



¡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

Son los huertos de Casa Aqabal que dan de comer (y a veces trabajo) a mujeres sobrevivientes e violencias.

Es la inocencia vestida en sus trajes típicos de huipil.

Y la naturaleza cuidadora, la que muchas mujeres allí protegen con sus vidas.

Es donde trabajamos: Guatemala con su gran belleza y virtudes, y también en ella están las carencias.



porque.no@ongporque.no.com



ONG Porque.no



@ONG Porque.no



@ONG Porque.no



ONG Porque.no



Taller sobre Violencias contra la mujer impartido por Casa Aqabal a productoras del municipio de Tolimán y del Observatorio Político.

Además de mostrar de una forma clara que la violencia es más que la violencia física, también se acompañó e hizo entrega de cómo proceder a la denuncia.

Nota: Parece que denunciar no debiese ser la parte más complicada después de sobrevivir al agresor, pero sí, el acto de denunciar puede ser un paso muy duro y muchas veces aún desconocido en poblaciones indígenas.

Por vosotras seguimos.



Casa Aqabal no ha parado de impartir talleres y algunos de ellos muy importantes y desde nuestra perspectiva destacamos 2 acciones:

- 1 Visibilización de la Mujer Indígena en el entorno Político, acompañado de formación en autoestima y confianza.
- 2 Coordinación para la realización de talleres en el CEEX (Centro Educación Extraescolar, ente que depende del Ministerio de Educación) donde la mayoría del alumnado es hombre y muchos ya están casados, por lo que la formación en violencias contra la mujer es fundamental.

Aquí el grupo de asistentes del curso 1 con su diploma. Orgullo



porqueño@ongporqueño.com



ONG Porqueño



@ONG Porqueño



@ONG Porqueño



ONG Porqueño



Impartió también muchos talleres y acudió a reuniones para seguir haciendo red contra las violencias como:

1. Taller para docentes
2. Red de derivación municipal
3. Taller de elaboración de jalea
4. Comunidad de Xejuyu
5. Salud mental y manejo de las emociones



porqueno@ongporqueno.com



ONG Porqueño



@ONG Porqueño



@ONG Porqueño



ONG Porqueño



CCC: CENTRO CULTURAL COMUNITARIO (SAN LUCAS)

¡Ya tenemos 1.000 libros registrados en la biblioteca!
Recuerdas el CCC (Centro Comunitario Cultural) en San Lucas Tolimán? Casi un año de vida y ya con estas cifras.

Sandra es la responsable de la biblioteca. Y entre otras tareas, lleva varios meses registrando libros en una plataforma, para poder así hacer préstamos.

Este es un lugar mágico, la lectura tiene un gran poder transformador. Y al lado está la ludoteca, espacio seguro.

Estamos enamorad@s de aquí al infinito (y más allá!).



porque.no@ongporque.no



ONG Porque no



@ONG Porque no



@ONG Porque no



ONG Porque no



PROGRAMA DE BECAS



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



José David Pérez Pérez!!

Estudiante de segundo de primaria de San Antonio Palopó. Tiene 9 años.

En la escuela tiene 1 mejor amigo que se llama Alejandro. Lo que más le gusta es dibujar, comenta que le gustan las clases que se le están dando en PQN, cada semana se lleva un libro a casa para poder leerlo porque le gusta imaginar los cuentos que lee y al llegar a clases en PQN hace preguntas sobre palabras que no ha comprendido en la lectura.

Su color favorito es el azul.

Le gusta que le llamen por sus 2 nombres.

Es muy dulce, muy sonriente y sobre todo muy cortés ya que él comenta que es lo que le han enseñado en casa.



porqueno@ongporqueno.com



ONG Porqueno



@ONG Porqueno



@ONG Porqueno



ONG Porqueno



Y ahora:

Queremos aclararos que hay alumnado con beca que asume el coste la ONG y otro que tiene madrina y/o padrino quienes pagan su beca a través nuestra. Todo lo gestionamos nosotr@s.

En este apartado hablamos de un único programa porque funciona igual, es lo mismo. La ONG de alguna forma “está amadrinando” al alumnado hasta donde llega su presupuesto.

