

VIS A VIS

Revista do Módulo 1 "Nelson Mandela"
Centro Penitenciario de Teixeiro

Nº 14
Año 2023



SUMARIO

Editorial

3

Entrevista a Mon Devane

4

De visita...Vero Boquete

7

Analizando la ley de libertad sexual

10

Saída terapéutica: Equinosens

16

Saída terapéutica: Paradela

16

Taller de emprendemento

17

Programa de intervención en mujeres con problemas de adicción

18

Carta abierta a Nadia Ghulam

19

Aprendiendo a vivir en libertad

21

La nueva ley de bienestar animal?

22

Especial 25 aniversario do C.P. Teixeiro

24

A favor/en contra: gestación subrogada

25

El rincón del poeta

26

Un concierto para toda la cárcel

29

Historias de paso

30

- Sobre la paternidad

30

- Tatuajes

31

- Levantando el vuelo

32

- Prejuicios

33

Caixa do correo do lector

34



REDACCIÓN:

Carri
Jonathan del Río Jkayser
Abraham B.
PabloNoa
Helga Pita
I.R.S.
J. Vales
Yoli
Jorge Vázquez Vila

COLABORAN:

Inés, Mayte e José
(Equipo de inclusión sociolaboral do
Módulo 1-C.P. Teixeiro)
Rosi e Carmen (Equipo de
inclusión sociolaboral do Módulo
13- C.P. A Lama)

AGRADECEMENTOS:

José Ángel Vázquez
(Director do C.P. Teixeiro), Nadia
(Subdirectora de tratamento),
Manuel (Educador do Módulo 1)
Funcionarios/as e
equipo técnico do Módulo 1,
Obra Social "La Caixa",
Enrique Arnanz,
Marta Rodríguez,
Antonio Miranda,
Mon Devane,
Alan Pérez.

DL: C 578-2012

Portada: Nelson Mandela por Mon Devane. Módulo 1 do Centro Penitenciario de Teixeiro. (Inés E.)
Contraportada: Celda 56. Helga Pita.

EDITORIAL

Hai máis de 15 anos que o equipo de inclusión pisou por primeira vez o módulo 1. Enrique Aranz, sociólogo e asesor científico do programa, conseguiu que a administración autonómica daquel entón apostase por desenvolver un programa innovador de preparación para a vida en liberdade. Mayte foi a primeira en aterrar en 2007, eu incorporeime en 2008 e o meu compañeiro José en 2010. Ata consolidar o equipo que somos hoxe pasaron varios compañeiros e compañeiras técnicos/as de inclusión, coordinadores/as e sucedéronse cambios políticos tanto a nivel estatal como autonómico.

O módulo 1 pasou por diferentes etapas. Nos seus inicios, era un “módulo xove”. Todos os internos menores de 25 anos, tanto preventivos como penados pasaban necesariamente polo módulo 1. Isto dificultaba tremendamente a intervención, xa que convivían internos comprometidos co programa cos que non querían colaborar nin cumprir coas normas establecidas.

En 2010, coincidindo co auxe do modelo de módulos de respecto en todo o territorio nacional por parte de Institucións Penitenciarias, decidiuse dar un cambio de enfoque. O módulo 1 deixaría de ser “xove” para pasar a ser un módulo de respecto sen límite de idade e no que todos os internos que decidisen vir libremente ao módulo 1 comprometeríanse a formar parte do programa. Isto foi un punto de inflexión e un acerto na miña opinión, xa que o programa creceu, madurou e consolidouse no que é hoxe. Foi neste ano cando se incorporou unha psicóloga recentemente chegada a Teixeira: Nadia, unha profesional brillante, intelixente, formada, cunha clara vocación social e un grande entusiasmo por facer cousas novas. Nadia converteuse nunha peza clave para que a colaboración interinstitucional funcionase convenientemente. En maio de 2021 Nadia pasou a ser subdirectora de tratamento do centro, xusto no momento en que o módulo se convertía en mixto e no que as mulleres tamén poderían beneficiarse do programa de preparación para a vida en liberdade. Un logro ansiado, tanto por técnicos/as, coordinadores, equipo directivo e unha reivindicación das propias internas, que naquel momento só podían vivir no módulo 10 ou no módulo 6, que é unha Unidade Terapéutica e Educativa destinada a persoas con adiccións. Outro avance para os dereitos das mulleres e as persoas privadas de liberdade.

Durante estes dous anos seguimos crecendo e puidemos apreciar unha mellora a varios niveis:

Incrementouse considerablemente o nivel de ocupación e o catálogo de accións formativas e treatmentais, introducindo actividades innovadoras adaptadas ás demandas e necesidades dos/as internos/as do centro, así como a apertura á colaboración con entidades externas en perfecta coordinación cos equipos técnicos do centro. E iso sempre suma.

Por iso, quero poñer en valor o excelente traballo de Nadia durante todos estes anos, primeiro como psicóloga e despois como subdirectora de tratamento, por dedicarse con compromiso, esmero, responsabilidade e eficacia ao módulo 1 e ao centro. Unha persoa cunha calidade persoal e profesional excepcionais, unha peza clave no éxito, consolidación e desenvolvemento do programa Nelson Mandela. Unha persoa que sempre valorou o noso traballo e da que sempre recibimos apoio. Grazas, Nadia.

E grazas tamén ao director, José Ángel Vázquez polo seu empeño na mellora continua das condicións de vida e oportunidades tanto das persoas privadas de liberdade como dos seus traballadores/as dun centro que este ano cumpre 25 anos. A reinserción social si é posible.

E como dicía Nelson Mandela: “a paz non é simplemente a ausencia de conflito; a paz é a creación dunha contorna no que todos e todas podemos prosperar”.

Seguimos construíndo.

Inés E.

Traballadora social e socióloga
Equipo de inclusión sociolaboral do C.P. Teixeira
Outubro 2023



Nadia, subdirectora de tratamento, co equipo de inclusión (José, Mayte e Inés).

ENTREVISTA A MON DEVANE

Texto: Jonathan del Río

Fotografías: Alan Pérez  @alanperezph

Pregunta: ¿Lugar y fecha de nacimiento?

Respuesta: Ourense. 21 de diciembre del 1985.

P. ¿Qué fue lo que te motivó a dedicarte profesionalmente al grafiti? ¿Cuáles fueron tus inicios?

R. Yo no decidí que iba dedicarme profesionalmente a esto. Empecé en el mundo del *hip hop* escuchando música *rap*, empecé a hacer bocetos... en el mundo de la cultura *hip hop* y años después me empezaron a salir los primeros trabajos comerciales. Sobre todo, lo primero fueron cierres comerciales, a veces curiosamente como medida anti grafiti, porque me decían que si le pintaba un grafitero la persiana luego nadie le pintaba encima. Lo cierto que es nunca me gustó que me llamaran por eso, pero así arrancó mi inicio remunerado.

P. ¿Estudiaste Bellas Artes o algo relacionado con el arte?

R. Estudié un ciclo superior de ilustración y la carrera de diseño gráfico en la Escuela de Arte Superior y Diseño Antonio Faílde de Ourense.

P. ¿Cómo y dónde te especializaste en Realismo?

R. En la calle, aprendiendo a usar muy bien el spray. Muchas piezas para ir consiguiendo mejores resultados que hacía en fábricas o lugares abandonados.

P. ¿Qué opinas de que haya personas que lo consideren vandalismo en lugar de arte urbano?

R. Es que son dos cosas distintas. Una cosa es el grafiti ilegal que es un acto más vandálico y otra cosa es el arte urbano. Lo que pasa es que mucha gente que empezó en el grafiti se acabó dedicando al arte urbano porque es un movimiento artístico muy presente hoy en día y tienen muchas cosas en común.



P. ¿Por qué el nombre artístico de Mon Devane?

Mon viene de mi nombre Ramón y Devane viene de devanar, que lo decíamos por la noche sobre devanarse los sesos y darle vueltas a las cosas, a veces también loquear un poco.

P. Podemos observar como en tu proceso de creación del mural del patio del módulo 1 tienes unos cascos puestos todo el rato ¿Qué música te inspira?

De todo. Según la parte del proceso en la que esté, pongo un género o otro para buscar la energía que quiero que me acompañe. A la mañana música tranquila, y cuando relleno un trozo grande algo estilo punk, electrónica. Al final siempre acabo escuchando lo mismo entre *rock, rap, punk...* pero sobre todo música urbana.

P. Hablemos de ambición ¿Hasta dónde quieres o te gustaría llegar con tus obras?

R. A todo el mundo. Ya tengo la suerte de que viajo a bastantes países, aunque es una profesión muy irregular de altibajos. El mundo del autónomo...

P. ¿A qué lugares has viajado por hacer una pieza?

Mis viajes suelen salir a raíz de invitaciones: Bolivia, México, Francia, Italia, Emiratos Árabes, Inglaterra, incluso un hotel resort de Jamaica para realizar un mural por encargo.

P. ¿Por qué elegiste el color turquesa como el predominante de todas tus obras? ¿Cuántas gamas de color tienes en tu abanico de tonalidades?

R. Yo pasé por muchos procesos de colores como realismos a todo color y otras gamas monocromáticas. Cuando pintas hiperrealismo tienes que llevar muchos colores para todos los matices, pero luego me quedé con el turquesa para diferenciarme y buscar mi estilo propio. Que se me reconociera mi trabajo y que además me permitiera centrarme más en el dibujo, texturas, pintar arrugas y detalles, etc.

A lo mejor en algún trabajo comercial tengo que cambiar la paleta de colores, pero tampoco es algo que me moleste.

P. ¿Cómo surgió la idea de hacer un grafiti en prisión?

R. Surgió cuando Manuel (educador del Módulo 1) me escribió aprovechando que se iba grabar un documental. Y aquí estamos. Estuvimos buscando financiación a través de diferentes fundaciones, pero como no aparecía un mecenas, tomé la decisión de hacerlo con mis propios medios. Soy muy de apuntarme a lo loco a las movidas y eso me lleva a lugares y experiencias súper interesantes como esta.

P. ¿Habías hecho más obras de forma altruista anteriormente?

R. Sí, muchas veces que voy de festivales es sin remunerar, aunque ahora intento ir cobrando. Ahora me iré a varios sitios contratado. Intento vivir de esto, pero me muevo por pasión, el dinero no es el objetivo, aunque es necesario cobrar por los proyectos para poder dedicarme al 100% a esta profesión.



P. ¿Cómo te sentiste en el módulo 1 durante el proceso?

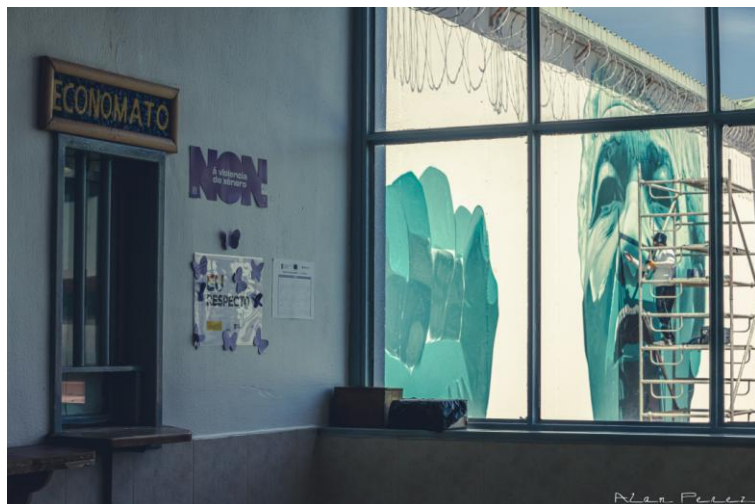
R. Al principio un poco intimidado, pero después cómodo porque hay bastante respeto por el trabajo que estoy haciendo.

P. ¿Habías pintado a Nelson Mandela anteriormente?

R. No, es la primera vez. No soy de hacer famosos, mis modelos suelen ser amigos, familiares o gente anónima que aprovecho para tratar de contar alguna historia.

P. ¿Cómo desarrollaste tu creación?

R. Mis procesos siempre son iguales: analizando el espacio y la pared y a partir de ahí me planteo una idea en la cabeza, hago el boceto digital y pruebo



hasta que encuentro la mejor opción y luego toca trasladarlo a la pared.

P. ¿Cuántos botes de pintura te ha llevado esta pieza?

R. 40 o 50 aproximadamente. Normalmente las primeras bases las hago a plástica, pero este directamente lo hice a spray. A veces cuando pinto fachadas muy grandes también llevo asistentes para ayudarme en la primera fase de base con pintura plástica.

