

verAsturies

Exemplar de baldre

AVILÉS

L'espertar d'una artista
vanguardista n'Avilés

VALDÉS

Poniendo en valor
a la muyer rural

CABRALES

Guardianes d'una
manera de vida

Primavera de muyeres

VERASTURIES.COM | NÚMERU 30 | MARZU-XUNU 2025



30 números

VIAXAST, la revista de VerAsturies.com, entama una dómina nueva nel so diseñu n'algamando los trenta números.

Editorial: Un marzu de memoria y homenaxe.

El mes de marzu convidanos a reflexonar sobre'l papel fundamental de les muyeres na construcción de la nuesa sociedá, especialmente aquellos que, dende l'ámbitu rural, contribúin de manera silenciosa pero determinante. Esti especial rinde homenaxe a aquellos muyeres que, entá lloñe del focu mediáticu, trabayen caldía coles sos acciones, na so mayoría invisibles pal gran públicu.

Dientro d'esti panorama, figures como Maruja Mallo representen non solo'l talentu artísticu que xorreció de les tierres asturianes, sinón tamién la capacidá de subvertir les normes establecies. Maruja, como tantes otres muyeres, enfrentó pilancos que fueron más allá de lo artísticu, yá que la so condición de muyer nun mundu apoderáu por homes nun la dexó tener siempres la visibilidá que merecía.

Marzu tamién nos recuerda la trascendencia de les muyeres escritores, dende les autores moces de la revista Formientu hasta les pioneres. Nun mes como esti, visitar les sos obres déxanos reconocer la llucha silenciosa de muyeres que, como les asturianes de 1934, tuvieron qu'enfrentase non solo al mieu y la represión, sinón tamién a una sociedá patriarcal que dexaba les sos contribuciones nun segundu planu. N'ochobre de 1934, les muyeres asturianes tuvieron presentes nes lluches del movimientu obreru, demostrando que la resistencia y la fuercia femenina siempres tuvieron al serviciu de la xusticia social.

Esti especial ye un homenaxe a toes eses muyeres invisibles que, dende'l campu hasta la pluma, dende l'arte hasta la política, dexaron una buelga imborrable na hestoria. Son elles les que, cola so valentía, enséñennos que la llucha pola igualdá y la xusticia nun son solo una batalla del presente, sinón una herencia que tien los sos raigaños nel pasáu y que sigue siendo relevante y necesaria güei. Na so memoria, celebramos la fuercia tresformadora de les muyeres.

Jennifer Berrocal

ÍNDIZ

Valdés Moyer rural	5
Maruja Mallo, artista n'Avilés	7
Moyer rural en Cibrales	9
La moyer mariñana de Cuideiru	11
La Vaqueira, marcha cicloturista	13
Directoriu	15
La moyer nel aire	17
Cuatro queseres asturianos	19
Talleres xéneru	21
Les moyer de Formientu 20	23
4 moyer asturianos pioneres	25
Moyer por Grau	27
Enar Areces	29
Moyer n'ochobre de 1934	31
Feminismu pa Dummies	33
Visitar la Xunta Xeneral d'Asturies	35
Mio güela	37
Cuestionariu	38



Xestión editorial: Cuatro Gotes Producciones, SL.

Redacción: info@verasturies.com

Teléfonu redacción: [+34] 984 086 626

Contactu comercial: [+34] 684 645 846

Imprenta: Gráficas Summa

Semeya portada: Cuatro Gotes

Depósitu Llegal: AS 03801 - 2017

Númeru 30 - Añu IX - Quinta dómina

EQUIPU

Director:

**INACIU
GALÁN**



**Xefa de
redacción:**

**JENNIFER
BERROCAL**



**Director
delegáu:**

**LLUIS
FANJUL**



**Directora
comercial:**

**NURIA
LÓPEZ**



Redactor:

**RAÚL
ALONSO**



Valdés va poner en valor a la muyer rural del so conceyu nun documental

Valdés, una tierra qu'axunta xeres de mar y de monte, quier poner en valor el trabayu de la muyer nel so conceyu y fadrálo al travéz d'un documental qu'a fonde en doce figures relevantes del conceyu. Valdés forxóse a lo llargo de los sieglos gracies a l'enfotu de les muyeres rurales, onde'l so llabor foi fundamental pal desenvolvimientu social, económicu y cultural del conceyu. Magar la hestoria tendió a invisibilizar el papel de la muyer nestos espacios, agora les sos voces y acciones han ser reconocíes y puestes en valor.

Hestóricamente, les muyeres de Valdés xugaron un papel esencial na xestión de les cases, les tierres y los pequeños negocios que dieron vida a la contorna. En munchos casos, elles encargábense de la producción agrícola y ganadera, mientres que los homes dedicábense a otres actividaes fuera de casa, como la pesca o'l comerciu. Sicasí, la realidá de les muyeres rurales foi multifacética y complexa. Munches muyeres de Valdés non solo fueron encargaes de les xeres del llar, sinón que tamién fueron les responsables de caltener vives les tradiciones como la ganadería de monte, l'agricultura, el cultivu de güertes y la elaboración artesanal de productos que güei siguen siendo parte importante de la economía llocal. En caúna d'estes árees, elles tresmitieron los sos saberes de xeneración en xeneración. La pervivencia de la vida rural en Valdés, en gran parte, débese al trabayu non remuneráu y al esfuerzu invisible d'estes muyeres.



Magar la so enorme contribución, les muyeres rurales en Valdés, como en munches otres partes d'Asturies, tuvieron que lluchar contra la falta de reconocencia y sofitu a lo llargo de los años. El fenómenu de la despoblación qu'afecta a munches zones rurales tamién tuvo un impactu directu na vida de les muyeres, que s'enfrenten a la doble carga de les responsabilidaes familiar y llaboral. L'éxodu rural foi bien dramáticu pa les xeneraciones más nueves, que busquen oportunidaes llaborales nes ciudaes, dexando atrás a les muyeres, qu'en bona medida asumen el pesu del curiáu de los vieyos y l'agricultura.



Les dificultaes económicques, l'accesu llimitáu a los recursos y la falta d'infraestructures tamién fueron barreres importantes. Sicasí, a pesar de los desafíos, les muyeres de Valdés demostraron una increíble capacidá de resiliencia y adaptabilidad. Munches atoparon formes d'entamar nes sos comunidaes, abriendo negocios relacionaos col turismu rural, la gastronomía llocal o la creación de productos artesanales. Y esto último ye lo que se quier poner en valor gracies a esti proyectu audiovisual que'l conceyu ta desenvolvendo.

Más p'allá de la economía, les muyeres rurales de Valdés son fundamentales pal texiu social y cultural del conceyu. Son les encargaes d'entamar festiviaes, de caltener vives los costumes y de promover la identidá asturiana. Contribúin a la cohesión de la comunidá y a la tresmisión de valores de solidaridá, trabayu n'equipo y respetu pola naturaleza. El trabayu social que munches d'estes muyeres desempeñen ye crucial. Amás, la llucha pola visibilidá de la muyer rural ganó un impulsu significativu nos últimos años. L'accesu a programes de formación y a redes de sofitu dexó que más muyeres de Valdés alcuentren el so llugar nel mercáu llaboral y seyan reconocíos como axentes de cambéu nes sos comunidaes.

El futuru de Valdés, como'l de munches otries zones rurales, ta venceyáu de manera indiscutible a la participación activa de les muyeres. Y nun ye namás como curiadores de la tradición, sinón como axentes de cambéu y sostenibilidad. Si'l conceyu quier enfrentase a los retos que plantea la despoblación y el cambéu climáticu, ye imprescindible que sofite les muyeres rurales, apurriénd-yos ferramientes pa que puedan desenvolver los sos proyectos de manera equitativa.

El camín pa consiguir un Valdés más igualitariu y sostenible pasa per reconocer a les muyeres rurales como lo que son: el motor invisible de la vida rural, aquellos que caltienen el pulsu de la tierra, la cultura y la economía llocal. Nun podemos dexar que'l so trabayu siga siendo invisible. Ye hora de poner en valor la so contribución y asegurar que les futures xeneraciones de muyeres rurales tengan les mesmes oportunidaes y recursos que los homes.

Maruja Mallo, l'espertar d'una artista vanguardista n'Avilés

Maruja Mallo, nacida como Ana María Gómez González en 1902 en Viveiro, Galicia, ye una de les figures más fascinantes de la vanguardia artística española. La so vida y obra tuvieron marcaes pola innovación, la rebeldía y la busca constante de nuevos formes d'espresión. Anque'l so nome ta veceyáu principalmente a la Xeneración del 27 y el surrealismu, poques persones conocen la importancia que tuvo la ciudá d'Avilés nel so desenvolvimientu artísticu. Nesta localidá asturiana, Maruja vivió dalgunos de los sos años más formativos, forxando una personalidá que la llevaría a convertise nuna de les pintores más destacaes del sieglu XX.

Maruja Mallo pasó una parte significativa de la so infancia n'Avilés, por mor del treslláu familiar motiváu pol trabayu de so padre, que yera funcionariu d'aduanes. En 1913, cuando ella tenía unos once años, la familia establecióse nesta ciudá portuaria, onde Maruja pasó casi una década de la so vida. Esta etapa foi clave na so formación, yá que foi n'Avilés onde empezó a desenvolver les sos primeres esmoluciones artístiques y a recibir una educación más formal nel ámbitu de les artes plástiques.