Para llegar a más niñas y niños puedes hacerte madrina o padrino aquí:
porquenoapadrinamientos@ongporqueno.com

Por tanto:

Esto de la foto abajo es parte de nuestro trabajo en el PROGRAMA DE BECAS DE EDUCACIÓN.

Varios días a la semana se reúnen los 2 grupos de alumnado becado, con Marga en San Antonio y con Tamy en San Juan.

Se realizan varias actividades o acciones según el cronograma, todas orientadas al apoyo escolar y mejorar así sus capacidades.

Por ejemplo, últimamente han puesto en marcha la aplicación de ejercicios de concentración.

Nos reportan todo lo que sucede de forma inmediata, al menos un whatsapp cada día.

Los programas de amadrina/apadrinamiento no son todos iguales.

Cuando decimos que somos una organización pequeña, pero que cuidamos mucho de todo lo que hacemos, que conocemos bien a cada familia, que estrujamos cada euro... es por cositas como esto.



porqueno@ongporqueno.com



ONG Porqueno



@ONG Porqueno



@ONG Porqueno



ONG Porqueno



En San Juan continuamos el trabajo con las clases de matemáticas y lectura, especialmente.

Tamy ha trabajado con el grupo en la creación de su propio cuento a partir de los conocimientos previos sobre lo que es un cuento y como puede ser su estructura.

Cada una y cada uno lo sintió como un reto porque normalmente cogen un libro y lo leen, pero esta vez han explorado su creatividad.



porqueno@ongporqueno.com



ONG Porqueno



@ONG Porqueno



@ONG Porqueno



ONG Porqueno



CENTRO SOCIAL A CORUÑA

Tenemos mucho que contaros porque terminamos las actividades regulares y tuvimos 2 actividades extra muy, pero que muy bonitas.

Taller de Helados Saludables.
Todo un éxito, al día y pico plazas agotadas.

Raquel Magem es nutricionista especializada en alimentación antiinflamatoria y biohábitos de poder. Siempre vio unida la dietética con la cocina así que también se formó en técnicas culinarias en el Basque Culinary Center. Raquel siempre está comprometida con la divulgación de la salud a través de libros, y tanto en el mundo virtual y en talleres presenciales comparte su trabajo de investigación y su experiencia con pasión, es su misión. Eso sí, compaginado con la crianza de sus dos hijos pequeños que a su vez la impulsan a crear opciones sanas y ricas para los peques. La podéis conocer en web www.raquelmagem.com y redes sociales.



BIOHACKING
Raquel Magem
ANTIINFLAMATORIO



porque.no@ongporque.no



ONG Porqueño



@ONG Porqueño



@ONG Porqueño



ONG Porqueño



Cuentacuentos musical con el Dúo Chilú

Despedimos el programa (hasta septiembre) con música y mucha alegría
Fueron 7 meses preciosos y por ello requerían de un cierre al nivel.
Y el Dúo Chilú son la bomba!



porqueno@ongporqueno.com



ONG Porqueno



@ONG Porqueno



@ONG Porqueno



ONG Porqueno



Pues...

Hasta pronto desde A Coruña!!!!

Venimos de clausurar el Programa para Familias Accesible e Inclusivo en su ya V edición!!

Nos vamos, eso sí, para volver en septiembre con mucho más, así que toma nota y no dejes de seguir nuestras redes con mucho ojo!

Queremos (y debemos de corazón) agradecer a las profes y a todas las familias por hacerlo tan fácil y tan tribu, sí, ya somos tribu.

Y también agradecer a las entidades que subvencionan el programa y gracias a ellas lo hacen posible. En el marco de la IX convocatoria de Cultura Inclusiva de la Fundación Emalcsa @fundemalcsa @coruna.gal e patrocinado por @vegalsa_eroski e @fundacionmariajosejove



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.

EVENTOS SOLIDARIOS

Este mayo no paramos con el stand! De arriba para abajo intentando que nuestra artesanía llegue a muchos sitios.

