



¡Feliz día! (¡Feliz vida!)

Como todos los meses, adjuntamos el resumen de actividades, actualización de los proyectos y noticias del último mes.

## PROYECTOS

### CASA AQABAL

Empezamos por una colaboración entre nuestro proyectos!

Casa Aqabal impartió un taller con la infancia del grupo de Por qué no? de San Juan "Las emociones y técnicas para gestionarlas"

Adquirieron muchos recursos pero el más exitoso os lo compartimos: Es una herramienta que se utiliza para calmar las emociones de enfado. Cuando se está con esa emoción se coge una botella previamente llena y se agita con fuerza para trasladar la carga y luego se observan los destellos mientras se hacen respiraciones profundas.

1. Esto calma
2. No os contamos de que se rellena la botella porque es un secreto (bueno...la verdad es que no nos lo dijeron)





Casa Aqabal realizó formaciones para el estudiantado de la mano de CEEEX (Centro Educativo Extraescolar) perteneciente al Ministerio de Educación

Así podemos con orgullo hablar de la creación de espacios para el crecimiento personal y académico de las personas del futuro, de trabajar en desarrollo.



Lee hasta el final!!

Creemos que su reflexión te puede venir muy bien (a nosotr@s nos ha encantado y ya estamos)

Así está el huerto de Casa Aqabal y así están ellas, supervivientes de violencias machistas.

Os contamos que además de la recolección de semillas de cilantro, remolachas y otros, las mujeres compartieron experiencias de vida, lo que permitió una valiosa socialización y conexión entre ellas.

Actividad que terminó con un espacio de reflexión sobre las "semillas emocionales" que permitimos germinar en nuestras vidas, lo que invitó a reflexionar sobre cómo las experiencias nos dejan semillas las cuales debemos seleccionar para dejar germinar por medio del aprendizaje.



porque.no@ongporque.no.com



ONG Porque.no



@ONG Porque.no



@ONG Porque.no



ONG Porque.no



Casa Aqabal cada mes nos presenta las actividades que hace en red con otros organismos para llegar con su formación lo más lejos posible. Habla de todo esto que os listamos y muchísimo más!!

Estas mujeres no paran para empoderar a sus comunidades. Un orgullo.

- Cáncer de cérvix dirigido a estudiantes sobre:  
Qué es el cáncer de cérvix  
Factores de riesgo y formas de prevención  
Importancia del Papanicolaou y la vacuna contra el VPH  
Cómo detectar signos de alarma tempranos....
- Violencia, tipos de violencia y rutas de denuncia dirigido a docentes  
¿Qué es la violencia y cómo se manifiesta?  
Tipos de violencia: física, psicológica, sexual, económica.  
Señales de alerta en víctimas  
Rutas de denuncia disponibles a nivel local y nacional  
Rol del docente en la detección y orientación de casos
- Masculinidad Positiva  
¿Qué es la masculinidad positiva?  
Expresión emocional sin prejuicios  
Relaciones sanas y libres de violencia  
Corresponsabilidad en el hogar y la comunidad





## CCC: CENTRO CULTURAL COMUNITARIO (SAN LUCAS)

El CCC (Centro Comunitario Cultural) es un espacio seguro compuesto de 3 grandes áreas: ludoteca, biblioteca y departamento de psicología.

Desde este recordatorio queremos contaros sólo algunas de las muchas acciones que se están realizando porque sinceramente vemos que cada mes esto crece muchísimo en propuestas y personas que participan. Nos enorgullece mucho ser parte.



porque<sup>no</sup>@ongporque<sup>no</sup>.com



ONG Porque<sup>no</sup>



@ONG Porque<sup>no</sup>



@ONG Porque<sup>no</sup>



ONG Porque<sup>no</sup>



- Club de lectura: para la infancia
- Emocionautas: club de niñas y niños donde aprenden distintas formas de manejar sus emociones a través del apoyo de la psicóloga Sindy Castro.
- Razonamiento: actividades para que la infancia ponga su mente a trabajar.
- Cada mes se trabaja un valor: Mes de la Tolerancia
- Charla sobre Higiene Bucal impartido por Dra.Silvia Donis.
- Y más.



Y es que nos impresiona como crece y todo lo que hace en menos de 1 mes.

### 1.Ludoteca

Media de menores por día: 22

### 2.Biblioteca

- Se dieron de alta 5 personas.
- Se prestaron 17 libros.





- Asistencias a la biblioteca: 156 personas

### 3. Psicología

- Casos abiertos: 6
- Horas de atención psicológica individual: 35

4. Y muchas, muchas actividades que se hacen, como las que se ven en las fotos.



porque.no@ongporque.no



ONG Porque.no



@ONG Porque.no



@ONG Porque.no



ONG Porque.no



## PROGRAMA DE BECAS



# Xuño Junio

A persoa bolseira do mes é...  
La persona becada del mes es...



Antony Francisco Pérez Pérez!!

Antony es un niño muy alegre que cumplió 9 años este mes. Le encantan los dinosaurios, también pintar y siempre, siempre! pide que dibujemos y pintemos algo interesante en clases.

Sus colores favoritos son azul, rojo y amarillo. No puede elegir entre ellos. Comenta que su madre lo lleva a la piscina porque es una actividad que le gusta mucho.

Y nos encanta que es un niño muy familiar y cariñoso, habla de lo importante que son su madre y padre, su hermanito y la abuela y abuelo (tod@s l@s de la casa)



porqueño@ongporqueño.com



ONG Porqueño



@ONG Porqueño



@ONG Porqueño



ONG Porqueño



¿Sabéis de algún sitio donde no guste (normalmente) el fútbol?  
Por aquí no!

