

a *Movida*
go

**BEIRAMAR
DE FONDO**

AXENDA CULTURAL DE VIGO
DE BALDE - SETEMBRO - 2024

LÉVAME!
VOU CONTIGO

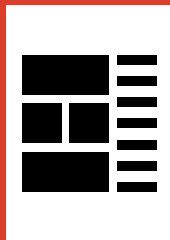
AMOVIDA.GAL



VIALIA'S 27 Y 28 FESTIVAL SEPTIEMBRE

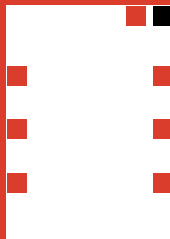
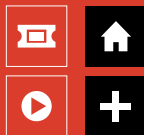
HINCHABLES ☆ PREMIOS ☆ ACTUACIONES INFANTILES
DJ ☆ JUEGOS ☆ PASACALLES ☆ CONCIERTOS





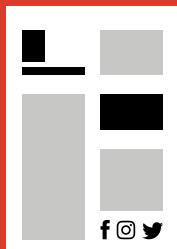
SUMARIO

Cada elemento do sumario leva á súa páxina correspondente.



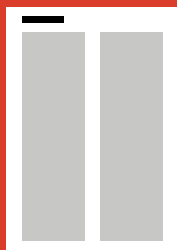
BOTÓNS

Localizados nos bordos das páxinas, preme os botóns para ampliar a información, comprar entradas, ver contido audiovisual, volver ao sumario...



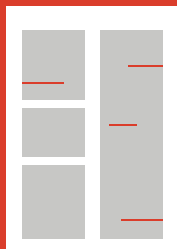
ZONAS INTERACTIVAS

Navega polas páxinas na procura das zonas interactivas (fotografías, biografías dos colaboradores, páxinas web, iconas de redes sociais, logotipos...).



BARRA SUPERIOR

Sempre vas poder volver ao inicio dun contido de varias páxinas premendo na barra superior.



LIGAZÓNS

Para máis información, preme nas ligazóns dos termos subliñados en vermello.



PÁX. 7
MARIÑA LÓPEZ



PÁX. 9
BEIRAMAR DE FONDO



PÁX. 11
'BRUNCH'
Á BRASILEIRA



PÁX. 17
EXTRAESCOLARES
A CALQUERA IDADE

- 5 BEIRAMAR DA XENTE**
- 6 OLLO AO DATO**
- 6 O BO DE HERACLIO**
- 12 A COCIÑAR: PASTEL SALGADO**
- 13 DELEITE LITERARIO**
- 14 IMPERDIBLES**
- 14 ARTESANÍA ARRAIGADA**
- 15 LOCAIS RECOMENDADOS**
- 21 O PODER DO MOVEMENTO**
- 22 ACTIVIDADES PARA TODOS OS GUSTOS**
- 24 AXENDA MOVIDIÑA**
- 25 OUTRAS MOVIDAS**
- 26 MÚSICA AO VIVO**
- 26 ÁS CARREIRAS POLO OUTONO**
- 27 LATEXOS DE CULTURA**
- 28 AS TÚAS MOVIDAS**

Subscríbete ao boletín de WhatsApp: [644 37 29 23](tel:644372923)

Se queres recibir a revista na casa e apoiar a cultura en Vigo, subscríbete na web: amovida.gal/subscripcion-revista

MOVÉMONOS POLA CULTURA EN VIGO



Revista **A Movidá** → Volume 7 (7), setembro de 2024 [59]

Edición: Tamara Novoa → **Redacción:** Manuel Bragado, Paula Cermeño, Tensi Gesteira, Estela Gómez, Xurxo Martínez González, Pablo Vázquez Varela → **Fotografía:** Paula Cermeño e Pablo Vázquez → **Deseño e maquetaxe:** Rubén González → **Deseño web:** Beatriz Barros → **Mercadotecnia:** Cecilia Vázquez → **Revisión de textos:** Uxío Couto

Edita: A Movidá Cultural S.L.

Impreso por Imprenta Feito S.L. → Depósito legal: VG 741-2018 → Exemplar gratuito. Prohibida a súa venda

@amovidavigo → amovida.gal



BEIRAMAR DA XENTE

Neste Vigo que anda na procura da súa luz propia, a iniciativa de oito asociacións veciñais e culturais, unidas pola defensa da conservación do patrimonio industrial do barrio de Peniche, en Coia, baixo o nome de «Beirmar da xente», constitúe un acontecemento que merece ser apoiado. En primeiro termo, polo que supón de activación da memoria dunha veciñanza disposta a coñecer e defender o que foi un distrito industrial vinculado coa conserva, a pesca e a construción naval, desenvolvido arredor das factorías de Hijos de J. Barreras (1918), La Artística (1919) e Talleres Alonarti (1921) e, décadas despois, naqueloutro polígono que ocupou a rúa de Jacinto Benavente e a fronte da avenida da Beirmar, onde se instalaron Casa Mar (1952), Fribesa (1964) e outras industrias pioneiras no uso da tecnoloxía do frío. Secasí, é valioso que o colectivo «Beirmar da xente» propoña usos comunitarios para a conservación deste patrimonio industrial, como é a posibilidade de transformar o complexo industrial da fábrica de conservas Bernardo Alfageme (1929) nun recinto para usos socioculturais e eventos musicais e deportivos de formato medio, introducindo así unha lóxica sostible e alternativa ás habituais políticas da hipérbole e do desbaratamento.