P. ¿Te has planteado llevar tus trabajos a un mercado de otro ámbito profesionalmente como: ¿Lienzos, tatuajes, etc.?

R. Lo de los tatuajes no, aunque me lo pregunta mucha gente y no es algo que me interese empezar a aprender. Los lienzos ya los trabajo y es lo que más empezaré a desarrollar. Además, el mundo del arte urbano se está llevando mucho a la galería. Antes hacía encargos de retratos, pero ahora sólo trabajo obras propias.

P. ¿Haces trabajos por encargo o te involucras únicamente en proyectos que estás interesado íntegramente hacia la proyección de tu carrera?

R. Compagino todos los tipos de proyectos. Tengo un criterio de selección bastante alto, filtro bastante, porque si coges muchos trabajos comerciales es lo que van a conocer de ti. Intento que mi obra se lleve a mi terreno, coger un concepto y llevarlo a mi universo. No copio cosas de otros artistas. Este es mi trabajo y trabajo a mi manera. Aunque la base son los murales por encargo, siempre hago un boceto de mi estilo, se lo enseño al cliente y les explico el concepto que hay detrás.

P. ¿Qué tipo de equipo o herramientas usas en piezas así de estas dimensiones?

R. Normalmente el muro del patio del módulo 1 es la medida tope que cogería para trabajar con andamio. A partir de aquí grúa, arnés y casco. Curiosamente empecé con mucho miedo a la altura ya que impone bastante. Después, para lo que es el trabajo artístico: pintura plástica, rodillos, brochas y espray.

P. ¿Has puesto alguna vez tu vida en riesgo por llegar a lugares peligrosos en la disposición de la obra?

R. No, porque mi trabajo es algo en lo que no me la juego, soy bastante cauto.

P. ¿Has pintado trenes?

R. No. Tuve mi época gamberra pero no llegué a pintar trenes. Pintaba en túneles, paredes nocturnas, etc. Pero lo que más me gustaba era pintar los viernes a la tarde y los sábados en fábricas abandonadas porque no puedes hacer algo de calidad de noche, sin luz y con prisa por terminar y salir corriendo.

P. ¿Cuál es el más especial para ti?

R. Hay varias que me gustan mucho como las de Quiroga y Ribas de Sil, que son una serie que se llama "Las Joyas de la Ribeira Sacra." También el proyecto que hice con Estrella Galicia en el Camino de Santiago fue un proyecto súper bonito.

P. ¿Quién forma parte de tu equipo de trabajo?

R. Mi compañera es mi mujer y socia. Ella se encarga de toda la parte de producción, presupuestos, clientes... y eso me permite a mí dedicarme solo a lo artístico.

P. ¿Cuéntanos acerca del sistema de referencia que aplicas previo al principio de la obra?

R. Esto es un sistema que se llama Doodle Grid que es un sistema de cuadrícula que se empezó a usar hace unos años. Antes encajaba a ojo pero sobre todo en tamaños más pequeños. El sistema consiste en hacer formas aleatorias, y sobre esas marcas haces la obra en la pared ya que te sirven como referencias llevando la imagen montada digitalmente sobre la foto de la pared.

P. ¿Cuánto tiempo os lleva el proceso de realización de los videos?

MON DEVANE: Bueno, lo que vende es el consumo masivo y rápido y nos están educando a hacer vídeos de un minuto. Yo hice algunos *reels*, pero prefiero enfocarme en pintar y hacer un buen trabajo.

ALAN PÉREZ: alrededor de una semana después del tiempo que a mayores lleva la realización de la pieza que serán unas 20 y pico horas de curro, los dos primeros días tengo juntada una hora y media de grabación, después lo sintetizamos.

P. ¿Has cambiado tu alias por necesidad en alguna ocasión?

R. No, cuando pintaba ilegal ponía Mon. Al final el grafiti es un delito menor, si haces muchos trenes sí que puede ser un problema...

P. ¿Qué haces cuando te pisan una pieza?

R. Por suerte no me suelen pisar mucho porque mi trabajo lo respeta la gente bastante. Es un arte que está expuesto en la calle y que además cuando se hace ya se sabe que algún día acabará estropeado de una manera o de otra.

P. ¿En qué redes sociales podemos encontrar tus trabajos?

 @mondevane

 Mon Devane

 @mondevane

Página web: www.mondevane.es

Muchísimas gracias Mon Devane por dejarnos parte de tu grandiosa arte en el módulo 1 y gracias también a Alan Pérez por las fotografías.



Alan Pérez

PROCESO CREATIVO





Mon Devane



DE VISITA...VERO BOQUETE

Vero Boquete, la niña que vio cumplido su sueño de ser futbolista

Texto: Jorge Vázquez Vila

Ilustración: Helga Pita

Verónica Boquete Giadán, más conocida como Vero Boquete o simplemente Vero, es una futbolista gallega nacida en Santiago de Compostela, considerada como la precursora del fútbol femenino a nivel profesional en España, deporte eternamente de hombres y para hombres donde ha sido además una jugadora de gran nivel deportivo y su palmarés profesional es inmejorable. Se inició jugando en el club Aguiño de Ribeira en nuestra Galicia, y ya con prontitud fue fichada por el Español de Barcelona donde empezó a cosechar éxitos tales como dos títulos de la Copa de la Reina. Posteriormente inicia su carrera en el extranjero donde como nos explicó las condiciones económicas para una mujer futbolista profesional eran muy superiores a las de España en ese momento. Ahora clubes nacionales como el Fútbol Club Barcelona, Real Madrid y Atlético de Madrid han igualado los sueldos de las futbolistas a los de los clubes extranjeros y nuestras mejores jugadoras se quedan en nuestro país. Es un avance muy afortunado como nos contó Vero. Jugó en los Estados Unidos, Rusia, Suecia, Alemania, Francia donde conquistó dos Ligas de Campeonas y en la actualidad juega en Italia, primero en el Milán y ahora en la Fiorentina. Ha sido internacional con la selección nacional en todas las categorías y por supuesto en la absoluta donde como no podía ser de otra manera cosechando éxitos y siendo la bandera del equipo y nuevamente la precursora de muchas jugadoras que han venido detrás.

Visitó el centro penitenciario el día 19 de diciembre de 2022, en vísperas de las festividades navideñas por un motivo que concierne a nuestra compañera Ambra Gjegli que voy a explicar a continuación.

Ambra es futbolista en su país de origen (Albania) y empezó a jugar con la selección de fútbol del centro penitenciario gracias que la Federación Gallega atendió a la solicitud de Jose Ángel Vázquez, director del centro penitenciario de que le fuese posible jugar la competición en un equipo masculino y en una competición en la que sólo participan hombres y Ambra entonces pudo jugar con el equipo de la prisión la Liga.

Un éxito absoluto para las mujeres. Esta noticia que se difundió en los medios de comunicación, concretamente en la Televisión de Galicia y en el periódico *La Voz de Galicia*, llegó a oídos de Vero Boquete y cuando el educador del módulo 1



(Manuel) se puso en contacto con ella para venir aquí no lo dudó y se ofreció inmediatamente. Nos visitó como dije anteriormente, el 19 de diciembre de 2022, en su primer día de vacaciones de Navidad, recién llegada de Italia, lo cual es de agradecer y de admirar ya que no lo hace cualquiera y menos desinteresadamente. Venir a una cárcel con las dudas y preconceitos que obviamente se tienen al acceder a una prisión también es un inconveniente añadido porque no sabes lo que te vas a encontrar, como nos relató ella en la entrevista que se le hizo ese día.

La entrevista se hizo en el salón de actos de este centro con una serie de preguntas preparadas por las integrantes de la revista y que le hicieron Paula, Escarlata y en especial Génesis, que fue la encargada de preguntarle directamente en el acto. Entre las respuestas que contestó Vero Boquete hay que destacar varias a preguntas muy concretas. Aparte de relatar su trayectoria profesional, nos contó que siempre tuvo el apoyo en su familia y que tiene dos hermanos y que su padre les dijo que si no la dejaban jugar al fútbol no jugaban ninguno. Cabe reflexionar que un deporte considerado de niños fue muy importante y decisivo para ella el apoyo incondicional de su padre, como nos relató.

Contestó también que la igualdad en el fútbol entre hombres y mujeres es difícil pero también que se ha avanzado mucho y unas pocas privilegiadas, entre las que se encuentra pueden ser profesionales y vivir bien con los ingresos que perciben de los clubes y patrocinadores pero que les queda un largo camino que recorrer todavía. Se le preguntó por dos temas escabrosos como son la celebración del mundial de fútbol masculino en Qatar y el problema de varias jugadoras de la selección femenina con el seleccionador, pero no quiso entrar en profundidad en los temas y prefirió centrarse en temas deportivos. Entiende el que suscribe que acertadamente ya que el entorno era agradable y no quiso entrar en polémicas.

Después de la entrevista varios internos que asistían al acto le formularon varias preguntas y yo también le hice una y a todos nos contestó a temas futbolísticos e incluso personales sin pudor alguno en un encuentro que se hizo corto y donde se percibió que después del impacto inicial de verse ante una sala abarrotada de presos se la vió cada vez más cómoda y así nos lo confesó en la posterior visita a nuestro Módulo 1.

En la visita al módulo recorrió todos los talleres, pudimos hablar más en privado con ella y nos confesó sus miedos iniciales los cuales se le habían borrado durante la entrevista y más aún en la visita al Módulo cómo me dijo a mí personalmente. Fue muy cercana, simpática y amable con todos y la verdad es que le deseo lo mejor en su trayectoria profesional ya que soy muy aficionado al fútbol.

Además de lo anterior Vero Boquete ha editado un libro sobre su vida titulado: *La princesa del deporte* rey del que nos dejó un ejemplar dedicado e hizo

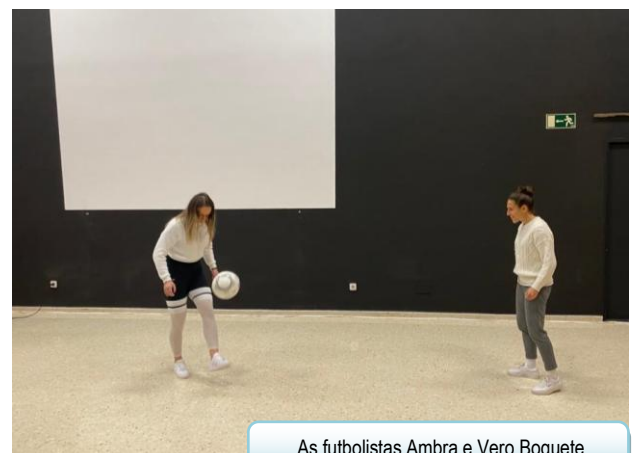
llegar una camiseta suya firmada para nuestra compañera Ambra que fue la causa y la consecuencia de su visita. Del libro lo que más me ha llamado la atención es su lema "sueña para vivir, vive para jugar y juega para ganar", lema que nos levanta un poco el ánimo a los que estamos privados de libertad.

Como colofón a este artículo quiero hacer una reflexión en lo relativo a la igualdad entre hombres y mujeres en el mundo del fútbol. Se ha avanzado muchísimo como la propia Vero nos relató, pero es difícil llegar a una equiparación salarial ya que el fútbol masculino genera unos ingresos desproporcionados a los clubes por derechos de televisión, patrocinadores y las marcas deportivas hacia los jugadores y aunque el fútbol femenino es al fin ya profesional veo utópico una igualdad real por asistencia a los estadios, audiencias televisivas y otros factores económicos que hacen imposible esa igualdad.

Pero lo realmente importante es dar las mismas oportunidades a niños y niñas para que practiquen el deporte que más les guste sin el estereotipo del fútbol es cosa de hombres.... Lo importante de verdad es la educación en todos los órdenes de la vida y el deporte es otro más, pero la base es insisto la EDUCACIÓN con mayúsculas en los entornos familiares y escolares entre niños y niñas que serán los hombres y las mujeres del futuro.

GRACIAS, VERO.





As futbolistas Ambra e Vero Boquete

ANALIZANDO LA LEY DE LIBERTAD SEXUAL

Por Jorge Vázquez Vila

La ley del “solo el sí es sí” como es conocida popularmente, es la Ley orgánica 10/2022, de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual, y que entró en vigor el pasado 7 de octubre de 2022 y su aplicación generó graves consecuencias que se han traslucido en cientos de rebajas de penas a condenados por delitos contra la libertad sexual y numerosas excarcelaciones de reclusos en toda España. En junio de 2023 los tribunales habían acordado al menos 1127 reducciones de pena y 115 excarcelaciones.