Nestos años, la ciudá d'Avilés yera una fervoriu industrial con una importante actividá cultural. Anque nun se trataba d'un centru artísticu de la magnitú de Madrid o Barcelona, sí ufiertaba un contestu apropiáu pal aprendizaxe y la esperimentación. Na Escuela d'Artes y Oficios d'Avilés, Maruja Mallo recibió les sos primeres clases de dibuxu y pintura, amosando un talentu inusual que la estremó volao de los sos compañeros.



N'Avilés, Maruja Mallo empezó a desenvolver el so talentu pictóricu, esplorando diverses técniques y temátiques. Los sos primeros dibuxos y pintures, realizaos na so adolescencia, amosaben una influencia academicista, pero yá s'albidraba nellos una esmolición por romper colu convencional. Les sos primeros semeyes y paisaxes revelaben un dominiu técticu impresionante pa la so edá, lo que-y valió reconocencia ente los sos profesores y compañeros. Magar de la so mocedá, Maruja entamó pequeñes esposiciones llocales, que-y valieron pa ganar enfotu na so capacidá artística. Foi n'Avilés onde empezó a entender que'l so destín taba venceyáu al arte y que tenía de persiguir la so vocación más allá de les fronteres d'Asturies.

En 1922, con venti años, Maruja Mallo treslladóse cola so familia a Madrid, onde ingresó na Real Academia de Belles Artes de San Fernando. Esti cambéu marcó un puntu d'inflexón na so carrera, yá que na capital entró en contactu con delles de les figures más influyentes de la vanguardia española, como Salvador Dalí, Federico García Lorca y Rafael Alberti, colos que compartiría esperiencias artístiques y personales que la ayudaríen a definir el so estilu. Sicasí, la influencia d'Avilés nun desapareció de la so obra.

A lo llargo de la so vida, Maruja Mallo desafió constantemente les normes social y artístiques. Nuna dómina na que les muyeres tenían un papel llendáu nel mundu del arte, ella frañó barreres y convirtiósese nuna de les pintores más destacaes de la vanguardia española. La so actitú tresgresora y la so estética innovadora asitiáronla nel centru de los movimientos de vanguardia, siendo una de les poques muyeres que llogró reconocencia nun ámbitu apoderáu por homes. Nesti sentíu, el so pasu per Avilés puede considerase un antecedente d'esta actitú rupturista.

Magar del so enorme talentu y del so ésitu nel ámbitu artísticu, la vida de Maruja Mallo tuvo llena de dificultaes. Na Guerra Civil Española, coló p'Arxentina, onde siguió desenvolvendo la so carrera. La so torna a España nos años 60 foi discreta, y per delles décadas la so obra foi inxustamente arrexexada a un segundu planu. Nos últimos años, sicasí, la so figura foi reivindicada como una de les más importantes del arte español del sieglu XX. Nesti procesu de recuperación de la so herencia, Avilés xugó un papel fundamental. La ciudá reconoció la so importancia como una de les sos fíes adoptives más pernomaes, y entamáronse diverses esposiciones y actividaes pa espublicar la so obra y el so impactu na hestoria del arte.

Muyer rural en Cabrales, guardianes d'una manera de vida

Nos montes de Cabrales, onde la borriña afalaga los praos y el tiempu paez avanzar al ritmu de la naturaleza, les muyeres fueron y siguen siendo l'alma de la vida rural. Custodies de tradiciones centenaries, artesanes del quesu más emblemáticu d'Asturies y guardianes d'una manera de vida qu'aguanta frente a los cambeos, el so llabor foi y ye fundamental na identidá d'esti territoriu. Nesti documental, el conceyu de Cabrales afonda na hestoria de seis muyeres trabayadores que desenvolvieron tola so vida o, a lo menos, la parte más importante d'ella nesi territoriu: Esperanza Campo, Cristina García, Guadalupe Gómez, Juana Alonso, Jessica López y Rocío Bueno.

Rocío Bueno ye una quesera orixinaria d'Asiegu. Xunto al home, Pablo Ruiz, técticu n'esplotaciones ganaderes y agropecuaries, decidió revitalizar l'actividá quesera familiar n'Asiegu, un llugarín cabraliegu d'unos 65 habitantes. En 2019, fundaron la Quesería Asiegu, convirtiéndose na primer y única quesería de Cabrales certificada como ecolóxica, amás de ser la primera ellaboradora n'España de quesu azul ecolóxicu de lleche cruu de vaca. En 2020, la Quesería Asiegu llanzó la so primer producción de quesu Cabrales ecolóxicu, etiquetando 160 pieces qu'escosaron casi al momentu, reflexando l'alta demanda y aceptación del so productu innovador. El llabor de Rocío Bueno foi fundamental pa la economía llocal d'Asiegu como mediu pa contribuyir a la revitalización del pueblu y al caltenimientu de les tradiciones queseres d'Asturies.



Jessica López ye la encargada de la Quesería Maín, nel pueblu de Sotres. La so dedicación y esfuerzu llevóla a ser la primer muyer en presidir el Conseyu Regulador de la Denominación d'Orixe Protexida Quesu de Cabrales, cargu qu'asumió en 2014. La Quesería Maín produz al rodiu de 12.000 quilos de quesu Cabrales al añu, esportando'l 40% a países como Estaos Xuníos, Méxicu, Inglaterra y Alemaña. Amás, cuenta con 60 cabres pa la ellaboración de los sos productos.

Juana Alonso ye una quesera de Carreña de Cabrales que sigue una tradición familiar na ellaboración del quesu Cabrales. Siguiendo los pasos de les güeles, Juana y Bernarda, y de so padre, Agapito Alonso, Juana caltuvo viva la tradición quesera na familia. La hestoria de Juana Alonso y la Quesería La Llosa exemplifica l'enfotu y dedicación na preservación de les tradiciones queseres de Cabrales, contribuyendo al patrimoniu cultural y gastronómicu d'Asturies.



Guadalupe Gómez ye la dueña de La Tienda Nueva, nel centru d'Arenas de Cabrales. Fundada en 1988, consolidóse como una tienda variada qu'ufierta una amplia gama de productos, incluyendo souvenirs, artesanía, ferretería y materiales de construcción. La Tienda Nueva caltúvose como un referente na comunidá de Cabrales, ufiertando productos que combinen tradición y utilidá, y afaciéndose a les necesidaes de los sos veceros a lo llargo de los años. Ye tantu'l númberu de productos que tien que los y les cabraliegos dicen que... ¡Si nun lo tien La Tienda Nueva nun lo tien naide!

Cristina García ye la propietaria de Casa Manolo, un chigre-tienda asitiáu na carretera xeneral de H.ortiguero, un negociu de los que malpenes queden yá. La so dueña caltuvo la esencia de lo que tien de ser un chigre-tienda, ello ye, la tradición y l'ambiente afayadizu que caracteriza estos establecimientos n'Asturies. El llabor de Cristina García en Casa Manolo ye un exemplu de cómo les muyeres rurales contribúin al caltenimientu y desenvolvimientu de les tradiciones llocales, al ufrir servicios esenciales y puxar pola cultura de la comunidá.

Esperanza Campo ye una de les propietaries del Chigre El Carteru, un establecimientu emblemáticu asitiáu nel pueblu de Tielve. Xunto a la so hermana Eloína, Esperanza conserva la tradición culinaria asturiana nesti chigre al traviés de platos típicos qu'encanten mesmo a llocales qu'a visitantes. El Chigre El Carteru ye reconocíu pol so ambiente afayadizu y la so cocina casera. Ente les sos especialidaes destaquen la fabada asturiana, el cabritu y los tortos, platos que reflexen la bayura gastronómica del país.

Esti documental ye un homenaxe a elles: muyeres fuertes, trabayadores y apasionaes, que supieron combinar la herencia de los sos antepasaos cola mirada puesta nel futuru. Al traviés de les sos voces y el so día a día, vamos afayar el verdaderu significáu de los raigaños, l'esfuerzu y la superación nuna contorna abluicante. Porque la hestoria de Cabrales nun puede entendese ensin la hestoria de les sos muyeres.

La mujer nel conceyu de Cuideiru, tresmisora de la memoria

Asturies cuenta con 334 km de mariña bañada pel mar Cantábricu que, a les traces, ufierta dos tipos de recursos pesqueros: el marítimu y el terrestre de les ríes, estuarios y pedreros. En dambos casos trátense de dos recursos llargamente condicionaos poles característiques físiques y ecolóxicques del mediu al que pertenecen. Nesti sen, les muyeres xugaron y xueguen un papel esencial nel desenvolvimientu de los llabores mariñanos. Munches de les xeres venceyaes a la mar, magar que nun seya nos barcos o mesmamente na propia pesca, nun podríen ser posibles ensin el trabayu que les muyeres desendolcaron a lo llargo de los siglos. Pero les muyeres, amás d'enfrentase a una doble xornada pola so condición de muyer, fixeron por caltener vives les tradiciones y les histories, como estes que van darréu.

La conexón cola mar pasaba de madres a fíes per diverses hestories, dalgunes d'elles lleguen a los nuestos oyíos. Asina, por casu, contábase'l día de San Xuan, cuando los neños y neñes s'afataben con corones y collares de margarites. Una muyer xubía con toos ellos pela cai dende la ilesia hasta San Xuan, mientres cantaba un cantar que los neños repetíen. Esa nueche, toos habríen dir pa la cama pronto, asina, podríen dir nesi barcu máxicu que los llevaba hasta la Vega'l Palu, una islla máxica onde vivíen xanes y taba enllena ducos. Al otru día nengún d'ellos s'alcorbaba, porque toos fueran dormiendo nel barcu. Magar d'ello, toos aseguraben recordar ver la islla.

