

PROGRAMA

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

LEČERČ FORUM METROPOLITANO

OUTONO 2021



Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña



PROGRAMA DE LECER DO FORUM

MEDIDAS HIXIÉNICO SANITARIAS CONTRA O COVID-19

Para evitar o contaxio por coronavirus a organización tomará as medidas necesarias contidas no Protocolo específico, que recomendamos que lea atentamente, publicado na web www.coruna.gal/cultura.

Ademais tomáronse as seguintes medidas no deseño do Programa de Lecer:

- O numero de persoas participantes en cada obradoiro reduciuse con respecto das convocatorias anteriores, de acordo coa lexislación hixiénico-sanitaria vixente.
- Os obradoiros que se realicen no mesmo espazo comezarán media hora despois do remate do anterior (excepto nas actividades de memoria que será de un cuarto de hora), co obxecto de realizar a desinfección e ventilación dos ditos espazos.
- Os obradoiros serán presenciais. Sen embargo, no caso de que haxa un novo confinamento continuarán desenvolvéndose “en liña”.

CONDICIÓNS PARA PARTICIPAR NOS OBRADOIROS DO PROGRAMA DE LECER

CALENDARIO DE INSCRICIÓN E PAGAMENTO

- **Preinscrición:** do 8 ao 11 de setembro de 2021.
- **Publicación das listaxes de preinscrición:** 13 de setembro ás 9.00 h, na páxina web municipal (<https://www.coruna.gal>) e na de Cultura (www.coruna.gal/cultura) e no servizo telefónico 010.
- **Prazo de reclamacións sobre as listaxes de preinscrición:** os días 13 e 14 de setembro, a través correo electrónico a forumagora@serviplus.org ou do teléfono 623162876.
- **Sorteo público:** mércores 15 de setembro ás 10.00 h, na consarxería do Fórum.
- **Publicación das listaxes de prazas adxudicadas e das listaxes de agarda:** xoves 16 de setembro ás 9.00 h, na páxina web municipal e na de Cultura e no servizo telefónico 010.
- **Pagamento da cota:** do 16 ao 18 de setembro.
- **Adxudicación de prazas ás 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 20 de setembro; e a segunda volta: o día 23 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 adxudicadas das listaxes de agrada:** as da 1ª volta, do 20 ao 22 de setembro; e as da 2ª volta, do 23 ao 25 de setembro.
- **Adxudicación das prazas vacantes:** a partir do 28 de setembro volverá a abrirse o formulario de inscrición na web para o público en xeral, e farase o abono de msmo xeito que o resto ata o 30 de setembro.

MODO DE PREINSCRICIÓN:

Farase de forma **telemática**, a través da páxina web www.coruna.gal/cultura. Facilitarase axuda telefónica a través do teléfono 623162876 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.

- Iniciarase o día 8 de setembro a partir das 9.00 h e rematará o día 11 de setembro ás 20.00 h. Todas as inscricións que teñan data de envío anterior ou posterior aos días e horas indicados non serán tramitadas.

- Poderá inscribirse nun **máximo de dous obradoiros**. Tendo en conta que na adxudicación respectarase 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 os seus datos nas listaxes de preinscrición (que se publicarán o 13 de setembro).
- Nestas mesmas listaxes poderá coñecer o número asinado para o sorteo público.

ADXUDICACIÓN DAS PRAZAS:

Unha vez realizado o sorteo público, as listaxes das persoas admitidas e as listaxes de agarda publicaranse o xoves 16 de setembro ás 9.00 h, na páxina web municipal, na de Cultura e no servizo telefónico 010. Nelas figurarán o número de inscrición, o num. 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 agraciado 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.

PAGAMENTO DA COTA:

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

A cota correspondente aboarase mediante **transferencia** á conta núm. **ES81 2080 0380 6230 4000 5657**. Enviarán o seu comprobante por correo electrónico a forumagora@serviplus.org, xunto co nº do DNI/NIE, o nome da persoa participante, centro (Fórum ou Ágora) e o/os obradoiro/s aboados/s.

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**, no Fórum en horario de 16.00 a 20.00 h, ou depositar nas conserxerías unha copia da transferencia bancaria en papel xunto co nº do DNI/NIE, o nome da persoa participante, e o/os obradoiro/s aboados/s.

