ocuparen as prazas non pagadas de cada obradoiro, que serán adxudicadas pola orde do sorteo. E terán preferencia aquelas persoas que non obtivesen ningunha praza na primeira adxudicación.

O 27 de xaneiro contactaremos vía telefónica coas persoas que estean nas listaxes de agarda, para saber se continúan interesadas en inscribirse nos obradoiros que solicitaran. Realizaranse tres intentos de contacto a diferentes horas; de non conseguir comunicación pasarase á seguinte persoa da listaxe de agarda.

As persoas interesadas formalizarán a súa inscrición o 28 de xaneiro, aboando en efectivo a cota correspondente, nos horarios indicados anteriormente. Realizaremos unha **segunda rolda de chamadas o 29 de xaneiro** e as persoas interesadas formalizarán a súa inscrición o 30 de xaneiro, aboando en efectivo a cota correspondente, nos horarios indicados anteriormente.

PRAZAS VACANTES

A partir do **31 de xaneiro** poranse a disposición do público en xeral as prazas vacantes, nas que poderán inscribirse e pagar en efectivo, nos horarios indicados anteriormente.

COTA DE INSCRICIÓN:

30,00 € por obradoiro (maiores de 65 anos: 21,00 €)

Excepto o obradoiro "Coruña en familia": 20,00 € por participante (Bono Familiar de 50,00 € para 3 persoas, unha adulta e dúas menores ou dúas adultas e unha menor).

INICIO DOS OBRADOIROS:

A partir do luns 3 de febreiro, no día e hora que corresponda a cada obradoiro.

OS OBRADOIROS SÓ SE PORÁN EN MARCHA CUN MÍNIMO DE 12 PARTICIPANTES.

DURACIÓN:

Até a semana do **25 ao 30 de maio de 2020**, no día e hora que corresponda a cada obradoiro.

C/Río Monelos s/n, 15006 A Coruña - forumocio@coruna.es - Tel. 981 184 293