Esta hestoria peculiar tien el so orixe nel añu 1227, cuando Fernando III, rei de Castiella, entama la conquista de Sevilla. Como'l ríu Guadalquivir yera un ríu que se podía navegar, piden sofitu a Ramón Bonifaz pa reclutar tripulación y barcos del Cantábricu que, como bonos marineros y valientes, aceptaron l'aventura. ¿Qué veríen que nunca vieren? ¿Qué sociedá y xente distinto conoceríen? ¿Qué sorpreses ya imáxenes sobreviviríen na so cabeza que, al volver al so pequeñu pueblu, traxeron una islla con ellos, una tradición que llegó a los nuestos díes y que nos tresporta en barcu, bien lloñe, cada nueche de San Xuan?





Tamién na música pervive la memoria de la muyer, como nel Perlindango, el baille más conocíu del conceyu. Báillase en corru al mesmu tiempu que se canta, como la mayoría de los bailles pixuetos, con una serie de lletres nos cantares con un carácter mui picardiosu y que, xeneralmente, tienen temes que, de manera anónima, afecten a delles persones. El nome d'esti baille vien deriváu del nome del mandil o perlindango (mandil dando) que les muyeres mueven. N'otros momentos del baille les partes del cuerpu que más sobresalen polos sos movimientos son los cadriles y les manes. Antaño yera un baille que namás interpretaben les muyeres mayores, pero a poco y a poco foi tresmitiéndose a les xeneraciones más mores. Dentro del baille podemos dicir qu'esisten dos partes bien diferenciaes: una na que se canten les coples y otra na que se fai lo propio col estribillu, esi tan famosu que diz:

Perlindango, andango,
perlindango, andango,
¡digo!
esti perlindango, andango, andango,
andango, andango,
tróuxulu'l miou Mingo
esti perlindango, andango, andango
andango, andango,
tróuxulu'l miou Mingo.

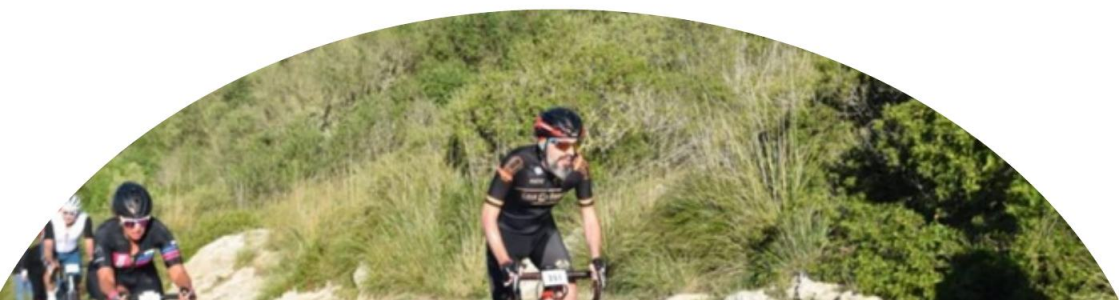
La Vaqueira, una marcha cicloturista que conciencia sobre'l cáncanu d'ovariu

La marcha cicloturista La Vaqueira, que se celebra per primer vez esti añu n'Asturies el 28 de xunu, concretamente nos conceyos de Valdés, Cudeiru y Salás, ye muncho más qu'una cita deportiva. Nel so entamu dexaron claro que los valores yeren l'esfuerzu físicu, la llucha pola visibilidá y la solidaridá escontra quien enfrenten el cáncer d'ovariu. Esta marcha tien una conexón especial cola Asociación ASACO (Asociación d'Afectaes de Cáncanu d'Ovariu), asociación referente pa dar a conocer les problemátiques de les muyeres diagnosticaes tarde d'esta malura.

La Vaqueira nun ye namás qu'un eventu ciclista; ye un actu cargáu de simbolismu, nel que cientos de persones s'axunten pa pedaliar peles carreteres asturianas, percorriendo los paisaxes del occidente asturianu mientras contribúin a una causa fondamente humana. Esti eventu celebra la pasión pol ciclismo, pero principalmente fai qu'esti deporte se convierta nuna plataforma p'aumentar la conciencia sobre un tipu de cáncer mui específicu y, desafortunadamente, mui poco visibilizáu: el cáncanu d'ovariu.



ASACO, una organización que lleva años lluchando pola visibilidá y los derechos de les persones afectaes pol cáncanu d'ovariu, tuvo un papel fundamental nel afitamientu de La Vaqueira como una actividá que va más allá de la simple práctica deportiva. ASACO trabaya incansablemente nel sofitu a les muyeres diagnosticaes con esta enfermedá, ufiertando dende asesoriamentu psicolóxicu hasta recursos informativos qu'ayuden a entender meyor el cáncanu d'ovariu, un tipu de cáncanu que ye silente en munchos de los sos síntomes y que aveza diagnosticase n'etapes yá avanzaes. Unu de los grandes problemes col cáncanu d'ovariu ye'l so diagnósticu tardíu. Munchos de los síntomes son inespecíficos y confúndense con otres afecciones menos graves. Esto provoca que, cuando a la fin se detecta la enfermedá, en munchos casos yá ta nuna fase avanzada, lo qu'amenorga les opciones de tratamientu y afecta gravemente la calidá de vida de la paciente.





La misión d'ASACO ye, de primeres, visibilizar esti cáncanu, aumentar la concienciación na sociedá sobre los sos síntomas y, sobre manera, lluchar por que les muyeres tengan una oportunidá de diagnósticu más tempranu. Pa ello, l'asociación entama diverses actividaes de sensibilización, sofitando la investigación y ufiertando ferramientes d'ayuda tanto a les afectaes como a les sos families.

Según los datos d'ASACO, el cáncanu d'ovariu ye'l cáncanu xinecolóxicu con mayor mortalidá, y esto débese en gran parte a la falta de detección precoz. El diagnósticu n'etapes tempranes ye crucial p'aumentar les posibilidaes d'éxitu nel tratamientu. Sicasí, namás el 20% de los casos diagnostíquense n'etapes tempranes por cuenta de la falta de síntomas evidentes. Los síntomas del cáncanu d'ovariu, como hinchadura abdominal, perda de fame, fatiga o dolores na zona pélvica, son comunes a munches otres enfermedaes, lo qu'enzanca la so identificación. Poro, ASACO enfatiza la necesidá de que les muyeres tean sollertes a cualesquier cambéu na so salú y faigan chequeos regulares.

Amás, la campaña de sensibilización qu'acompaña a La Vaqueira busca educar mesmo a la población xeneral qu'a los profesionales de la salú pa que s'amplíen los protocolos de detección temprana.

Nesta primer edición, los participantes van poder escoyer ente dos percorríos: La Vaqueira (94 quilómetros) y La Vaqueirona (129 quilómetros). Esti últimu inclúi la xubida al Altu d'Aristébanu, braña histórica pa los vaqueiros, pero en dambos van percorrese, con E-Bike, la contorna de los conceyos de Cuideiru, Valdés y Salas. Amás, el 28 de xunu pela tarde los participantes van poder recoyer los sos dosales na ermita de San Roque de Ballouta, onde se va ufiertar una merienda típica de la zona mientres se van dar charres informatives sobre la cultura vaqueira y l'asociación ASACO. Y ye que'l meyor ciclistu solidariu espérate nel occidente d'Asturies.



MÁS INFO EN
WWW.LAVAQUEIRA.ES

Les recomendaciones de Ver Asturias



El Pintu
Cai La Llibertá 11 - La Pola Llaviana
Teléfonu: 984 045 505



Sidrería Montera - Casa Güela
Cai la Unión 1 - Avilés
Teléfonu: 985 579 402



Casa Carreño con los Fogones de Dani
Plaza Carbayedo, 26, 33402 - Avilés
Teléfonu: 985 564 941



La Xagarda
Ctra. Xeneral, 33509 - Po
Teléfonu: 985 401 499



Bar Restaurante Los Montañeros
Ctra. Xeneral 7, 33555 - Carreño
Teléfonu: 622 574 310

Les recomendaciones de Ver Asturias



Bar El Mercáu
Recintu Ferial - La Pola Llaviana
Teléfonu: 627 415 341



Sidrería Tar d'Abéu
Cai María Bandujo 1 - 33201 - Xixón
Teléfonu: 984 491 538



Manglar Ecosistema cultural
Cai Martínez Vigil 14 33101
Uviéu



La Pilarica Llibrería
Cai Valeriano Miranda 5, 33600
Mieres del Camín



Restaurante El Cares
AS-114 11 - Arenas (Cabrales)
Teléfonu: 985 845 042

L'aire, espaciu de conquista de la muyer

Toes (o casi toes) sabemos que l'avión foi un inventu de los hermanos Wright, que realizaron el primer vuelu a motor en 1903. Agora bien, lo que non tanta xente conoz ye qu'una parte indispensable pa que se produxera tal fazaña foi la so hermana Katharine Wright, sufraxista pa más seños. Gracias a la so ayuda los sos hermanos proclamáronse pioneros de l'aviación: alministró la tienda de bicicletas que financiaba los esfuerzos de los sos hermanos, axuntó los suministros, cofinanció los proyectos col so sueldu como profesora, ayudó nes negociaciones y deprendió francés pa facer de representante de los sos hermanos. La hestoria de les muyeres polo xeneral siempre se vio tapecida y clisada pol rellatu masculín, y la de l'aviación, con esa aura épica y competitiva nos sos entamos, nun ye una escepción. Asina que les pioneres de l'aviación fueron muyeres que desafiaron de forma bien directa los estereotipos de xéneru.