Se generó una gran presión social, política y de los medios de comunicación que conllevó a la reforma de la ley por iniciativa del grupo socialista del Gobierno de España que fue aprobada por las Cortes a pesar de la oposición de parte del Gobierno, concretamente por el Ministerio de Igualdad y actualmente esta reforma legal es la que está en vigor y es de aplicación por Juzgados y Tribunales. Pero los perjuicios causados son irreparables a mi modesto entender.

La Ley en su espíritu y fondo es un avance muy positivo en lo que respecta a la protección de las víctimas de delitos contra la libertad sexual poniendo el consentimiento en el centro ya que sólo se entenderá que hay consentimiento para mantener relaciones sexuales cuando se “haya manifestado libremente mediante actos que, en atención a las circunstancias del caso, expresen de manera clara la voluntad de la persona para mantener relaciones sexuales”. Es decir, todo acto sexual sin consentimiento será considerado agresión sexual y desaparece el delito de mero abuso y todo es agresión. Esto es decisivo a la hora de proteger a las víctimas.

La ley introduce el delito de acoso callejero que consiste en el hecho de dirigirse a otras personas con expresiones, comportamientos o proposiciones de índole sexual que crean en la víctima una situación objetivamente humillante, hostil o intimidatoria. No se trata de un mero piropo, como estaba siendo muy habitual en las conductas de los hombres hacia las mujeres, sino situaciones graves como antes expuse.

La norma recoge todas las violencias ejercidas contra las mujeres por el mero hecho de serlo e introduce un énfasis en la educación y que en nuestro sistema educativo se incluyan contenidos sobre igualdad de género y educación afectivo-sexual para el alumnado de todos los niveles educativos y que obviamente estén adecuados a la edad correspondiente del mismo. A mi juicio esto es lo más importante ya que solamente desde la educación adecuada en la igualdad en todos los ámbitos se podrá

llegar a lo que pretende el legislador, pero claro esto no es flor de un día...

El objetivo de la ley del sólo el sí es sí es obtener un sistema de protección y atención similar al que ya existe para las víctimas de la violencia de género y para ello las víctimas de violencias sexuales tendrán recursos a su disposición, aunque no denuncien.

Al principio de este artículo expuse los problemas en la aplicación de la ley y de su interpretación por juzgados y tribunales, antes de su reforma.

Las penas a aplicar eran inferiores a las anteriores previstas en el Código Penal y esto generó las correspondientes rebajas de condenas en los agresores



sexuales en aplicación del principio latino que nos ampara el “in dubio pro reo”. Es decir, en nuestro sistema democrático según el artículo 2.2 del Código Penal tendrá efecto retroactivo aquellas leyes penales que favorezcan al reo, aunque al entrar en vigor hubiera recaído sentencia firme y el sujeto estuviese cumpliendo condena. Se debe aplicar la pena más favorable al condenado y esto fue lo que sucedió en este caso, ya que los abogados de los condenados solicitaron su aplicación para favorecer a sus defendidos e incluso la propia Fiscalía también lo solicitó ya que el Ministerio Fiscal aparte de ejercer la acusación pública es el garante del principio de legalidad que ampara nuestra Constitución y

los tribunales aplicaron las rebajas de condenas e incluso excarcelaciones al llevar los penados cumplidas las penas con creces con la aplicación de la ley más favorable. Y aquí estuvo el gran error de los legisladores, ya que por puro electoralismo se aprobó la ley sin medir las graves consecuencias de su aplicación práctica, ya que se tratan de delitos contra las personas que recoge el código penal que son los más graves, entiéndanse los homicidios, las lesiones violentas graves y por supuesto las agresiones sexuales, que son los que nos ocupan en esta ley.

La posterior reforma y que está en vigor repone o remienda lo anterior, pero el daño ocasionado está hecho y es irreparable. De lo que se trata es de aprender de los errores y de proteger a las víctimas de agresiones sexuales como se recoge en la ley y de avanzar en conseguir la igualdad en todos los ámbitos sin perjudicar a las víctimas y tampoco a los condenados por otro tipo de delito, ya que la ley más favorable al reo es de obligada aplicación por los tribunales, pero no de esta manera.

SAÍDA TERAPÉUTICA: EQUINOSENS

Por Carri

El día 17 de abril del 2023, después de 1 año en prisión, en el módulo 1, fui propuesta para una salida terapéutica para montar a caballo en Betanzos, con cuatro compañeras del módulo 10 y tres del módulo 1, junto con la educadora del módulo 10 María José, Inés y Mayte, del equipo de inclusión y Marta del CIM de Curtis junto con las dos personas responsables de Equinosens.

Era mi primer contacto con el exterior y antes de salir ya me faltaba el aliento. De camino a ingresos tuve que hacer verdaderos esfuerzos para contener las lágrimas. Antes de entrar en prisión, no sabía que algo tan simple, como ir en un minibus a ver unos caballos, me podía crear unas sensaciones tan positivas, te sientes viva y sobre todo persona, de alguna manera sueltas las cadenas.

Al llegar al destino, me impresionó el olor a naturaleza, ver los árboles, la hierba y hasta el picor de las ortigas, que tanto molestan, te resulta agradable. Nos reunimos en grupo para hacer una presentación y así poner nombre a nuestras caras. Hicimos unos juegos muy simples, pero muy interesantes. Nos dividimos en dos grupos unidas por una cuerda, donde las dos de los extremos, Génesis y yo, teníamos que tener los ojos tapados y las del medio nos guiaban para llegar a un caballo y ponerle la cuerda. En resumen, teníamos que confiar las unas en las otras a través del trabajo en equipo. Sobre media mañana, nos dieron un desayuno con café, zumo y bizcocho.

Otro de los juegos era ponerles nombre a los caballos. Inés casi acierta con Indio, le puso "Indi", Mayte acertó de pleno con Noble y se emocionó muchísimo. Al verle caer las lágrimas te das cuenta que todos esos prejuicios que te creas por una misma, solo hace apartarte y crear una "falsa" desconfianza, no lo digo solamente por este hecho, lo digo en general. Todas las personas que nos acompañaron en esta salida fueron enormemente cercanas, me hicieron sentir "una más" "sin cadenas"... libre.

Después de un pequeño descanso, realizamos otro juego con los caballos, a los que peinamos, abrazamos y montamos de pie, de rodillas, mirando hacia delante, hacia atrás, acostada... ¡Qué bien me sentí!, recordando montando con la abuela de pequeña.

Gracias, Mayte, Inés, Marta, M^a José y al personal de Equinosens, por darme una mañana tan especial para recordar el sentimiento de vivir con naturaleza la LIBERTAD.





Gloria, Ángeles, Sandra e Génesis coas terapeutas de Equinosens.





SAÍDA TERAPÉUTICA: PARADELA

Por Carri

Por tercera vez fui a una de esas salidas programadas al exterior, en esta ocasión la salida fue con compañeras/os del módulo 1. Nos acompañaron los tres miembros del equipo de Inclusión: Mayte, Jose e Inés, y dos del equipo técnico: Manuel (educador) y Borja (trabajador social). En principio era un trayecto de 10 km, al final fueron 18 km, por los alrededores del centro penitenciario.

Esta salida, al igual que las anteriores me la tomé con más entusiasmo, nos conocíamos todos y daba la impresión que era una salida de "coleguitas", además los 5 profesionales te dan un trato de "tú a tú" y te hacen olvidar el "Doña y el Don".



Recorrimos caminos de tierra, lloviznaba a veces, pero sin ningún tipo de desgana, cada paso te motiva más para seguir pensando en eso que tanto me echas de menos y más necesitas para recuperar tu libertad y saber lo que no tienes que hacer para no volver a perderla. Fuimos viendo estos pastos con la hierba recogida para el alimento de los animales, según pude apreciar la mayoría de las personas de esta zona se dedican a la ganadería, casi todas las casas, las que permanecían habitadas ya que nos encontramos con bastantes

deshabitadas, casi en ruinas, tenían sus granjas para la producción de leche, sus enormes aparatos agrícolas y

enormes montañas de comida. No me impresiona ver todo esto, ni los animales, en este caso eran vacas y me gusta verlas pastando, pero sí me sentí un poco "molesta" por verlas con la cabeza metida entre dos hierros comiendo sin poder hacer nada más que comer.

Llegamos a un puente de piedra por donde pasaba un río, si mal no recuerdo era "Ponte Marzán", ¡qué bonito! Hicimos una parada para reponer fuerzas, hicimos fotos, escuchamos alguna canción, pero lo mejor fue la actuación a capela del "gran Julio" cantando por Alejandro Sanz, y por micrófono una vara. ¡Genial!

Después de la parada, regresamos para parar a comer en Paradela, donde Toñita y Julio, del Bar Miraz, nos tenían preparada una comida casera increíble de buena con postre y café, sobremesa y partida de fútbol, donde los "puretas" Manuel y Borja, ganaron a los jóvenes Cristian y Yoli, la experiencia da los puntos.

Seguimos dando un paseo por Paradela antes del retorno y empiezas a pensar en el regreso al módulo y como de rápido pasan las horas... cuando te sientes libre y en cómo quieres que sea tu vida para no volver a pasear por patios donde el horizonte sean muros.



Borja, Inés, Manuel, Mayte e José (Equipo de profissionais do módulo 1).



TALLER DE EMPRENDIMIENTO

Por Yoli

Comenzaba un día la asamblea en el módulo 1, no recuerdo la fecha exacta, pero anunciaron uno de los muchos cursos que se celebran normalmente. En este caso, hablaron de un taller de emprendimiento. Pensé que a este sí me apuntaría.

Recuerdo que el 28 de abril de 2023 entré en el aula de informática y tomé asiento, y en cuanto escuché hablar a la profesional que impartía el curso, me di cuenta que iba a ser una charla muy interesante. No me equivoqué. Allí estaba Fátima: Dicharachera, dinámica y sobre todo muy cercana, que es algo que creo que todos/as los/as internos/as valoramos mucho. Nos habló de varias cosas, entre ellas, preguntaba si era posible emprender un negocio desde "cero". Imagino que cada uno de nosotras en nuestro interior pensábamos de una manera, pero su ímpetu y sus ganas de creer en nosotras mismas nos hizo sentir que querer es poder. Nos relató sus propias experiencias, que no pasaron inadvertidas para nadie, pues ella renunció a lo que todo el mundo desea, un puesto de trabajo estable en la Administración Pública. Allí estuvo varios años hasta que se imaginó haciendo toda la vida lo mismo y supo que, a pesar de tener una seguridad, no era lo que quería.

Terminó cambiando a una empresa privada como consultora. Pidió a sus jefes que le dejaran innovar y llevar a cabo proyectos que ella tenía en mente. Su equipo de trabajo terminó creciendo y la empresa prosperó a nivel incluso internacional. Pero una mala gestión de sus superiores hizo que la empresa fuese a pique.

Una buena idea y la unión de un buen equipo hicieron que ella y sus compañeras empezasen de "cero". Abrieron su propia consultoría y a día de hoy se encargan de ayudar a personas que tienen una buena idea y comprobar la viabilidad de los negocios además de asesorar para lo que sea.

En una primera parte del taller se analizaron las diferentes opciones de inserción laboral, centrándonos en

el autoempleo. En la segunda parte se analizaron las habilidades que debe tener una persona emprendedora, así como las características que debe de tener una buena idea de negocio. La tercera parte analizamos la viabilidad de una idea de negocio planteada por todo el grupo. Fátima utilizó el método CANVAS, lo que nos permitió reflexionar de forma estructurada sobre los distintos aspectos de la idea.

Este curso me hizo recordar una temporada que estuve obsesionada con montar negocios de éxito. Veía a personas en vídeos de Internet, que, gracias a una buena idea de negocio, habían alcanzado el éxito.

Este curso también ha hecho que me ilusione con la idea de que, aunque estos momentos mi vida haya sufrido un parón, nunca es demasiado tarde.

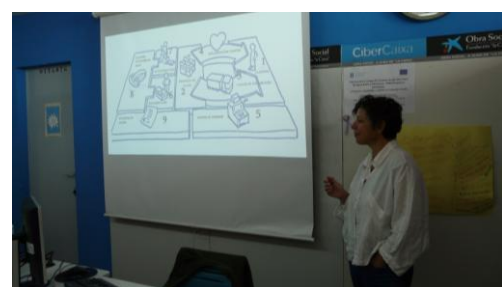
Quizás cuando salga de prisión, madure varias ideas que tengo y le haga una visita a Fátima, para que me apoye y me dé su visión profesional acerca de varias de estas ideas y pueda llevar alguna a cabo. He aprendido en este curso, sobre todo, que tu negocio debe diferenciarse en algo de los demás, y que el trato al público debe ser único y excepcional.

