

# BIC

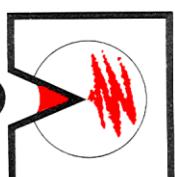
Boletín Interno de Comunicación



**IDEÁNDONOS**

 ESCUELA  
POPULAR DE OPORTO

Número 120  
Mayo 2023



# SUMARIO

3

A modo de editorial

4

Desde los Cursos y Talleres

31

Nuestros Escritos

37

Informaciones

40

Contraportada

Queremos expresar nuestro agradecimiento a los autores y autoras de las fotografías e ilustraciones incluidas en este BIC, y que permiten darle un toque de color



Equipo para el BIC 120

El BIC 120 ha contado con numerosos artículos realizados por alumn@s y monitor@s.

Agradecemos a todas las personas que han colaborado en este número.

La enmaquetación y la búsqueda de ilustraciones las hizo Mele.

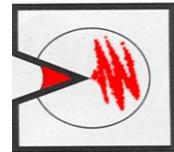
EDITA

**Escuela Popular de Oporto**  
C/ Busaco, nº 2  
28025 - MADRID  
Tfno: 915650254  
Fax: 915609839

**ESCUELA POPULAR DE OPORTO**  
Número 120  
Mayo 2023

I.S.S.N.: 1134/3907  
Dep.Legal: M-37124-1990

[www.escuelapopulardeporto.org](http://www.escuelapopulardeporto.org)  
También nos puedes encontrar en Facebook.



En el mes de abril decidimos en la asamblea de representantes que cada taller o curso enviara algo como grupo: algo de contenido teórico que se haga en el aula y que pueda interesar al resto o explicar cómo se trabaja o qué hacemos en el día a día. Así conoceremos mejor la escuela, lo que se hace dentro y cómo se hace. Toda esta panorámica la puedes leer ahora en el BIC 120 junto con otras informaciones, colaboraciones, escritos, inquietudes y avisos a navegantes.

Desde el BIC os deseamos buenas vacaciones, nos vemos el próximo curso.



DESDE  
LOS



CURSOS Y  
TALLERES

## TALLER DE FILOSOFÍA MUJERES Y FILOSOFÍA. ADELA CORTINA

### Introducción

El taller de filosofía participó en los actos organizados por la Escuela para celebrar el 8 de marzo con una intervención sobre “Mujeres y filosofía”.

Allí constatamos que se conocen muy pocas mujeres filósofas. Ya hablamos de las razones que explican este hecho: exclusión social y política y relegación al ámbito doméstico; persecución, llegando al asesinato, de las mujeres que se atrevían a pensar, escribir o hablar con voz propia, porque esto cuestionaba el orden establecido; usurpación, ocultación o destrucción de los logros de las mujeres.

Pues bien, todos estos obstáculos no han impedido que haya mujeres filósofas y el taller de filosofía quiere contribuir a que se conozcan, escribiendo en cada BIC una reseña sobre alguna de ellas.

En este número, hablaremos de Adela Cortina (Valencia, 1947) que ha sido la primera mujer admitida en la Real Academia de Ciencias Morales y Políticas.

### Adela Cortina

Heredera de la obra de José Luis Aranguren, su campo de estudio es la Ética, materia en la que es una de las más destacadas pensadoras hispanohablantes. Su influencia se deja ver en la lucha por que la Ética vuelva a la formación básica de la educación, donde actualmente está casi desaparecida en favor de una cultura tecnocrática y deshumanizada propia del orden neoliberal en el que vivimos.

La Ética ha de servir para evitar el sufrimiento humano en la medida de lo posible y ha de encaminarse a lograr que las personas alcancen un grado de bienestar que les permita vivir con dignidad.

Y, en este sentido, al igual que una persona puede ser moralmente mejor o, por el contrario, envilecerse, también las comunidades enteras pueden ser mejores o peores éticamente.

Adela Cortina ha analizado los grandes temas que han marcado las últimas décadas de nuestra época: injusticia, desigualdad, pobreza.

### Aporofobia

La autora acuñó el término aporofobia hace más de 20 años para referirse al rechazo, aversión, temor y desprecio hacia las personas pobres y la pobreza.



**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

Aporofobia es una palabra necesaria para nombrar una realidad terrible. Trabajar para conseguir la justicia social y la igualdad consiste, entre otras cosas, en poner nombre a las situaciones de discriminación y violencia. Necesitamos palabras que nos permitan reconocer su existencia en la sociedad, conceptos que nos permitan analizar las situaciones de discriminación para pensar en estrategias que las aborden. Lo que no se nombra no existe.

La aporofobia nos sirve para explicar, por ejemplo, por qué se rechaza a las personas refugiadas, pero no a los migrantes ricos e inversores o por qué son bienvenidas las personas árabes que llegan en yate a nuestras costas, pero no tanto las que llegan en patera.

Adela Cortina señala que la pobreza tiene que ver con el fracaso de una sociedad y reflexiona sobre el valor de la educación y cómo es necesario acabar, desde las instituciones, con la aporofobia.

En 2017, la RAE incluyó esta palabra en el Diccionario de la lengua española con el significado de 'fobia a las personas pobres o desfavorecidas'. Ese mismo año, la Fundación del Español Urgente (FUNDEU) la declaró palabra del año.

Desde 2021, la aporofobia es un agravante de la responsabilidad penal, al igual que ya lo eran el racismo o la homofobia, gracias a la entrada en vigor de la Ley de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia.

### **Ética empresarial**

Por último, otra aportación de Adela Cortina es su énfasis en la necesidad de desarrollar normativas éticas en el terreno de las investigaciones científicas - especialmente en campos donde se experimenta con la vida, así como en las estrategias empresariales. En este último aspecto, la autora sostiene que si no tomamos nota de lo cara que resulta a la postre la falta de ética, el coste de la inmoralidad seguirá siendo imparable.

Sin embargo, no parece muy creíble su reflexión sobre las grandes empresas, en especial las multinacionales, que en la práctica dirigen los destinos del mundo. Mucho nos tememos que este tipo de organizaciones, por su poder y su necesidad de perpetuarlo para aumentar el beneficio, no puedan tener un comportamiento ético, democrático y equitativo. No resulta verosímil el supuesto comportamiento moral al que ella apela para dichas organizaciones en el seno de un neocapitalismo depredador y abusón.

“Ninguna sociedad puede funcionar si sus miembros no mantienen una actitud ética.”



**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

## **CULTURA GENERAL**

La clase de Cultura General es uno de los cursos que se imparten en nuestra escuela. Se lleva a cabo los lunes, martes y miércoles de 19 a 21 horas.

Entendemos la clase de cultura como algo lúdico y que debe adaptarse a los intereses del alumnado. Por ello intentamos que sean los alumnos y alumnas los que propongan los temas que les gustaría tratar.

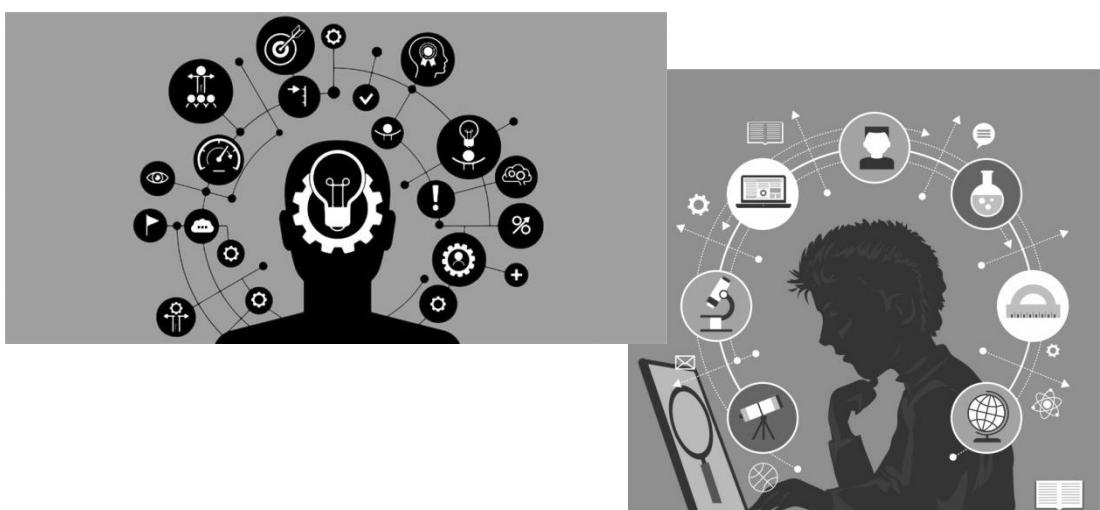
El trabajo se organiza por módulos temáticos que suelen desarrollarse en seis clases, es decir, 15 días de duración. Los alumnos trabajan sobre textos elaborados por los y las monitoras. En cada una de las clases se hace una lectura explicativa del tema tratado, que, en ocasiones, se refuerza con la proyección de videos e imágenes. A continuación, se abre un coloquio con las opiniones y preguntas sobre el tema. Despues se completa la clase con dictados, ejercicios de lengua y ortografía, pasatiempos, matemáticas, etc.

En este curso 2022-2023 el grupo está formado por 15 alumnos y alumnas, en su mayoría mujeres, y por seis monitores. Los temas que hemos tratado son: La Prehistoria, Geografía de España, Medio Ambiente, Historia Antigua, El Sistema Solar, América del Sur, La Música, Literatura española.

Además, intentamos hacer actividades fuera del aula con visitas a museos o exposiciones. También este año hemos tenido una colaboración con alumnos de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Al igual que en otros cursos y talleres de la Escuela, el nivel de conocimientos del alumnado es muy variado, por lo que la enseñanza y la corrección se hace de forma muy personalizada atendiendo las necesidades de cada alumno o alumna. Estos distintos niveles propician también la cooperación entre los alumnos que se apoyan y ayudan unos a otros en muchas ocasiones.

Siempre se intenta que las clases sean amenas, distendidas y variadas, que ningún alumno se sienta excluido, sea cual sea su nivel. La norma general es dar protagonismo a los alumnos y alumnas y cultivar en todos y cada uno la curiosidad y las ganas de aprender y de compartir lo que se sabe.



**DESDE  
LOS**

**CURSOS Y  
TALLERES**



Desde aquí animamos a los alumnos y alumnas de otros cursos y talleres a unirse a nuestro grupo el año próximo. Cuantos más seamos, más aprenderemos.

Y estas son las opiniones de nuestros alumnas y alumnos:

“Todos los módulos son importantes. A mí me gusta mucho la geografía y la historia, pero damos de todo. Por eso las clases son muy amenas y me gusta mucho venir a clase.”

“Venir a la escuela me viene muy bien porque aprendo cosas que no recordaba. La lectura se me da muy bien, pero la regla de tres no me entra. A mí me encanta venir a clase”

“Estoy deseando que llegue la hora para ver a todas las compañeras. Los módulos me gustan todos, pero, de los ejercicios, me encantan los papiros, los jeroglíficos, la Historia de Roma y los números romanos,”

“A mí me gusta el colegio. Todo lo que hacemos enseñados por los maestros y por las compañeras y compañeros. Cuando he necesitado compañía, me la han dado. Estoy muy agradecida a todos y a todas y al colegio. Gracias.”

“En nuestras clases de Cultura todas y todos somos felices porque hablamos y aprendemos unos de otros. Además, tenemos unos módulos que vamos viendo poco a poco. El de El Sistema Solar nos contó curiosidades de los planetas”

“A mí me extrañó mucho el módulo de El Sistema Solar pues a mí siempre me enseñaron que la tierra la formó Dios y cada día hizo una cosa. Un día los mares, otro el firmamento... Aprendí que la tierra se formó por una explosión de gases.”

“Para mí, en general, los módulos son interesantes pues además de aprender practico la ortografía y la escritura”

“Para mí todos los módulos son estupendos. De todos aprendemos algo. También los profesores son estupendos. Se preocupan mucho de que aprendamos matemáticas, lectura, escritura, etc.”

“Si quieres aprender, enseña” Cicerón (106 a. C-43 a. C) Escritor, orador y político romano.

DESDE  
LOS

CURSOS Y  
TALLERES



## TALLER DE ASTRONOMÍA

Como sabéis, en el Taller de Astronomía nos dedicamos a tratar de entender, con palabras sencillas, los argumentos que justifican nuestras opiniones sobre el Universo, que muchas veces son completamente contrarios a lo que nos dice el sentido común: la Tierra es redonda, la Tierra se mueve, no somos el centro del Universo... Este trimestre estamos estudiando la EXPANSIÓN DEL UNIVERSO.