La primer muyer que voló sola en 1909 y la primera en consiguir la llicencia de pilotu nel mundu, en 1910, foi Raymonde de Laroche. En payares de 1913 ganó la Coupe Femina de Aéro-Club de France por realizar un vuelu de llarga distancia ensin paraes de más de cuatro hores de duración y finó en 1919 nun accidente aéreu, cuando copilotaba un prototipu esperimental. Ye probable que primero qu'ella yá pilotara un avión en solitariu siquier otra francesa, Thérèse Peltier, en 1908, pero Raymonde de Laroche foi la primer pilotu conocida. Bessica Raiche, inspirada poles fazañes de Laroche, construyó al pie del so home un avión que pilotó más p'alantre y convirtióse na primer muyer estaonunidense en realizar un vuelu en solitariu n'Estaos Xuníos.

Marie Marvingt foi campeona nun montón de deportes distintos, dende'l ciclismu hasta la natación. Foi una destacadísima alpinista y dalgunos considérenla tamién la primer muyer pilotu de combate: en 1915, na Primer Guerra Mundial, participó en campañes de bombardéu aereu sobre posiciones alemanes, como voluntaria, y foi condecorada por ello. Bessie Coleman foi la primer persona afroamericana y la primer nativa americana (home o muyer) qu'en 1921 llogró la llicencia de pilotu. Tuvo que viaxar a Francia pa conseguila, porque n'Estaos Xuníos nun s'almitíen persones negres nes escuelas d'aviación. Llogró la llicencia de vuelu y volvió a EEXX, onde se dedicó al vuelu acrobáticu pa ganase la vida. Morrió probando'l so nuevu avión en 1926, un día antes d'una exhibición programada en Florida.

No que cinca a les primeres pilotos militares, yá mentamos a Marie Marvingt. Tamién na Primer Guerra Mundial hubo una rusa, Yevguenia Shajovskaya, que fixo misiones de reconocencia pal zar. Pero la primer pilotu que fixo carrera nel Exércitu foi la turca Sabiha Gökçen. Y nun puede falase de mueres pilotos de combate ensin falar de la Segunda Guerra Mundial y de la Unión Soviética. Ellí, Marina Raskova convirtióse en 1934 na primer instructora de vuelu militar. Y cuando españó la II Guerra Mundial, Raskova convenció a Stalin pa crear trés reximientos d'aviadores, integraos dafechu por mueres, a les que munches vegaes formó ella personalmente. Unu d'esos reximientos, quiciabes el más conocíu, foi'l 588 Reximientu de Bombarderos Nocherniegos, al que los alemanes llamaben les "Bruxes de la Nueche". L'Exércitu de los EEXX llegó a tener tamién un serviciu de mueres pilotos mientres la II Guerra Mundial (Women Airforce Service Pilots, col acrónimu "WASP", aviespa), qu'entrenaben y probaben aviones, pero ensin llegar a entrar en combate.

N'España, polo xeneral, la incorporación de la muyer a l'aviación foi más bien tardía. La primer muyer que llogró una llicencia foi una noble, María Bernaldo de Quirós, en 1928. Esto ye, casi 20 años dempués de que consiguiere la so llicencia la francesa Raymonde de Laroche. Y pa rematar, na aviación comercial tamién foi bien lenta la cosa. Esta estaya siempre tuvo particularmente plagada de machismu. El papel que se nos acutó a les mueres yera'l de ser azafates. Pero eso da pa otru programa.



Cuatro queseres asturianos

Quesería Caxigón

Allugada na aldea de Berodia, nel conceyu de Cabrales, la Quesería Caxigón ye una quesería artesanal. Fundada en 1992 por María Eugenia de Pedro y la so familia, esta pequeña empresa supo combinar la tradición quesera cola innovación, llogrando productos d'alta calidá y reconocencia. A diferencia de la mayoría de quesos ellaboraos en Cabrales, el Caxigón nun ye de tipu azul. Caracterízase pola so testura pastosa, corteza duru de tonu mariellu y un interior marfil con pequeños güeyos. El so sabor suave y equilibráu conviértenlo nuna opción ideal pa maridar con marmiellos y miel, y ye, poro, mui apreciao na gastronomía local. La escelencia de los sos quesos foi reconocida en múltiples ocasiones. En 2002, la quesería recibió'l Premiu Excelencia Gourmet a la innovación, otorgáu pola Confrería d'Amigos de los Quesos. Apocayá, los sos productos fueron destacaos na Xunta del Círculu Gastronómicu de los Quesos Asturianos. La Quesería Caxigón comercializa los sos productos en mercaos llocales de Cangues d'Onís, Posada, Llanes y Ribeseya, calteniendo viva la tradición quesera asturiana y conquistando nuevos consumidores cola so autenticidá.



Quesería Ca Sanchu

Nel llugar d'Ambás, nel conceyu de Grau, ta la Quesería Ca Sanchu, una empresa familiar con Marta Fernández que, dende finales de los años setenta, dedícase a la ellaboración artesanal del quesu Afuega'l Pitu, ún de los más emblemáticos d'Asturies. El nome "Ca Sanchu" provién del nome col que se conoz a la casa familiar. La quesería llogra la so materia primo de pequeños ganaderíes llocales, aprovechando la bayura de les camperes de la zona centro-occidental asturiana. La quesería ellabora toles variedaes del Afuega'l Pitu, mesmo na so forma "atroncáu" que "de trapu", en versiones blanques y coloraes (roxu), esta postrera caracterizada pola incorporación de pimentón. Dende 2003, estos quesos cunten cola Denominación d'Orixe Protexida (DOP), que certifica la so calidá y autenticidá. Amás, tienen la variedá de queisu l'horru, madurada nel horru familiar, con un sabor daqué diferente al tradicional. La quesería caltién una filosofía de comerciu de proximidá y participa en mercaos llocales como'l de Grau, onde cada domingu ufierta los sos productos directamente a los consumidores. Esti enfoque non solo garantiza la frescura de los sos quesos, sinón que tamién fortalez la economía llocal y caltién les tradiciones queseres d'Asturies.

Quesería Ecolóxica Asiegu

Nel conceyu de Cabrales, la Quesería Ecolóxica Asiegu ye un referente na producción de quesu Cabrales con certificación ecolóxica. Fundada en 1996 por José Antonio y Raquel, la quesería foi revitalizada dende 2016 por Rocío Bueno, quien apostó por una producción sostenible y respetuosa col mediu ambiente nel so pueblu, Asiegu, que da tamién nome a la quesería. El resultáu d'esti esfuerzu ye un quesu Cabrales de Denominación d'Orixe Protexida (D.O.P.) ellaboráu con lleche cruu de vaca, que madura mientres un mínimu de trés meses en cueves naturales de los Picos d'Europa. Estes condiciones dan al quesu una testura y sabor únicu, calteniendo la esencia de les técniques tradicionales afeches a les esixencies actuales de calidá ya hixene. Amás, la quesería participa activamente n'iniciatives locales que promueven la cultura y tradición asturiana, como la Ruta del Quesu y la Sidra, una esperiencia que combina'l senderismu cola tastia de productos locales. Un bon exemplu de cómo la tradición y l'innovación pueden fusionase pa ufiertar productos d'alta calidá, respetuosos cola contorna y fieles a los raigaños culturales d'Asturies.



Quesería La Borbolla

La hestoria de la quesería La Borbolla remóntase a finales de los años setenta, cuando Mari Luz Martínez, natural de Cubia (Grau), decidió retomar la tradición familiar d'elaborar quesu. Énte les dificultaes na venta de lleche a granel, empezó a producir quesos siguiendo recetes ancestrales, llogrando productos d'alta calidá que rápido ganaron reconocencia nos mercaos locales. La quesería elabora toles variedaes del Afuega'l Pitu, tantu na so forma "atroncau" como "de trapu", en versiones blanques y coloraes (roxu), esta postrera caracterizada pola incorporación de pimentón. Estos quesos cunten cola Denominación d'Orixe Protexida (DOP), certificando la so calidá y autenticidá. Anguaño, la segunda xeneración de la familia sigue al frente del negociu, garantizando que la esencia del Afuega'l Pitu de La Borbolla siga conquistando a sus consumidores y calteniendo viva una de les tradiciones queseres más apreciaes d'Asturies. Amás, la quesería incorporó innovaciones na so producción, como meyores na trazabilidad del productu y la implementación de práctiques sostenibles para amenorgar el so impactu ambiental.

Concienciar escontra la violencia de xéneru al traviés de lo audiovisual

Nun mundu onde la imaxe y el videu son una de les principales ferramientes de comunicación, les campañes de concienciación social atoparon un aliáu poderosu nel formatu audiovisual. Una nueva iniciativa conformada por una campaña de microvídeos centraos na mocedá y un taller formativu que faen un apueste por esta estratexa pa educar y sensibilizar a los mozos sobre la violencia de xéneru.

Esta campaña ta enfocada na producción de vídeos curtiu en formatu vertical, diseñaos específicamente pa la mocedá. La iniciativa, impulsada por Cuatro Gotes Producciones, lleva desendolcándose nos meses últimos per dellos de los colexos públicos asturianos y busca xenerar un impactu significativu na sociedá al traviés del usu d'un llinguaxe cercanu y accesible pa los adolescentes. Al traviés de microvídeos, pretende tresmitise mensaxes clave que fomenten la reflexón y el cambéu d'actitúes al respective de la violencia de xéneru.

El proyectu nun afonda únicamente na producción audiovisual, sinón qu'incorpora un taller formativu onde los participantes van poder adquirir conocencies tanto nel ámbitu de la producción de vídeos como nel de la concienciación social escontra la violencia de xéneru. Esta combinación dexa a los mozos recibir un mensaxe perimportante pa la sociedá y convertise n'axentes activos de cambéu dientro de los sos ambientes de sociabilidad.