El taller de emprendimiento ha conseguido que tenga una nueva motivación y estas historias en primera persona te hacen pensar mucho y sobre todo tener fe en que puedes conseguir lo que te propongas con mucho empeño, paciencia y dedicación.

Fátima nos comentó que debería volver porque el taller se hizo corto... y así esperamos que sea.

Queremos dar las gracias a Fátima y a su consultora PROMOVE, ya que impartió este taller de forma gratuita por ser un proyecto RSE de PROMOVE.

Más información en: www.promoveconsultoria.com



Fátima impartiendo o taller de emprendemento no módulo 1

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN MUJERES CON PROBLEMAS DE ADICCIÓN

Por Carri

Este curso lo impartieron Rosa y Nuria de la fundación Diagrama, constó de 4 bloques, divididos en varias secciones:

1. Conceptos básicos: Mujer y adicciones, desde la perspectiva de género.
2. La mujer desde la perspectiva de género:
 - Diferencia entre sexo y género.
 - Identidad femenina, tipos de mensaje y enseñanzas recibidas desde que nacemos, teniéndolos normalizados por nacer mujer.
 - Mitos sobre el amor romántico.
3. Mujer y adicción
 - Saber de las causas del porqué de las adicciones en la mujer.
 - Influencia y consecuencias de las adicciones en la mujer.
 - Dependencia emocional
4. Mujer y empoderamiento
 - Aceptación, gestionar todo tipo de emociones.
 - Saber lo que somos, valorarnos.
 - Proyecto de vida

Me gustaría dar las gracias por estar en el módulo 1 y tener la oportunidad de acudir a este tipo de cursos, donde aprendí a superarme, a expresarme con más seguridad, a dejar de poner tiritas y a desviar los errores cometidos, pero sobre todo, saber el camino seguro que quiero seguir.



CARTA ABIERTA A NADIA GHULAM

Por PabloNoa

No había oído hablar de ti hasta mi entrada en prisión. Fue al entrar cuando leyendo un día un artículo en la revista en la que hoy escribo despertaste mi atención. Tu historia me tocó el alma. Escucharte me tocó el corazón. Entera y tranquila vi cómo te sentabas en un salón de actos repleto de gente, o al menos es lo que transmitías. Esa calma que vi en tus ojos desde el primer momento hizo que cada palabra fuese más fácil de entender.

Al ver el vídeo inicial del resumen de tu vida pensaba en una Nadia enfadada y dolida. No habías empezado a hablar. Cualquiera habría empatizado con una situación así. Una familia rota por un régimen. La pérdida de un hermano. La locura de un padre. Tú dolor físico. El dolor moral de cada uno de vosotros, separarte de los tuyos...

Escuchar cómo tan joven decidiste tomar la identidad de alguien tan cercano que ya no estaba, de hacerte pasar por él ante un mundo injusto simplemente por ser mujer. La mujer que no has dejado de ser y que hoy eres. Esa misma mujer que para un sector radical de un país no disfrutaba de ningún derecho es la misma que hoy los reivindica en todo el mundo.

Y entonces te escuché. El mensaje era claro. ¡No rendirse! ¡Seguir luchando! Tu manera de expresarlo completamente distinta. Sin odio. Con calma. Acentuando cada palabra. Marcando cada tono.

Contando un infierno con esa tranquilidad que hizo que sino todos en ese salón de actos, sí muchos de nosotros nos parásemos a pensar que distinto sería el mundo si actuásemos como tú.

Como después de una experiencia como la tuya nos replanteásemos los problemas personales y muchas veces sociales y la manera de solucionarlos. Escucharte decir que el odio y la rabia no es la solución... en una prisión donde por una silla se aplica la ley del talión. Decir que el sufrimiento se combate con la lucha... pero de derechos. No defender la agresividad ante quien a ti te hizo tanto daño.

Ver tanto agradecimiento de alguien que lleva toda una vida dando. Al hablar de tu otra familia. Tu familia catalana. La que todos en nuestra vida hemos tenido sin darnos cuenta. Como le hablabas a tu madre de tu papá catalán hizo que mis ojos se nublaran. Un sentimiento de dureza y ternura difícil de explicar, explicado de una manera tan natural.

Te hubiese escuchado un día entero, Nadia. Pero tener la oportunidad de abrazarte al finalizar la charla hizo que ese día fuese distinto. En el día a día de prisión y en el día a día de mi vida después de haberte conocido. Sé que ganarás esta lucha sin usar ninguna de las armas que se usan para ganar las guerras. Sé que ganarás esta guerra con la mejor de las armas. Tu manera de decir las cosas. Ojalá seas la mejor fábrica de armas del mundo.

Te desea de corazón toda la suerte y la fuerza un nuevo soldado en tu guerra.





Manuel, Enrique Aranz, Jose Ángel Vázquez, José, Nadia Ghulam, Mayte e Inés.



Enrique Aranz, Jose Ángel Vázquez, Nadia Ghulam, Nadia e Susagna Escárbidul.

APRENDIENDO A VIVIR EN LIBERTAD

Por J. Vales

El Plan de formación del Consorcio Galego de Servizos de Igualdade e Benestar del año 2023 estuvo formado por cuatro cursos independientes que se impartieron en el módulo 1 del centro penitenciario de Teixeira y en el cual se desarrollaron los siguientes temas:

Taller de igualdad, taller de educación afectivo-sexual, taller de educación para la salud y escuela de madres y padres.

Han sido impartidos por Enrique y Antía, dos profesionales altamente cualificados.

Preguntando a Inés, técnica del equipo de inclusión, de cuál es la razón principal de la realización de estos cursos responde que es dar respuesta a necesidades formativas relacionadas con las competencias personales y sociales que favorezcan la adecuada reincorporación de las personas participantes en su entorno sociocomunitario: competencias personales, sociales y hábitos de vida saludables orientadas a un comportamiento prosocial.

Para ello, previamente se realiza una evaluación de las necesidades formativas de los internos e internas del módulo 1 y a partir de ahí se hace una propuesta formativa que financia exclusivamente el Consorcio Galego de Servizos de igualade e Benestar dentro del marco de la Estratexia de Inclusión Social de Galicia.

En un Módulo Mixto es básico el taller de igualdad, ya que conviven diariamente hombres y mujeres de delitos diversos y es muy importante comprender los mecanismos que generan desigualdades y que son la base de la violencia machista.

Indica igualmente que la educación afectivo-sexual sirve para romper patrones de relaciones tóxicas, abusivas y/o violentas, enseñando a que las relaciones afectivo-sexuales sean sanas y satisfactorias, que promuevan el buen trato y la responsabilidad afectiva.

Esa responsabilidad afectiva implica tener en cuenta los sentimientos y emociones de la otra persona, eliminando de nuestros actos esa falta de consideración como puede ser el "Ghosting" (decidir desaparecer eliminando todo tipo de contacto con la otra persona) o bien la deslealtad, la conveniencia o la propia invalidación emocional, ignorando o rechazando los sentimientos del otro.



Antía, docente do taller de igualdade e do taller de educación afectivo-sexual

Por ello luchar por esa responsabilidad afectiva y tener como bandera el buen trato, la sinceridad, la fidelidad y lealtad, así como el respeto, pilar fundamental en una relación.

En relación con la escuela de madres y padres hay que dotar de habilidades parentales socio-educativas; nadie nos enseña a ser padres y madres y lo difícil y complejo que resulta el ejercer la paternidad y la maternidad de una forma corresponsable.

Quiero hacer mención de que yo también asistí a uno de estos cursos, fue al taller de igualdad y quisiera dejar constancia de la profesionalidad con la que se impartió, de una forma muy cercana y aclarando conceptos de rabiosa actualidad, como puede ser el concepto de discriminación positiva, así como los planes de igualdad que se están llevando a cabo en estos momentos; se pueden sacar conclusiones claras con respecto a la desigualdad reinante, y saber que las posturas machistas generan violencia, y la cólera no deja de ser una ráfaga de viento que sin duda apaga la lámpara de la inteligencia; sólo los acomplejados y los tontos actúan así, sin darse cuenta que el sufrimiento en general y muy en particular el soportado por la mujer maltratada es permanente, aislado y oscuro y posee la naturaleza de lo infinito.

Quiero decir, que volvería a repetir y a profundizar si cabe aún más en la temática del curso.

Felicito sinceramente a Antía por lo bien que nos supo hacer llegar los conceptos de Igualdad que se desarrollaron, lo interesante que resultó y como nos hizo participar.

Para finalizar y como reflexión yo pienso y así lo diría a todos y muy en particular a las mujeres que sufren alguna clase de maltrato que siempre es demasiado pronto para rendirse y que sin ningún género de duda la vida es un aprendizaje infinito.

Muchas gracias Inés por tu eterna lucha por la igualdad y por como lo transmites.

LA NUEVA LEY DE ¿BIENESTAR ANIMAL?

Por J. Vales

La ley que paso a comentar es la Ley 7/2023, de 28 de marzo, de protección de los derechos y el bienestar de los animales.

Su principal objetivo viene recogido en el artículo 13 del Tratado de Funcionamiento de la Unión Europea y el Código Civil Español; determinando una reacción contra la situación de maltrato.

En primer lugar, define el concepto de “bienestar animal” y lo define como “el estado físico y mental de un animal con las condiciones en las que vive y muere”.

No cabe duda de que los animales son seres sensibles y es por ello por lo que el Código Civil dispone la obligación del propietario, de ejercer sus derechos sobre él y sus deberes de cuidarlo, respetando su cualidad de ser sintiente y su bienestar; es decir, lo define como ser capaz de percibir sensaciones o estar en estado de hacerlo.

Su principal objetivo es el regular el reconocimiento y la protección de la dignidad de los animales por parte de la sociedad y por supuesto regule nuestro comportamiento hacia ellos como seres vivos dentro de nuestro entorno de convivencia.



Esta ley define animal de compañía, como aquel animal doméstico o silvestre en cautividad, mantenido por el ser humano principalmente en el hogar, siempre que se pueda tener en buenas condiciones de

bienestar que respeten sus necesidades etológicas, es decir, respetando sus costumbres y formas de vida; y hay unos principios básicos dentro de esta ley que, bajo mi punto de vista, son muy positivos, y que propugna la lucha contra el maltrato y abandono, y por otro lado, impulsa la adopción y el acogimiento.

La ley tiene por objeto establecer el régimen jurídico básico en todo el territorio español para la protección, garantía de los derechos y entiende por tales su derecho al buen trato, respeto y protección, inherentes y derivados de su naturaleza de seres

que agradecen, sufren o padecen y esto viene determinado por las personas que mantienen contacto o relación con ellos.

Después de estudiar la ley, hay que agradecer el progreso y el paso tan importante que se ha dado en la sociedad con una ley de estas características; imponiendo cuestiones y obligaciones como las de tener que realizar cursos de formación, con un contenido reglamentario y la obligación de tener un seguro de responsabilidad civil por daños a terceros que incluya en su cobertura a las personas responsables del animal, caso muy particular para la tenencia de perros.

Me gustaría reseñar que, en un estudio realizado por la Universidad de Berkeley en Los Ángeles en Estados Unidos, y estoy hablando de finales del siglo pasado en 1996, determinado en profesores de la cátedra de economía, que el nivel cultural de progreso y de educación de un país, se podía evaluar y baremar perfectamente entre otras cuestiones por el número de clínicas odontológicas y de clínicas veterinarias que había abiertas por cada 10.000 habitantes en un determinado lugar.

En España, una tercera parte de hogares convive con al menos un animal y en la actualidad hay más de trece millones de animales de compañía registrados e identificados.

Voy a tocar ahora para mí un tema muy delicado y que cuando lo abordo me provoca una gran congoja, pero quiero resaltar la humanidad manifiesta por parte del legislador, y el buen hacer que se desprende en el artículo 27, cuando trata el tema de la eutanasia, y dice que solamente estará justificada bajo criterio y control veterinario con el único fin de evitar el sufrimiento por causas no recuperables que comprometa seriamente la calidad de vida del animal y que, como tal, ha de ser acreditado y certificado por profesional veterinario colegiado. Destaco el interés de nuevo con el que se protege la vida y la dignidad de trato hacia el animal. Aplaudo y admiro al Ejecutivo valiente que se involucró en hacer una ley de este calado. No obstante, me gustaría hacer una profunda reflexión, y es la siguiente, en el artículo 1 de esta ley en su punto 3, se habla de excepciones, dice textualmente “Quedan excluidos del ámbito de aplicación de esta ley”; los animales utilizados en los espectáculos taurinos previstos en los artículos 2 y 10 de la Ley 10/1991 de 4 de abril, sobre potestades

administrativas en materia de espectáculos taurinos; además de otros, circos, caza, etc...