En Guatemala fascina, y por cierto, el traje de la selección nacional es muy original, lleva un quetzal (pájaro nacional) como orgullo de nación.

Pues...que nos vamos por derroteros...

Raúl, el profe de lengua indígena (tzutujil), invitó al alumnado a jugar un partido en la cancha oficial de la comunidad y así pues reforzar el trabajo en equipo.





## CENTRO SOCIAL A CORUÑA

Que nadie se asuste que no hacemos examen ni vamos a recordar las matemáticas o la estadística.

Esto es sólo nuestra seña de ORGULLO y a lo grande!!

Esta fue la 5ª edición del programa para familias, accesible e inclusivo que venimos de cerrar y como podéis ver a simple vista en las encuestas de valoración que respondieron online 24 familias (unas 80-100 personas):

- Todas las familias SI QUIEREN REPETIR actividades con nosotr@s
- El 96% califa de excelente el trabajo de la asociación (y el 4% de muy bueno)
- Los valores que trabajamos se cumplen y eso, realmente, es lo más, más, más.



porqueno@ongporqueno.com



ONG Porqueno



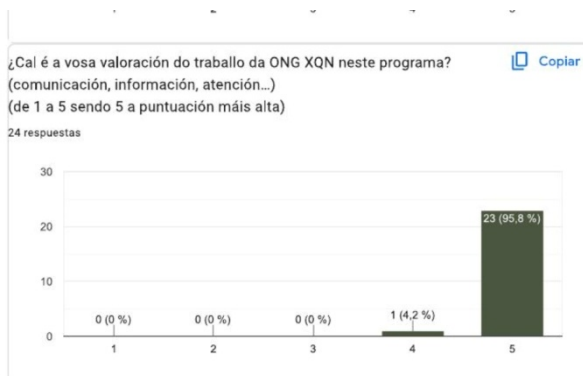
@ONG Porqueno



@ONG Porqueno



ONG Porqueno



## CAMPAÑAS

Para conseguir realizar estos proyectos tenemos que dedicarle mucho esfuerzo y tiempo, además de fondos económicos.

Y estas son algunas de las acciones que hacemos.

## CAMISETA MARGA

Aquí tenemos a nuestra camiseta favorita, la "camiseta Marga" en El Yunque (Puerto Rico).

¿Recuerdas que está en rebajas y que cuesta sólo 8€?

Pedidos por mail ([porqueno@ongporqueno.com](mailto:porqueno@ongporqueno.com)) o whatsapp (698 187 960)



[porqueno@ongporqueno.com](mailto:porqueno@ongporqueno.com)



ONG Porqueno



@ONG Porqueno



@ONG Porqueno



ONG Porqueno



## EVENTOS SOLIDARIOS

La última semana de mayo y ya entrando junio estuvimos en el Festigal que organiza Integro y en la Feria Solidaria del colegio Calasanz.

Y tenemos que agradecerles las invitaciones, el excelente trabajo de organización que hicieron y su apuesta por la solidaridad, por visibilizarnos.

En nuestro caso podemos:

1. Vender nuestra artesanía de Guatemala que da trabajo a mujeres indígenas y
2. Hablar sobre lo que hacemos y cómo lo hacemos que es fundamental para seguir y llegar a más personas.



porque.no@ongporque.no



ONG Porque.no



@ONG Porque.no



@ONG Porque.no



ONG Porque.no



Junio, además de traer sol, ha traído agradecimiento y mucha luz!!

Gracias que queremos dar una vez más a Salud y conocimiento porque siempre tienen presente actividades solidarias para colaborar con nuestro trabajo.  
Luz de Lydia Botana y Gerrit, y resto de colaboraciones.



porque.no@ongporque.no



ONG Porque.no



@ONG Porque.no



@ONG Porque.no



ONG Porque.no



SOCI@S



Seguimos sumando...

Y otro mes que sumamos a 2 súper mujeres.

Hacerse soci@ es muy importante para organizaciones pequeñas como la nuestra, invertimos cada euro sin que se pierda un céntimo por el camino.



## FECHAS SEÑALADAS

Nuestra casa es la casa de tod@s.



porqueno@ongporqueno.com



ONG Porqueno



@ONG Porqueno



@ONG Porqueno



ONG Porqueno



CULTURA



El centavo o “len” en Guatemala.

El centavo de quetzal, conocido popularmente como “len”, es de las monedas con menor valor económico (8 len hacen 1 céntimo de €). Pero aún en circulación.

Y ¿de dónde proviene el término “len”? La explicación más aceptada se remonta a los tiempos en que operaba en el país la United Fruit Company. Cuando la clase trabajadora pedía un adelanto a sus patrones estadounidenses, estos utilizaban el verbo inglés “to lend” (prestar), por lo que se empezó a asociar el centavo con el “lend”, que con el tiempo derivó en “len”.

La historia monetaria formal inició en 1924, durante la Reforma Monetaria impulsada por el general José María Orellana, quien oficializó el quetzal como la moneda nacional. Y se acuñaron las primeras monedas de 10, 5 y 1 centavo de quetzal.



porqueno@ongporqueno.com



ONG Porqueno



@ONG Porqueno



@ONG Porqueno



ONG Porqueno



Muy importante! En 1949 a la moneda de 1 centavo se le agregó la imagen de Fray Bartolomé de las Casas, reconocido como defensor de los pueblos indígenas.

Hoy el “len” queda casi como curiosidad histórica y lingüística, refleja la influencia cultural también aquí!



porque.no@ongporque.no.com



ONG Porque no



@ONG Porque no



@ONG Porque no



ONG Porque no