Manuel Bragado

Mestre e editor

GUÍA DE FESTAS PARROQUIAIS:

Virxe dos Aflixidos (Zamáns, venres 30 de agosto a luns 2 de setembro), Romaría do Monte Vixiador (Candeán, domingo 1), Doce Nome de María e Virxe das Dores (Candeán, venres 6 a martes 10), Festas do Rosario (domingo 8), Romaría da Virxe das Dores (Cabral, venres 13 a domingo 15), San Cibrán e San Cornelio (domingo 15), San Miguel Arcanxo (Oia, sábado 28 a domingo 29).

TAPAS FANTÁSTICAS, o novo concurso gastronómico promovido polo Galician Freaky Film Festival, destaca a creatividade culinaria e promove a conexión entre o festival e os negocios locais cuns exquisitos petiscos que se poden degustar do xoves 12 ao sábado 28.



CONXEMAR 2024, a feira internacional de produtos do mar conxelados, chegará nas próximas datas 1 ao 3 de outubro á súa edición número vinte e cinco. Para festexar tan respectable número, organízase un concurso de bandas locais que ten o prazo de inscrición aberto ata domingo día 8. Un xurado profesional e os seguidores da feira en redes sociais deciden que tres bandas compiten o venres 27 na Porta do Sol.

por Xurxo Martínez González

O BO DE HERACLIO

Todos miran pra outro lado. As mulleres protestan por causas de peso, que son as que caen do corazón. A explotación infantil escarnece os ollos femininos. A carrraxe deu en folga, Bouzas. Á par delas, Heraclio Botana. E venceron. Todos fan como que non vai con eles. Pro besbellan en beizos pechos que levan razón. Os canteiros laboran longas horas por miseria. «Acabarán por pedirme la Luna», di un *burguesito*. Chaman á folga pola xornada de oito horas. Á par deles, Heraclio Botana. E venceron. Todos xogan ao despiste. Agás as mulleres, por carecer de voto. Sempre fora así: uns gobernan, outros son gobernados. Os analfabetos discuten a política de xentes doutras? Os sabichóns xogan coa ignorancia. Até que os de abaixo falan de asociacións, de cooperativas... e fundan sindicatos e partidos obreiros. Á par deles, Heraclio Botana. E venceron. Todos cheiran a pestilencia monárquica. Pro sempre estiveron aí. Non fan mal, disque. Até que uns din verdades certas, argumentos incorruptibles, palabras luminosas e en Vigo o pobo proclama a vitoria republicana. Á par eles, Heraclio Botana. E venceron.

Todos saben que van por **Enrique Heraclio Botana**: concelleiro polo PSOE, dirixente sindical, deputado, membro do comité da Fronte Popular... Á par dos cargos públicos do republicano Concello de Vigo, fusilárono no cemiterio de Pereiró o 27 de agosto de 1936. Os asasinados crearon vencer durante corenta anos. Fronte ao cálculo feixista estamos nós, os que nos puxemos á par deles para seren eternos na memoria. O mellor tributo: un outro mundo posible.



Mariña López

Historiadora e directora do Museo Anfaco

«O MUSEO DA INDUSTRIA CONSERVEIRA NON DEBERÍA ESTAR NO MONTE»

HAI TRES LUSTROS que a historiadora **Mariña López Rodríguez** (Vigo, 1973) chegou á dirección do Museo Anfaco e descubriu a gran pegada que a industria conserveira deixou na nosa cidade. Agora, desde o alto do monte que acolle o campus universitario, onde ten sede este museo, afánase por compartir e reivindicar este pedazo de historia local.

Que é o que máis te sorprende do que aprendiches durante este tempo como directora do museo?

O alcance que tiveron as mulleres nesta industria era para min un aspecto moi descoñecido, algo que fun descubrindo pouco a pouco. Caín na conta de que o símbolo obreiro de Vigo é unha muller, unha traballadora conserveira, e iso foi algo que non me contaran.

Por que pensas que nos deberíamos achegar ao Museo Anfaco?

Porque é a historia máis xenuína e singular de Vigo, máis que a Reconquista ou que os castros romanos. Esta cidade caracterízase principalmente pola industria do mar.