Hasta el siglo pasado no había ninguna observación sobre la historia del Universo y la mayoría de las científicas opinaban que el Universo era eterno, es decir, que había existido siempre. Pero esto no era más que una opinión personal, sin fundamento científico. Todo cambió en 1929 cuando el astrónomo Edwin Hubble observó que casi todas las Galaxias se alejan de nosotras y, lo que es más sorprendente, que las Galaxias más lejanas se alejan de nosotras a una velocidad mayor.

¡Era como si estuviéramos en el centro de una Gran Explosión!.

La consecuencia más importante del descubrimiento de Hubble aparece cuando nos ponemos a pensar cómo era el Universo antes. Si ahora se está expandiendo, eso quiere decir que antes estaba más concentrado y la Temperatura era mayor. Esto nos lleva a la idea de que el Universo NO HA EXISTIDO SIEMPRE: tuvo un ORIGEN y tiene una EDAD.

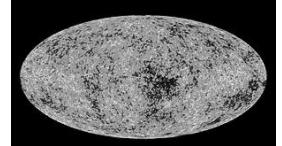
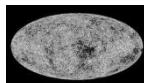
Paseando por la calle vemos a una conocida y le preguntamos ¿Qué edad tiene tu nieta? Nos responde: diez años. Entendemos que salió del vientre de su madre hace diez años y que fue concebida unos meses antes en un acto de amor de su madre y de su padre.

Aceptamos que NO existía antes y que apareció en ese momento; no nos preocupa porque sabemos que procede de su madre y de su padre. Pero, si el Universo NO HA EXISTIDO SIEMPRE, ¿DE DÓNDE PROcede?

Al principio sólo unos cuantos friquis defendieron estas ideas, que hoy se conocen como Teoría del Big Bang, pero, en 1965, Penzias y Wilson descubrieron la Radiación de Fondo de Microondas, es decir, observaron que todo el Universo está sumergido en un baño de microondas (como el que se forma en un horno de microondas solo que a una Temperatura muy baja, del orden de -270°C). Este baño de microondas sería el resollo que queda de las primeras etapas de la vida del Universo en las que la Temperatura era mucho mayor. Este descubrimiento hizo que toda la comunidad científica pasara a aceptar sin reservas la Teoría del Big Bang.

Descubrimientos posteriores reafirmaron la Teoría y hoy podemos decir, con seguridad razonable, que el Universo tiene una edad de 13,8 mil millones de años, algo que es más sorprendente incluso que la afirmación de que la Tierra es redonda y se mueve muy deprisa.

En el Taller de Astronomía nos vemos los martes y pasamos unos ratos muy buenos discutiendo y dándole vueltas a los descubrimientos que están cambiando continuamente nuestra imagen del mundo. Sólo hace falta paciencia, buen humor y ganas de disfrutar. Todas seréis bienvenidas. Os esperamos.



**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**



## **TALLER DE BOLILLOS**

Nuestro taller se centra en la técnica del encaje de bolillos, una forma de artesanía que ha sido practicada desde hace siglos. Esta técnica implica el uso de hilos y bolillos para crear intrincados diseños de encaje.

Es una actividad ideal para aquellos que buscan aprender una nueva habilidad artesanal. La técnica del encaje de bolillos puede ser un poco complicada al principio, pero una vez que se entiende la técnica básica, se pueden crear diseños complejos y hermosos.

Si nunca has hecho bolillos, empezarás con una introducción a los materiales y herramientas necesarios y aprenderás sobre los distintos tipos de hilos y bolillos, así como también sobre otros elementos importantes como los patrones y los cojines de encaje o mundillos.

Una vez que estés familiarizado con los materiales y las herramientas, te enseñaremos la técnica básica de encaje y comenzarás a trabajar en ejercicios simples.

A medida que vayas progresando, comenzarás a trabajar en diseños más complejos y detallados. Los patrones se volverán más complicados aprenderás a leer y seguir los patrones para crear diseños intrincados.

Una de las ventajas del taller de bolillos es que los alumnos pueden trabajar a su propio ritmo. No hay necesidad de apresurarse para completar un proyecto o seguir un horario fijo.

Además, el taller de bolillos también te ofrece la oportunidad de conocer a otras personas interesadas en la artesanía. La clase es un espacio donde se comparten las ideas y conocimientos, y donde podemos aprender unos de otros. También puedes disfrutar de una actividad social en un ambiente relajado y acogedor.

Los bolillos son una forma de aliviar el estrés. La técnica del encaje de bolillos requiere de mucha concentración y atención, lo que puede ayudar a calmar la mente y reducir la ansiedad. Además, trabajar en un proyecto de encaje es una actividad relajante y meditativa, lo que puede ser beneficioso para la salud mental.

Las veces que la clase está en silencio, pocas la verdad, oirás el choque de unos bolillos contra otros y podrás revivir el ambiente del que disfrutaban nuestras abuelas en las calles de los pueblos.

Pero lo más importante de la clase de bolillos es el compañerismo y el buen ambiente que hay entre nosotros, cuando alguien tiene algún problema le escuchamos y entre todos hacemos que ese problema sea más llevadero y por el contrario si lo que nos pasa es una alegría pues también nos hacemos partícipes de ella y la disfrutamos todos .

En definitiva que entre todos los componentes del taller de bolillos hay un ambiente genial y os invitamos al que quiera apuntarse para que lo compruebe.

**DESDE  
LOS**

**CURSOS Y  
TALLERES**



## TALLER DE FOTOGRAFÍA

La fotografía es un arte que puede ser aprendido por cualquier persona que tenga interés en capturar y compartir momentos importantes de la vida. Si tienes curiosidad por el mundo de la fotografía y quieres aprender más sobre cómo tomar instantáneas impresionantes, entonces nuestra clase de fotografía es para ti.

En nuestra clase aprenderás los fundamentos de la fotografía, incluyendo cómo usar tu cámara, composición, iluminación y edición de fotos. Juan, nuestro monitor, te guiará a través de los conceptos básicos y te ayudará a desarrollar tus habilidades para tomar fotos hermosas.

Además, nuestra clase de fotografía es perfecta tanto para principiantes como para fotógrafos intermedios. Si estás empezando, aprenderás todo lo que necesitas saber para comenzar, y si ya tienes experiencia Juan te ayudará a mejorar tus habilidades y a llevar tus fotografías al siguiente nivel.

También tendrás la oportunidad de trabajar con otros estudiantes, lo que te permitirá aprender de las experiencias y habilidades de tus compañeros. Esto aumentará tus conocimientos y descubrirás nuevas formas de capturar imágenes únicas.

Además no solo aprenderás sobre la teoría de la fotografía, sino que también tendrás la oportunidad de poner en práctica tus habilidades fotográficas en diferentes entornos. Realizarás prácticas en exteriores e interiores, en diferentes escenarios y situaciones, para que puedas experimentar diferentes tipos de fotografía.

Juan también te guiará en el uso de diferentes herramientas y técnicas de edición de fotos y a crear imágenes aún más impresionantes. Esto incluye el uso de software de edición de fotos como Photoshop, Lightroom, entre otros.

En resumen, nuestra clase te brinda la oportunidad de aprender habilidades fotográficas en un ambiente divertido y amigable. No importa si eres principiante o tienes experiencia, nuestra clase es para ti. Aprenderás a tomar fotos increíbles y podrás capturar momentos importantes en tu vida y en la de los demás.

Además somos el único taller de la escuela que cuenta con el AULA 2 para esos días que no somos muchos en clase.

En las jornadas culturales de fin de curso siempre participamos con una muestra de fotografías tomadas durante todo el año. Además estamos abiertos a cualquier colaboración con los demás talleres y cursos que nos lo soliciten.

Si tienes una cámara de fotos digital (no valen móviles) y quieres sacarle partido, el próximo curso apúntate con nosotros y verás qué bien lo pasas.



**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

## TALLERES DE INGLÉS

### ESTUDIAR INGLÉS ES APASIONANTE

Desde los talleres de inglés, deseamos animaros a comprobar que este idioma, no es una tortura difícil de aprender, es quizás, un agradable reto que te da grandes satisfacciones; cuando de repente entiendes una frase en una canción, en una película, o si viajas a un país angloparlante, te llena de emoción y alegría apreciar que el tiempo que le has dedicado ha dado sus frutos.

Aprender inglés como hobby también puede ser una excelente forma de motivarte y mejorar tu autoestima, A medida que adquieres más conocimientos en el idioma, te sientes más seguro y satisfecho, capaz de comunicarte en situaciones cotidianas e interactuar con personas de todo el mundo. Eso sí, no hay que tener prisa, todo aprendizaje lleva su tiempo.

Además, en las clases puedes compartir tu progreso con tus compañeros, conocer a personas con tus mismas inquietudes, descubrir una cultura diferente a la nuestra y especialmente, darnos cuenta que sabemos más palabras de las que creemos, ya que, nos guste o no, vivimos rodeados de anglicismos.

En resumen, aprender inglés como hobby puede mejorar tu vida de muchas maneras. Al dedicar tiempo y esfuerzo al aprendizaje, puedes mantener tu mente activa y sana. Si estás buscando un nuevo y reconfortante desafío... Contamos en la escuela, con cuatro cursos donde puedes encontrar tu nivel:

Iniciación, Primero (con algún conocimiento de la lengua) Nivel Medio y Conversación, en este nivel, un amigo inglés, comparte algunas clases con los alumnos que asisten a este curso, con lo cual, podemos disfrutar de una pronunciación perfecta.

Las monitoras, que disfrutamos con el inglés, intentamos crear un ambiente relajado donde se aprende poco a poco, sin presión y sin límite de tiempo, puedes apuntarte al curso las veces que creas oportuno.

**THE ENGLISH**



**CORNER**

**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

## **CURSOS BÁSICOS**

### **LAS BEGUINAS**

Comunidad de mujeres independientes en plena Edad Media. Cansadas de herejías y perseguidas por su deseo de vivir en comunidades de mujeres, fueron consideradas el primer grupo feminista de la historia pues reunían las órdenes de los hombres, que en aquella época eran los que regían todo lo relacionado con la política y la religión.

Espirituales, pero no religiosas, no pueden considerarse monjas, constituyan una comunidad de mujeres que estaban lejos de estar sometidas a ningún tipo de reglas o disciplinas, mujeres fieles a sí mismas.

Se encargaron de la defensa de los desamparados, del cuidado de los niños, ancianos y enfermos, sobre todo de los leprosos.

Llevaban una vida dedicada a la oración y trabajo manual, prioritariamente a materiales textiles con los que se financiaban.

Practicaban algún tipo de arte, especialmente la música, pero también la pintura y la literatura.

Estas mujeres no pronunciaban votos, podían salir de la comunidad, casarse, etc...

Adquirieron un cierto poder, pero fueron muy perseguidas y esto las frenó. No fueron bien vistas porque intelectualmente eran superiores a gran parte de la población y por cuidar a las personas más desfavorecidas.

Entre las más ilustres, María d'Oignies, Juliana de Lieja y Beatriz de Nazaret y la más famosa, autora de varias obras en poesía y prosa fue Hadewych de Amberes por el 1.200-1.240 .

El movimiento de las beguinas seduce porque propone a las mujeres existir sin ser esposa o monja, libre de toda dominación masculina. Fueron mujeres adelantadas a su tiempo y ante todo fueron mujeres humanitarias.

La comunidad ha permanecido en el tiempo, de hecho el 24 de abril de 2.013 muere la última beguina a la edad de 93 años.



**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

## TALLER DE TEATRO

### ¡LO QUE NOS GUSTA UN DRAMAAAA!

¿Quién no ha pensado alguna vez ser otra persona, vivir en otro lugar, trasladarse a otro tiempo, reinventarse?

Cuando los miércoles empezamos el día, el grupo de teatro de la escuela se levanta con una energía diferente esperando que lleguen las siete de la tarde. ¿os preguntáis por qué?

Pues hacéis bien, así podréis comenzar el viaje con nosotros.

Llegamos en metro, autobús, coche e incluso andando. Todos cargamos con nuestros problemas del día a día o con nuestras alegrías, muchas veces al irnos compartimos lo uno y lo otro. Pero todos estos pensamientos se diluyen en cuanto entramos al escenario, allí podemos ser una duquesa, un alcalde, una bruja, un caballero, incluso porque no una meretriz divertida o una cuadrilla de vaqueros con coristas incluidas y banda de música. Nos sumergimos en otro tiempo, en otro lugar y en una realidad colorida, divertida o dramática a punto de las lágrimas.

Comenzamos poniéndonos en la piel de otro, estaréis conmigo que es un ejercicio muy sano para fomentar la empatía, aunque de esto si que sabe mucho nuestro director.