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 aboadada a cota non fose posible realizar o obradoiro, só se devolverá o seu importe se se cobre a praza con outra persoa solicitante no prazo dunha semana, a contar dende o seu inicio.

COTA DE INSCRICIÓN:

30 € por obradoiro

21 € por obradoiro, as persoas maiores de 65 anos cumpridos antes do inicio dos obradoiros.

A cota non será devolta no caso de suspensión do programa por confinamento por coronavirus, debido a que os obradoiros continuarían desenvolvéndose “en liña”.

INICIO E REMATE DOS OBRADOIROS:

Darán comezo a partir do venres 1 de outubro e rematarán o xoves 23 de decembro, no día e hora que lle correspondan a cada obradoiro.

Os obradoiros só se porán en marcha cun **mínimo de 10** participantes.

NORMAS DE PREVENCIÓN DO CORONAVIRUS COVID -19 (ver Protocolo)

- As persoas participantes deberán aceptar e asinar unha declaración responsable, na que se comprometen a garantir que durante os 14 días previos ao comezo dos obradoiros non tiveron sufrido nin tose, ni febre, nin cansanzo ou falta de ar. Ademais de non ter estado en contacto con algunha persoa coa dita sintomatoloxía.
- Non asistir aos obradoiros con febre (> 37º) ou con síntomas propios do coronavirus.
- No caso de declararse un caso de contaxio, avisar urxentemente aos responsables do Programa.
- Manter 1,5 metros de distancia de seguridade con outras persoas tanto nos accesos como no interior do edificio.
- É obrigatorio utilizar axeitadamente a máscara (excepto no supostos contemplados na normativa vixente) para acceder e desprazarse polo edificio e durante toda a actividade. A máscara debe traela cada participante.
- Lavar as mans con xel hidroalcohólico antes de entrar e de saír das aulas e os aseos.
- Non está permitido compartir o material de uso individual.
- Limitar o uso dos aseos o máximo posible.
- Seguir as instrucións do persoal do edificio en todo momento e actuar con responsabilidade.

CIDADE, ARQUITECTURA E VIAXES

VIAXAR, SOÑAR E COÑECER

Mércores, de 11.30 a 13.00 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsables: Antonio León

O obradoiro recrea grandes viaxes da historia que cambiaron os nosos coñecementos, as nosas experiencias e a nosa visión do mundo.

Acompañaremos os aristócratas ingleses que realizaban o Grand Tour por Francia e Italia, os grandes exploradores que descubriron as fontes do Nilo no século XIX ou as familias galegas que emigraron á Patagonia en tempos de Carlos III...

PERSONAXES DA CIDADE

Luns, de 17.00 a 18.30 h (Cine – Aforo: 25 persoas)

Responsable: Patricia Angulo

Unha cidade non é un conxunto de rúas, edificios ou prazas; as cidades compóñense de persoas. Hai personaxes que impulsan as súas cidades, fanas grandes, históricas, importantes... A Coruña é María Pita, Porlier, Emilia Pardo Bazán... pero tamén é Sinforiano López, Celedonio Uribe, Isabel Zendal e outros moitos esquecidos ou descoñecidos que fixeron da Coruña o que é hoxe. Haberá sesións que se fagan no Fórum aínda que a maior parte delas se desenvolverán en distintos puntos da cidade.

UN PASEO POLA CIDADE

GRUPO I Martes, de 10.00 a 11.30 h (Rúa – Aforo: 25 persoas)

GRUPO II Martes, de 12.00 a 13.30 h (Rúa – Aforo: 25 persoas)

Responsable: Patricia Angulo

O Castro de Elviña? A Torre de Hércules? A Época Medieval? Chegou o momento de coñecermos a historia da nosa cidade dun xeito ameno e próximo. As sesións do obradoiro realizaranse sempre no exterior empregando os recursos e os espazos que a cidade nos ofrece.

LITERATURA

O CELME DO HAIKU: CONSTRUCCIÓN POÉTICA XAPONESA

Martes de 19.00 a 20.30 h (Aula B – Aforo: 12 persoas)

Responsable: Xoán Abeleira

O profesor, escritor e tradutor Xoán Abeleira ofrécenos a posibilidade de achegármonos, 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.