Ún de los grandes desafíos al afrontar temátiques sensibles con adolescentes ye atopar el tonu afayadizu pa comunicar ensin resultar impositivu o distante. La estratexa d'esta campaña céntrase n'utilizar n'linguaxe que resulte natural pa la mocedá, coles mires de garantizar que'l mensaxe s'estienda y s'asimile de manera efectiva. Los vídeos en formatu vertical, al tar afechos a los vezos de consumu de conteníu dixital de la mocedá, busquen captar l'atención d'una audiencia que ta avezada a plataformes como TikTok, Instagram y YouTube Shorts. Al usar estes canales, la campaña intégrase nel día a día de los adolescentes, llogrando asina una mayor esparcimientu y difusión.





Más allá del impactu immediatu de los microvideos, esta campaña inclúi un componente educativu fundamental: la formación. Los participantes van tener la oportunidad d'aprender sobre la producción audiovisual, una conocencia cada vez más pervalorable na era dixital. Sicasí, l'aspectu más relevante d'esta formación ye la parte de concienciación, didáctica y formativa, que va permitir a los mozos entender les causes y consecuencias de la violencia de xéneru. Esti enfoque integral intenta informar y xenerar un cambéu de mentalidá que perdure nel tiempu. La sensibilización ye clave na prevención de la violencia de xéneru, y dotar a los adolescentes de ferramientas pa identificar y combatir estes situaciones ye un pasu esencial na construcción d'una sociedá más xusta ya igualitaria. El resultáu final d'esta iniciativa ye una pieza documental que recueye'l procesu de creación de los microvideos y l'impactu que tuvieron na comunidá. Esta producción sirve como testimoniu del trabayu realizáu y como una ferramienta adicional pa seguir espulizando'l mensaxe de la campaña.

La llucha escontra la violencia de xéneru requier estratexes innovadores y afeches a les nuevas xeneraciones. Esta campaña de microvideos y formación demuestra que l'audiovisual sigue siendo una ferramienta poderosa pa la sensibilización y la educación. Integrar a la mocedá nesti tipu de proyectos permite que s'informen sobre la problemática, y conviértelos en protagonistas del cambéu. Con iniciatives como esta, refuérzase la idea de que la conocencia y la creatividá pueden ser aliaos clave na construcción d'una sociedá más consciente y comprometida cola igualdá de xéneru.

Les mueres de Formientu 20

La revista Formientu, na so ventiava edición, vuelve demostrar el so compromisu cola promoción de la lliteratura n'asturianu y la visibilización de voces diverses. Ente los y les numberosos autores que conformen les sos páxines, destaquen delles mueres con obres que reflexen la riqueza y variedá de la creación lliteraria n'Asturies. Al traviés de poesía, narrativa y ensayu, estes escritores amuesen el so talentu, pero tamién traten cuestiones sociales de gran relevancia. Les cuatro mueres escritores de Formientu 20 representen la diversidá dientro de la lliteratura asturiana actual. Dende la poesía comprometida hasta la narrativa experimental, la so presencia na revista arriquez el conteníu y refuerza la importancia de la lliteratura n'asturianu como vehículu d'espresión y resistencia cultural. Les sos hestories, vivencies y reflexones contribúin al afitamientu d'una comunidá lliteraria más inclusiva.



Natural d'Avilés y autora sol seudónimu Sara Winnington, Sara Areces presenta en Formientu 20 el poema *Yo tamién*, una poderosa pieza que s'inscribe nel movimientu #MeToo y que retrata l'impactu de la violencia de xéneru na sociedá asturiana. La so obra, cargada d'emotividá y denuncia, consigue conectar con un públicu ampliu al afrontar esperiencies comparties por munches mueres. El poema d'Areces ye una llamada a la sororidá y a la llucha pola visibilización de les violencies que sufren les mueres. Nos sos versos, l'autora espresa'l dolor y la rabia, pero tamién la esperanza d'un futuru meyor, nel que les mueres puedan alzar la so voz ensin mieu. El so estilu directu y honestu convierte les sos pallabres nun ecu que resuena na conciencia de quien les llea.



Con namás 17 años, Naiara Suárez Sánchez, conocida pol so proyectu *Caxigalines de Naiara*, apaec per primer vez na revista lliteraria. La so obra en Formientu 20 ye testimoniu d'una xeneración nueva qu'apuesta pola innovación ensin perder de vista la tradición. El rellatu de Suárez Sánchez na revista reflexa la so capacidá pa crear hestories que conecten col públicu nuevu. El so estilu frescu y dinámicu conviértela nuna de les promeses más interesantes de la lliteratura asturiana. El so compromisu cola llingua y la cultura asturiana rescampa tantu na so escritura como nos sos proyectos personales.

Blanca Fernández Quintana, profesora d'asturianu n'Educación Secundaria, ye otra de les autores presentes en Formientu 20. La so trayectoria inclúi premios de narrativa moza y lliteratura infantil y xuvenil, lo que demuestra la so versatilidá y talentu como escritora. Nel so relatu 22 *d'avientu*, Fernández Quintana rescata la memoria de la minería asturiana y l'impactu de los accidentes mineros nes families trabayadores. La so prosa, cuidada y evocadora, tresporta al llector a un tiempu y un espaciu marcaos pola durezza del trabayu nes mines, pero tamién a la solidaridá y resistencia de quien les habitaben. La so obra ye un homenaxe a la hestoria d'Asturies y un recordatoriu de les lluches qu'entá queden por llibrar.

Yedra Riesgo, orixinaria de Pravia, ye otra de les voces femenines destacaes en Formientu 20. Con una fonda sensibilidá social y un fuerte compromisu cola memoria histórica y el feminismu, la so poesía ye un testimoniu de llucha y resistencia. El so poema *El mandil de mio güela* ye una emotiva oda a les muyeres de xeneraciones pasaes, sobre manera a aquelles que desempeñaron un papel fundamental nel llar y la comunidá ensin recibir la reconocencia que merecien. Al traviés de versos cargaos de ternura y reivindicación, rescata la figura de la güela trabayadora y cuidadora.

A lo último, ta l'artista Aida Iriarte. La ilustradora ye l'autora de les acuareles qu'apaecen nel númberu 20, reinterpretando semeyes antigües nesta técnica pictórica con colores azulaos y un trabayu cuidáu que recrea a la perfección la imaxe captada al traviés de la cámara y qu'enllaza perbién cola edición de la revista. Dalgunos de los sos trabayos pueden consultase nel so Instagram, @irí_artes.

MÁS INFO EN
WWW.FORMIENTU.COM

4 mujeres asturianas pioneres

Laura González Álvarez

Foi consejera del Principáu y eurodiputada, nacida n'Avilés en 1941. Dende pequeña tuvo en contactu colos trabayadores inmigrantes de la recién construyida ENSIDESA, yá que la so familia tenía un chigre que frecuentaben los obreros. Ver les condiciones nes que trabayaben motivóla a militar nel Partíu Comunista en 1964, ilegal naquella dómina. Hasta entós trabayaba nel Hospital San Angustín como auxiliar d'enfermería. En llegando la democracia, preséntase como conceyal nes elecciones municipales en 1979 y renovára esti cargu hasta 1991. Nesi añu, ye escoyida como presidenta de la Xunta Xeneral del Principáu. En 1993 dexa'l cargu y élíxenla como diputada del Parllamentu Européu hasta 2004, añu nel que ye nombrada consejera de Vivienda y Bienestar del Principáu d'Asturies hasta 2007. En 2008, tres nun salir como candidata nel Congresu nes elecciones de 2008, retiróse de la vida política.



Eloísa Marcos

Nació en Mieres nel añu 1962 y a los 6 años marchó pa Madrid. A los 11 entama a facer ximnasia y poco dempués yá ye campeona na so categoría. La so trayectoria nesti deporte foi curtia, unos 6 años, pero intensa. A los 13 años participó na Preolimpiada de Montreal'75 y con 14 compite nos Xuegos Olímpicos de 1976, la primera asturiana en facelo. Amás d'ello tamién participó en dos Xuegos del Mediterraneu y dos campeonatos d'Europa. A los 18 dexa la ximnasia y opta por llicenciase nel INEF en Madrid. A día de güei exerce de xueza internacional de ximnasia artística.



Purificación Viyao Valdés

Nacida en 1892 en Navelgas (Tinéu), treslládase pa cola familia pa Madrid con doce años por mor de la muerte de so pá. Entama la sos estudios na Escuela Superior de Artes e Industrias en 1907; en 1914 oposita pa ser maestra y consigue la plaza na escuela de neñes de Baldornón en Fano (Xixón). Mentanto, sigue ampliando la so formación, ya ingresa nel Colegiu Nacional de Sordomudos y de Ciegos en 1914. Más alantre fai'l cursu prácticu de bioloxía animal nel Laboratorio de Biología del Museu de Ciencias Naturales de Madrid. En 1917 marcha pa Madrid pa completar los sos estudios na Escuela de Estudios Superiores del Magisterio, na sección ciencies. En 1920, acaba los estudios y presenta la memoria fin de carrera y la so obra única: *Datos antropológico-ethnográficos de la parte oriental de Asturias: El hombre y el medio*. Tala obra, que foi dirixida por Luis Hoyo Sainz, ye considerada como una referencia perimportante na antropoloxía física y la primer obra antropológica n'Asturies. Nella, Viyao explora, con un gran rigor científicu, los camudamientos que sufrió la sociedá asturiana nel oriente ente los años 1870 a 1920 a consecuencia de la industrialización de la rexón. Pide treslláu a la Escuela Normal de Cuenca en 1925, onde exercería hasta morrer en 1934.