Todos hemos tenido en algún momento de nuestra vida alguien que nos guía y nos acompaña en nuestro aprendizaje al cumplir años y sueños, pues ese es el director en el teatro.

Esa persona con paciencia infinita que lidiá con los egos de un montón de actores y tiene la visión espacial de un superhéroe, que cambia las escenas infinidad de veces para adecuarla a cada momento, que trasforma e imagina mil situaciones diferentes adaptando un texto imposible pero que al final sale de manera mágica ante un público expectante y exigente.

El teatro no solo son actores, actrices, directores, también son parte fundamental los tramoyistas, los utileros (atrezzi, imaginad una música suave y elegante pues así suena esta palabra, tan a teatro que no me resisto a incluirla), el vestuario, la música, la iluminación e incluso el catering. Nosotros tenemos la suerte de contar con la escuela popular de Oporto, que no duda en ayudar con resultados siempre brillantes en estas tareas, son capaces de captar e interpretar todos nuestros deseos, y esas ideas a veces locas que nos dicta nuestra imaginación, con decorados, trajes, música....

Como nos gusta ser un grupo multidisciplinar y “apañado” reutilizamos trajes de fondo de armario y a veces nos vestimos para estas obras nosotros mismos. Nos pasa a menudo con el catering que el grupo tiene a bien facilitar también algunos días especiales de ensayo con algún bombón, bollos..... , aunque nuestro director siempre nos recuerde que el chocolate no va bien para la dicción, por supuesto el chicle prohibidísimo.



**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

Llegamos así al día mágico, tras días de estudio, pruebas, ensayos más o menos caóticos ya que por supuesto el caos como buen elemento teatral quiere intervenir. ¡Estrenamos! Es el momento de las prisas, los permisos en el trabajo o en la familia porque somos cómicos, faranduleros que venimos de distintas situaciones vitales pero que no dudamos en apoyarnos para llegar a la recta final donde todas aquellas personas que nos quieren o que son desconocidas, pero les gusta vivir durante hora y media otra realidad acudirán a vernos.

Tras el telón, en cajas, empiezan los nervios a la hora concertada, los “me he quedado en blanco”, se me ha roto en zapato, este traje no me entra, ¿cómo montamos el decorado en este teatro...? Y un sinfín de despropósitos de última hora. Es en ese momento cuando acude a nuestro rescate el director con su calma infinita: Todos a escena, en circulo, a respirar, todo va a salir bien.

Alguien dice: están entrando los espectadores, todos a cajas y calladitos que se oye todo.

Es el momento del cosquilleo en el estómago y los pelos de punta, de detrás de un baúl aparece una actriz/actor con la pócima mágica que hace el milagro de relajarnos.

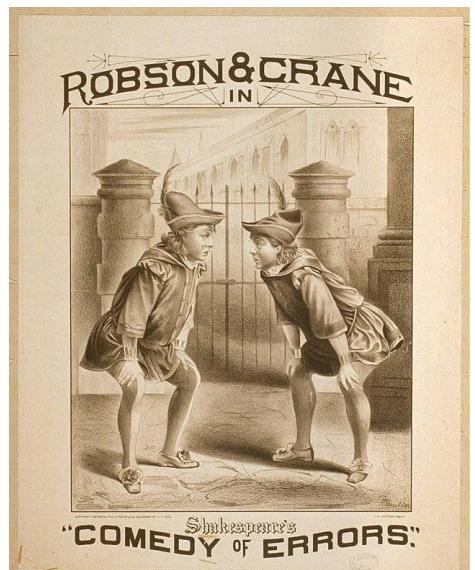
Murmurlos en el patio de butacas y esa voz en off “Por favor recuerden apagar sus teléfonos móviles, la función va a comenzar”.

Y comienza, el primer acto superado, con el segundo cogemos confianza y sin darnos cuenta hemos llegado al baile final y oímos esos aplausos que siempre soñamos y que, aunque pretendamos ser lo más modestos del mundo nos encantan y hacen que todo tenga un sentido y que nos recorran una sensación de bienestar que nos dura hasta la última representación.

Llega a fin esa última actuación en la que un halo de tristeza nos cubre un poco al separarnos de esos personajes que nos han acompañado durante todo el año y nos decimos adiós hasta septiembre, pero de nuevo los aplausos nos llevan a una realidad feliz y vuelta a empezar.

Si esta breve exposición ha sido del agrado del respetable público os esperamos en la representación de LA COMEDIA DE LAS EQUIVOCACIONES DE WILLIAN SHAKESPEARE.

**María José del Pueyo Ruiz (Taller de Teatro)**



**DESDE  
LOS**

**CURSOS Y  
TALLERES**



## TALLER DE PINTURA

La pintura es una de las formas de arte más antiguas y populares en el mundo. Desde las cuevas de Altamira hasta las obras maestras de Leonardo da Vinci y Vincent van Gogh, la pintura ha sido una forma de expresión artística para muchas culturas a lo largo de la historia. Pero no tienes que ser un artista famoso para disfrutar de la pintura, ya que también puede ser un hobby muy gratificante para cualquiera que quiera probarlo.

Una de las razones por las que la pintura es un gran hobby es porque no hay límites en cuanto a lo que se puede crear. Ya sea que estés pintando un paisaje, un retrato o una abstracción, puedes crear cualquier cosa que tu imaginación te permita. Además, no hay reglas estrictas en cuanto a cómo debes pintar. Puedes usar diferentes técnicas, estilos y materiales para crear algo único y personal.

Otra gran razón para elegir la pintura como hobby es que puede ser una excelente manera de reducir el estrés. En lugar de preocuparte por tus problemas cotidianos, puedes concentrarte en el proceso de creación. Al sumergirte en la pintura, puedes desconectar del mundo exterior y permitirte una escapada mental relajante. Además, los colores y las formas pueden tener un efecto calmante en el cerebro y ayudar a reducir la ansiedad.

La pintura también puede ser una forma de autoexpresión. Puedes usar tu obra de arte para mostrar tu personalidad, emociones y pensamientos. Pintar puede ser una forma de liberar tus sentimientos y expresar tu creatividad de una manera única. A través de la pintura, puedes crear algo que sea verdaderamente tuyo y que te haga sentir orgulloso de ti mismo.

Además de ser una actividad emocionalmente gratificante, la pintura también puede ser un hobby social. Puedes unirte a un grupo de pintura o tomar clases para aprender nuevas técnicas y conocer a otras personas con intereses similares. Es el caso de nuestro taller de Pintura nos da la oportunidad de aprender, expresar nuestra personalidad en cada uno de nuestros trabajos y sentirnos rodeados de amigos con los que cada semana pasamos un rato muy agradable.

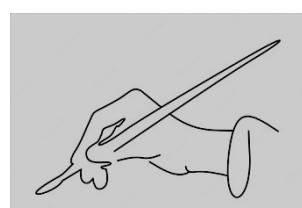
Aunque puede parecer intimidante al principio, no es necesario tener experiencia previa en pintura para empezar.

Si te sientes abrumado por la idea de pintar algo desde cero, también puedes buscar inspiración en otras obras de arte o en la naturaleza. Tomar fotos o hacer bocetos de paisajes o escenas urbanas puede ser una excelente forma de desarrollar tu técnica y encontrar ideas para futuros proyectos.

En conclusión, la pintura es un hobby que puede ser una fuente de relajación, autoexpresión y creatividad para cualquier persona que quiera probarlo. Ya sea que busques una actividad solitaria o social, la pintura puede ser una forma gratificante de pasar tu tiempo libre. No tienes que ser un artista experto para disfrutar de la pintura, solo necesitas una pizca de creatividad y un poco de motivación para empezar a crear tus propias obras maestras, también nuestra profesora, Emilia te ayudará en todo momento, para elegir papel, colores, etc. y de todos nuestros trabajos nos sentimos muy orgullosos.

Desde el curso pasado estamos colaborando con el taller de teatro haciendo los decorados que nos proponen. Es algo diferente a lo que hacemos normalmente, lo hacemos en grupo y es maravilloso trabajar todos juntos con un mismo objetivo,

El taller de Pintura es muy interesante y muy satisfactorio.



DESDE  
LOS



CURSOS Y  
TALLERES

## TALLER LA MONARQUÍA ESPAÑOLA EN LA EDAD MODERNA Y EL MUSEO DEL PRADO: UNA HISTORIA ENTRELAZADA UN EPÍLOGO PARA UN EMOCIONANTE CURSO



*Retrato de Felipe II por Sofonisba Anquissola. 1573. Museo Nacional del Prado.*

Quiero esta humilde aportación sirva como sentido homenaje a todos aquellos que han participado en este curso que ya finaliza.

Como monitor de este taller, tengo que decir que, sin la participación de Carmen Rosa, Santiago, Carlos, Nati, Rosa, Goreti, Soledad, Amparo, Ángel, Pedro, Ángela, Matilde y Gloria, nada de esto hubiera sido posible, no por evidente deja de ser necesaria su mención.

Cuando he escrito “emocionante” en el título de este artículo me refería, hay que dejarlo de manifiesto, a esta participación por parte de los asistentes que siempre, siempre tuvieron una actitud de total atención y participación en todo aquello que se trató durante el curso. Para este humilde servidor, ha sido del todo reconfortante poder transmitir lo poco que uno ha podido transmitir a lo largo de estos intensos meses a tan aplicada concurrencia.

El curso, para aquellos que no han asistido, se planteó como una suerte de vuelta de tuerca en relación a mi primera incursión en la Escuela, año 2019, en un taller que versó, exclusivamente, sobre el Museo del Prado. Desgraciadamente y por motivos que todos conocemos, esta aventura quedó truncada en marzo de 2020.

Efectivamente, en este caso, el camino que se planteó tenía connotaciones diferentes, pues estaba más enfocado al respecto de la Historia Moderna de España, teniendo en esta ocasión al Museo del Prado, como soporte necesario, imprescindible, para el mejor transitar de las clases.

**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

Como realizador del curso, espero que el nivel haya cumplido las expectativas de los asistentes. Para mí, era emocionante (y vuelvo a recurrir a este término) ver como cada miércoles (alternos) asistían a la clase estos devotos alumnos que he tenido la suerte de tener este curso: nunca tendrá suficientes palabras de agradecimiento para ellas y ellos.

Además, los últimos cuatro meses del taller, tuvimos una extraordinaria novedad: ¡una gran pantalla digital casi tamaño cine! Con ella, pudimos deshacernos de la instalación del portátil y del cañón para proyectar las diapositivas. Al mismo tiempo, ganamos en calidad de visionado. Quiero aprovechar este párrafo para agradecer a Ángel, su inestimable ayuda en aquellas farragosas tareas de instalación, siempre en lucha con los cables.

Hemos recorrido más de 300 años de la Historia de nuestro país, con la Monarquía como protagonista, no podía ser de otra manera, pero también sin perder ojo a la abundante y excepcional fuente que es nuestra primera pinacoteca: El Museo del Prado.

Por último, ofrecer mis agradecimientos, cómo no, al Colegio Público Isaac Peral y también a la propia Escuela Popular de Oporto, en el primer caso por prestar las instalaciones y en el segundo por su confianza en mí, especialmente a su director y también alumno, Pedro, pero también a Mar, que fue asimismo monitora de cursos años pasados y responsable de que yo esté aquí ahora.

Hasta aquí lo que he querido fuera un epílogo agradecido del curso, ahora me gustaría, elegir un personaje entre tantos que hemos tratado en clase los miércoles alternos, como guinda del pastel y que sirva también como adecuado paradigma de lo que ha sido el taller. Y ese personaje elegido es Juana de Austria, hija menor de Carlos V e Isabel de Portugal.

Como soporte de lo que va a ser un breve extracto de su biografía, es inevitable echar mano del gran retratista de Corte, Antonio Moro y de su obra colgada en las paredes del Museo del Prado y que hemos estudiado en clase.

El retrato en los Austrias, todos lo hemos visto, no se significa precisamente por la alegría, más bien, los rostros de los retratados transmiten un distanciamiento propio de la majestad que se quiere comunicar pero en el de Juana, hay motivos para sostener que viene añadida una gran cantidad de tristeza y desazón, imposible de disimular.



Retrato de Juana por Antonio Moro, 1560. Museo Nacional del Prado

**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

Casada desde muy joven con su primo hermano, Juan Manuel, Príncipe de Portugal, Juana era, al igual que prácticamente todos los personajes de la Corte española (también, lógicamente, extranjeras), una pieza más del ajedrez en los intereses geoestratégicos y políticos de la Monarquía. Se podría decir que, en este sentido, la conveniencia política destacaba muy por encima de los intereses personales y Juana supo desde muy joven qué significaría eso.