ASTRONOMÍA

BAIXO UN MANTO DE ESTRELAS

Luns, de 19.00 a 20.30 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

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.

A DE ASTRÓNOMAS

Xoves, de 17.30 a 19.00 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsable: Martín Pawley

Ao longo da historia foron moitas as mulleres que fixeron importantes achegas ao noso coñecemento do ceo. A astronomía e a cosmoloxía non serían o que hoxe son sen o traballo de mulleres como Henrietta Leavitt ou Cecilia Payne, que nos axudaron a entender o tamaño do universo e a composición das estrelas. Neste obradoiro trataremos algunhas cuestións fundamentais da astronomía e a cosmoloxía da man de grandes mulleres da ciencia e tamén aprenderemos trucos para coñecer mellor o firmamento que vemos cada noite.

HISTORIA E ARTE

MOMENTOS ESPECIAIS DA HISTORIA

Martes, de 11.30 a 13.00 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsables: Antonio León

O obradoiro abordará de xeito sinxelo algúns momentos privilexiados da Historia nos que os homes e as mulleres deseñaron novos inventos ou fixeron descubrimentos que cambiaron as nosas vidas. Como serían as nosas vidas sen a imprenta ou sen as unidades de medida actuais? Que importancia teñen para a nosa vida presente as calzadas que trazaron os romanos ou a rede de mosteiros erixidos en toda Galicia?

HISTORIA E CINE

Martes, de 17.00 a 18.30 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsable: Antonio Brea

Neste curso abordaremos as entreveradas e complexas relacións que se deron entre a Historia e o fenómeno cinematográfico partindo das dúas vías que o historiador galo Marc Ferro –o gran pioneiro no estudo das devanditas relacións- denominou respectivamente “a lectura histórica da película” e a “lectura cinematográfica da historia”. Noutras palabras, por unha banda, as cuestións relativas ao cinema como fonte, axente e testemuño da Historia, e por outra, as relativas ao pasado como marco, tema e mesmo como espazo de reflexión historiográfica nun gran número de películas.

OS TESOUROS DA CIVILIZACIÓN

Martes, de 17.00 a 18.30 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsable: Félix Huerga

Durante séculos, as civilizacións fraguáronse polos seus achados, os seus coñecementos e as súas experiencias. Viaxaremos virtualmente a algunhas das marabillas arquitectónicas que creou o home. Abu Simbel, Cartago, o Taj Mahal, Chichen Itzá, A Gran Muralla chinesa, @La Alhambra de Granada, o Castelo de Neuschwastein, o Coliseo romano ou a Ópera de Sidney son algúns dos moitos lugares nos que nos mergullaremos.

A CATARSE DE EROS

Xoves, de 10.00 a 11.30 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsable: Héctor Mosquera Méndez

Existiría a arte sen a experiencia trágica? Este taller versa sobre a orixe da traxedia e a súa vinculación co teatro e a música. Para iso, tras unha delimitación conceptual sobre a orixe do teatro grego, analizaranse tres obras de arte: Romeo e Julieta, de Shakespeare; Vodas de sangue, de Lorca; e A fruta máxica, de Mozart. Pode haber arte sen traxedia?

LA BOHEME: A ARTE QUE CAMBIOU A ARTE

Venres, de 11.00 a 12.30 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsable: Carmela Galego

París fin de século. Montmartre non é máis que un outeiro cheo de muíños coma calquera outro de Europa. Eses mesmos muíños convertéranse no símbolo do cambio que impacta para sempre na historia da arte. Neste obradoiro establecerémonos na cidade das luces, xa no berce do último clasicismo, para ir viaxando por distintos movementos e cidades que se deixaron envolver polo romanticismo bohemio e sensual. O Modernismo, os precursores do impresionismo. Escultura, cartelismo, cine. Verdade, beleza e liberdade ao servizo da arte.

GALICIA: CULTURA, ARTE E TRADICIÓN. O NOSO TEMPO

Venres, de 17.30 a 19.00 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsable: Carmela Galego

Este outono disfrutaremos no Fórum da nosa cita coas mellores propostas da actualidade cultural galega. Prestando especial atención a actividade da nosa cidade seguiremos descubrindo as exposicións da cidade indagando de xeito espontáneo ás cuestións do voso interese que xurdan en torno a elas. Máis tamén haberá tempo para facer visitas virtuais a roteiros, museos e sempre favorecendo un ambiente ameno e participativo de artífices e asistentes.

