

festivalmardemares.org

FESTIVAL  
mar de  
mares

21-24  
SETEMBRO  
A CORUÑA

# festival MAR DE MARES

## UN OCÉANO DE ACTIVIDADES



# xcelebra

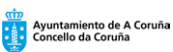
ACTIVIDADES ATA O 30 DE OUTUBRO



DÉCADA DOS  
OCÉANOS



Decenio das Nacións Unidas  
das Ciencias Oceánicas  
para o Desenvolvemento Sostible



Que o océano é o maior ecosistema do noso planeta é un feito que xa ninguén cuestiona. O 70 % da superficie da Terra xera a metade do oxíxeno que respiramos. Porén, aínda que fose por interese en seguir respirando, deberíamos estar todo o mundo comprometido en coidar os mares. Achégate á X edición do Festival Mar de Mares para coidar, bailar, aprender e gozar do mar na Coruña, a cidade-barco.



**Ven celebrar connosco.**

Inscríbete de balde nas actividades que o precisen desde o 8 de setembro ás 14:00 h en

[festivalmardemares.org](http://festivalmardemares.org)

e infórmate polo miúdo sobre o programa do festival.

## SÁBADO 16



**De 11:00 a 13:00 | De 18:00 a 20:00**  
**REMONTANDO MONELOS**

Redescubrimos o río da Coruña por excelencia, o Monelos, nun percorrido dramatizado, partindo do mar, polo tramo final do seu curso.

- 📍 Roteiro pola cidade
- 👤 Todos os públicos
- 🆓 *Gratuíta, logo de inscribirse*

**ECOTURISMO**



**De 11:00 a 13:00**  
**NA BUSCA DO TESOURO**  
**VISITA INTERMAREAL EN FAMILIA**

Coa marea baixa, descubriremos a vida secreta da praia cos expertos do Centro Oceanográfico da Coruña, ao tempo que axudamos a manter limpa a praia.

- 📍 As Xubias
- 👤 Todos os públicos
- 🆓 *Gratuíta, logo de inscribirse*

**ECOTURISMO**

# EXPOSICIÓN



Do 21 de setembro ao 24 de outubro

## A CORUÑA ETERNA. HISTORIA VISUAL I DESDE HAI 350.000 ANOS ATA O SÉCULO V

Imaxinas a nosa cidade hai 350.000 anos? Ou no século I a.C.? Baseándose en datos topográficos e xeolóxicos do proxecto Estación Visual desenvolvido por Galaicos Visual, amósanse por primeira vez impresionantes imaxes dunha Coruña modelada en cada era histórica pola acción do mar.

📍 Avda. Montoto  
👤 Todos os públicos  
🆓 Gratuíta



Do 5 ó 30 de setembro

## SER CETÁCEO O ABRAIANTE INVERNO DO ANIMAL DE FONDO

Unha exposición para coñecer as características e costumes dos cetáceos, pero tamén para afondar na relación do ser humano con estes xigantes mariños.

📍 FNAC. Plaza de Lugo s/n  
👤 Todos os públicos  
🆓 Gratuíta

Do 21 ó 24 de setembro

## O NOSO FOGAR: A TERRA

En 2013, Nacho Dean comezou a camiñar coa intención de dar a volta ao mundo a pé. Estas imaxes resumen os 3 anos que tardou en percorrer 4 continentes, 31 países e 33.000 quilómetros.

📍 Domus  
👤 Todos os públicos  
🆓 Gratuíta



## Todo o mes de setembro UN MAR DE LIBROS

Unha selección especial dos mellores libros e vídeos sobre o mar e os océanos.

📍 Bibliotecas Verdes da Coruña - FNAC - Librería Buluú  
👤 Todos os públicos  
🆓 Gratuíta

# XOVES 21



De 6:00 a 9:30 da mañá

## O CRU E O COCIDO VISITA Á LONXA DA CORUÑA

Ven coñecer os segredos da poxa de peixe que chega ao porto da Coruña a diario e goza despois dun almorzo mariñeiro da man do cociñeiro Iván Domínguez.

- 📍 Lonxa da Coruña
- 👤 Todos os públicos
- 📄 Gratuíta, logo de inscribirse

**GASTRONOMÍA**

19:00

## “OTRO MAR” DE J. BUSTO

Presentación do libro que relata a historia do surf en Galicia. Ata os anos 60, o mar era sinónimo de traballo e risco. O surf mudouno en espazo de deporte e liberdade.

- 📍 Librería Bululú (Rúa Real, 9)
- 👤 Todos os públicos
- 📄 Gratuíta

# VENRES 22



De 9:00 a 14:00

## FORO MAR DE MARES

Un lugar de debate e encontro entre diversos sectores da economía das cidades mariñeiras. Acompañados por técnicos e técnicas especialistas en diversas materias, científicos/as, empresarios/as e traballadores/as do mar, poñeremos sobre a mesa o valor e o potencial que teñen as zonas de costa.