Como hemos dicho, en 1552 se casa con Juan Manuel, en ese trazado que ya desde los Reyes Católicos se inició para unir ambas coronas, la portuguesa y la española, bajo el predominio de un rey castellano. Contaba con 17 años y su esposo, 15.

En la Corte portuguesa se ganó fama de alta y distante, de todas formas, su estadía en el país vecino, fue breve, brevíssima. El príncipe Juan Manuel falleció al poco tiempo por unas diabetes dejando, eso sí, una semilla en Juana, embarazada de quien sería el famoso y también desdichado Rey Sebastián.

Juana, deudora para con sus obligaciones dinásticas, fue llamada por su padre para cumplir la función de Regente, ya que el Emperador y el hijo de este, el príncipe Felipe, futuro Felipe II tenían que atender obligaciones fuera de nuestro país, estamos en 1554.

En consecuencia, tuvo que abandonar la corte portuguesa y, lo peor, a su hijo Sebastián con apenas unos meses de edad. Fue devastador para ella. No volvería a verle nunca más.

A partir de este momento, su presencia en España no se entiende, no sólo por su brillante actuación como regente hasta 1559 que regresó su hermano Felipe, sino sin su relación con dos figuras descollantes del mundo político y religioso del siglo XVI: Ignacio de Loyola y Francisco de Borja, Duque de Gandía ambos serían con el tiempo, beatificados por Roma.

Juana, mujer de profundas convicciones religiosas, practicaba, sin embargo una vía no del todo seguidora de la ortodoxia católica levantando las suspicacias de la propia Inquisición, consistente en una relación, digamos, más directa con Dios, a través de la oración continua y la meditación.

Gracias a su estrecha relación con Ignacio y Francisco, pudo entrar en la Compañía de Jesús, fundada por el primero. Orden esta que no admitía mujeres. Juana supo burlar la prohibición utilizando un nombre de varón: Mateo Sánchez. Sería la primera y única mujer jesuita de la Historia.

Otro hito en la vida de Juana y que podemos disfrutar todos los madrileños y madrileñas en la actualidad, es la fundación de Las Descalzas Reales, lugar de su cobijo espiritual en vida y también de su descanso eterno en su muerte. Juana se despidió de este mundo el 7 de septiembre de 1573 en El Escorial, contaba con 38 años.



**DESDE  
LOS**

**CURSOS Y  
TALLERES**



## TALLER DE TAICHI XIN-YI DE LOS JUEVES



Sapere aude



He tenido la inmensa suerte de poder viajar a menudo por Asia y una de las cosas que más me llamaba la atención era ver los parques llenos de gente a horas muy tempranas, practicando lo que parecía ser una bella coreografía llena de encanto y plasticidad. Daba igual el intenso tráfico de coches y motos (con hasta 4 personas montadas en ellas) y lo escueto del parque... La gente estaba como ensimismada en su práctica. El mundo es eso; donde existe una urbe caótica y ruidosa, también hay un espacio para la quietud, para el ensimismamiento, para pensar en no pensar... Y allí se juntaban jóvenes y mayores cada uno a su ritmo y libre albedrío, practicando rutinas diariamente que los hacen ser longevos y ágiles de cuerpo y mente.

Si amigos, estoy hablando del Taichi, ese bello arte que iba para marcial y al final es una academia total. Hoy y desde hace ya unos años tenemos la suerte y el privilegio de poder practicarlo en nuestra querida escuela popular de Oporto de la mano de un gran maestro lleno de sabiduría y ecuanimidad. Gracias pues a todas y todos, alumnos y profesores, que hacen posible esa frase maravillosa en latín “sapere aude (atreverte a conocer)”. Un abrazo a todas.



Aeternum discipulus



Cierro los ojos y vuelan los pensamientos. Se escucha el silencio. Ahora el viento sopla los acordes de los pájaros que revolotean a nuestro alrededor...

Abro los ojos; los colores dan forma a mis sentidos y soy consciente de que estáis aquí, tan cerca que os siento dentro de mí. Tan agradecido y afortunado de poder compartir este momento con vosotras que mi felicidad no se puede definir con palabras... ¡El ganso del Nilo se posa sobre una pata mientras dormita! ¿En qué estará pensando? Por favor, focaliza; los pensamientos están a flor de piel, pero la concentración ayuda a saborear este momento. Ante todo gratitud y humildad, si.

Algo que quizás no se puede nombrar ni definir nos ha reunido en este bonito lugar, bajo la sombra del gran olmo y los dulces toques de luz que se reflejan en el gran lago. Siento como las manos hormiguean y la energía llena de calor mi cuerpo en Wu Qi. Sonrío sosteniendo el cielo con las manos. Me siento tan flexible tensando el arco y separando el cielo de la tierra, que vibra con las palpitaciones de la sangre que recorre mi cuerpo. Abrazando al árbol se puede sentir un leve cosquilleo en la planta de los pies. Siento la calma que nos une a la tierra. Respiro y miro atrás como una vaca que observa la luna. Saboreo el aire que baila dentro de mí y de pronto, el soplo de exhalación susurra que no hay intención de nada en esta hoja que pinta remolinos en su repentina e inocente caída. Somos como fuelles bajando la cabeza y las caderas; inhalando y exhalando, permitiendo a los pensamientos ser testigos de nuestro baile.

La barca surca todos los mares del mundo sin movernos físicamente de aquí y ahora. Apretamos los puños (dejando un pequeño vacío en ellos para poder atrapar a un pajarito sin lastimarlo). Sacudimos nuestro cuerpo balanceándonos al ritmo de nuestra respiración. Nuestras manos tocan Dan-tien nutriendonos de la energía que zambulle en nosotras. Acaríciate, lleva con tus propias manos el Qi que está dentro de tí hacia el lugar de tu tesoro que más lo necesite. Wu Qi de nuevo, sintiendo los hombros ligeros y la mente serena para practicar taichi desde lo más profundo de nuestro ser, descubriendo pequeños matices de cada movimiento y puliendo (de por vida) las ganas de meditar en movimiento.

Gracias por brindarme la oportunidad de vivir sintiendo la vida junto a vosotras. Gracias por compartir conmigo vuestro aprendizaje. Gracias por el gusto de ser un eterno aprendiz.

**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

## TALLER DE YOGA INTEGRAL DE LOS MARTES

Yoga es liberación y unión con la Energía Universal, el practicante inicia un camino de introspección y evolución personal y espiritual.

Desde la antigüedad los seres humanos se han preguntado sobre su existencia, y en busca de respuestas, algunos han experimentado y concebido técnicas y métodos aplicadas al cuerpo, a las energías, a la mente y al espíritu que ayudan a la evolución espiritual. Para el practicante de Yoga las sabidurías místicas son inspiración y guía no ortodoxia, su trabajo es de experimentación personal con su cuerpo y psique hacia el despertar de la conciencia.

El Yoga nace en la India. En la civilización del Valle del Indo (3.300 a.c. a 1.300 a.c.), en lo que hoy conocemos como Pakistán, en unos trabajos arqueológicos se encuentra un sello con una figura sentada en posición de loto o meditación. Es la referencia más antigua que se tiene hasta hoy.

El conocimiento yóguico se transmitía por vía oral durante siglos, de maestro a discípulo. La primera referencia escrita de la que tenemos constancia data del s. II d.c., son los "Yoga Sutras" de Patanjali. Aquí el Yoga surge como sistema filosófico y ético, y así es aceptado por casi todas las líneas de Yoga.

Los "Yoga Sutras" son aforismos, prescripciones para mejorar nuestra conducta interna y externa, que nos ayudan a relacionarnos con nosotros mismos y con los demás sin conflicto y sin sufrimiento. Son ocho pasos, hablaré de dos: Yama y Niyama

Yama, son actitudes de la practicante (yoguini) hacia los demás: la no violencia, la veracidad en la palabra, el pensamiento y la acción, y el abandono de la codicia y la avaricia son algunas.

Niyama, son actitudes de la practicante (yoguini) hacia sí misma: pureza de pensamiento, autodisciplina, autoconocimiento y autoconfianza.

La adopción y sostenimiento de estas actitudes en nosotros no se darán sin más, requieren constancia y perseverancia. El trabajo como yoguini será identificar mediante la vía introspectiva que obstáculos son los que nos impiden asentar en nosotros estas actitudes.

La ética del Yoga no es dogmática ni coercitiva. Patanjali nos habla del cultivo de la virtud, del ejercitamiento psicomental y del desarrollo de la sabiduría.

A occidente empiezan a llegar las primeras enseñanzas de Yoga a finales del s. XIX, y a mediados del s. XX llega un Yoga postural o físico, al que se suma el conocimiento que occidente tenía de anatomía y fisiología humana. El interés por este tipo de Yoga crece de forma importante aupado en gran medida por la cultura de vida saludable y culto al cuerpo que impera en occidente. En la actualidad esta tendencia poco a poco va revirtiendo y cada vez es mayor el interés por la vía espiritual que ofrece el Yoga.

Sri Aurobindo (1872-1950) es el inspirador del Yoga Integral, aúna ejercicios espirituales y meditación con formación física, cultural e intelectual. Se pretende crear las condiciones físicas y psicom mentales para indagar en lo más profundo de nosotras, constituyéndose como método para el desarrollo del potencial latente que todas llevamos en nuestro interior.



**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

En Yoga Integral se trabaja con el cuerpo para que este sea nuestro aliado cuando llegamos a la Meditación.

El asana o postura estira, desbloquea y elimina tensiones orgánicas y psicosomáticas, y pacifica la mente y las emociones.

En la Meditación se conecta con nuestra interioridad más profunda tomando conciencia de nuestra paz interior, se desarrolla la capacidad de gestión de nuestros impulsos más primarios facilitando el tomar "distancia", se cultiva la atención y la concentración, y se favorece la claridad mental.

El Yoga muestra y abre camino, no impone. Cuando una persona llega a una clase de Yoga Integral lo hace con su propio bagaje personal (su "mochila") y su propia motivación. Quien se acerca al Yoga para mejorar y procurarse bienestar físico, bienvenidas son. Quien se acerca al Yoga para un trabajo de autoconocimiento y mejora de su psique, bienvenidas son. Quien se acerca al Yoga para el desarrollo de su camino espiritual, bienvenidas son.

*Lali, (Yoga Integral).*

Puedo decir que el Yoga llegó a mi vida en el momento que más lo necesitaba, la pérdida de seres queridos tenía mi corazón y mente muy acelerados. Las asanas, relajación y meditación que nos enseña la monitora Lali calman mi mente y me sientan genial, al terminar la clase muchas veces me digo...me siento otra. Muchas gracias Lali.

*María Cerdeño.*

Me estoy iniciando en el mundo del Yoga. Esta es la segunda vez que me apunto a clases de Yoga. Mi primera experiencia me defraudó un poco, las clases eran estiramientos. Por lo que había oído a la gente que lo conocía esperaba más relajación y controlar la respiración pero no fue así. No sabía que había diferentes formas de hacer yoga.

Este año decidí volver a intentarlo y apuntarme de nuevo. Me he llevado una grata sorpresa. El Yoga Integral me gusta, es lo que estaba buscando. Poder hacer las posturas de yoga tomando conciencia en cada momento de lo que hago y sobre todo a respirar haciendo las asanas. Ayudando con la relajación y la meditación para mí novedoso, con todo para poder ponerlo en práctica en mi vida diaria y hacerla más agradable.

Me queda mucho por aprender.

*Teresa.*

TADASANA: La postura de la montaña es un asana de pie en yoga.

WU JI (CHI): La postura de vacío, el inicio de la forma en taichí.

Enraizar, calmar, respirar, alinear, que natural y sencillo, qué poderoso.

Mis prácticas en la escuela en grupo los jueves en taichí y ahora en yoga los martes, son un disfrute, un bienestar físico y mental por la dedicación y sabiduría que nos transmiten los profes Richi y Lali, y la compañía de compañeros-as, esa socialización tan beneficiosa para el alma, y por añadidura carezco de la suficiente voluntad para hacer la práctica individual, es mi salvación. Todo mi agradecimiento.

Tenemos en clase un programa de ejercicios, estiramientos, calentamiento, Suryanamaskar: Saludo al Sol, asanas: posturas, pranayamas: respiraciones, todo nos prepara para finalmente la meditación en Yoga.

En Taichi, estiramiento articular, calentamiento, distintas tablas de Chi King, la forma de taichí, los 24 ó 78 movimientos, respiraciones según la estación del año, ó meditación, además de la tarea de creatividad que cada año Richi se encarga de prepararnos para traer cada semana un-a compañero-a.