FOTOGRAFÍA

CÁMARA EN MAN

Martes, de 17.00 a 18.30 h (Aula A – Aforo: 12 persoas)

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 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 intercambiáveis.

DISPARA CO MÓBIL

Mércores, de 17.00 a 18.30 h (Taller B – Aforo: 15 persoas)

Responsable: Daniel Puente Bello

Atendendo as particularidades das lixeiras cámaras que incorporan os nosos teléfonos, e que sempre levamos á man, aprenderemos fotografía e tecnoloxía para mellorar as nosas imaxes. Nas rúas e paisaxes da cidade poñeremos en práctica as técnicas aprendidas e adestraremos o noso ollo.

LA LUZ: A ILUMINACIÓN EN FOTOGRAFÍA

Xoves, de 17.00 a 18.30 h (Aula A – Aforo: 12 persoas)

Responsable: Cándido Díaz

Farase unha introdución á 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

LEND O TEATRO

Luns de 17.00 a 18.30 h (Taller A – Aforo: 15 persoas)

Responsable: Vicky Pérez

Obradoiro que pretende achegar o alumnado ao apaixonante mundo da interpretación textual actoral e á lectura en grupo de textos teatrais, coa intención de que as persoas participantes se desinhiban e poidan gozar da experiencia de interpretaren.

“LO TUYO ES PURO TEATRO”

Luns 19.00 a 20.30 h (Taller A – Aforo: 15 persoas)

Responsable: Vicky Pérez

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, sen necesidade de ter coñecementos ou experiencias previas na materia.

EMOCIÓNATE E CREA

Mércores, de 17.00 a 18.30 h (Taller A – Aforo: 15 persoas)

Responsable: Laura Sarasola (Caramuxo Teatro)

Crear unha peza artística concreta que poida ser mostrada a través do autocoñecemento do corpo e da voz, do seu manexo, e da apertura emocional partindo de exercicios de creación libres e de improvisacións con estímulos sensoriais, como a música e o tacto, o olfacto... A emoción coma canle para experimentar un proceso creativo e interpretar unha peza de artes escénicas, a través do xogo lúdico, que pode ser desde interpretar un texto simple a unha creación coreográfica sinxela.

MÚSICA

AI LALELO, AI LALÁ...

Luns, de 17.00 a 18.30 h (Auditorio – Aforo: 20 persoas)

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 (Auditorio – Aforo: 20 persoas)

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 lalelo, Ai lalá...

MINDFULNESS

APRENDENDO A RELAXARSE A TRAVÉS DA MEDITACIÓN

Martes, de 10.00 a 11.30 h (grupo I) (Aula A – Aforo: 12 persoas)

Venres, de 10.00 a 11.30 h (grupo II) (Aula A – Aforo: 12 persoas)

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.

MOVEMENTO CONSCIENTE

Venres, de 17.00 a 18.30 h (grupo I) (Sala de xogos – Aforo: 20 persoas)
Venres, de 19.00 a 20.30 h (grupo II) (Sala de xogos – Aforo: 20 persoas)

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 vivenciando.

CREATIVIDADE MANUAL

BORDADO AO AIRE

Martes, de 10.30 a 12.30 h (Taller A – Aforo: 15 persoas)

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 pezas de roupa.

TAPIZ EN 3D

Martes, de 17.00 a 19.00 h (Taller A – Aforo: 15 persoas)

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 3-D.

ARTESANIA CON COIRO

Mércores de 10:30 a 12:30 h (Taller B – Aforo: 15 persoas)

Responsable: Patricia Vicente Berver

Tanto se tes contacto co coiro como se non, neste espazo compartiremos coñecementos na arte do traballo co coiro. Ademais do apoio da profesora, poderás contar co das compañeiras de afección. Dende os bosquejos á propia creación de pezas, usando este material tan versátil e agradecido.