Carmen García Cobián

Carmen García Cobián, nacida en Xixón en 1905, ye reconocida principalmente por ser la esposa y compañera indixebrable del Premiu Nobel de Medicina Severo Ochoa. La so vida, aunque menos conocida que la del so pernomáu home, desempeñó un papel fundamental na trayectoria personal y profesional del científicu, concretamente nel so llaboratoriu. En 1931, Carmen contraxo matrimoniu con Severo Ochoa en Cuadonga. La so unión representó una simbiosis perfecta que se caltuvo mientres 55 años, hasta'l fallecimientu de Carmen en 1986. La influencia de Carmen na vida de Severo foi tal que, tres la so muerte, el científicu dispunxo la creación de la Fundación Carmen y Severo Ochoa. Esta institución, establecida según la voluntá de Ochoa, tien como oxetivu perpetuar la memoria de dambos y sofitar la investigación en bioloxía molecular, campu nel que'l Nobel realizó aportaciones significatives.



Muyeres por Grau, una asociación esencial pal conceyu

Nel conceyu de Grau, la tradición y la cultura llocal tán fuertemente enraigonaes na so xente, pero ye nes manes y corazones de les sos muyeres onde esi heriedu cobra un significáu especial. L'Asociación Muyeres por Grau ye un bon exemplu de cómo la muyer rural foi fundamental na preservación y l'impulsu de la identidá cultural del conceyu, y cómo, al traviés de la organización comuñal, pueden xenerase espacios de empoderamientu, participación y visibilidá.

Fundada en 1998, l'Asociación Muyeres por Grau nació con un claru propósiu: promover la igualdá de xéneru, la visibilidá de la muyer rural y la recuperación de tradiciones que, en muchos casos, amenaciaben con desaparecer. Anque la so actividá empezó en 1998, foi en 2002 cuando esperimentaron un tresformamientu significativu, redefiniendo la so estructura y oxetivos. Según rellata Chelo Bernardo, presidenta de l'asociación, la organización caracterízase pola so apertura: "Nun se paguen cuotes mensuales nin esiste un llistáu d'asociaos. Si quier participase en dalguna actividá, como un cursu o un taller, abónase una tarifa módica de manera puntual".

Nos sos primeros años, l'asociación enfocóse principalmente n'axuntar a muyeres del conceyu pa entamar actividaes que promovieren la cooperación mutua, el sofitu ente vecines y la revitalización de les costumes llocales. A lo llargo de los años, l'asociación evolucionó, pero la so misión sigue siendo la mesma: servir de plataforma pa les muyeres de Grau, dándo-yos una voz activa na vida social, cultural y política de la comunidá. Dende los sos entamos, Muyeres por Grau llogró texer una rede de sofitu ente muyeres, que creció hasta convertise nun referente nel conceyu.





Ún de los mayores llogros de l'Asociación Mujeres por Grau foi'l so papel clave na recuperación y promoción de tradiciones llocales. A lo llargo de los años, l'asociación trabayó incansablemente pa caltener costumes que formen parte del alma de Grau. Ente los sos proyectos más destacaos atópase la restauración de les fontes engalanaes per San Xuan, una tradición que cayera en desusu pero que, gracies a la participación activa de les muyeres, volvió algamar importancia nes festiviaes.

El llabor de l'asociación tamién s'espeya na so implicación nel desfile de les fiestes de Santiago y Santa Ana, onde les muyeres de Mujeres por Grau entamen carroces que representen distintos aspectos de la cultura asturiana. Estes xarrés non solo son una demostración del esfuerzu colectivu, sinón tamién una forma d'amosar el valor de la muyer como tresmisora de tradiciones y cultures.

Otra de les sos iniciatives más destacaes ye la instalación añal d'un belén artesanal que foi creciendo colos años. Esti belén reproduz escenes emblemátiques del conceyu, como'l Mercáu de Grau. Amás, l'asociación entama talleres de "pandereteiras" y de técniques tradicionales como'l ganchiyu y el puntu, coles mires de tresmitir conocencies ancestrales y fortalecer el texu social. Estes actividaes caltienen habilidaes tradicionales, fomenten la cohesión comuñal y ufierten a les participantes un espaciu d'aprendizaxe y socialización.

La collaboración con organizaciones non gubernamentales y la participación n'eventos solidarios reflexen el compromisu de l'asociación con causes sociales. La so implicación na elaboración de carroces pa la Cabalgata de Reis y la so presencia en festiviaes llocales evidencien el so enfotu n'arriquecer la vida cultural de Grau. Como destaca Chelo Bernardo, "collaboramos con quien nos lo pida, anque seya de fuera del conceyu. Si nos necesiten, respondemos".

La dedicación y l'esfuerzu de l'Asociación Mujeres por Grau nun pasaron desapercibíos. La so capacidá p'afaese a los cambeos social y tecnológicos, calteniendo la so esencia y compromisu cola comunidá, foi reconocida en diverses ocasiones. A midida qu'avancen hacia'l futuru, l'asociación sigue siendo un referente na promoción de la cultura asturiana y na construcción d'una sociedá más inclusiva y participativa. Eso sí, dende la propia asociación reclamen más participación, sobre manera de xente mozo que siga col proyectu cuando les promotores yá nun puedan. Porque Mujeres por Grau son necesaries.

Falamos con...

Enar Areces ye la cara visible del proyectu Puru Remangu, una marca de moda col asturianu como llingua vehicular y que ye un axente normalizador del idioma mui importante. Publicista de formación, entamó'l so proyectu mientres trabayaba en Madrid, pero decidió puxar con fuercia y enfotu en Puru Remangu y desenvolver n'Asturies. Tres 5 años na oficina d'El Natahoyo (Xixón), ye una de les empreses referentes de la moda n'Asturies.

Un llugar pa perdeté una fin de selmana...

La N632, percuere la costa asturiana y ta enllena de pueblinos prestosos nos que parar a conocer, caleyar un poco y topar dalgún chigre del país pa xintar curioso. Con suerte tamién pues averate a una sablera y date un bañín. El "island hopping" versión asturiana :P

Un llugar pa vivir...

Cualesquier llugar que llende al norte col Cantábricu, al sur con Lleón, al este con Galiza y al oeste con Cantabria.

Un platu...

Que me perdonen los amantes de la gastronomía patria, pero un buen ceviche peruano, sushi, gyoces... ¡¡piérdenme!!

Un postre...

Casadielles d'hoxaldre de mio güela Melita

Una sablera pa pasar el día...

Anque seya casi imposible en branu, Torimbia paezme la meyor playa del mundu.

Un pueblín que nun podemos dexar de ver...

La Güeria Carrocera, bien nomada pola xente del llugar "La pequeña Rusia".

Un chigre pa tomar unos culinos...

Nun soi mui chigra pero valme cualquiera qu'escancie la sidre a bon ritmu, nun nos pongan vasos de más y tengan DOP.



Enar Areces



Un parque natural pa visitar...

Nun sé si ye mui natural, pero El Solarón bien merez una visita pa dase cuenta del espaciu que ye pa crear un buen parque con zones verdes, árboles, bancos, zona de xuegos, quioscos pa tomar café y sentase a lleer y tovía sobra espaciu.

Una fiesta a la que nun faltar...

A ver, digo tres a les que nun faltar porque son distintes y prestoses a partes iguales. Les Cebolles rellenés en L'Entregu, fartura y folixa. Una Señora Fiesta, creo que tien tolo que me gusta y les fiestas del Cristu de Brañella, romería de l'Asturies profunda a la que-y tengo un ciñu especial.

Un muséu pa recomendar...

Pobláu mineru de Bustiello cola visita guiada de María Fernanda, ensin duldes.

Un momentu de la hestoria d'Asturies que te prestaría vivir...

Quando algamemos la oficialidá del asturianu.

Una pallabra n'asturianu que te preste...

Munches, pero "remangu" diome munches coses buenes nesta vida.

Una tradición que nun pue perdesé...

Les romerías de los pueblos, el baille la escoba, la corderada popular, les rifes y la xata la rifa, el chocolate con churros pa la reciella, les bandines, los grupos de baille...

Una espresión n'asturianu que te preste...

Nun ye una espresión al usu, pero sí ye una espresión de mio güela: "a estes altures nun voi morrer col focicu apretáu"

MÁS INFO EN
WWW.PURUREMANGU.COM

Muyer n'ochobre de 1934: un papel crucial

La Revolución d'Ochobre de 1934 n'Asturies foi un fitu clave na hestoria del movimientu obreru y un episodiu de gran trascendencia política y social. Nesti levantamientu, que tuvo llugar nel contestu de la Segunda República, con un gobiernu presidíu pola derecha, la clase trabajadora asturiana lllevantóse n'armes contra'l gobiernu en defensa de los sos derechos y condiciones llaborales. Magar la historiografía tendió a centrarse nel papel de los mineros y combatientes masculinos, la participación de les muyeres foi crucial en distintos frentes: como combatientes, enfermeres, propagandistes y organizadores.

Anque l'imaxinariu popular tiende a venceyar la llucha armada colos homes, munches muyeres participaron de manera activa nos combates n'Asturies. Sábese que delles tomaron les armes pa defender les barricaes y enfrentase a les fuerces gubernamentales. En ciudaes como Uviéu, Mieres y La Felguera, delles muyeres xuniéronse a les columnes de combatientes, desafiando les normes de xéneru de la dómina y demostrando una valentía ensin precedentes. Ún de los casos más representativos foi'l d'Aida de la Fuente, una moza comunista que se convirtió en símbolu de la resistencia. De la Fuente lluchó nes barricaes d'Uviéu y foi executada poles fuerces represives, convirtiéndose en mártir de la revolución. La so hestoria exemplifica'l coraxe y el determinu de munches muyeres qu'arriesgaron les sos vides pola causa revolucionaria.