Soy muy afortunada por practicar estas disciplinas milenarias en la Escuela Popular de Oporto. Una gran labor.

Muchas gracias. Namaste.

*María Jesús.*

DESDE  
LOS

CURSOS Y  
TALLERES



## CURSO DE ESPAÑOL PARA INMIGRANTES INTERVENCIÓN DE KARIMA EN LA SEMANA DE LA MUJER.

يعتبر دعامة أساسية للأسرة وداعمًا أساسياً . دور المرأة المغربية في المجتمع مهم جداً. تنشط المرأة المغربية في مجالات مختلفة كالتعليم والصحة والزراعة والحرف . للمجتمع

ولد . مثال على امرأة مغربية مشهورة فاطمة المرنisi ، عالمة اجتماع ونسوية وكاتبة مغربية ألفت العديد من الكتب عن المرأة . بالرباط 2015 بمدينة فاس المغربية وتوفي سنة 1940 سنة في هذا الكتاب ، يبحث في التصور ". الحرير في الغرب " في العالم الإسلامي ، أشهرها كتاب كما كتبت عن وضع . الغربي للحرير وكيف تم استخدام هذا الرأي لبرير الحكم الاستعماري المرأة في العالم العربي والتحديات التي يجب على المرأة التغلب عليها لتحقيق المساواة بين حصلت فاطمة المرنisi على العديد من الجوائز عن عملها وتعتبر من أهم . الجنسين كان لعملها تأثير كبير على الوعي بوضع المرأة في . الشخصيات في الحركة النسوية العربية العالم العربي وألهم العديد من النساء للنضال من أجل حقوقهن.



El papel de la mujer marroquí en la sociedad es muy importante. Es considerada como un pilar fundamental de la familia y un apoyo esencial para la comunidad. Las mujeres marroquíes son activas en diversos ámbitos, como la educación, la salud, la agricultura y la artesanía. Un ejemplo de una mujer marroquí célebre es Fatima Mernissi, una socióloga, feminista y escritora marroquí. Nació en 1940 en Fez, Marruecos, y falleció en 2015 en Rabat.

Es autora de numerosos libros sobre las mujeres en el mundo musulmán, siendo el más conocido "El harén en Occidente". En este libro, examina la percepción occidental del harén y cómo esta visión se utilizó para justificar la dominación colonial. También escribió sobre la condición femenina en el mundo árabe y los desafíos que las mujeres deben superar para lograr la igualdad de género. Fatima Mernissi recibió numerosos premios por su trabajo y es considerada como una de las figuras más importantes del feminismo árabe. Su trabajo ha tenido un impacto significativo en la conciencia de la condición de las mujeres en el mundo árabe e ha inspirado a muchas mujeres a luchar por sus derechos.

**DESDE  
LOS**

**CURSOS Y  
TALLERES**

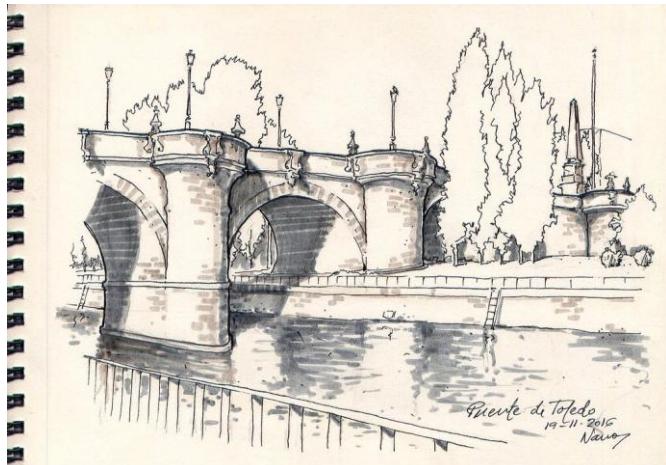


## TALLER DE COSAS DE HISTORIA

El Taller Cosas de Historia ha estudiado durante este curso algunos temas históricos de diferentes épocas y contenidos. Desde la Tarraco romana a Santa María del Naranco, la mezquita de Córdoba, la Sevilla del siglo XII, la universidad de Alcalá de Henares y las aguas de Madrid.

Este último tema nos ha ocupado algunas semanas. Os contamos algunas de las cosas que hemos hecho y aprendido.

El primer día comenzamos leyendo diversos poemas cuyo tema era el agua, y eligiendo un verso de cada uno, hicimos un poema nuevo:



Mi corazón se vuelca  
sobre la fuente fría  
como aquella nube blanca,  
la noche moja riberas en tu alma,  
ojos de agua de sueño.  
No estás en mi horizonte  
no brillas aunque brillas  
con una luz de agua.  
Que pequeña sobre el río  
el agua cantaba.  
Me queda la mar media  
en el triunfo del agua.  
Gotita de agua.  
Puedes irte y no importa  
pues te quedas conmigo.  
Mi pozo espiritual  
colma la gota.  
Me han traído a país sin río,  
río arriba voy buscando,  
con todo el mundo diluido en él.

A continuación, reflexionamos sobre Madrid y su extraordinaria relación con el agua. Y coincidimos en que el agua es realmente nuestro orgullo. Así, que manos a la obra y vamos a averiguar por qué.

Hay que recordar nuestro pequeño río Manzanares; los árabes lo llamaron río de piedra (Guadarrama). Este pequeño río era de aguas cristalinas que la sed se podía aplacar en sus aguas, a lo largo de él en sus riberas era frondoso tenía muchas retamas. Y lo largo de su ribera tenía lugares con diferentes nombres. La Chopera, Fuente la Reina, Somontes etc. Pero, como veremos, Madrid se funda sobre un talud a más de 60 metros de altura sobre el nivel del río, y realmente sus aguas no fueron el motivo de su creación.

En la segunda mitad del siglo IX el emir Muhammad I (852-886) mandó construir una fortaleza cerca del río Guadarrama, conocida como Mayrit.

La fortaleza fue construida en el lugar que hoy ocupa el Palacio Real, con el propósito de vigilar los pasos de la Sierra de Guadarrama y proteger Toledo de los ataques de los cristianos.

**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

El significado de Mayrit no está claro, aunque parece ser el híbrido de dos topónimos, uno mozárabe, "Matrice", que significa fuente, y otro árabe, "mayra" que significa cauce o lecho de un río. Ambos aluden a la abundancia de arroyos y aguas subterráneas del lugar.

Por este motivo el lema del primer escudo de la ciudad reza:

Fui sobre agua edificada,  
mis muros de fuego son.  
Esta es mi insignia y mi blasón.

Al crecer la población el agua de la que se abastecían fue disminuyendo y hubo que buscar otros medios con que abastecer a la población. Se decidió buscar arroyos más alejados. Y tras convertirse en capital, durante el reinado de Felipe II, se decidió usar los llamados "viajes de agua": un sistema de captación y distribución de agua a través de una red de galerías subterráneas. Consistía en construir una hilera de pozos unida por una galería subterránea desde la Sierra de Madrid, hasta la ciudad.

El agua, sencillamente se desplazaba por la diferencia de cota, como un río subterráneo, sin que fuera necesario bombeo alguno. Aseguraban el abastecimiento de agua en Madrid hasta el siglo XIX, en que fueron sustituidos por la red de depósitos y conducciones del Canal de Isabel II.

La técnica constructiva de los viajes de agua se basaba en la excavación de minas verticales para la captación del agua acumulada en el nivel freático, y de galerías de conducción y distribución, a través de los niveles arenosos del subsuelo. Estas minas se acabaron revistiendo con muros y bóveda de cañón, construidos con ladrillo macizo y mortero de cal. En el interior, sus dimensiones eran lo bastante amplias como para permitir el tránsito humano. El acceso a las galerías, para su mantenimiento y/o inspección se realizaba normalmente a través de los pozos de registro localizados cada 10 – 50 metros, originalmente utilizados para la extracción de arenas durante su construcción y que posteriormente sirven también para la ventilación de las galerías.

Los cuatro principales viajes fueron el de Amaniel (1610-1621) – perteneciente a la Corona – y los tres viajes propiedad de la Villa de Madrid : el de la Fuente Castellana (1613-1620) y los llamados del Abroñigal Alto y Abroñigal Bajo (1617-1630).

A ellos se añadieron luego otros importantes en el conjunto de la red hidrogeológica, como el Viaje del Buen Suceso (1612-1618), para surtir una fuente en la Puerta del Sol.

Sin embargo el agua no llegaba a todos los hogares de la capital por lo que la figura del aguador se convirtió en fundamental.

Desde que en 1561 Felipe II fijó en Madrid la capital del reino, el número de aguadores se incrementó.

En el siglo XVII se estableció una normativa que ordenaba la función de los aguadores madrileños asignándoles fuentes públicas determinadas.

Durante el siglo XVIII para poder desempeñar el oficio era necesaria una licencia por la que había que pagar 50 reales más 20 por la renovación anual.

La función de los aguadores era llevar en cubos o cántaros el agua desde las fuentes a los domicilios que lo requerían y recibir un pago por ello.

Con la construcción del Canal de Isabel II , en 1858, llegó el fin de los aguadores. Aunque aguantaron hasta los años 70 del siglo XX no fue más que de forma anecdótica.

Este artículo está elaborado con la colaboración de las alumnas del Taller.

**DESDE  
LOS**



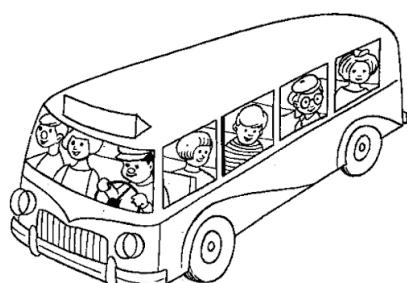
**CURSOS Y  
TALLERES**

## COMISIÓN DE ACTIVIDADES CULTURALES

Desde la Comisión de Actividades Culturales, intentamos organizar actividades culturales que sean interesantes, divertidas y conforme a los principios de la Escuela Popular de Oporto, potenciando la formación participativa, integral, solidaria y popular. Si creemos que la Escuela es algo más que impartir o recibir unos conocimientos en un aula, nos parece interesante reivindicar una salida, una visita, asistir a una obra de teatro o, las jornadas culturales, por poner un ejemplo.

Al proponer o planificar esas actividades procuramos que los temas de una charla en una jornada estimulen el conocimiento, un pensamiento crítico, que se conozcan otras realidades (algunas lejanas, otras muy cercanas), fomentar la interculturalidad, la curiosidad y la crítica; también relacionarnos y, por qué no, emocionarnos juntos, reír y llorar.

Por último quisiera hacer un llamamiento a monitores y alumnos: vuestra participación es muy importante. Se puede realizar de diferentes formas, acudiendo y colaborando en jornadas/eventos, haciendo llegar sugerencias, ideas, ... o leyendo los carteles que se ponen en la entrada para que así no se nos pase inadvertido ese plan y lo podamos compartir con compañeros o alumnos en el caso de los monitores, por qué en definitiva todos aprendemos y todos enseñamos.



**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

## TALLER DE TAICHI DE LOS MARTES

Me alegro de volver a formar parte de la Escuela Popular de Oporto. Esta vez para practicar taichí de la mano de Charo. Tener un ratito para compartir, para practicar una meditación activa y calmar por momentos tu mente y por supuesto conocer a mis compañeros y aprender de ellos.

Aquí quería compartir lo que es para mí la meditación. No es para la mente ni los pensamientos. Es concentrarse en el momento presente, sin pasado, sin Futuro, solo aquí y ahora. Respirar y sentir en lo más profundo de tu ser. Nos ayuda a vivir en equilibrio, transformar cada momento en algo armonioso. A calmar la mente, apaciguar esos estados de ansiedad que a veces vienen a nuestra mente y a comprender esos demonios internos que amenazan con salir. Nos enseña a escucharnos, a entender nuestros mensajes que guardamos, a escuchar nuestras emociones, en definitiva, a prestar atención a nuestro interior y a darle una salida favorable, sin torturas.

Nos ayuda a contemplar los pensamientos desde una perspectiva que nos permita comprendernos y ampliar nuestra sabiduría para poder discernir lo tóxico de lo saludable. Y así en ese camino que es la vida en su fluctuar, con sus subidas y bajadas, sus dificultades, puedo dedicar un instante para parar y reflexionar sobre la situación, para llegar a un estado de bienestar.

Definición de relajación: el bullicio del mundo se desvanece. Todo es quietud y silencio. Paz absoluta. Abandona todo temor y descansa. Al igual que una gota de agua se funde en el océano, fúndete en ese lago de paz abandónate conscientemente y descansa.