MAPAS TÉXTILES

Mércores de 11:00 a 13:00 h (Taller A – Aforo: 15 persoas)

Responsable: Rosario Belda

A cartografía téxtil é un xeito de interpretar a realidade. Son mapas reinventados con tecidos e fíos. Durante o obradoiro comezaremos a ver que fan outras persoas, observaremos a súa estética, as técnicas empregadas, a área representada etc. Seguiremos falando da nosa propia experiencia:

Que área hai que facer? A miña casa, a miña aldea, unha estrada, unha viaxe etc. e elaboraremos o noso propio mapa téxtil empregando técnicas de costura moi sinxelas. O resultado final será un panel, imaxe, tapiz etc. que representará a nosa visión persoal e creativa do lugar.

MANUALIDADES CREATIVAS

Xoves de 10:30 a 12:30 h. (Taller A – Aforo: 15 persoas)

Responsable: Chari Maquieira

O obxectivo deste obradoiro é aproveitar a material cotián que temos nas nosas casas e darlle 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 (Taller A – Aforo: 15 persoas)

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.

CINE

CLÁSICOS EN BRANCO E NEGRO

Luns, de 11:00 a 12.30 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsable: Antonio Brea

Curso no que veremos algunhas das obras mestras un tanto esquecidas que merecen a pena (re)descubrir. A selección tratará de abordar ademais diferentes temas e problemáticas que continúan a estar totalmente vixentes. Unha oportunidade para voltar a ver cunha ollada nova estes grandes clásicos e comentar algúns dos seus aspectos máis destacados.

AS GRANDES SERIES DE TELEVISIÓN (S. XXI)

Martes, de 19:00 a 20.30 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsable: Antonio Brea

A televisión tennos acompañado ao longo das nosas vidas, polo que este curso supón unha sorte de exercicio nostálxico conxunto. Nesta nova entrega repasaremos as series máis importantes producidas no que levamos de século, correspondente á considerada dourada da televisión. Tamén adicaremos tempo para comentar algunhas series e estreos actuais.

JOHN FORD, MESTRE DE MESTRES

Mércores, de 18.30 a 20.00 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsable: Martín Pawley

John Ford é o máis importante e influínte cineasta americano de toda a historia. Amplamente admirado por cineastas de todo o mundo, a súa vasta obra foi onte e segue

a ser hoxe unha referencia básica para analizar e comprender a linguaxe fílmica. E aínda que algúns dos seus filmes son moi populares, hai moitos outros igualmente valiosos que non tiveron, en particular en España, tanta difusión, como acontece cos seus filmes mudos. Neste obradoiro achegarémonos á vida e a obra dun creador esencial e analizaremos a súa fonda pegada no cinema. Ademais, valoraremos a programación das salas da Coruña e daremos conta das novas da actualidade máis importantes.

MEDIO NATURAL

MARABILLAS NATURAIS DE GALICIA

Venres, de 10.30 a 12.00 h (Cine – Aforo: 35 persoas)

Responsable: Atocha Ramos

Galicia está chea de recunchos maravillosos, lugares singulares que impresionan pola súa beleza, espazos naturais que dan sentido á nosa cultura e modo de vida. Moitos deles son ben coñecidos, máis normalmente dunha maneira turística. Neste curso miraremos algúns destes lugares desde un punto de vista ecolóxico, para comprender a súa orixe e valoralos máis aló da súa estética.

OFERTA ESPECÍFICA +70 ANOS

FAGAMOS MEMORIA I, II, III

Luns e mércores, de 9.30 a 10.30 h (grupo I), de 10.45 a 11.45 h (grupo II) e de 12.00 a 13.00 h (grupo III) (Sala de xogos – Aforo: 20 persoas en cada grupo)

Responsable: Ana Bruquetas

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

Luns e martes, de 10.00 a 11.30 h (Aula B – Aforo: 12 persoas)

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 (Taller B – Aforo: 15 persoas)

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.

ADESTRAR O TEU CEREBRO

Martes e xoves, de 19.00 a 20.15 h (Sala de xogos – Aforo: 20 persoas)

Responsable: Mónica González

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

QUE CABEZA!!!

Martes e xoves, de 19.00 a 20.00 h (Taller A – Aforo: 15 persoas)

Responsable: Ana Bruquetas

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 a eficacia no funcionamento de capacidades cognitivas como a memoria, a atención e a percepción, entre outras.