Y yo le paso a preguntar al señor legislador: ¿Por qué esta discriminación negativa hacia el toro?

Siente y padece como los demás, lo considero una falta importante, un error de bulto en una buena ley.

Destacar que ahora la venta de animales se tiene que llevar a cabo sin intermediarios, con contrato escrito de compraventa, debe comunicarse en el registro de animales de compañía en los tres días hábiles posteriores a la venta, y a la edad mínima en perros y gatos será de dos meses.

Queda, por otro lado, prohibida la venta *on-line*, y la cesión debe ir acompañada de un contrato de cesión.

Por otro lado, se determinan los tipos de infracciones así como las sanciones determinadas a cada tipo de infracción, determinando como infracciones leves aquellas que no provocan daños físicos, las infracciones graves aquellas que provocan el sufrimiento animal con secuelas permanentes y graves como infracciones muy graves las que provocan la muerte, como son el sacrificio de animales no autorizado, y la eutanasia con medios inadecuados o personal no autorizado, así como el uso de animales para peleas.

Las sanciones para leves son multas desde los 500€ a 10.000€; para graves de 10.001,00€ a 50.000€ y las muy graves desde 50.001€ hasta los 200.000€; el no cumplimiento del pago lleva aparejada como consecuencia pena de prisión.



Estos ingresos procedentes de sanciones se destinan en actuaciones que tengan por objeto la protección de los animales.

Quiero destacar que ya en Costa Rica en el año 2017 hay una ley con el mismo nombre que busca crear un marco jurídico muy similar castigando al maltrato, el descuidar su higiene, no facilitarles alimentación y castiga expresamente las corridas de toros, las peleas de gallos, las peleas de perros, el trabajo en circos entre otras cuestiones y se destaca como una de las leyes más avanzadas en la materia del mundo.

Pienso que deberíamos intentar imitar las cuestiones que benefician el bienestar animal, que es la razón principal de nuestra ley y que la mencionada costarricense podría ser en este caso espejo para tomar buena nota de cuestiones que podrían mejorarla. No obstante, enhorabuena a nuestra sociedad por sensibilizarse frente a este problema y felicitar al legislador por este paso de gigante en la lucha por derechos y contra el maltrato.

Por último, como algo muy íntimo y personal me gustaría invitar a todos y a todas a una reflexión. Pensar en los términos lealtad, fidelidad, compañía infinita, agradecimiento extremo a cambio absolutamente de nada, todo ello es connatural e innato, forma parte del alma de ellos, y cuando me refiero a ellos, estoy pensando en general en los animales y muy en particular en los perros y en los gatos, con los animales que llevo compartiendo gran parte de mi vida; por ello concienciémonos de que son distintos, pero no inferiores y poseen su racionalidad específica, cuando es la misma ley la que los califica como seres sintientes, es decir, con sentimientos.

Quiero dedicarle y dar las gracias a mis dos Yorkshires por hacerme una persona mejor y por acompañarme y entenderme siempre.

Gracias a Iker y a Carlota y decirles a Rommel y a Eloísa

IN MEMORIAM AD AETERNUM

Siempre os llevaré en mi corazón. Estoy seguro de que un día nos volveremos a ver.

ESPECIAL 25º ANIVERSARIO DEL C.P. TEIXEIRO

Por Abraham B.

Con motivo del 25 aniversario del centro penitenciario de Teixeiro se organizaron unas jornadas en el que profesionales de algunas de las entidades colaboradoras del centro expusieron su trabajo a lo largo de estos años y hasta la actualidad. Además, contamos con una nueva visita de la escritora afgana Nadia Ghulam.

Las personas que pudieron asistir eran por supuesto la población reclusa, los trabajadores y trabajadoras del centro y las entidades colaboradoras. El lugar elegido fue el salón de actos del centro y la programación fue la siguiente:

Martes, 18 de abril: ASFEDRO: "25 años acompañando a las personas presas con problemas de adicción".

Martes, 9 de mayo: Un recorrido por el Nelson Mandela: "14 años preparando para la vida en libertad".

Martes, 30 de mayo: Fundación Érguete: "12 años apostando por la incorporación sociolaboral de las personas privadas de libertad".

Viernes, 9 de junio Nadia Ghulam: "Mujer, madre e Islam. Represión de la mujer y lo femenino en Afganistán y otros países islámicos".

Martes, 13 de junio CONCAES: "Justicia restaurativa en prisión".

El que redacta tuvo la suerte de asistir a la conferencia del 18 de abril realizada por ASFEDRO en la que su exposición fue una mirada retroactiva de los problemas creados por las adicciones en prisión.

Empezaron echando una mirada al pasado en la cárcel vieja de A Coruña, donde los problemas de transmisión de enfermedades creadas por el consumo intravenoso de heroína eran muchos y muy acelerados. Todo esto acompañado de diapositivas de lo que era el centro y sus instalaciones, que eran muy precarias y muy lejos de como hoy en día están los centros actuales.

Además, también tocó el turno al Módulo Nelson Mandela, en el participaron José y Mayte, del equipo de inclusión, Enrique Aranz, asesor técnico del programa Nelson Mandela y Manuel, educador del módulo 1.

Enrique hizo una exposición general del sentido y significado del trabajo y del porqué de las organizaciones en los centros penitenciarios, Mayte habló de la evolución del módulo 1 como módulo mixto, José habló sobre los talleres ocupacionales y Manuel, el educador sobre el trabajo en equipo y la coordinación interinstitucional, en este caso concreto entre instituciones penitenciarias y el Consorcio Galego de servicios de Igualdade e Benestar.

También se proyectaron 2 vídeos ilustrativos sobre el módulo 1 y lo que significaba para los internos e internas del módulo 1 que este fuera mixto.

Este año, además, fue muy especial porque el día que se celebró la Merced, el 26 de septiembre, el equipo de inclusión social recibió la medalla de bronce al mérito social penitenciario.



Jornadas Nelson Mandela: Enrique Aranz, Mayte, Génesis, Manuel e José.



O equipo de inclusión recibindo a medalla de bronce ao mérito social penitenciario o pasado 26 de setembro de 2023.
De esquerda á dereita: Inés (equipo inclusión), Enrique Aranz (asesor científico), Perfecto Rodríguez (xerente do Consorcio), José (equipo inclusión), Marta Rodríguez (coordinadora inclusión), Mayte (equipo inclusión) e Antonio Miranda (coordinador equipo Teixeiro).

A FAVOR/ EN CONTRA

A FAVOR

Por I.R.S.

La gestación subrogada no me parece un acto que vulnere ningún tipo de derecho humano ni denigre a la mujer en ninguno de sus aspectos.

Siempre y cuando no haya coacciones, amenazas o algún tipo de organización criminal que su intención fuese única y exclusivamente el lucro de la misma explotando a mujeres indefensas o en riesgo de exclusión social, obligándolas a quedarse embarazadas contra su voluntad para obtener grandes beneficios con esta práctica.

Por eso mi opinión es totalmente de carácter personal y sin duda alguna debatible dadas las circunstancias de la sociedad en la que vivimos.

Lo cual quiero añadir que si la mujer no tiene ningún tipo de condicionamiento de los mencionados anteriormente que haga negocio con su útero y "venta" el niño que está gestando por ejemplo a una familia con un matrimonio homosexual o que la mujer u hombre de dicha pareja no tenga la posibilidad por cuestiones de fertilidad, salud etc...

Gestar un embrión no me parecería, a mi juicio un acto deleznable o como es en España algo ilegal y penado judicialmente.



Ilustración: Fon Mota

EN CONTRA

Por Jorge Vázquez Vila

Estoy en contra de la gestación subrogada por varias razones, unas jurídicas y otras personales.

La maternidad subrogada es un eufemismo para no llamarlos vientres de alquiler. Esos argumentos se utilizan, a mi juicio para cauterizar las conciencias, pero la realidad es esa. No hay otra. Desde Tita Cervera hasta Miguel Bosé han recurrido a ella y muy recientemente Ana Obregón. Esto denota que es un recurso de los que tienen poder económico y además se aprovechan de su fama pública a costa de mujeres sin recursos para subsistir, incluso para atender a las necesidades de otros hijos que tienen previamente. Se ha llegado a decir que pagan hasta 150.000 euros por un vientre de alquiler, pero las mujeres cobran mucho menos y hay estudios contrastados de que estas mujeres cobraban a lo sumo 10.000 euros en el mejor de los casos. Me parece un aprovechamiento lamentable de las miserias de la sociedad actual que todo lo mueve el vil metal, es decir, el dinero.

Los que justifican la gestación subrogada se amparan en que hay mujeres que lo hacen de modo altruista, en el caso de una mujer joven que le han extirpado el útero y ovula, pero no puede gestar ese hijo y si hay una relación de confianza con una amiga o una hermana, por ejemplo. Así es la regulación en la vecina Portugal, pero no está exenta de problemas. Imagínese el lector que una hermana gesta un bebé de otra. En las relaciones de filiación familiar hay que preguntarse cuál es el tipo de relación que tiene con otros hijos de su tía que ahora lo ha gestado o si gesta un embrión de la hermana y el que nace tiene síndrome de Down u otras patologías ... Son problemas muy graves a la hora de regular estas situaciones.

Como manifesté antes, las personas con poder económico pueden acceder a la gestación subrogada, pero no en España, que no es legal y por eso lo hacen en el extranjero. Es un acto de puro egoísmo, ya que puede ser legal, pero no todo lo legal es legítimo y la línea que separa estos conceptos es muy fina y la ética entiendo que debería de estar por encima de todo en las conductas de las personas, en general y, en el caso de la gestación subrogada en particular. Es primordial la ética.

En España rige la ley de reproducción asistida que es bastante garantista. Pero también tiene problemas. La edad límite en la fecundación son 45 años, pero están fecundando a mujeres mucho mayores y no hay quien controle todos los casos. Es una decisión de una mujer que libremente se somete a una fecundación y a una reproducción asistida y los médicos prueban y prueban... Como media la libre petición de una persona adulta y no hay quien vigile esto pues allá vamos...

Entiendo por lo tanto que con la ley de reproducción asistida es suficiente y legal para regular estas situaciones, pero nunca legalizar la gestación subrogada, ya que, como vuelvo a repetir, la moral y sobre todo la protección del menor y, por ende de la sociedad, está por encima de los intereses personales de personas, que por capacidad económica y fama pueden realizar estas conductas sin ser penalizadas y el último caso de Ana Obregón es particularmente y lamentablemente ejemplo de ello.