Estuvimos en el Barrio de las Flores con el Mercado bajo el mismo nombre. Hubo música, puestos de artesanía variados, tortilla e incluso Zumba. Y pasamos un poco de frío! (eso sí)



porqueno@ongporqueno.com



ONG Porqueno



@ONG Porqueno



@ONG Porqueno



ONG Porqueno

PRENSA

Hace 2 días nuestra Cecy volvió a la prensa. Gracias a La Voz de Galicia (gracias Rosa)

https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/coruna/coruna/2025/04/01/enfermeras-guatemala-tienden-creativas-resolver-problemas-momentos-escasez/00031743501420798673937.htm?utm_source=whatsapp&utm_medium=referral&utm_campaign=share&utm_content=00031743501420798673937

La Voz de Galicia • Martes, 20 de mayo del 2025 • A CORUÑA • LS

CECILIA CHOLOTÍO ENFERMERA

«Las enfermeras en Guatemala tienden a ser creativas por la falta de recursos»

Tras sus prácticas en el San Rafael, regresó a su comunidad indígena

R. DOMÍNGUEZ
A CORUÑA / LA VOZ

Hace un año, Juana Cecilia Cholutío, Cecy, contaba a La Voz su experiencia como enfermera becada por la oenegé 'Por Qué No?' para hacer prácticas en el Hospital San Rafael, a 8.000 kilómetros de su casa de Guatemala. Con 20 años, era la primera vez que salía de su comunidad indígena, San Juan de la Laguna, una población de 4.200 habitantes junto al lago Atitlán en la que contadas son las chicas que llegan a la universidad. Tan joven, enseguida percibió cuánto distancia marca un océano. «Me chocó que acá no te hacen sentir que eres menos por ser mujer», dijo entonces.

—Cecy, ¿cómo se encuentra?

—Muy agradecida por la experiencia vivida el año pasado, me ha enriquecido profundamente a nivel personal y profesional.

—Le costó dejar A Coruña?

—Sí. Fue un lugar que me abrió las puertas de una nueva forma de vivir la profesión. Allí aprendí mucho, no solo como profesional. La gente que tuve la dicha de conocer fue muy cálida.

—¿Qué valora más?

—La oportunidad de aprender de un sistema de salud diferente. Y la calidez de las personas, me hicieron sentir como en casa.

—¿Ha terminado sus estudios?

—En diciembre realicé el examen de competencia profesional. Este año, tengo pendiente la fecha para graduarme como técnica en Enfermería, un logro importante para mí. Después de eso, decidí seguir adelante con la licenciatura, que dura dos años y medio. Estoy en el primer semestre y me siento muy emocionada. Creo que en Enfermería nunca se deja de aprender. Cada día es una oportunidad para adquirir nuevos conocimientos y habilidades, ya



Cecy fue la primera becada universitaria de la oenegé 'Por Qué No?'.

sea en el ámbito práctico o en la parte teórica. La salud es un campo que siempre está en constante evolución, es fundamental mantenerse actualizada. Me motiva mucho la idea de seguir creciendo. Estoy muy comprometida con mi formación.

—¿Qué aspectos de su país podrían mejorar la asistencia que se presta aquí?

—En A Coruña pude valorar muchos aspectos, como la infraestructura, la accesibilidad a los servicios y la organización del sistema de salud. Sin embargo, también reflexioné sobre lo que Guatemala tiene para ofrecer, especialmente en la forma de ser de los guatemaltecos y los valores que se viven en nuestra cultura. Una de las cosas que más valoro de Guatemala es la calidez y cercanía con la que las personas se relacionan entre sí. En muchos casos, la comunidad tiene un papel fundamental en el cuidado de la salud, y hay una fuerte red de apoyo familiar y social. La humanidad en el trato con el paciente es un valor muy arra-

gado en nuestra cultura.

—Más empatía con menos.