- 📍 AFundación
- 👤 Profesionais, estudantes e público interesado
- 📄 Gratuíta, logo de inscribirse

**Mesa 1**  
UN MAR PARA TODOS? OS USOS DO MAR TRAS A APROBACIÓN DOS POEM.

Nos próximos anos veremos transformada a paisaxe de moitas das costas marítimas galegas coa instalación de numerosos parques eólicos. Como afectará iso a ámbitos como a pesca ou o medio ambiente? Un debate aberto entre científicos/as e representantes de ambos os sectores.

**Mesa 2**  
MAR E EMPREGO; OPCIONS DE FUTURO.

As persoas representantes de diversas empresas do ámbito mariñeiro falarán das oportunidades que ofrece o mar en cuestións laborais. Desde a pesca artesanal á investigación científica, a innovación gastronómica ou o sector servizos, o mar ofrece múltiples oportunidades laborais.

**Mesa 3**  
RÍOS URBANOS, RECUPERANDO AS RIBEIRAS PARA AS CIDADES.

A recuperación dos ríos urbanos é unha tendencia en alza que permite, entre outras cousas, gozar de camiños fluviais esquecidos, practicar deportes acuáticos e contar con máis espazos de natureza no corazón das cidades. Persoas expertas de distintas cidades, A Coruña entre elas, contarannos a súa experiencia.

# SÁBADO 23



De 9:30 a 11:00

## AVISTAMENTO DE AVES ITINERARIO TORRE DE HÉRCULES

Convidámoste a unirte a nós nun apracible paseo matutino mentres descubrimos, observamos e aprendemos sobre as fascinantes aves locais e migratorias.

- 📍 Contorna da Torre de Hércules
- 👤 Todos os públicos
- 📄 Gratuíta, logo de inscribirse

ECOTURISMO



De 11:00 a 13:00

## PASEOS POLA CIDADE-BARCO AS PEDRAS DO MAR DA TORRE

Unha rocha no mar, iso é A Coruña, unha cidade-barco. Xurxo Souto, coñecedor de todas as súas historias mariñeiras, conduce este paseo para mergullarse no máis profundo desta conexión.

- 📍 Contorna da Torre de Hércules
- 👤 Todos os públicos
- 📄 Gratuíta, logo de inscribirse

ECOTURISMO



De 11:00 a 13:00 | De 18:00 a 20:00

## REMONTANDO MONELOS

Redescubrimos o río da Coruña por excelencia, o Monelos, nun percorrido dramatizado, partindo do mar, polo tramo final do seu curso.

- 📍 Roteiro pola cidade
- 👤 Todos os públicos
- 📄 Gratuíta, logo de inscribirse

ECOTURISMO



De 11:30 a 13:30

## RTA SALGADA MAR DE MARES

Tras unha navegación en veleiro pola baía da Coruña, fondearemos a embarcación para unha degustación a bordo de produtos de proximidade relacionados co mar.

- 📍 Golfo Ártabro
- 👤 Maiores de 3 anos e menores de 70
- 📄 Entradas por sorteo. Sigue as nosas redes.

ECOTURISMO



De 12:30 a 14:00

## NACHO DEAN O CAMIÑANTE DO MAR

Trala proxección do documental *El caminante del mar*, sobre a súa experiencia unindo os continentes a nado, Nacho falará con Isabel López-Rivadulla das súas vivencias como aventureiro e divulgador.

- 📍 DOMUS
- 👤 Todos os públicos
- 📄 Gratuíta, logo de inscribirse

ENCUNTROS  
INSPIRADORES

PROXECCIONS



De 19:00 a 20:00

## FERNANDO VALLADARES A RECIVILIZACIÓN NECESARIA

Convencido de que o ser humano está en conflito co medio ambiente, o ecólogo daranos as craves para recuperar unha relación sa coa natureza.

- 📍 DOMUS
- 👤 Todos os públicos
- 📄 Gratuíta, logo de inscribirse

ENCUNTROS  
INSPIRADORES

# DOMINGO 24



De 9:30 a 11:00

## AVISTAMENTO DE AVES ITINERARIO MONTE SAN PEDRO

Convidámoste a unirte a nós nun apracible paseo matutino mentres descubrimos, observamos e aprendemos sobre as fascinantes aves locais e migratorias.

📍 Contorna do Monte San Pedro

👤 Todos os públicos

📄 Gratuíta, logo de inscribirse

ECOTURISMO



De 10:00 a 12:30

## IV GRAN LIMPEZA DE FONDOS MARIÑOS SIGNUS

Decenas de mergulladores e voluntarios danse cita nesta espectacular acción civil para limpar unha zona emblemática da cidade na contorna do Castelo de Santo Antón.