EL RINCÓN DEL POETA

ENAMORADO DEL RECUERDO

Por Achukelive JKAYSER
Jonathan del Río

Sé que no tengo que llamarte
ni escribirte tanto o vas a cansarte
que te la lié y no puedes perdonar,
que no supe amarte, yo era un caso aparte
y cada mañana yo pienso en besarte y no se me quitan las ganas,
quiero volver a enamorarte, recordar que todavía me amas,
que te perdí porque yo era un idiota,
andaba drogao' siempre estaba en mi nota,
volvía de Madrid, iba tó puesto de coca,
me odio, no te cojo y aún siento que lloras,
que después de ti no me importa otra,
cosa que me des otra oportunidad y vuelvas a verme,
quiero tenerte entre mis brazos ahora,
dame una sola y no voy a perderte,
que desde que no estás no soy el mismo,
todo ha cambiao tanto tan de repente,
yo ya no bebo, no fumo, ni esnifo,
ni te consigo sacar de mi mente,
ni sonrío ni estoy expresivo,
me empastillo y vomito anti-depresivos
duermo 4 o 5 horas seguido y sigo
currando 18 en las que no te olvido
que después de ti no me importa nada,
¿qué tal si nos vamos pá mi casa?
tú pidiendo que viviéramos juntos,
Y yo no sé para donde miraba,
tú, poniendo de tu parte y cumpliendo,
yo no era sincero, ahora me arrepiento
traficar y pasta, de verdad lo siento,
y con eso no basta, no estaba viendo,
hasta que punto te quiero y creo que me haces falta,
eres una diabla, estoy vendiendo en el punto
pensando en ti no tengo alma
me encantaba verte estudiando,
en mi sofá mientras yo estaba tatuando,
no entiendo porque estamos separados,
adoro el futuro que habías diseñado, ufl,
nunca he pretendido dejarte,
me pillaste en medio de una época loca,
los dos juntos sí que teníamos arte,
el que mejor te lo hace, lo sabes de sobra,
como conectamos, los dos nos calentamos,
no sé cómo estas, vámonos o no hablamos,
enséñame a hacer lo correcto,
estoy harto de ser un chico malo,
Aprendí a tu lao' que ser fiel era bueno
enamorao' del recuerdo, un fuego que no apago
y sé que no tengo que llamarte...
ni escribirte tanto o vas a cansarte, pero...
te bajo la luna del cielo,
beso el suelo que pisas sin miedo,
echo de menos tus celos, cumplir tus deseos,
que nos miren feo, ser más felices que ellos...
baby, considero que si te espero,
y vuelvo a por ti es que era amor verdadero. Pero...
Pero deja de buscar un pero,
ya no soy el perro que te puso los cuernos,
Envíame tu ubicación y aparezco,
como antes cuando medíamos los metros,
vengo de la calle a ti no te convengo,
pero te abrazaba y quedabas durmiendo,
iba a trabajar me despertabas con besos,
con lo bonito que era...
Y lo mandamos a la mierda, bloqueáme
pero devuélveme la sudadera,
sé que no tengo que llamarte,
ni escribirte tanto o vas a cansarte,
que te la lié y no puedes perdonar,
que no supe amarte yo era un caso aparte.



SILENCIO

Jonathan del Río
S.G.R.

Ás veces estando en silencio
escoito o ruído do tempo
a loita daquela que aprecio
a froita que escoita e o seu peito
ás veces estando en silencio
cando xa non queda nada
amoriño todo o sentimento
nunha leda namorada
ás veces estando en silencio
escóitanse os demos cos que me atormento
en Noia é a Medieval, pero estou en Teixeira
o que desconfía acerta e eu sempre sospeito
Ás veces so queda o silencio
e nunca ando só, son o rei da manada
boto de menos botala de menos
cando penso nela camiño sen alma.

MOMENTOS OSCUROS

(Nueva conciencia)

Texto e ilustración: Helga Pita

Los turbios espejos y las muertas llamas
 los cabellos al viento, la indecisa mirada
 a la reina de mi alma de mirada sinpar
 a través de la necia humanidad
 que alberga una tropa de viciosos demonios
 proxenetas, asesinos, abortos clandestinos.
 Se embriagan con vino para acunar la violencia
 y el puro rencor
 pecados malditos que te matan de temor
 Dios de remordimientos quien los fabricó
 drogas y alcohol llenos de pretextos
 dicta leyes sublimes
 abate a los malvados las víctimas redime
 El final... agonizantes en los hospitales
 lanzan su último hipo entre aires desiguales.
 Orgías, libertinos, actos indecentes
 ya ahogan en la almohada de los adolescentes
 mercado de mujeres vulnerables
 llenas de heridas, carecen de identidad
 te vendes por un collar
 como envueltas en un parto con mugre y con frío.
 Aumentan sus dolores,
 un sollozo y la sangre brota como un río.
 La dama de picas y la sofa de corazones
 acompañadas de sus viejos amores
 desesperanza un nuevo despertar
 donde reine el amor la paz y la divinidad
 cadáver, coro de gusanos, frialdad
 ¡Oh, fiera de implacable y cruel!
 Mezclas con almizcle y miel
 despierta al mundo
 alumbra con tu ojo
 ¿Satánica o divina?
 vida constante
 menos odio al mundo,
 más ligero el instante.

*Dedicado a todas las mujeres que no supe comprender y a
 los hombres a quien amé.*



RAPEANDO



UN CONCIERTO PARA TODA LA CÁRCEL

Por Jonathan del Rio — Apología de un artista preso (capítulo 15)

Jkayser - Achukelive

“Que pasa mi gente, buenos días, gracias a todos y a todas por venir a este evento tan especial que estamos a punto de disfrutar... un fuerte aplauso para vosotros... Sois el mejor público del mundo”... Después de varios meses aquí, el 21 de julio, hicimos un concierto para toda la cárcel y la acogida fue bestial, presentamos el evento Ambra y yo como si se tratara de un festival y levantamos al público de una manera icónica entre todos los artistas: Nico, Camacho, Óscar, Cristina, Tati y Omar. Jorge Baleo hizo un monólogo que representó temas propios del talego y nos hizo pasar un momentazo de risas, increíble, no tenemos nombre porque no hay palabras para expresar tanto arte.

Yo presenté dos canciones nuevas sin publicar que trabajé aquí desde mi entrada a prisión, ensayo a ensayo, canciones que voy a publicar en el momento que pise la calle. Gracias a todos los presos y presas y a todo el equipo de gente que somos aquí, conseguí recuperar una fe en mí mismo que nunca había soñado, multiplicada por millones de gracias a toda la gente que se ha levantado y ha gritado y aplaudido cada canción. Gracias a la gente que venía después del concierto y me hacían llegar que les había llegado al corazón hasta el punto de llorar de sentimiento al transmitir mis canciones con una proyección personal tocándoles el alma, estoy generando movimiento, si en un concierto fuera ya se vuelve loco el estadio aquí dentro se multiplica por mil la vibra de cada persona, gente que tiene para años aquí y esta fecha es lo único que le hace estar libre dentro de estas rejas y su agradecimiento es enorme, llevo vuestra respuesta, vuestras caras de ilusión, vuestros aplausos y gritos de guerra celebrando en mi mente y corazón hasta la tumba, me hicisteis sentir una leyenda, me disteis la fuerza que necesitaba para cumplir mis sueños y llegar muy alto por todos vosotros y todas vosotras, después de esto que vivimos nada es imposible, en este concierto vi claro que todo pasa por algo y que si la vida me trajo hasta aquí es para crear momentos únicos para mí y para toda la cárcel, un concierto inolvidable, Gracias, había gente de todas las provincias y ciudades, incluso gente de mi zona, Noia, cuando cuente esto fuera no se lo van a creer, hemos conseguido algo que sólo hace uno entre un millón, nos han querido quitar el tiempo y hemos convertido el castigo en una oportunidad. Primero abrió el concierto Jorge Baleo con su Monólogo, luego el grupo de Ambra, Nico, Camacho, Tati, Cris, Oscar y Omar, versionando temas llevándolos a su

estilo, a continuación me tocaba a mí, en la posición que ocupa un cabeza de cartel, al final de las actuaciones y con el público caliente, Ambra me presentó como el mejor artista urbano de rap del mundo y muchas más cosas que casi me hacen saltar las lágrimas, adoro, eres demasiao’. Gracias a su presentación entré con el público por todo lo alto recibíendome con aplausos mientras se abría el telón y comencé con el tema de *“Enamorado del Recuerdo”*, una canción compuesta por mí y de ahí entré más duro con la siguiente, *“amarre”*, un afropop de mi propia cosecha con toques de techno para levantar a la gente y cerrar el concierto con un corte en el medio para que la gente gritara al completar la primera parte y un espacio en el puente para que hicieran ruido, cosa que salió de perlas como había planeado. Acto seguido entre gritos empecé a corear el cierre a ritmo de: *“Queremos que nos den la libertad ya”*. La saqué del estadio y puse a bailar a toda la cárcel, éramos más de doscientas personas y estuvisteis a la altura de los festivales de más de 3000 personas en los que he tenido el placer de actuar, doy fe que estas 200 y pico lo llenaban al mismo nivel o más por la energía que desprendía la gente, sin duda, uno de los mejores momentos de mi vida y de muchos de vosotros. Un gran día para el recuerdo. La gente me dice que estoy loco porque uno de mis sueños era tocar en la cárcel para todos los presos, pero no desde fuera sino desde dentro como un preso más, yo hace tiempo que sabía que iba entrar y todo salió según lo planeado, esto estaba en mi camino, “check”, “listo” vamos a por lo siguiente, y como el público lo pide... que continúe el show, que siga la fiesta.





SOBRE LA PATERNIDAD

Por Pablo Noa

Esta palabra llena de momentos de alegría, de satisfacciones, pero a la vez llena de responsabilidades, de sentimientos y obligaciones.

Desde que te tuve en brazos por primera vez supe que lo que creía insuperable y vivido hasta entonces, el amor de hijos a padres vería cómo subiría un peldaño.

Ese miedo a todo desde ya en el vientre de mamá, en cada prueba, en cada análisis. Ese vínculo que se va creando día a día y que despierta ese instinto protector y preocupado que no conocías. Esas oraciones y deseos de que todo salga bien, de que ¡por favor, nazcáis sanos!

Luego ese primer cambio de pañal, con ese miedo a hacerte daño, ese primer biberón, cuidando de que no tragases rápido. En esas horas despierto simplemente mirándote, ladeándote la cabeza por si vomitabas. Ya sólo estás tú. Ya te entristece dejarte en la guardería y ya sólo deseas volver para verte. Y apenas te vas dando cuenta de lo rápido que pasa la vida. En cada vacuna, en cada cambio de talla, en tus primeros pasos. Vas creciendo muy rápido, pero sigues siendo mi niña. Nada te cansa y nada te aburre.

Es difícil describir una felicidad tan grande cuando lo que supone es sacrificio, miedo y preocupación. ¡Pero lo es! Al menos yo así lo he vivido.

Pero pasan los años y lo que creías que jamás se rompería lo hace. Hablo de un matrimonio. ¿Pero qué pasa cuando esto sucede? ¿Y los niños? ¿Cuándo ellos todavía no pueden decidir?

Pues en mi caso, la custodia se la dieron a su madre porque al contrario que yo tenía familia cerca del domicilio familiar que podía atenderlos en horario laboral. Fríamente tenía razón. Quiero dejar muy claro que como madre no tiene ningún reproche. ¡Absolutamente ninguno!, mentiría si dijese lo contrario. Pero también mentiría si dijese que me considero mal padre. O al menos es lo que siento cuando estoy a su lado. En cada una de sus miradas, en cada uno de esos maravillosos momentos, y en cada uno de los te quieres que salen por sus bocas y en sus "eres el mejor papi del mundo". (Que, aunque no sea verdad, aunque lo intente en cada acción o acto, para ellos sí lo eres. Y eso me basta).

Y es por eso que un día todo cambia. Un día en el que alguien cree conocer la relación de un padre y unos hijos. Una relación que habéis mantenido durante años, de pasar juntos todo el tiempo que las obligaciones nos



permitían, se vuelven una orden. Se vuelven 2 horas a la semana, una noche de siete y un fin de semana alterno.

Se vuelve en intentar explicarles el porqué a ellos... a tus hijos. Que nada va a cambiar, aunque sabes que jamás volverá a ser lo mismo. En explicarles que no podemos, aunque ellos quieran, todo eso con las palabras que unos niños puedan entender a su edad que no hagan que algo de lo que digas pueda afectarles.

Mil pensamientos recorren tu cabeza los primeros días de ausencias intentando buscar un sentido que no encuentras. Imaginándote tu vida a partir de ahora, sintiendo como la impotencia te gana y que ni las lágrimas en la soledad, ni el miedo a perderlos, ni el aparentar normalidad en su presencia haga que te sientas mejor.

Porque también son tus hijos. En una manera horrible de decirlo, pero también son gananciales. Como todo lo que dividimos... y por supuesto que no pido que los jueces sean reyes salomónicos, claro que no se pueden dividir, pero si compartirlos, a tiempo igual, o al menos dejarlos elegir a ellos también. Porque en esa custodia un juez determina lo que cree mejor para ellos y ahí no cabe recurso alguno. Pero esa determinación le quita al padre tiempo, decisiones importantes en su día a día, en su educación, pero, sobre todo, al menos en mi caso, un trocito de nuestro corazón.

No soy juez, sólo un padre, un padre que ama a sus hijos por encima de todo, como muchos padres, y cómo muchos jueces. Ojalá tan sólo uno de ellos entendiese lo que intento explicar en estas líneas lo que yo he sentido. Estoy seguro que muchas sentencias dejarían de escribirse "por el bien de los niños" porque realmente son los mayores perjudicados.