*Mabel Bernal*



**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

## TALLER DE PATRONAJE, CONFECCIÓN Y COSTURA

Patronaje, confección, costura... Es importante saber el significado de estas palabras para darnos cuenta de la importancia de esta actividad y los beneficios que nos aporta.  
Patronaje: Arte de hacer patrones, plantilla de papel que se copia en una tela con el objetivo de crear cualquier prenda de vestir.

Confección: Tiene su origen en el vocablo latino *Confectio*, se refiere a la acción de hacer cosas a partir de una mezcla o combinación de otras

Costura: método por el cual se unen dos o más telas al perforarlas y entrelazarlas con un hilo ayudadas por una aguja

Y a esto nos dedicamos los jueves, hacer patrones, transformarlos para cortarlos en la tela, coser, probar, ajustar y terminar las prendas , dar una nueva vida a prendas que teníamos en el armario y transformarlas...En definitiva, un mundo lleno de infinitas posibilidades .

La importancia de este taller está en las personas que lo componen, gracias a la imaginación, risas, conversación, el ayudarse unas a otras, el sentimiento positivo de crear algo a partir de un trozo de tela, el orgullo de llevar puesto una falda o un pantalón que has creado con tus propias manos, todo ello hace posible que cada jueves sea diferente y que las dos horas de este taller sean tan positivas a nivel personal.

Como cada año estamos preparando el desfile para haceros disfrutar de nuestras creaciones, esperamos que os guste.

**Monitora :Angélica**



**Corpiño**

DESDE  
LOS

CURSOS Y  
TALLERES



## TALLER DE LITERATURA (GENEALOGÍA FEMINISTA) NOBEL-AS (MUJERES GANADORAS DEL NOBEL DE LITERATURA)

Desde que en 1901 se entregara el Premio Nobel de Literatura por primera vez, se ha otorgado en 115 ocasiones: 17 mujeres y 98 hombres. Y no, no es porque las mujeres escriban menos, sino que, como ha venido siendo habitual en todos los ámbitos sociales, las escritoras han sido invisibilizadas, su escritura, menos valorada, sus relatos “menos interesantes”. Lo que se consideraba “universal” correspondía al mundo masculino. Lo femenino era lo “particular”, lo “excepcional”. A pesar de que las mujeres son (somos) la mitad de la población mundial, parecía que lo que las (nos) afectaba era menos interesante desde un punto de vista literario, debiendo esforzarse el triple que cualquier hombre que escribiese para demostrar su valía, originalidad o talento narrativo.

Afortunadamente, el panorama está cambiando. Cada vez más mujeres son publicadas, leídas y reconocidas. En honor a ellas, este año hemos estudiado en el taller de Literatura de la Escuela Popular de Oporto a las 17 escritoras que, hasta hoy, han recibido el premio más importante. Para el último encuentro de FAEA, algunas alumnas seleccionaron fragmentos de los discursos de aceptación de escritoras ganadoras del Nobel (a las que hemos denominado NOBEL-AS), y que ponen de manifiesto, no sólo la calidad narrativa de estas mujeres, sino también su compromiso político, de denuncia e inclusividad.

Aquí os dejamos algunos de ellos, aunque, el mejor homenaje que se les puede hacer es leerlas directamente:

«La tradición de la novela china retrata los problemas de su sistema familiar y el papel que ocupa la mujer en él:

- Cuando el matrimonio es el tema de la historia casi siempre termina en tragedia.
- La superioridad de las cortesanas, que sabían leer, escribir, cantar y eran inteligentes y hermosas, muy alejadas de la esposa común que era “una mujer de cara amarilla” y por lo general analfabeta.
- La creencia de que “todas las mujeres extraordinarias son peligrosas, se destruyen a ellas mismas y a los demás”.
- El poder absoluto de la mujer en el hogar, el poder demasiado grande del matriarcado, la abuela, la madre, e incluso las siervas, las cuales a menudo jóvenes y hermosas y fatalmente dependientes, se convirtieron con demasiada frecuencia en juguetes de los hijos de la casa en ruinas y fueron destruidas por ellos. Las mujeres reinaban en la casa china y fueron totalmente confinadas en sus paredes.»

*Fragmento del discurso de Pearl S. Buck (Premio Nobel 1938). Leído por Chari.*



**DESDE  
LOS**



**CURSOS Y  
TALLERES**

«Quisiera que se imaginaren a sí mismos en algún lugar del sur de África, en un comercio de Ramos generales propiedad de un hindú en una zona pobre durante una época de sequía prolongada. Hay una hilera de personas, en su mayoría mujeres, con toda clase de recipientes para agua. El hindú presiona las muñecas contra la superficie del mostrador y observa a una mujer negra que se inclina sobre un cuadernillo de papel que parece arrancado de un libro. Está leyendo Ana Karenina. Ella lee con lentitud, palabra por palabra. Parece un libro difícil, es una joven con dos niños pequeños que se aferran a sus piernas. Está embarazada.

El hombre siente curiosidad y pregunta a la joven:

- Qué estás leyendo?
- Es sobre Rusia responde la chica.
- Sabes dónde queda Rusia?

Tampoco él está muy seguro. La joven lo mira fijamente, con gran dignidad, aunque tenga los ojos enrojecidos por el polvo. Yo era la mejor de la clase. Mi maestra me dijo que era la mejor. La joven retoma la lectura, quiere llegar al final del párrafo, vuelve a inclinarse sobre el libro lee con lentitud, pero el párrafo la fascina y vuelve a releerlo. Va pensando, se parece a mí con su pañoleta blanca y también porque cuida niños. Yo podría ser ella, esa chica rusa y ese hombre que la ama y le propondrá matrimonio. (No había pasado de aquel párrafo). Sí, también encontraré un hombre y me llevará lejos de todo esto a mí y a mis niños.

Esa pobre chica que atraviesa trabajosamente la polvareda y sueña con educación para sus hijos, ¿acaso somos mejores que ella, nosotros atiborrados de comida, con nuestros armarios repletos de ropa? Creo que esa chica y las mujeres que seguían hablando sobre libros y educación, aunque llevaran 3 días sin comer son quienes nos podrían definir.»

*Fragmento del discurso de Doris Lessing (Premio Nobel 2007), leído por Belén*

«Yo no estoy sola en este podio... Hay voces a mi alrededor, cientos de voces. Ellas siempre han estado conmigo, desde la infancia. Me crié en el campo. De niños, nos encantaba jugar al aire libre, pero al caer la noche, las voces cansadas de las mujeres de los pueblos que se reunían en los bancos cerca de sus casas, nos atraían como imanes. Ninguna de ellas tenía esposos, padres o hermanos. No recuerdo a los hombres en nuestra aldea después de la Segunda Guerra Mundial, vivíamos en un mundo de mujeres.

Lo que más recuerdo es que las mujeres hablaban sobre el amor, no sobre la muerte. Contaban historias acerca de despedir a los hombres que amaban el día antes de ir a la guerra, hablaban sobre que esperarían por ellos, y la forma en que todavía estaban esperando. Creo que he sabido qué es el amor desde la infancia...»

*Fragmento del discurso de Svetlana Aleksiévich (Premio Nobel 2015), leído por Mar*



DESDE  
LOS



CURSOS Y  
TALLERES

## AMOR FELIZ

Un amor feliz. ¿Es normal,  
serio, útil?

¿Qué saca el mundo de dos personas  
que no ven el mundo?

Encumbrados hacia sí mismos sin mérito alguno,  
dos al azar entre un millón, pero seguros  
de que así tenía que ocurrir. ¿Como premio de qué?, de nada;  
la luz llega desde ninguna parte.

¿Por qué cae precisamente sobre ellos y no cae sobre otros?  
¿Ofende eso a la justicia? Así es.

¿Viola principios cuidadosamente almacenados, derriba  
de su cima a la moral? Viola y derriba.

Mirad qué felices:

¡si disimularan aunque fuera un poco,  
si fingieran aflicción para animar a los amigos!

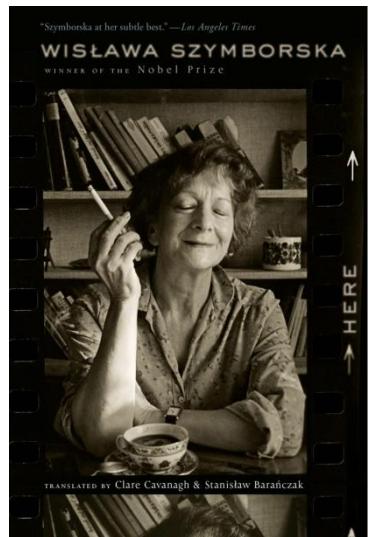
Escuchad cómo ríen. Es insultante.

Qué lenguaje utilizan, aparentemente comprensible.

Y esas ceremonias suyas, esas celebraciones,  
sus rebuscadas obligaciones de unos para con otros,  
parece una conspiración a espaldas de la humanidad!

Resulta incluso difícil prever qué sucedería  
si pudiera cundir su ejemplo.

Qué podrían hacer religiones, poesías;  
qué se recordaría, qué se abandonaría,  
quién querría permanecer en el círculo.



Un amor feliz. ¿Es necesario?

El tacto y el sentido común nos obligan a callar al respecto  
como si de un escándalo en las altas esferas de la Vida se tratara.

Espléndidos bebés nacen sin su ayuda.

Nunca podría poblar la tierra,  
no es, que digamos, muy frecuente.

Que la gente que no conoce un amor feliz  
afirme que no existe un amor feliz en ningún sitio.

Con esa creencia les será más llevadero vivir, y también morir.



## AMIGOS DE LA ESCUELA POR EL MUNDO

I had the opportunity to travel in Spain during May, 2022, and I ended my trip in Madrid where I was invited to attend the beginners English class at the Escuela Popular de Oporto. I was asked to co-host the class with an English gentleman named Peter. Interesting were the differences between British and American English.

I found the students to be very thoughtful and engaging. We touched on many topics, including current politics in Spain, United Kingdom, and the United States of America. We had very robust and enlightening discussions about the similarities and differences of life in the three countries. The students in the class were very eager to participate as they shared their thoughts with great passion. I was impressed with the students as they did a good job communicating in English, only sometimes reverting to Spanish as their fervor intensified.

I found my time with the students among the most enjoyable moments while in Spain. It was a great delight to share in conversation with such friendly and welcoming people. We ended the evening with a visit to a local cafe where we enjoyed delicious tapas and beverages. I am very grateful to have been able to participate with the class and I hope to visit again sometime soon. The Escuela Popular de Oporto provides an incredible service and benefit to the Oporto community.

Robert Lunceford  
Sebastopol, California



Tuve la oportunidad de viajar por España durante mayo de 2022 y terminé mi viaje en Madrid, donde me invitaron a asistir a una clase de inglés en la Escuela Popular de Oporto. Me pidieron que fuera anfitrión en la clase con un señor inglés llamado Peter. Resultaron interesantes las diferencias entre inglés británico y americano.

Me encontré con unos estudiantes muy amables y encantadores. Tocamos muchos temas, incluyendo la política actual en España, Reino Unido y USA. Tuvimos un debate intenso y revelador sobre las diferencias y similitudes de la vida en los tres países. Los estudiantes de la clase estaban deseando participar, ya que compartían sus opiniones con gran pasión. Me impresionaron los estudiantes ya que se comunicaban muy bien en inglés; solo usaban español a veces, cuando su pasión se intensificaba.

El tiempo que pasé con los estudiantes se encuentra entre los más agradables de mi estancia en España. Fue un gran placer compartir conversación con gente tan amable y acogedora. Terminamos la tarde con una visita a una terraza donde disfrutamos deliciosas tapas y bebidas. Estoy muy agradecido de haber podido participar en la clase y espero volver de nuevo pronto. La Escuela Popular de Oporto proporciona un increíble servicio y ayuda a la comunidad de Oporto.





## TEXTO LEÍDO POR EL TALLER DE TEATRO EN LA SEMANA DE LA MUJER

### A partir de “Sublime decisión”, de Miguel Miura

**MERCEDES PANADERO:** Buenas tardes. Soy Mercedes Panadero. Tras unos meses de ausencia vuelvo a ponerme delante de la cámara para presentarles un interesante trabajo de investigación para el que hemos recabado la opinión de algunos testigos de los acontecimientos. Viajaremos unos años atrás y estoy segura de que les va a parecer asombroso lo que ustedes van a escuchar. Esta historia empieza con la confesión de nuestra protagonista, Florita. Volveré con ustedes en los últimos minutos del programa.

**MUJER 1 (FLORITA):** El lunes 24 de abril de 1895, tomé una decisión. ¿Una simple y vulgar decisión? No; mejor pudiera decir que fue una sublime decisión.