El papel de les muyeres nun foi namás la llucha armada. Munches desempeñaron funciones clave na lloxística de la revolución, asegurando'l suministru de los combatientes, entamando'l tresporte de municiones y apurriendo sofitu sanitariu a los mancaos. N'hospitales improvisaos y cases particulares, enfermeres y voluntaries trabayaron ensin fuegu p'atender a los mancaos nun contestu d'estrema violencia.

Otru aspectu fundamental de la participación femenina na Revolución d'Ochobre de 1934 foi'l so llabor propagandisticu y organizativu. Munches muyeres fueron activistes dientro de los sindicatos y los partíos d'izquierda, promoviendo la insurrección y espulizando los ideales revolucionarios. Dende la clandestinidá, les muyeres escribieron panfletos, dieron discursos y caltuvieron la moral de los combatientes al traviés de la prensa revolucionaria. Destaca'l casu de muyeres socialistes y comunistes que, dende les cases del pueblu y los comités revolucionarios, desempeñaron un papel fundamental nel espardimientu de conseñes y la coordinación de les acciones de la insurrección. Munches d'elles non solo afalaron la resistencia, sinón que tamién sirvieron como enllaz ente distintos grupos de combatientes. Al traviés del so trabayu, llograron movilizar sectores populares y caltener viva la esperanza de la revolución, inclusive cuando les fuerces gubernamentales aumentaron la represión.





Tres la derrota de la revolución, la represión per parte del gobiernu foi brutal. Magar los homes fueron executaos en gran númeru o unviaos a les cárceles, les muyeres tamién sufrieron castigos exemplares. Munches fueron arrestaes, torturaes y violaes poles fuerces represives, que quixeron dar un escarmientu a aquellos que desafiaron l'orde establecíu. Les esposas, fies y madres de los combatientes tamién fueron oxetu de represalies. Munches d'elles fueron humildaes públicamente, rapaes y señalaes pola sociedá como "rojas". Magar la brutalidá de la represión, les muyeres siguieron desempeñando un papel clave na resistencia antifranquista nos años posteriores, amosando que'l so compromisu cola llucha obrera y la xusticia social nun terminó cola Revolución d'Ochobre.

La participación de les muyeres na Revolución d'Ochobre de 1934 n'Asturies foi determinante, anque munches vegaes invisibilizada nos relatos históricos. La so valentía y sacrificiu fueron fundamentales nel desenvolvimientu de la insurrección y dexaron una buelga na llucha obrera y na reivindicación de los derechos de les muyeres. Na actualidá, historiadores y colectivos feministes trabayen por rescatar la memoria d'estes muyeres, reconociendo la so contribución a la hestoria d'Asturies y a la llucha pola igualdá de xéneru. La hestoria de la Revolución d'Ochobre de 1934 nun puede entendese ensin el papel de les muyeres, yá que la so participación foi muncho más allá de la retaguardia y dexó una herencia de resistencia y dignidá que sigue inspirando a les nueves xeneraciones.

Feminismu pa Dummies, la sección más feminista de la RPA

Feminismu pa dummies en RPA

Dende la so estrena, el programa *Sentir Asturias*, emitíu na Radio del Principáu d'Asturies (RPA), llogró consolidase como un espaciu de referencia pa la divulgación cultural, social y feminista n'Asturies. Dentro de la so estructura, una de les secciones que cobró mayor relevancia ye Feminismu pa Dummies, una sección conducida por Jennifer Berrocal que busca averar conceptos fundamentales del feminismu a l'audiencia de forma amena, accesible y pedagóxica.

Nun contestu onde la información sobre'l feminismu ta davezu esvalixada o aburuyada por prexucios y desconocimientu, Feminismu pa Dummies preséntase como una ferramenta pervalible pa la educación y la sensibilización. La sección desglosa términos, movimientos y problemátiques feministes con un llinguaxe cercanu y directu, faciendo que la teoría feminista seya comprensible pa cualesquier oyente, ensin importar el so nivel de conocencia previa.



Cada emisión afronta un tema específicu, desmitificando idees errónees y ufiertando datos sofitaos por estudios académicos y testimonios d'espertos. La interactividá tamién xuega un papel clave na sección, pues Berrocal respuende entrugues de los oyentes y desmonta mitos al rodiu del feminismu, incentivando'l pensamientu críticu y l'alderique. A lo llargo de les sos emisiones, Feminismu pa Dummies trató una amplia variedá de temátiques venceyaes al feminismu, ente les que destaquen:





Figures históriques del feminismu

La sección tamién dedicó espacios a rescatar la memoria de figures clave na hestoria del feminismu. Exemplu d'ello ye'l programa dedicáu a Alice Paul, una de les líderes del movimientu sufragista n'Estaos Xuníos, yá que'l so activismu foi fundamental pa l'aprobación del derechu al votu femenín en 1920.

La esistencia d'una sección como Feminismu pa Dummies nun mediu públicu como la RPA ye un reflexu del compromisu cola igualdá de xéneru y la divulgación de valores democráticos. La radio pública cumple un papel fundamental na formación d'una ciudadanía crítica ya informada, y espacios como esti contribúin a la construcción d'una sociedá más xusta y equitativa. Nun momentu históricu nel que los derechos de les muyeres siguen siendo cuestionaos y nel que les *fake news* sobre feminismu abonden en redes sociales, cuntar con programes rigurosos y accesibles ye más importante que nunca. Feminismu pa Dummies convirtióse nuna ferramienta fundamental pal empoderamientu y la información de l'audiencia asturiana, demostrando que'l feminismu, lloñe de ser una ideoloxía escluyente, ye un movimientu que busca la igualdá y el bientar de tola sociedá.

Gordofobia y feminismu

L'impactu de los estereotipos corporales nes muyeres tamién foi un tema recurrente. Nos sos programes, Feminismu pa Dummies afrontó la gordofobia y cómo esta discriminación afecta l'autoestima, la salú mental y la participación social de les muyeres con cuerpos non normativos. Amás, esplórase cómo'l feminismu busca combatir estos prexucios y promover la diversidá corporal.

Violencia obstétrica

Un de les temes más rescamplantes trataos na sección foi la violencia obstétrica, una problemática qu'afecta miles de muyeres nel sistema sanitariu. Al traviés de testimonios y datos, la sección denunció práctiques como la medicalización escensiva del partu, la falta d'autonomía de les muyeres sobre los sos propios cuerpos y los abusos que munches sufren n'hospitales y clíniques.

Interseccionalidá y diversidá LGBTI+

Una de les pilastres del feminismu contemporaneu ye la interseccionalidá, conceutu qu'analiza cómo distintos exes d'opresión (xéneru, raza, orientación sexual, clase social) crúciense y afecten les persones de manera distinta. En dellos programes, Jennifer Berrocal esplicó la importancia d'afrontar el feminismu dende una perspectiva interseccional y visibilizó les lluches del colectivu LGBTI+ dientro del movimientu feminista.

Visitar la Xunta Xeneral d'Asturies, la casa de la soberanía asturiana

Visites guíaes a la Xunta Xeneral

La Xunta Xeneral ye una institución perimportante, pues desempeña'l papel de representar a los asturianos. Ye'l muérganu llexislativu d'Asturies y pue visitase de baldre, namás con acutar de manera previa una visita guiada, na que vas conocer tolos requexos del edificiu más importante pa la vida política d'Asturies.

Los oríxenes son daqué inciertos. Delles hipótesis argumenten que los sos nicios puen observase nel reinu de Lleón, pero a lo más lloñe que se pueda afirmar con seguridad ye a finales del sieglu XIV, cola creación del Principáu d'Asturies. Taba compuesta de conceyales y presidida por un delegáu real qu'aconceyaben na catedral d'Uviéu.

Reguláu por Ordenances, nun teníen les competencies llexislatives que tien la institución güei, y encargábase de xestionar pidíos militares y monetarios per parte del monarca, asina como cuestiones d'interés xeneral p'Asturies (obres públiques, comunicaciones, comerciu, etc.). Cola llegada de les tropes de la Grande Armée francesa en 1808, la Xunta Xeneral toma un rol decisivu na so hestoria. En conociendo les revueltes del 2 de mayu, surde n'Asturies una sublevación que presiona a la Xunta a oponese a les fuerces invasores. Los diputaos de la Xunta intenten recolar, poro, una nueva sublevación el 25 de mayu toma'l control de la Xunta Xeneral y de la capital y proclámase soberana. La institución declara la guerra al imperiu francés y entama a preparar un exércitu defensivu asturianu, al empar que manden delegaos pa Inglaterra pa que dean sofitu a lo so causa. Nesti momentu, y pola mor de l'aíslamientu d'Asturies del restu del Estáu, la Xunta gobierna de manera autónoma y independiente.



Sicasí, al finar la guerra, la institución representa los restos del Antiguu Réxime, polo que dempués d'un periodu d'instabilidad, ye suprimida en 1835 y créase la provincia d'Uviéu nel so llugar. Cola caída de la dictadura franquista en 1976 y la llegada de la democracia n'España, Asturias tendría la so autonomía en 1981 y, en 1982, constituyíase'l parllamentu asturianu, que garra'l nome de Xunta Xeneral, venceyáu al nome de l'antigua institución. La Xunta organiza visites guíaes de la sede parllamentaria, el Palaciu de la Xunta Xeneral. L'edificiu llevántose nel antiguu conventu de San Francisco. Les obres duraron 18 años y inauguróse en 1910. Nel primer pisu atopamos la sala Xovellanos y la sala Martínez Marina. Son sales de xuntes de les comisiones parllamentaries, integraes polos diputaos de los grupos del parllamentu.