—Este es un aspecto que podría ser útil, la resiliencia y el enfoque en soluciones prácticas que se cultivan en Guatemala debido a la situación de limitación de recursos. Las y los enfermeros tienden a ser muy creativos y a encontrar maneras innovadoras de resolver problemas dentro de las limitaciones, lo cual podría inspirar a los profesionales de la salud a pensar más allá de las soluciones estándar y encontrar alternativas en momentos de escasez o en situaciones difíciles. Por supuesto, entiendo que los sistemas sanitarios y las realidades sociales de ambos países son diferentes, pero creo que lo que se puede aprender mutuamente entre culturas y sistemas de salud puede ser muy valioso. Lo importante es seguir mejorando, aprendiendo de lo que funciona y lo que no, y tratar de adaptarlo a cada contexto.

—¿Tiene la intención de buscar trabajo en su país?

—Estoy trabajando en Farmacia, una experiencia bastante diferente a lo que hacía en el San Rafael. Allí, el enfoque estaba más en la atención directa a los pacientes en situaciones críticas, como en el quirófano, donde la rapidez y la precisión son esenciales. Es un ambiente dinámico y de mucha presión, donde cada acción tiene un impacto inmediato en la salud. En cambio, trabajar en Farmacia implica un enfoque más preventivo y educativo. Mi labor está orientada a ayudar a las personas a gestionar su salud a través del uso adecuado de los medicamentos, brindarles orientación sobre su tratamiento y promover hábitos saludables. Aunque el entorno y el tipo de trabajo son diferentes, ambas experiencias van de la mano, ambas buscan mejorar el bienestar de las personas, aunque desde distintos ángulos. Los contextos son diferentes, pero las bases de la enfermería, como la empatía, la comunicación y el compromiso con la salud, siguen siendo esenciales en ambos roles. Me ha permitido aplicar muchas de las habilidades que desarrollé en el hospital, como la atención al detalle y el trabajo en equipo, a mi nuevo entorno.

—¿Qué planes profesionales tiene a medio-largo plazo?

—Seguir creciendo y contribuir a la salud. Mi principal objetivo es terminar la licenciatura en Enfermería y después, trabajar en un hospital nacional, donde pueda aplicar lo aprendido y seguir desarrollándome. Además, tengo el objetivo de abrir mi propia clínica y farmacia, un proyecto que he soñado desde hace tiempo. Creo que combinar la atención de salud con la provisión de medicamentos y el asesoramiento personalizado en un solo lugar puede ser muy beneficioso para contribuir de manera significativa a mi comunidad.

«En igualdad, cada lugar tiene sus propios desafíos y progresos»

Contenta por regresar a su hogar, Cecy habla de los contrastes en cuanto a la consideración hacia las mujeres.

—En Guatemala, como en muchas otras partes del mundo, existen retos en cuanto a la igualdad de género. Sin embargo, eso no significa que no haya avances y esfuerzos por parte de la sociedad, de organizaciones y muchas mujeres valientes que luchan cada día por mejorar las condiciones.

—¿Pareció avanzar?

—En mi regreso, pude notar un enfoque más estructurado y formal hacia la igualdad, con políticas y programas más viables en las instituciones y un ambiente en el que se promueven de manera activa el respeto y la igualdad. Dicho esto, creo que cada lugar tiene sus propios desafíos y progresos, y es importante valorar tanto lo que se ha logrado como lo que aún falta por mejorar. La lucha por la igualdad de género es un proceso continuo, y en cada lugar se vive de manera distinta, con sus propias particularidades. La clave está en seguir aprendiendo de todas las experiencias y trabajar para mejorar sin dejar de valorar las riquezas culturales de cada país. Un ejemplo claro de ello es la colaboración de la organización 'Por Qué No?' de A Coruña, que trabaja estrechamente con la Asociación Casa Agbal de San Lucas Toimán en Guatemala. Realiza un trabajo fundamental para erradicar la violencia contra las mujeres y la niñez en la región, brindando apoyo, recursos y visibilidad a quienes más lo necesitan, sin discriminación y con las mismas oportunidades que cualquier otra persona.

—¿Ha cambiado su actitud?

—La experiencia me ayudó a desarrollar una mayor empatía y paciencia, cualidades que son esenciales no solo en el ámbito profesional, sino también en el día a día, en mi relación con las personas de mi entorno.