TATUAJES

Por Jonathan del Río

Después de entrar preso en otra ocasión, tuve que buscar otro modo de hacer dinero que no fuera el tráfico de droga por el seguimiento que tenía y comencé a tatuar desde prisión hacia fuera. Hacía tiempo que las señales me guiaban a este camino, me crié entre tatuadores rodeado de máquinas y material, mucha gente me decía si sabía tatuar porque yo iba tatuado completo, y una noche me desperté, uní puntos y tomé una de las mejores decisiones de mi vida, me convertí en un tattooartist, comencé con máquinas de bobinas tatuando en mi propio cuerpo sin pieles artificiales, aprendiendo tanto la técnica como el dolor que sufre el cliente en mi propia piel.

Actualmente trabajo con máquinas de precisión inalámbricas. Cuando empecé me tatué la cara y la mano con unas 25 piezas lineales que todavía conservo y conservaré como los tatuajes que más cariño le tengo. Hace años, el hecho de estar tatuado hacía que se crearan prejuicios hacia mi persona entre la gente, pero en realidad es un escaparate de mi producto, técnicas de marketing. He conseguido muchos clientes gracias a tener la cara tatuada. Todo empieza con: "Estás loco ¿Cómo te tatúas la cara? ¿Y si quieres conseguir trabajo?" A lo que yo les contesto: "Soy tatuador, este es mi trabajo".

Acto seguido me pedían que les hiciera el nombre de su hija la misma gente que hace unos minutos me trataban con prejuicios y hoy en día, después de 7 años trabajando, tomándomelo con disciplina, interrumpida entre entradas y salidas de calabozos, la cárcel y movidas personales diversas, solidificada en viajes y convivencias con amigos tatuadores con los que compartía experiencias. Sé cómo hacer todo tipo de piezas y conseguí hacer un negocio bastante sustentoso. Al principio hice mucho lettering y lineales, aproveché la fama que creé con mi movimiento musical para tatuar el sello de mi banda "Achukelive" en más de 300 personas y es el tatuaje que más he reproducido con un diseño propio y he cogido mucha mano gracias a esto. Cuando empecé a dedicarme al tatuaje, aproveché el movimiento de seguidores de mi música y se apuntó mucha gente de mi *fanbase* a ser mis conejillos de indias y cuando empecé a meter *mano bacano*, es decir, a tener un estilo propio y fluir en todas las modalidades con un resultado óptimo, el boca a boca creó una cartera de clientes estable.

Mientras, seguía estudiando cómo avanzar la técnica, cuando tatúo flujo, me dejo llevar, me abstraigo, entro en otro mundo en el que conecto con la obra y empatizo con la persona y se funde mi mente en el arte, es un estado

muy zen en el que me siento cómodo y dejo mi mente en blanco, enfocado en la propia pieza y según voy avanzando me pone a 100 en cero-coma ver la capacidad de creación a la que consigo llegar después de realizarla paso a paso, desde su preparación con el cliente, a su ejecución y progreso, quien trabaja en lo que le gusta nunca trabaja, soy mi propio jefe.

La higiene y sanidad es algo súper importante así como la elección de tintas y agujas apropiadas para cada trabajo, me ha llevado años a base de pruebas llegar a descubrir los materiales con los que trabajo, la tinta más duradera, más intensa, las gamas de colores y su proceso de cura, la posición de cliente, como estirar la piel en cada una de ellas, las agujas, presión y potencia apropiada para cada trazo según su objetivo y el seguimiento del cliente durante los días de cura hasta su resultado cicatrizado (HealedTattoo), estudiar las fotos, el cambio del recién hecho al cicatrizado para mejorar la técnica o plasmar mejor los detalles, gestionar las redes sociales como libro de presentación y la atención al cliente según sus preferencias.

Primero conozco al cliente en cuanto me pide la cita y tenemos un tiempo de planeación que puede ser desde cinco minutos a varios días o meses, hasta que lleguemos a un punto apropiado en el que veamos un éxito a la larga ya que esto es para toda la vida y hay que pensarlo muy bien, esto es lo que diferencia a un tatuador ejecutor que copia y pega según le mandan sin adaptar el diseño a la disposición de tu cuerpo. En cambio, un tattooArtist, coge tus ideas, desarrolla el diseño contigo, te escucha, y te da varias ideas para que tomes tus decisiones para que lo que hagas sea algo único e icónico, y lo adapta a la disposición de tu cuerpo y te da margen para que consideres la compatibilidad con otras piezas futuras, como serán tus proyectos a largo plazo como uno mismo. Esto es ir más allá del dinero, es tener claro que estamos haciendo obras de arte, imágenes nuevas a partir del contenido que nos traen, llevado a un estilo acorde a nosotros y al cliente, no solo pensamos en el dinero a corto plazo, sino en la pasión por lo que hacemos como algo que dure para siempre y esto es lo que nos hace generar dinero sin parar, porque estamos enfocados en el arte. La mayoría de los que empiezan ven una proyección a largo plazo en la que conservan el mismo artista para conectar todas las piezas y el dinero viene solo porque puedes convertir a alguien que iba hacerse una cosita en un proyecto bien ambicioso.

Puedes encontrarme en:



@achukel_ink_tattoo



@2cbaby



LEVANTANDO EL VUELO

Dedicado a todas las personas privadas de libertad

Texto e ilustración: Helga Pita



Trabajé como azafata de vuelo, estudié un ciclo superior de integración social, monitorea de personas con discapacidad, nutrición deportiva, estética, peluquería e hice voluntariado en Proyecto Hombre (Unidad de Alcohol en Bastiagueiro) entre otros.

Mi pasión por el deporte que practiqué desde los 5 años, en especial el *fitness*, ha hecho que llegara a la final en el campeonato de *bikini fitness* del Norte de España (Narón, 2014) gracias a mi entrenador Luis Pernas (Mr. Universo de Culturismo); a quien le agradezco su profesionalidad.

Siempre me ha gustado ayudar a las personas, en especial, a los más débiles o desfavorecidos, por eso llegué a dejar el trabajo como tripulante de cabina de pasajeros y bajarme del avión de una gran filial de Iberia en la que tuve el honor de trabajar durante varios años con base en el aeropuerto de Manises en Valencia.

Una vez finalizados los estudios, realicé las prácticas de empresa en Asfedro (Unidad Asistencial para Drogodependientes), situada en Caranza (Ferrol), donde tuve la oportunidad de acabarlas en la Comunidad Terapéutica del Confurco donde al poco tiempo me vi pidiendo ayuda desde el otro lado y donde a día de hoy como buenos profesionales que son, con muchísimos años de experiencia en drogodependencias son los que siempre me han llevado de la mano, consiguiendo que pueda contar mi experiencia y no me haya perdido por el camino, a los cuales junto a la gente que me quiere y están a mi alrededor y a día de hoy les debo la vida.

Debido a mis malas decisiones, una relación tóxica, el fallecimiento de un hermano y problemas psicológicos diagnosticados con 13 años, perdí todo lo que tenía. Me enganché a los 35 años a la cocaína y heroína, con periodos de abstinencia y de recaídas.

Y aquí comienza el fin de mi adicción y el gran despertar en mi mente en el que una vez tocado fondo, tomo

conciencia de que por primera vez soy yo misma la que quiere salir de todo. Presa en el centro penitenciario de Teixeiro, me proponen esta vez cumplir la condena en un módulo de máximo respeto, fundado en honor a Nelson Mandela, defensor de los derechos humanos y de la igualdad de razas, donde convivimos diariamente hombres y mujeres fomentando la igualdad.

Mi día a día está lleno de motivación y brotan en mí unas ganas enormes de cambiar y ser la mujer que siempre fui: alegre, dinámica, divertida, cercana a los míos...vuelvo a retomar el deporte como un pilar muy importante en mi vida, lo que agradezco mucho al entrenador del módulo José Cabrera, que, de una manera altruista, nos anima a poder trabajar con nuestras ansiedades a través del deporte.

La visita inesperada de D^a. Helena (trabajadora social de Asfedro) y D. Gerardo, (Director del centro) me han dado esa dosis de motivación extra que necesitaba. Con su carisma y empeño en mi progreso me siguen ayudando desde dentro para, una vez sea clasificada, pueda retomar el tratamiento.

Mi agradecimiento a todo el equipo de inclusión, a mis compañeros, en especial al coordinador del módulo, Carlos, que ofrece su completa dedicación con un trato cercano, amable, cordial y personalizado y que hizo en mí que intentara superarme día a día dándome la oportunidad de crecer como persona. Al Equipo de ASFEDRO y a todos los/las profesionales que velan por los internos e internas de esta prisión. A Inés del equipo de la Xunta por su apoyo y comprensión y a Manuel, educador de Módulo 1 del C.P. por su trato cercano y de ayuda en todo momento.

En especial a mis dos ángeles Zaida y Luz, motor de mi vida, por su amor incondicional de la mayor hacia su madre y a mi bebecita, Luz que está en acogimiento familiar a la que espero poder tener de nuevo en mis brazos, que junto con el resto de mi familia de sangre y de cercanía como los padrinos de mi hija y mi gran amiga Saray han logrado que siga en pie a pesar de las grandes dificultades que tuve en su momento.

Y después de tanta tiniebla, vuelvo a encontrarme rodeada de luz...

Y esta vez más fuerte que nunca, como el Ave Fénix que resurge de sus propias cenizas.



PREJUICIOS

Por PabloNoa

¿Quién no ha sentido alguna vez repulsión, miedo, rabia o simplemente indiferencia? Por diferentes temas como la droga, la pobreza, la marginación social o la delincuencia. Yo era uno de ellos. "Así de frívolo suena... así de cierto era".

Un drogadicto por la calle era directamente un acto de repulsa. Un pobre con un cartón de vino era un alcohólico. Muchas veces un pensamiento injusto. Sin pararte a pensar en el porqué. Dicen que solemos pensar las cosas con más detalle cuando la sufrimos de cerca. Cuando quedamos sin trabajo y pasamos a cobrar un subsidio ya no vemos el desempleo como gente que en muchos casos no quiere trabajar. Cuando al abrir la nevera y no tener comida nos damos cuenta de lo poco que la valorábamos llena. Pues en este caso... en mi caso... como cambió mi manera de pensar en muchos aspectos desde que entré en prisión. Como cambiaron los prejuicios.

Entrar en ingresos lo recuerdo como una experiencia amarga. Celdas sucias. Quemadas. Comunicadas por cristales donde veías a un compañero. Donde una conversación era una petición, normalmente de tabaco, comida o café. Donde los prejuicios seguían siendo los mismos que traías de fuera. Donde en tu subconsciente te creías mejor que cualquiera de ellos.

Al entrar en el Módulo 1, analizas por defecto a todo el mundo. Es un defecto del que escribe. Algo que hacía frecuentemente: analizar y observar. Gente joven sentada hablando de fechorías que sólo habías visto en películas de acción. Personas asociadas a las drogas por su falta de piezas dentales o sus hendiduras en la cara. Y el mismo día te comunican que un interno va a compartir tu celda. Y tampoco tiene dientes. Y ves en su cara que su vida viene asociada a lo que tú no querías ni arimarte. El miedo a una enfermedad, a un posible contagio, a enfermedades que fuera asociabas a la muerte.

Y me bastó esa noche o si acaso el día siguiente para darme cuenta de cuántos errores forjamos en nuestra mente, unas veces por ignorancia, otras por desconocimiento o por dejarnos llevar por pensamientos fáciles sin contraste ni molestia en parar a pensar.

Una simple pérdida de un ser querido, un desengaño amoroso, un fracaso matrimonial, una mala decisión o simplemente la normalización de algo que muchos no tienen opción de elegir en su vida. Una falta de valores educacionales, una carencia de

afectividad paterna o materna. Todo puede hacer que en un momento tu vida se desmorone. En drogas, en juego, en alcohol, en pensamientos suicidas... en autodestrucción. Y qué fácil es juzgar a alguien ¿verdad? Qué poco nos paramos a pensar en qué distintos somos o en cómo puede afectarnos a cada uno una situación personal.

Claro que todo sería rebatible. Estaría el que te dijese que no es justificable una acción por un acto concreto. El que no entendería porque te has puesto a beber. O el porqué te has drogado. O porque te has quitado la vida. Pero cuantas veces nos hemos preguntado en como estaría esa persona para decidir quitársela. Y ahí precisamente es donde aquí me he parado a pensar en lo que fuera no pensaba. No todo el mundo tiene la misma oportunidad en la vida, aunque haya quién teniéndola no la aprovecha.