📍 Castelo de Santo Antón

👤 Todos os públicos

📄 Libre

ACTIVISMO



De 11:00 a 13:00

## PASEOS POLA CIDADE-BARCO TRAS DAS PEGADAS DO GREMIO DE MAREANTES

Unha rocha no mar, iso é A Coruña, unha cidade-barco. Xurxo Souto, coñecedor de todas as historias mariñeiras da cidade, conduce este paseo para mergullarse no máis profundo desta conexión.

📍 Centro da cidade

👤 Todos os públicos

📄 Gratuíta, logo de inscribirse

ECOTURISMO



De 11:30 a 13:30

## RUTA SALGADA MAR DE MARES

Tras unha navegación en veleiro pola baía da Coruña, fondearemos a embarcación para unha degustación a bordo de produtos de proximidade relacionados co mar.

📍 Golfo Ártabro

👤 Maiores de 3 anos

📄 Entradas por sorteo.  
Sigue as nosas redes.

ECOTURISMO



De 12:00 a 14:00

## OCEAN FILM FEST

Volve a mellor selección de filmes mariñeiros.

📍 DOMUS

👤 Todos os públicos

🎟️ Gratuíta, logo de inscribirse

1. *Broken breath*. Un accidente fatal sufrido por un campión de mergullo libre acábbase convertendo nun renacemento.

2. *The storm chaser*. Unha perigosa viaxe na procura da tormenta perfecta.

3. *Whale Dreaming*. Os habitantes de Djirringanj, no país de Yuin (Australia) consideran as quenllas e golfinhos como parte da súa familia.

4. *In search of a frozen ocean*. Un experto en témpanos comproba unha realidade para a que non o prepararon nin os datos nin a ciencia: o xeo desfaise.

5. *Skin swimmer*. Coas focas como compañeiras de adestramento, Roberta Cenedese prepárase para nadar unha milla en augas xeadas.

6. *Corners of the earth: Kamchatka*. A invasión da Ucraína fai case imposible o soño de dous surfistas de viaxar a Kamchatka na procura de novas ondas.

7. *Salty sea dogs*. Spike, o can surfista que fixo un nome como campión de surf.

PROXECCIONS



De 13:00 a 14:00

## CLIMABAR

### A PEOR CAMPAÑA DE COMUNICACIÓN DO MUNDO

“A Crise Climática contouse coma o cu”, por iso Carmen e Belén crearon Climabar, para contala como se fala o importante, nun bar.

📍 Mercado Mar de Mares

👤 Público xeral (+14)

🎟️ Gratuíta, logo de inscribirse

ENCUNTROS  
INSPIRADORES



De 18:00 a 19:00

## PESCADORAS DE CENTOLAS E FOLLOWERS

María Fontán (mariscadora) e María Maceiras (pescadora) traballan no mar, viven do mar e ademais, transmítennos a súa enorme paixón por el a través das redes sociais.

📍 Mercado Mar de Mares

👤 Todos os públicos

🎟️ Gratuíta, logo de inscribirse

ENCUNTROS  
INSPIRADORES

# OUTRAS ACTIVIDADES

## mercado MAR DE MARES



**Sábado 23 de 11:00 a 22:00**  
**Domingo 24 de 11:00 a 21:00**  
**MERCADO MAR DE MARES**

A parte mais festiva e gozosa do Festival volve ao Parrote: concertos, obradoiros para a rapazada, charlas, catas, degustacións, xogos... O océano ofrécenos unha cantidade infinita de produtos que poderemos coñecer, probar e mercar no Mercado Mar de Mares, bocados exquisitos, artesanía, téxtiles, etc. E como todos os anos, poderemos bailar e cantar ao son dos grupos seleccionados para esta X edición.

- 📍 O Parrote
- 👤 Todos os públicos

Máis info en [www.festivalmardemares.org](http://www.festivalmardemares.org)

## PARA ESTUDANTES



**30 de outubro de 11:00 a 13:00**  
**VISITA INTERMAREAL E ENCONTRO CO IEO**

Unha oportunidade única para iniciarse no apaixonante mundo das especies mariñas e na profesión de biólogo mariño da man dos expertos do Centro Oceanográfico da Coruña, a pé de praia.

- 👤 Estudiantes de secundaria, bacharelato e ciclos.

📧 Gratuíta, logo de inscribirse

ECOTURISMO

## Roteiros:

- 1 Porto da Coruña, peirao 1 → Campo Victor Fdez Alonso
- 2 Igrexa San Andrés → Cidade Vella
- 3 Adormiñeiras → Torre de Hércules
- 4 → Monte de San Pedro
- 5 Paseo en Veleiro



FESTIVAL  
mar de  
mares