Los cooperativistas de Xuxán urgen una solución para sus alquileres sociales

A CORUÑA / LA VOZ

La portavoz nacional del BNG, Ana Pontón, exigió ayer a Alfonso Rueda que garantice que las 244 viviendas en el barrio consensado de Xuxán construídas en su totalidad por la Xunta «se xagan o realmente amoniacen, de alugueiro social».

Horas antes de reunirse en A Coruña con representantes de

los cooperativistas, Pontón criticó en Santiago, en una comparecencia parlamentaria, «a propiedade» del Ejecutivo del PP «o sector Rueda debe de ter a síndrome do coche oficial porque só desde unha total desconexión coa realidade se pode pensar que pagar mil euros ao mes por un alugueiro é algo bueno socialmente».

Por la tarde, los cooperativistas afectados por el aumento de costes volvieron a demandar una solución a su situación a la espera de la reunión que la gestora Galivienda mantendrá hoy con representantes del Instituto de Crédito Oficial (ICO). En cualquier caso, se quejaron de que «la opción menos lesiva sigue siendo la opción».



Pontón, con los cooperativistas. Tras hablar del tema de Xuxán por la mañana en el Parlamento, Ana Pontón se reunió por la tarde en A Coruña con representantes de los cooperativistas de Xuxán. A. MANSO



porque.no@ongporque.no



ONG Porqueño



@ONG Porqueño



@ONG Porqueño



ONG Porqueño



SOCI@S

En el último día de cada mes os traemos el nombre de las últimas personas que han querido apoyar nuestro trabajo haciéndose socias. Gracias María y Belén.

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



María y Belén



FECHAS SEÑALADAS

15 de mayo
Día Internacional de las Familias.

Estuvimos de fiesta porque SOMOS FAMILIA. Trabajamos con Familias diversas tanto en Guatemala como aquí y creemos que son (somos) clave para cambiar la sociedad, para hacer un mundo mejor. Se celebra el día de las familias por su importancia como agente de los procesos sociales, económicos y demográficos.



porque@ongporque.com



ONG Porqueño



@ONG Porqueño



@ONG Porqueño



ONG Porqueño



Las familias es un término muy amplio que alberga a muchos tipos de ellas: de 2 mujeres, de 1 sola, de 2 hombres, de acogida, de adopción, de tutelas... Así que cuidado cuando hablemos de familias.



CULTURA

Desde este mes en adelante os traemos temas culturales con la ubicación exacta de donde suceden y que asimismo esperamos os parezcan interesantes. Esperamos que abran reflexión y conocimiento porque la cultura guatemalteca es muy rica y tiene mucho que aportar a la riqueza cultural global.



porqueno@ongporqueno.com



ONG Porqueno



@ONG Porqueno



@ONG Porqueno



ONG Porqueno



Danza de la culebra.

Es una de las representaciones más antiguas de Santa Cruz del Quiché (mira en el mapa de la foto donde queda). Es parte del legado k'ich'e.

Según el historiador Sammy Argueta Lucas en este baile participan más de 20 bailarines que usan unas máscaras talladas en madera y que solo emplean negro y blanco. Además, se acompaña de marimba.

En la trama se identifican a dos grupos que están parados uno al frente del otro. Y luego una mujer rodeada de hombres. Esta figura femenina es La Margarita y durante la puesta en escena sale coqueteando con todos los danzantes sin hacerle caso a ninguno.

Ante La Margarita, los danzantes intentan llamar su atención. No obstante, el punto principal del acto es cuando al público se le es mostrado un puñado de serpientes traídas de la montaña. Son sacadas de unas jícaras grandes conocidas como Coxes.





- Si las culebras son agarradas por La Margarita, los bailarines gritan ¡Viva, viva la señora!
- Pero si no, si es un bailarín dice ¿Dónde está la fortuna, amigo...? Y los demás le responden en coro: ¡Ya se fue pa la montaña...!



porque.no@ongporque.no.com



ONG Porque no



@ONG Porque no



@ONG Porque no



ONG Porque no