**MUJER 2:** ¿Cómo tuvo Florita el valor para insinuar a su padre tamaña atrocidad? ¿Cómo una señorita honesta, de su clase, se dirigió a un viejo como don Claudio y le propuso tan descarnadamente lo que le propuso? Es difícil de saber aún y, yo, tiemblo de vergüenza al recordarlo. O quizá tiemblo porque recuerdo que aquella mañana hacía frío y la calle estaba sola y aterida, y el viento norte de la sierra rugía por las esquinas.

**MUJER 3:** A las once de la mañana apenas se veía pasar gente por la calle y, como todos los días de crudo invierno había un pequeño niño abandonado en el portal de Florita. Pero como en los demás portales había otros niños, esto a la gente le traía sin cuidado y pasaban ante él indiferentes, hablando de sus cosas.

**RAMÓN:** ¿Y qué tal van sus cosas, señor Hernández?

**HERNÁNDEZ:** Pues mis cosas van bastante mal. ¿Y sus cosas?

**RAMÓN:** No puedo quejarme de mis cosas... Ahora parece que mis cosas van bastante bien...

**HERNÁNDEZ:** Son cosas de la vida, Ramón... Unas veces las cosas van bien, y otras las cosas van mal...

**RAMÓN:** Efectivamente, señor Hernández... Eso es lo que tienen las cosas

**HERNÁNDEZ:** Y es que eso es lo que yo digo, "Así son las cosas"

**RAMON:** ¡Qué cosas, amigo Hernández!

**HERNÁNDEZ:** ¡Qué cosas, amigo Ramón!

**MUJER 3:** ¡Qué egoísmo, santo cielo! Siempre las cosas de los hombres, por encima de todo.

**MUJER 4:** Por la calle pasaron también, Valentina y su mamá, las vecinas del piso de arriba de Florita, y Valentina, que la odiaba, hablaba de Florita con retintín. ¡Con ese eterno retintín con que hablaban entonces algunas mujeres solteras!

**MUJER 5 (VALENTINA):** ¿Te has fijado, mamá? Es raro que Florita no esté asomada al balcón.

**MUJER 6 (DOÑA ROSA):** Hace mucho frío para estar asomada.

**MUJER 5 (VALENTINA):** Si, frío, ya, ya...

**MUJER 6 (DOÑA ROSA):** Pues claro que hace frío hija mía...

**MUJER 5 (VALENTINA):** ¡Qué barbaridad! ¡Qué cosas hay que oír! Para salir de su casa por las noches, cuando todos están durmiendo, mira cómo no tiene frío...

**MUJER 6 (DOÑA ROSA):** ¿Pero qué estás diciendo, Valentina? Te aseguro que no te entiendo.

**MUJER 5 (VALENTINA):** Ya, ya... Es muy difícil entender cuando no se quiere.

**MUJER 6 (DOÑA ROSA):** Pero, de todas maneras...

**MUJER 5 (VALENTINA):** Sí, sí, claro... De todas maneras... Ya, ya...

**MUJER 6 (DOÑA ROSA):** Ya, ya ¿qué?

**MUJER 5 (VALENTINA):** No, nada... es retintín...



## NUESTROS



## ESCRITOS

MUJER 4: ¿Lo han visto, verdad? ¡Lo que yo les decía ! ¡Retintín! ¡Siempre con su eterno retintín! Pero ¿qué sabía Valentina del drama de Florita? ¿qué sabía de sus pensamientos?

MUJER 7: Era verdad, desde luego, que salía sigilosamente algunas noches cuando todos dormían. Y era verdad que se asomaba al balcón todas las mañanas a las once... porque en aquella época una muchacha sola, metidita en carnes, con un escote bien estudiado y apoyada en la barandilla, despertaba turbulentas pasiones entre los vecinos... Y, sobre todo, entre los estudiantes de la Academia de Aduanas que estaba enfrente y que fisgaban siempre tras los cristales para descubrir una pieza propicia

MUJER 8: Porque el juego era siempre el mismo. Florita se asomaba lentamente, con una indiferencia en la expresión. Después venía una mirada rápida hacia arriba con el rabillo del ojo... Y los balcones de la Academia se abrían con tumulto y había miradas de fuego, empujones y algún silbido de admiración de los más atrevidos. Y ella, mientras tanto, alargaba las miraditas, sonreía levemente, se arreglaba un ricitito del pelo y hacía monadas con el dedo meñique. Pero aquella mañana hacía frío, un frío de perros, y los estudiantes empezaban a batirse en retirada y ella estornudó, lo cual no resulta hermoso en pleno coqueteo.

MUJER 9: Pero aun así, aterida, Florita siguió resistiendo y echó una mirada a aquellos muchachos, a aquellos posibles maridos, y aquella mirada quedó helada en el aire porque aquellos muchachos solteros, aquellos posibles maridos, se habían metido dentro y aquellos balcones estaban desiertos. Y una lágrima de pena rodó por su mejilla, y Florita abandonó el balcón para ya nunca más asomarse a él.

MUJER 10: Porque aquella mañana del 24 de enero de 1895 fue cuando tomó aquella sublime decisión que promovió el escándalo más grande de todos los tiempos. Así, después de rogar a su padre que avisase a don Claudio y a un cura, se encerró en su cuarto pretextando jaqueca, y ni siquiera salió a charlar con las visitas que tenían todas las tardes en donde se hablaba de cosas tan interesantes y cautivadoras.

MUJER 11: Porque, tras su decisión, Florita ya no iría al día siguiente al Paseo de Recoletos a buscar marido, como le había pedido su tía Matilde, en lo que ella llamaba "la caza del hombre". No, Florita nunca más estaría en Recoletos ni en el balcón... Porque, gracias a su decisión, al día siguiente Florita quizás sería libre y el mundo sería distinto para ella, e iría por la calle sola, sin un lazo nuevo en el sombrero, y sin su tía al lado, y sin la vista baja aparentando un rubor que no sentía. Porque Florita estaba cansada de pretendientes que no pretendían nunca nada.

MUJER 12: Florita se quedó sola en su cuarto y por sus mejillas rodaron unas lágrimas de pena, mientras pensaba cuando llegaría el momento en que las muchachas solteras, para vivir y para que vivieran los suyos no tendrían necesidad de asomarse a los balcones y de pillar pulmonías, ni de pasear por Recoletos hasta destrozarse los pies, ni de mentir a los pretendientes diciéndoles que sabían hacer Anís del Mono. Pero se enjugó en seguida esas lágrimas cuando oyó en el pasillo la tos de don Claudio y la voz del señor cura, que avanzaban hacia el comedor, y a los que tendría que hablarles de sus visitas nocturnas a casa de don Paco, el inventor, su vecino del piso de abajo. Y del aparato diabólico que había aprendido a manejar en secreto y, sobre todo, de su sublime decisión que les espantaría.

MUJER 13: Se aproximó a la puerta, y oyó que don Claudio y el cura se acercaban hablando con su padre y con su tía, y se puso nerviosa, y empezó a palpitarse el corazón pero fue valiente y capaz de hablar con don Claudio, y con su padre, y con el cura, y con su tía Matilde y les contó cuál era su escandalosa, su tremenda, su sublime decisión. Ya no quería dedicarse a buscar marido, sino ganarse la vida por sí misma trabajando en una oficina de un Ministerio, y les explicó que era por eso por lo que salía algunas noches cuando todos dormían e iba a casa de don Paco, su vecino del piso de abajo donde había aprendido a utilizar una máquina de escribir. Y claro, esto fue un escándalo tremendo, y encontró muchas dificultades, pero lo consiguió y abrió el camino a otras muchas mujeres.

MERCEDES PANADERO: Y hasta aquí este documento que nos habla de la sublime decisión de Florita, una muchacha del siglo XIX, que es la protagonista de una obra de teatro de Miguel Mihura escrita en los años 50 del siglo XX, con cuya historia de valentía y su deseo de independencia y libertad, los alumnos y las alumnas del Taller de Teatro de la Escuela Popular de Oporto quieren celebrar el Día de la Mujer.



NUESTROS

ESCRITOS



## XX CONCURSO DE CUENTOS ISAAC PERAL

El cole que nos acoge ha convocado de nuevo su concurso de cuentos anual, este curso se ha elegido la música como hilo conductor para escribir los relatos: ¿Qué nos cuenta la música?

La música nos inspira, nos relaja, nos emociona, nos hace pensar, nos hace soñar y nos lleva a escribir historias nunca imaginadas.

A continuación os dejamos el segundo premio del apartado de personas adultas, escrito por una alumna de cultura general.

### UN CUENTO FELIZ

Este es un cuento de dos personas que iban de viaje de boda en un autobús por el paseo de Alicante.

De repente escucharon “Las Palmeras”, una canción de Alberto Cortez; a la chica se le quedó grabada en su cabeza.

Fue un viaje muy bonito; iban a Alicante a coger un barco para Palma de Mallorca. Se subieron en él, y eso era otro mundo.

Había unos niños corriendo, y otro grupo jugando a las cartas, y en otro lugar una chica cantando. Se quedaron un rato escuchándola, cantaba muy bien y una de las canciones fue “Las palmeras”. ¡Otra vez la misma canción!

Pasaron horas en el barco; cuando llegaron a Palma cogieron un taxi y fueron al hotel. Estaban solos; todo era bonito; pasaron una luna de miel con mucho amor, y muchos años después todavía recuerda la chica aquella canción con mucho cariño.

*Emilia Romero*

**XX CONCURSO DE CUENTOS  
CEIP ISAAC PERAL  
2022-23**

*¿Qué nos cuenta la música?*

NUESTROS

ESCRITOS



## LO QUE APRENDÍ EN LA SEMANA DE LA MUJER

Yo, María Guijarro Torres, alumna de Educación Social en la Universidad Complutense, tuve la oportunidad de asistir a las Jornadas de la Mujer en la Escuela Popular de Oporto, centro donde realizo las prácticas extracurriculares.

Durante estas Jornadas, pude observar las numerosas actividades que se llevaron a cabo en conmemoración a la mujer, y a su día y el debate que se generó al respecto. Personalmente, quedé maravillada y muy asombrada con el compromiso de las mujeres de la escuela, que en su mayoría son mujeres mayores, por hacer todo lo posible para tratar de superar los prejuicios que tenemos arraigados las mujeres, por celebrar todas juntas los logros sociales, culturales, económicos y políticos de todas las mujeres. Y, asombrada por el activismo y la participación que estas tienen y por tratar de promover el empoderamiento de las mujeres y la igualdad de género a toda costa.

Algo que me impactó mucho fue ver cómo estas mujeres mayores, que en su mayoría seguro que han vivido una gran parte de su vida bajo represión y desigualdad de género, no se mostraban impasibles o calladas, sino que tenían mucha conciencia social e interés por saber y descubrir más cosas sobre el tema que se estaba tratando, y sobre todo ganas por seguir luchando y contribuyendo al cambio, en lo que pudiesen, para que las generaciones futuras sigan disfrutando de los privilegios que las mujeres han conseguido por este mismo camino.

Considero que actos como este son de vital importancia en nuestra sociedad para reflexionar sobre cómo ha avanzado la vida de la mujer en la sociedad, resultado de la lucha de todas las mujeres y sobre todo para no olvidarnos de la lucha que debemos seguir. Para ser conscientes de la importancia del empoderamiento de la mujer, defender nuestros derechos, la igualdad y el reconocimiento. Porque ser mujer significa; fuerza, resiliencia y confianza.

**María Guijarro**



NUESTROS

ESCRITOS



## PINCELADAS DE PEQUEÑAS POESÍAS

Por tenerte a mi vera camino me volvería, por tenerte a mi vera y que me pasaras todos los días, los de otoño y primavera, hay que feliz que sería. Los de otoño y primavera dándote calor y sombra y así me dieras la vida.

Aunque pasen muchos años tú no debes temer nada, ya que siempre serás la luz de mis madrugadas y el sol de mis días... eres una bella rosa del jardín, de mis amores con esa cara bonita y esos ojitos tan grandes, iluminarás mis días, también iluminarás las noches de mi vida...

