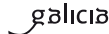




**A CORUÑA  
18-22 DE  
SETEMBRO 2019**  
festivalmardemares.org



**A CORUÑA  
18-22 DE  
SETEMBRO 2019**  
festivalmardemares.org



# MERCADO DO MAR

MERCADO E  
ACTIVIDADES  
PARA TODOS  
OS PÚBLICOS



Explanada do Parrote  
Sábado 21 e  
domingo 22 de setembro



M E R C A D O D O M A R



# VOLVE O MERCADO DO MAR

Volve a demostración de como é posíbel quitarlle partido aos valiosos recursos dos océanos sen condenar o seu futuro, da man de entidades que traballan co mar de xeito sustentable. E para celebrar todo o que mar nos dá, tamén poderás gozar de actividades para todas as idades, degustacións, xogos infantís, obradoiros, zona de comida e música en directo.

O Mercado do Mar forma parte da programación do **Festival Mar de Mares.**



## SÁBADO 21 DE SETEMBRO

### 12 h Apertura do Mercado do Mar.

**12 h "O plancto: alimento do mar".** Obradoiro educativo cos científicos do Centro Oceanográfico da Coruña. Todos os públicos

**14 h Música a Mares.** Sesión vermú con Andhrea & The Black Cats (Blues)

**18 h Obradoiro creativo con crebas.** Os máis pequenos poñerán en marcha a súa "crebatividade" empregando obxectos atopados nas praias, da man dos artistas de RetoqueRetro. Público infantil

**18 h "Tesouros das nosas rías".** Showcooking con degustación para aprender a diferenciar especies, algún truco culinario e saborear os tesouros das nosas rías elaborados pola cocifeira Ana Portals, do Restaurante Solleiros, con produtos do selo pescadeRías (pre-reserva no stand do Festival).

### 19.30 h Showcooking con Tino Otero (Aula Cociña Porto-Muiños).

Dende a Aula de Cociña de Porto-Muiños, Tino explora e divulga todas as posibilidades culinarias das algas e doutros produtos do rico Atlántico. Aprende a cociñar e saborea delicados e sorprendentes pratos elaborados con verduras do mar. (Pre-reserva no stand do Festival).

**20.30 h Música a Mares.** Con Sweet Marie Band (versións do rock dos 60 en adiante).

## DOMINGO 22 DE SETEMBRO

**10 - 13 h 1ª Gran Limpeza de Fondos Mariños.** (zona Dársena e Parrote)

### 11 h Apertura do Mercado do Mar.

**11 h Arte en directo.** O colectivo Urban Sketchers Coruña debuxará os obxectos que vaian sacando os buzos durante a limpeza dos fondos mariños así como escenas do Mercado e a súa contorna mariñeira convidando á cidadanía a participar. Trae lápis, papel ... e debuxa!

### 13.30 h Showcooking con Moncho Bargo e Javi Freijeiro (Pracer).

Sabores do mar de Galicia e da súa infancia empregando especies pouco frecuentes cuxo uso axuda á sustentabilidade dos mares. Javi e Moncho traen ao Mercado do Mar un guiso mariñeiro e un brioche de millaras de pescada para aprender a cociñar e para degustar. (Pre-reserva no stand do Festival).

**14 h Música a Mares.** Sesión vermú con The Elvis Players (tributo a Elvis Presley).

**18 h Showcooking con Alma García (Restaurante Greca).** A cociña de Alma é cociña de mercado e de tempada que avoga por un consumo responsable. Paixón e mimo son ingredientes sempre presentes nos seus pratos, como os que presentará no Mercado do Mar: focaccia con sardiña afumada e mexillóns en escabeche con espagueti de mar e salicornia. (Pre-reserva no stand do Festival)

**19 h Visita comentada á exposición Un océano de arte de Cristóbal Serrano na Dársena da Mariña.** Todos os públicos. (Punto de encontro: stand do Festival).

**19.30 h Cantigas para Terrícolas de Xurxo Souto.** Redeiras, peixeiras, mariscadoras... Cales son os cantos de traballo das mulleres do mar? Nesta sesión imos coñecer (e cantar) algunhas das pezas das operarias das fábricas de conserva. Dende Alfageme en Vigo, á Pureza en Cariño, miles de mulleres encheron con moita melodía as súas horas de labor.

## E ADEMÁIS...

**Espazo CEMMA** no que a Coordinadora para o Estudo dos Mamíferos Mariños levará a cabo simulacros de rescate de golfinhos e compartirá unha chea de información sobre tartarugas e cetáceos. Todos os públicos

**Zona Gadís** de xogos infantís tradicionais

**Tráiler GADIS** coa mostra itinerante sobre consumo responsable e alimentación saudable.

Colabora na creación de **Criaturas Caóticas** a partir de obxectos de plástico recollidos na Costa da Morte (no stand da Asociación Mar de Fábula).

**Aquarium Finisterrae móbil.**

Celebra o mar coa mellor **música ao vivo** mentres gozas das saborosas especialidades mariñas da **zona Gastromar** con foodtruck e barra.

## QUEN ESTÁ NO MERCADO DO MAR?

Conservas O Submarino (alimentación) / Redeiras Illa da Estrela de Corme (artesanía) / Conservas Sotavento (alimentación) / Frinsa del Noroeste (alimentación) / Pilar Piñeiro (artesanía) / El Mar al punto (alimentación) / Montse Betanzos (artesanía) / El Taller Muy Secreto (artesanía) / La Cuchara Veggie (alimentación) / Cholita Corme (artesanía) / The Bio Factory (alimentación) / Mar de Fábula (activismo) / La Revolución de los Graneles (produtos eco de limpeza e cosmética) / App pescadeRías, de onde se non?

## OUTRAS ACTIVIDADES MAR DE MARES

Durante o sábado e o domingo estanse a celebrar outras moitas actividades do Festival Mar de Mares, consulta a programación completa en [festivalmardemares.org](http://festivalmardemares.org):

- Exposición Un Océano de Arte de Cristóbal Serrano na Dársena da Mariña.
- Encontros inspiradores con activistas ambientais, escritores, científicos, humoristas... na Fundación Paideia (María Pita, 17), na Domus e no Aquarium
- Ruta en kayak pola ría da Pasaxe
- Proxeccións dos mellores filmes sobre o mar na Domus
- E moito máis...

## ACTÚA: TI TAMEN PODES AXUDAR A MELLORAR A SAÚDE DOS MARES

O Mercado do Mar ten lugar no espazo público, moi preto do mar. Axúdanos a reducir o impacto ambiental nesta contorna tan privilexiada:

- Deposita o lixo nos contedores axeitados.
- Rexeita os plásticos dun só uso.
- Ven ao Mercado coa túa bolsa.
- Axúdanos a mellorar os nosos criterios de sustentabilidade. Se tes calquera suxestións, pásate polo stand do Festival e compártea con nós.



**A CORUÑA  
18-22 DE  
SETEMBRO 2019**  
[festivalmardemares.org](http://festivalmardemares.org)