Son muérganos de trabayu, permanente o especial, de calter llexislativu o non llexislativu. Si subimos pal segundu pisu podemos atopar cola sala Argüelles, onde avecea a aconceyar la Xunta de Voces, que son denomaos polos sos grupos parllamentarios. Ente les distintes funciones que desendolca, ta la de poner hora y fecha pa la celebración de los plenos de la Xunta Xeneral y les diverses cuestiones qu'han de tratase. Nel mesmu pisu afáyase tamién el Salón Europa. Esti yera l'antiguu Salón d'Acoyíes, y ye onde se faen anguaño los actos protocolarios de la Xunta Xeneral, amás d'acoyer presentaciones de les publicaciones qu'asoleya la Cámara nun actu nomáu <<Actu de Parllamentu>>. Dende la IV Llexislatura sirve tamién pa reforzar l'axuntanza ente la Xunta y la sociedá asturiana, pues ye un foru d'alderique. El nome d'*Europa* ye porque, en 1997, celebróse nelli l'alcuentru de los Presidentes de Xuntes Llexislatives Rexonales Europees. Per otu llau, identifícase la Sala de la Constitución. Yera l'antiguu Salón de Plenos hasta l'año 1997, fecha na que garró'l nome actual. Anguaño, esta sala úsase pa comparecencies de miembros executivos.

Ye un espaciu que destaca pola so decoración, les vidrieres, les pintures y el trabayu en madera. Na planta baxa alcuéntrase l'hemiciclu, llugar onde s'asitia'l Plenu de la Xunta Xeneral. Inaguráu en 1998, ta arrondiáu de zones de xunta y de posa y ye, en definitiva, onde los senadores, miembros de la cámara del gobiernu y los 45 diputaos de les distintes formaciones polítiques s'axunten p'aldericar y aprobar inicatives llexislatives y debater cuestiones d'orientación y control del gobiernu. Nun hai qu'escaecer tampoco la biblioteca, onde'l Serviciu de Documentación, Biblioteca y Archivu xestiona la base documental de la Xunta.

Les visites, escolares o non, pueden solicitase nel corréu visitas@jgpa.es o nos teléfonos 985107485 / 985107500.

MÁS INFO EN
WWW.JGPA.ES

Les güeles, guardianes de la tradición y la cultura

Les güeles asturianas fueron y son muncho más que cuidadores y tresmisores de cultura: fueron líderes invisibilizaes, sofitaes de les sos comunidaes y defensores incansables de la identidá asturiana. Nuna sociedá marcada históricamente pol trabayu duru y la emigración, ellos fueron el pegoyu sobre'l que se construyeron xeneraciones. La so influencia tresciende lo doméstico, tomando la economía, la cultura y la tresmisión de valores de llucha y resistencia que güei son clave.

Lloñe de llimitase al llar, les güeles asturianas fueron guardianes de conocencies esenciales pa la pervivencia de la identidá asturiana. Enseñaron a cocinar fabes, frixuelos y pote, non solo como recetas, sinón como rituales d'unióu familiar y resistencia cultural. La so conocencia de la tierra, los cultivos y la ellaboración artesanal de productos como los quesos Cabrales y Gamonéu foi clave pa caltener vivos les tradiciones gastronómiques. Esti rol nun tien que se ver como una simple estensión del trabayu domésticu, sinón como una forma de resistencia frente a un mundu que tiende a esborrar los saberes femeninos. A lo llargo de los siglos, les muyeres sostuvieron la vida cotidiana con una doble xornada y caltuvieron la cultura mientres los homes trabayaben na mina, na mar o emigraben. Ellos convirtiéronse nel venceyu interxeneracional que dexa qu'Asturies siga reconociéndose a sí mesma nos sos raigaños.



El papel de les muyeres asturianas, y n'especial de les güeles, tuvo marcáu pola resiliencia. Munches crecieron en tiempos de probeza y represión, asumiendo xeres que diben más allá de la crianza. Trabayaron nel campu, na industria pesquera y, en muchos casos, na clandestinidá, enfrentándose a un sistema qu'históricamente-yos negó derechos y reconocencia. Nun ye casualidá qu'Asturies tenga una fuerte tradición de muyeres lluchadores. Dende les trabayadores de la minería hasta les costureres qu'entamaben redes de resistencia en tiempos de dictadura, les güeles asturianas fueron clave na hestoria de la tierra asturiana. Munches d'elles criaron soles a les sos families mientres los homes emigraben a América o a otres partes d'España. Esa fortaleza, tresmitida a fies y nietes, ye parte d'un feminismu non siempres reconoció, pero fundamental.





Amás, fueron portadores de la llingua asturiana y del eonaviegu en zones como l'occidente d'Asturies. A lo llargo de los años, estos idiomas fueron consideraos "poco cultos" y marxinaos na educación formal. Sicasí, les güeles siguieron falándolos en casa, enseñándolos a los sos nietos y asegurando la so supervivencia. Gracias a ellos, güei l'asturianu sigue vivu y en procesu de reconocencia oficial.

La tresmisión cultural tamién incluyó la música y la danza. Les tonaes asturianas, cantares de ronda y la danza prima, ente otros, llegaron hasta l'actualidá gracias a les muyeres que los aprendieron na so mocedá y que los tresmitieron a los sos descendientes. Más qu'entretenimientu, estes espresiones yeren formes de resistencia y cohesión social en tiempos difíciles.

Nesi sentíu, el documental "Muyeres", dirixíu por Marta Lallana y protagonizáu pol músicu Raül Refree, ye una obra que resalta la importancia de les güeles asturianas na tresmisión de saberes ancestrales y culturales. La película adiéntrase nos montes de Cangas del Narcea, nel suroccidente d'Asturies, pa esplorar la bayura de la tradición oral y musical del territoriu asturianu.

La trama sigue a un músicu que, al llegar al pueblu de so güelu, afaya grabaciones de cantares antiguos interpretaos por muyeres llocales. Intrigáu por estes voces, entama un viaxe p'atopales, lo que dexa al espectador somorguiase na cultura popular asturiana al traviés de los sos cantares y rellatos.

La participación de Raül Refree, conocíu pol so trabayu con artistes como Rosalía y Sílvia Pérez Cruz, añade una dimensión musical única al documental. El so interés poles tradiciones musicales y la so capacidá pa fundir lo antiguo colo contemporáneo arriquecen la narrativa de "Muyeres", ufiertando una perspectiva fresca sobre la importancia de les güeles asturianas na preservación de la cultura asturiana.



Cuestionariu

¿Qué sabes d'Asturies?

1. ¿Qué va facer Valdés pa poner en valor a la muyer rural?

- a. Un llibru
- b. Un documental
- c. Un festival de música

2. ¿A qué corriente pictórica se venceya Maruja Mallo?

- a. Al cubismu
- b. Al barrocu
- c. Al surrealismu

3. ¿Ónde tien Jéssica López la quesería Maín?

- a. En Tielve
- b. En Sotres
- c. En Carreña

4. ¿Qué ye la Vega'l Palu?

- a. La islla que se ve dende Cuideiru
- b. Una islla máxica
- c. La confrería de pescadores de Cuideiru

5. ¿En qué conceyos se va celebrar La Vaqueira?

- a. Salas, Valdés y Cuideiru
- b. Valdés, Cuideiru y Pravia
- c. Valdés, Navia y Eilao

6. ¿Qué tipu de quesu faen na quesería Ca Sanchu?

- a. Quesu Cabrales
- b. Quesu Gamonéu
- c. Quesu Afuega'l Pitu

7. ¿Cuántes muyeres apaecen espublizaes nel númberu 20 de Formientu?

- a. 5
- b. 6
- c. 10

8. ¿Con qué edá dexó la ximnasia Eloísa Marcos?

- a. Con 22 años
- b. Con 35 años
- c. Con 18 años

9. ¿En qué añu nació l'asociación Muyeres por Grau?

- a. En 1998
- b. En 2002
- c. En 2017

10. ¿En qué emisora s'emite la sección Feminismu pa Dummies en Sentir Asturias?

- a. Na Cadena Ser
- b. Na Radio del Principáu d'Asturies
- c. N'Onda Cero Asturias



AXENCIA DE COMUNICACIÓN INTEGRAL



EVENTOS



DISEÑO WEB



FORMACIÓN



AUDIOVISUALES



GESTIÓN CULTURAL



EDICIÓN



REDES SOCIALES



ANIMACIÓN



TRADUCCIÓN

WWW.CUATROGOTES.COM
CAI EMILIO TUYA 51 BAXU, XIXÓN, ASTURIAS
HOLA@CUATROGOTES.COM
(+34) 984 086 626



#SeminariuOficialidá



V SEMINARIU OFICIALIDÁ

EL CAMÍN CONSTITUCIONAL
DE FUTURU PAL ASTURIANU

Un mundu enllenu de
llingües: cómo combatir la
discriminación llingüística.



INICIATIVA
POL asturianu

EDIFICIU HISTÓRICU DE
LA UNIVERSIDÁ D'UVIÉU

UVIÉU
ASTURIES

04
05

ABRIL
2025

- Conferencies y charres
- Estrena de documental
- Meses redondes

Entrada llibre
Diploma con inscripción

PROGRAMA YA
INSCRIPCIONES
NA PÁXINA WEB
www.iniciativapolasturianu.org