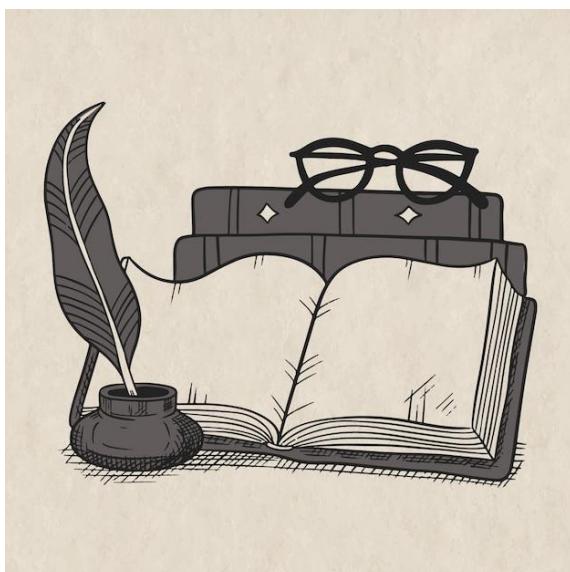
En las rejas de tu casa me hiciste un juramento, juramento que se fue cual hoja que lleva el viento. Quisiera yo recordarte lo mismo que el primer día, ese día que pensé que nunca me olvidarías... voy a contarle a la luna para que no salga esta noche y que se quede contigo y que te vele tus sueños. Descubrirte fue un milagro que no contaba con ello y verdadera locura me hicieron sentir tus besos, viéndote al amanecer tu figura angelical, no sabía que pensar, si fue sueño o fue realidad. Quiero escribir en el cielo tu nombre en letras de oro que todo el mundo se entere que eres mi gran tesoro, con letras de oro voy a escribir en el cielo tu nombre con letras de oro...

¿Qué bellos es vivir!

Todos tenemos muchas y muy buenas razones para dar gracias a la vida. Quiero dar las gracias a la vida por dejarse traducir en una sonrisa, por permitirnos sentir el trabajo bien hecho, por proporcionarnos momentos de armonía con las ilusiones de los hijos, por permitirnos ver y disfrutar de cada obra de arte siempre única, por conducirnos éticamente y disfrutar de la soledad y del contacto, de aprender y enseñar, de reconocer sentimientos propios y de los demás.

Gracias a la vida por llenarnos de emociones, por mirarnos a los ojos y encontrarnos en el corazón, por entender que la amistad es casi todo y disfrutarla. Gracias a la vida por educarnos en libertad y enseñarnos que nunca jamás hay que vivir de rodillas...

*Pilar González (Taller de memoria)*



INFORMACIONES



INFORMACIONES

## COLABORACIÓN CON LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

En el pasado mes de abril la clase de Cultura General tuvo una colaboración con la Facultad de Ciencias de la Salud propiciada por una antigua monitora y profesora de esta facultad.

Un grupo de 5 alumnos de Biología y Farmacia realizaron tres sesiones en las que hablaron de varios temas de salud, entre ellos “la microbiota”.

La microbiota es el conjunto de microorganismos que viven en nuestro cuerpo, especialmente en nuestro intestino. Estos microorganismos incluyen bacterias, virus, hongos y otros tipos.

La microbiota es importante porque nos ayuda a digerir los alimentos y a absorber los nutrientes que necesitamos. También ayuda a mantener nuestro sistema inmunológico saludable, protegiéndonos de las infecciones y las enfermedades.

Además, la microbiota influye en nuestro estado de ánimo y en nuestra salud mental. Se ha descubierto que hay una conexión entre la microbiota y la depresión, la ansiedad y otros trastornos psicológicos.

Es importante cuidar nuestra microbiota para mantenerla saludable. Algunas maneras de hacerlo son consumiendo alimentos ricos en fibra, como frutas y verduras, evitando el uso excesivo de antibióticos, y manteniendo una buena higiene personal.

Como curiosidad, a una persona que carezca de cierto tipo de microbiota en el intestino, se la pueden implantar a través de las heces de otra persona que las tenga. Por eso algunos laboratorios tienen las tienen congeladas para que puedan ser utilizadas cuando haga falta.

**Cultura General**



Las coordinadoras del Proyecto de Aprendizaje-Servicio  
de la Universidad Complutense de Madrid



**Cine y compañía para prevenir enfermedades**  
(ApS-UCM 2/2022)

agradecen a la

**Escuela Popular de Oporto**

su participación en el proyecto durante el curso 2022-23

Mº José Valderrama Conde María Linares Gómez





## CARTEL DE LA SEMANA DE LA MUJER

### LUNES 6 DE MARZO

*Presentación de las jornadas*  
 Taller de Filosofía:  
*Charla sobre Mujeres y Filosofía*  
 Historia del Arte:  
*Lavinia Fontana*  
 Español:  
*Una lectura bilingüe*  
 Cosas de Historia:  
*Escritos de ayer*  
 Cultura:  
*Mujeres luchadoras que no deben ser olvidadas*  
 Teatro:  
*"La decisión de Florita"*

### MARTES 7 DE MARZO

Taller de pintura:  
*Mujeres de todos los colores*  
 Taller de Astronomía:  
*Astrónomas*  
 Taller de Inglés:  
*Los secretos de una diva*  
 Casicaca:  
*Cierre de las jornadas*

## JORNADAS CULTURALES PRIMAVERA 2023

Estas jornadas estuvieron marcadas por la Música, el martes 28 Pablo de Robledo, la Niña de la Bici y Edi de Emilia, junto con la participación de Paloma nos explicaron distintos palos del flamenco, con música, cante y baile en directo.

El miércoles Rafael Flores presentó su libro Poesía del Tango; nos trasladó al siglo pasado no sólo aprendimos sobre los letristas y tangos más importantes, también las circunstancias sociales e históricas todo muy bien acompañado con una proyección de filmaciones de la época.

Acabamos las jornadas por todo lo alto, mientras merendábamos, pudimos escuchar y cantar aquellas canciones que por alguna razón eran importantes; gracias por compartir esos momentos.



**INFORMACIONES****INFORMACIONES**

## VISITA AL PALACIO DE BUENAVISTA

El 31 de mayo haremos una visita al palacio de Buenavista, llevad DNI y ganas de descubrir el Madrid del siglo XVI



## EXPOSICIÓN SOBRE CUEVAS

Aprovechando que en el Isaac Peral albergaba unos paneles de una exposición itinerante del CSIC sobre cuevas, en el mes de febrero tuvimos una visita guiada para la escuela popular de Oporto, un lujo, agradecemos desde aquí al cole la invitación.

## FESTIVAL CULTURAL DE CARABANCHEL

**CRUZA CARABANCHEL** es un Festival Cultural, organizado por Asociación vecinal Distrito Carabanchel, tendrá lugar desde el 22 de Mayo al 19 de Junio en diversos espacios del Distrito Carabanchel. Iremos avisando de las actividades en el corcho de la escuela.

### LEE, cambia el mundo

JORNADA LECTORA 2023  
Centro Cultural El Pozo  
6 de mayo, Madrid

#### OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE



Objetivo	Exponente
1. No hay	Karstinas, karrenolitos, res. carbón en mundo
2. Al desiertos seca	El acuífero de un desierto - presión terrestre
3. Cambio climático, terremotos	Geología urbana
4. Fumarolas y terremotos	Cuetos Viles
5. Un paisaje, interior	Nebulosa de los Monjes
6. Desiertos, resacas	Reservas naturales con impactos: Karstificación & Desiertos
7. Los acuíferos	La presencia de agua singular en Geología
8. Alcalde Juan Carlos Martínez	Interior autonómico
9. Fumarolas Andaluzas	Volcanes terrestres sea
10. Aire más seco, seco	La desecación es posible
11. Invierte en tierra, resiste	Permacultura, un enfoque práctico. 1. Tierra en el puesto 1er
12. Haciendo terreno, florido	Terrazas cuevas - volcánicas
13. Proyecto interior, florido	Geología urbana vista más allá

Los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 son una oportunidad para mejorar la vida de las personas. Los países de la Organización de Naciones Unidas se comprometieron a trabajar juntos para lograr estos objetivos.

Los 170 indicadores de seguimiento de los ODS, incluidos los ODS 10.6 que las personas, para no ser excluidas, tienen que tener acceso a la información necesaria para participar y contribuir a la sociedad que queremos que seamos: apoyar, informar, capacitar, formar y empoderar a las personas.

La Jornada lectora de la FAEA es un encuentro para celebrar la lectura. Promover la lectura y la escritura, fomentar la cultura y la creatividad, promover la alfabetización y la alfabetización.

Este año, queremos que los objetivos de desarrollo sostenible sean los ODS.



## JORNADA LECTORA

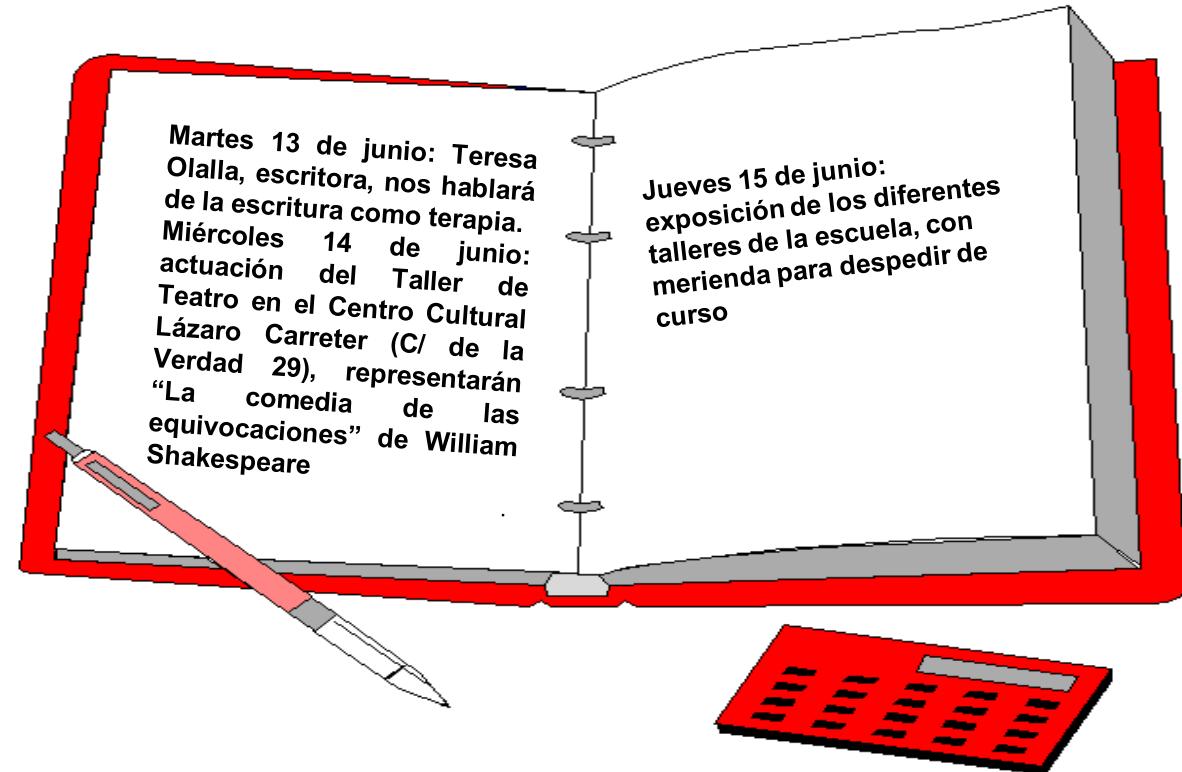
En el mes de mayo, FAEA organizó de nuevo otra Jornada Lectora, una fiesta de la lectura, dónde participaron escuela de personas adultas de Valladolid, Zaragoza, Teruel, Murcia y Madrid. La Escuela Popular de Oporto estuvo representada para el taller de literatura con su exposición: Nobel-as de Literatura. Un homenaje a todas las mujeres que han ganado el premio Nobel de Literatura. Debajo está la convocatoria de la Jornada (esta vez vinculada a los objetivos de desarrollo sostenible) y es resto de las aportaciones.

**AGENDA**



Martes 13 de junio: Teresa Olalla, escritora, nos hablará de la escritura como terapia.  
Miércoles 14 de junio: actuación del Taller de Teatro en el Centro Cultural Lázaro Carreter (C/ de la Verdad 29), representarán "La comedia de las equivocaciones" de William Shakespeare

Jueves 15 de junio: exposición de los diferentes talleres de la escuela, con merienda para despedir de curso



## **CURSO 2023/24**

**Primera reunión de monitoras: 5 de septiembre 19h.**

**Posibles fechas de inscripciones: 18 al 20 de septiembre, de 19h a 21h.**

**Possible comienzo del curso: 2 octubre**

**Las informaciones irán apareciendo en la página web y en Facebook a partir de la segunda semana de septiembre**

**¡FELIZ  
VERANO!**

Estamos en el **Colegio Público Isaac Peral**  
**Glorieta Rufino Novalvos 5**

De lunes a viernes de 7 a 9 de la tarde

Tlf. 915650254. [www.escuelapopulardeporto.org](http://www.escuelapopulardeporto.org) y Facebook