Sobre mi compañero aprendí a escuchar y a ver algo que fuera no veía. Que detrás de una historia hay una persona. En este caso una grandísima persona. Un mal momento lleno de malas decisiones. Dos despedidas forzadas en su vida. Una sensación de pérdida confundida con la de abandono y culpabilidad. Un ya nada me importa. Ni vivir. Malas decisiones. Malas compañías. No me importa nada. Tenemos los ingredientes. Se mezclan y al servirlos fríos, sin pensar... hacen el cóctel mortal, que desgraciadamente muchos hemos probado: la autodestrucción.

Y ahora las consecuencias... ahora que quieres hacerlo bien. Ahora donde eres consciente de tus actos y errores. Donde ves el apoyo de la gente que quedó. Donde te paras a pensar en qué pensarían si te viesen los que ya no están. Donde esas secuelas en tu boca o en tu cara hacen tener ese dictamen moral falso sobre un ser humano. Ahora toca pagar, sufrir... mucho más de lo que creías que tu mente y tu cuerpo aguantarían. Donde buscas una oportunidad de demostrarle al mundo y a ti mismo que quieres hacerlo. Donde cada día das un paso más para conseguirlo. Donde una mala noticia hace que la condena parezca más larga... interminable, y cada ánimo hace que parezca una posibilidad más cercana. Empecé este artículo hablando o queriendo hacerlo sobre los prejuicios y teniéndolos al entrar quiero pedirte perdón desde aquí habiéndolo hecho personalmente. Por haberte juzgado sin ser juez. Sólo por haberte mirado un momento. Si esa coincidencia de ese día a esa hora concreta no nos hubiese unido... seguramente no hubiese descubierto ese gran interior. Ese enorme corazón.





CAIXA DO CORREO DO LECTOR

UN PASO MÁIS

Queridos/as compañeiros/as:

El año pasado os escribí sobre mi experiencia en las salidas programadas y los primeros permisos disfrutados después de siete años recluído.

Ha pasado un año desde aquello y agradezco a los técnicos y educadores del proyecto de la Xunta de Galicia la oportunidad y el privilegio de poder volver a dirigirme a vosotros.

No voy a ser cruel y hablaros de los muchos permisos disfrutados, ya que la mayoría de vosotros aún no habéis tenido esa oportunidad. Esta vez, ya mirando de frente un futuro con progresión al tercer grado, me da por echar la vista atrás y reflexionar sobre mi vida aquí.

Como cualquier persona que vive una experiencia similar, he pasado por etapas bien diferentes las unas de las otras como son: la negación del delito, rabia por las nefastas consecuencias, y luego ya aceptación, culpa etc...

Lo más provechoso, de cara a la reinserción en la sociedad, fue para mi el reconocimiento de los hechos sin culpar a nadie más que a mi mismo de lo ocurrido.

Todos tenemos traumas, los que aquí vivimos seguramente más, ya que este tropiezo vital siempre viene de algo y ese algo suele ser tan sencillo como que la vida no nos ha tratado todo lo bien que quisieramos.

Es muy fácil culpar de lo que nos pasa a nuestro entorno o a nuestros familiares, en nuestro interior puede ser un alivio para la conciencia el hecho de pensar que *“ellos causaron lo que nos pasó”*.

Aquí he aprendido varias cosas, por ejemplo que pagar lo que debes reconforta, que meterse en líos no vale la pena o que nunca es tarde para hacerse un futuro en paz con uno mismo.

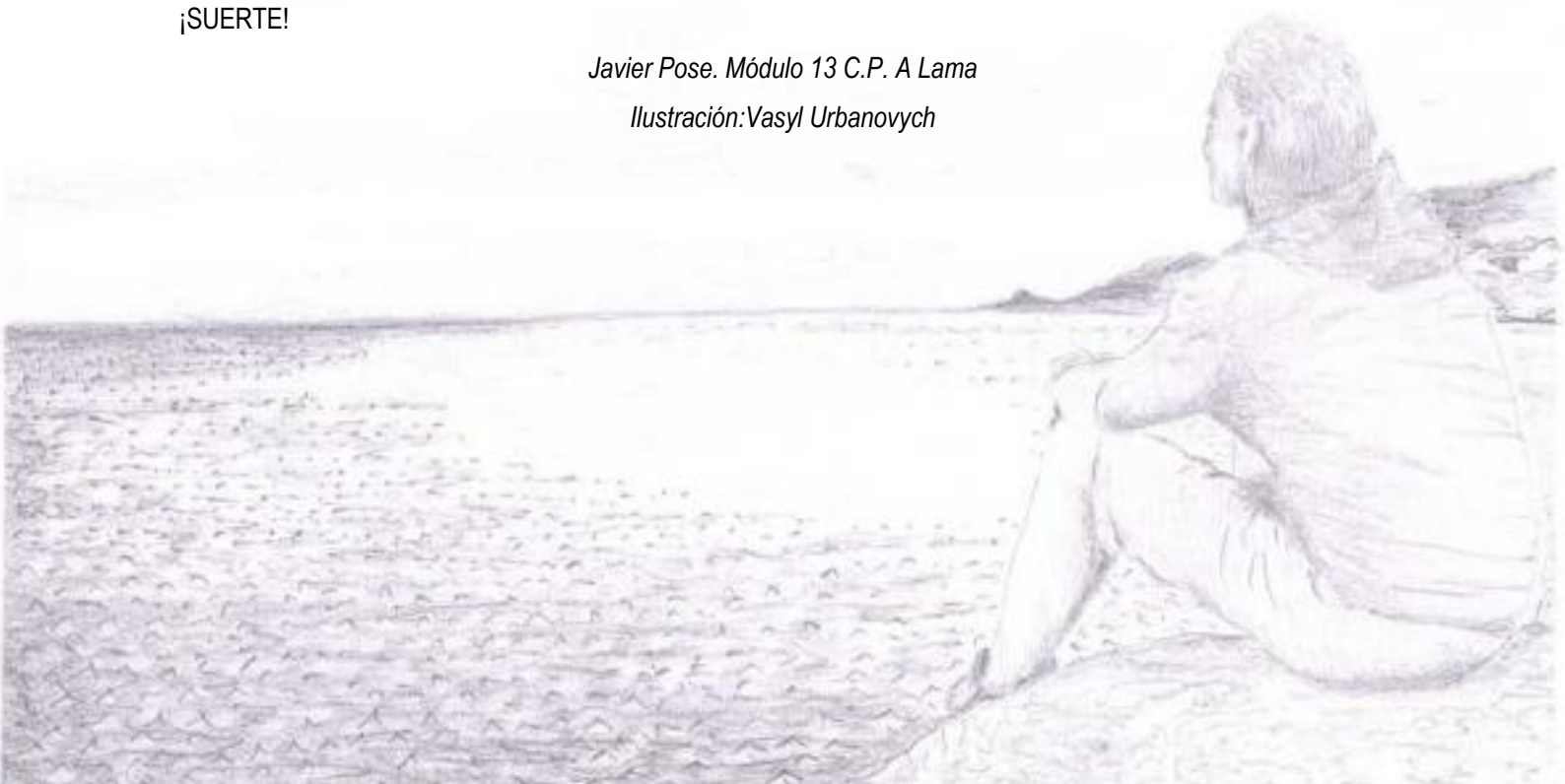
Este proceso es duro de vivir, deja marcas imborrables y también, quizás, me ha endurecido el alma. Es el precio que se paga hoy en día cuando te cogen haciendo una fechoría.

Querido amigo/a: si sales de aquí mejor que cuando entraste agradécelo, si sales igual también, pero siempre lucha para no empeorar!

¡SUERTE!

Javier Pose. Módulo 13 C.P. A Lama

Ilustración: Vasyl Urbanovych



YA NO HAY VUELTA ATRÁS

Mi nombre es Juan Carlos Hermida Pedrosa

Y esta es mi historia...

El 21 de diciembre del 2022 tuve que acudir al juzgado a un juicio rápido por conducir con el carnet retirado. Me habían puesto una multa, para mi sorpresa me dicen que tengo que acudir a otra puerta, y que tengo diez días para presentarme voluntariamente en el centro penitenciario más próximo a mi provincia. ¿Por qué? Pues se me había revocado una condena anterior por reincidir en un delito contra la seguridad vial. Lo asimilé y me puse en contacto con mi abogada y le comenté si podría presentarme dos días después de la fecha de ingreso en prisión. Así fue, en vez de presentarme el día 31 de diciembre lo hice el 2 de enero del 2023. No obstante, fueron 12 días asimilando que iba a entrar preso, por un tiempo de 1 año y 4 meses. Pues me dediqué a estar con mi familia y como no, con mi hija, con la que celebré su 11 cumpleaños el día 30 de diciembre. Pasé fin de año con ella, mis padres y mi abuela.

No es fácil ni para mí, así como para ninguno de ellos, y llegó el día, ese día en el que todo cambiaría.

El 2 de enero me presenté voluntariamente en el Centro Penitenciario de Teixeira, momento en el que sentí que estaba dejando toda una vida atrás. Mi preciosa hija. A punto de entrar acompañado de un funcionario, se cerró una puerta acristalada para luego abrirse otra, no quise ni mirar atrás, no volví a mirar a mi familia. Llegué a la zona de ingresos donde me cachearon, cogieron mis huellas y me hicieron el carnet de interno. Ahí fue, cuando me dije a mí mismo: "Ya está, ya no hay vuelta atrás, ya soy un preso".

Después de ser atendido por los médicos, me dan una celda, la cual comparto con un nuevo interno. Pasamos juntos 8 días, en los que no salíamos para nada más que 1 vez para llamar a casa, un día sí, uno no. El día 9 de enero, después de ser atendidos por un educador, psicóloga y trabajador social, nos envían al módulo 1, el módulo mixto Nelson Mandela, un módulo de máximo respeto, de nivel 3. Sinceramente seguía asimilando que estaba preso, pero tenía algo muy claro: que iba a aprovechar mi tiempo aquí para hacer cosas, como a día de hoy sigo haciendo. Me apunté a un taller de papiroflexia en el que pude hacer varias figuras para regalarle a mi familia, tuve la oportunidad de apuntarme a varios cursos, los cuales he conseguido obtener un



título. Poco a poco me fui asentando y adaptando a esto, iba al gimnasio, a la escuela de fútbol y a la escuela para quitar la E.S.O., me incorporé en la comisión de higiene, como responsable. A día de hoy puedo decir que esta dura etapa de mi vida fue lo mejor que me pudo pasar, gracias a esto me di cuenta de lo que quiero y cómo lo quiero una vez salga en libertad. Aquí conocí a gente de todo tipo, gente buena y no tan buena. Gente que me querían perjudicar y gente que me apoyaba, me aconsejaban y se preocupaban por mí, gente que de verdad vale la pena tener a tu lado aquí y fuera.

Hoy en día soy el coordinador del módulo, cosa que no conseguiría solo por mí, sino gracias al equipo de inclusión, pero sobre todo gracias a esas personas que tengo o tenía a mi lado, personas a las cuales cogí mucho cariño, tanto que en el momento que se van, sientes que los necesitas a tu lado.

No sé cuánto tiempo me quedará aquí, pero lo que sí sé es que esta situación que me tocó vivir por mis malos actos, no solo me hicieron conseguir cursos o responsabilidades, sino que me hizo ver y sentir algo mejor: el querer y valorar más a mi familia, valorar un plato de comida, o que alguien te envíe una carta, así como la necesidad de tener un simple abrazo de las personas que quieres. Pero eso no es todo, me hizo darme cuenta de que las drogas o las fiestas no te hacen mejor persona, y que ya no son una necesidad en mi vida, y cuando vuelva a ser libre podré cambiar todo eso por mi familia, por las personas que me quieren que valen mucho más que una raya o dos días de fiesta. A día de hoy estoy triste, pero a la vez contento por todo lo que aquí estoy consiguiendo, dando lo mejor de mí, que en la calle jamás haría, como ponerme a estudiar o el poder conocerme a mí mismo y poder crecer como persona.



ITINERARIOS DE INCLUSIÓN SOCIOLABORAL A CARGO DO CONSORCIO DE SERVIZOS DE IGUALDADE E BENESTAR NO MARCO DO PROGRAMA OPERATIVO FSE GALICIA 2014-2020 PARA O ANO 2023

Promover a igualdade, a saúde e a inclusión social
Operación financiada pola Unión Europea, a través do FONDO SOCIAL EUROPEO
(FSE), como parte da resposta da unión europea á pandemia da Covid-19

O FSE inviste no teu futuro



CONSORCIO GALEGO
DE IGUALDADE
E BENESTAR



UNIÓN EUROPEA



Fondos Europeos



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DEL INTERIOR