Como dirías que influíu a industria conserveira na nosa historia en xeral?

As orixes de Vigo como cidade están na industria conserveira. A primeiros do século XIX, cando en Francia quedan sen sardiña, contactan con algúns salineiros da zona. A cambio de capital e tecnoloxía franceses, aquí facilitábase a man de obra e o peixe. Daquela isto era unha pequena vila pesqueira e prodúcese unha explosión de emprendedores que veñen de todas as partes para instalar fábricas nas praias da

zona, desde Teis ata Canido. Arredor da industria conserveira foise formando un tecido empresarial, porque para fornecer a conserva precisábanse barcos, industrias gráficas, talleres mecánicos...

Seguro que en todo este tempo se che ocorreron maneiras de promover todo isto.

Si, claro. O primeiro é, sen dúbida, que esta colección se aloxe nunha antiga conserveira. Temos o contido, pero precisamos o continente e na cidade hai edificios maravillosos á espera de que se lles dea un uso. Como podemos estar contando esta historia desde o monte, afastados de onde aconteceu?

En xuño deuse a coñecer a plataforma cidadá Beiramar da Xente.

Para min foi unha alegría coñecer o seu traballo. Estou convencida de que ten que ser un movemento de abaixo a arriba o que cambie as cousas. Se a xente de barrio quere protexer a súa historia, temos moito gañado.

Pensas que estamos a tempo?

Mentres os edificios estean aí, por suposto que si. Aínda están aí o edificio Albo, a conserveira de Alfageme, a antiga factoría La Artística ou as naves de refrixeración da rúa de Jacinto Benavente. Xa perdemos algunhas construcións, como a de Cordelerías Mar, e non se pode varrer con algo tan emblemático para Vigo.

Para acceder á entrevista completa en amovida.gal, cómpre escanear o código QR.





**«As orixes desta cidade
están na conserva»**



**«O símbolo obreiro
de Vigo é unha muller»**

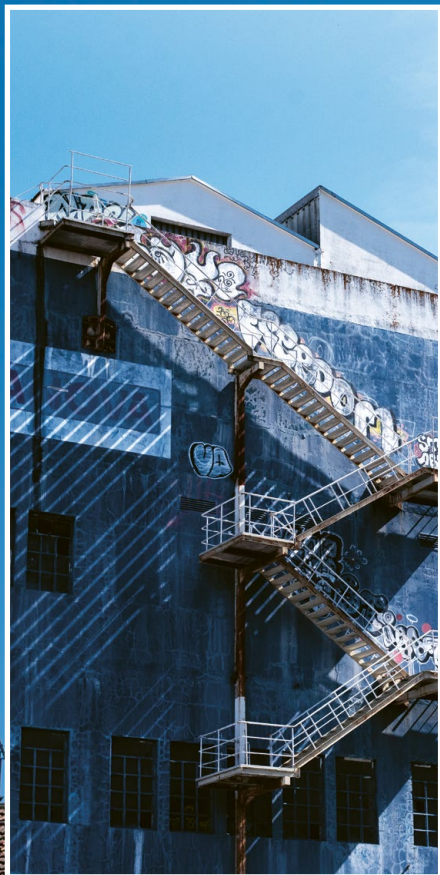




Beiramar de fondo

«**O** que propoñemos é que se reutilicen estes edificios. Se os tiramos, a cidade perde carácter industrial e identidade»

*David Amoedo,
representante de Beiramar da Xente*



Escanea o código QR para acceder á reportaxe completa en amovida.gal





Vigo non se entende sen o mar. Cando pasa de vila a cidade, en 1810, vén da man dunha industrialización do sector marítimo. Esta corrente está capitaneada, sobre todo, por empresarios cataláns atraídos pola gran presenza da sardiña no Atlántico en comparación coa Costa Brava. Estes «fomentadores», como se coñecen popularmente, mudan a nosa paisaxe urbana con edificios, fábricas e palacetes. O paso da salgadura á conserva supón un importante cambio a todos os niveis: contrátase máis man de obra, fabricanse novas redes de pesca, adquirese folla de lata en mercados estranxeiros e estámpase nela o nome da empresa mediante litografía... Chegando a Teis desde Bouzas, o treito da ribeira convértese na fachada industrial de Vigo. En 1939, esta cidade é pioneira no sector do frío industrial ou ultraconxelado, desenvolvido primeiro pola empresa Casa Mar e, un ano despois, por Frigoríficos de Vigo. En xuño de 1960

«**V**igo é unha cidade caníbal; para medrar e para desenvolverse foi destruindo o anterior»

*Ramón Viéitez,
arquitecto*

«**P**enso que os espazos industriais que se rehabilitan son aceptados e gozados pola cidadanía. As xornadas sobre o patrimonio industrial sempre teñen moito público aquí»

*Antonio Giraldez,
historiador*

fúndase Pescanova, que revoluciona a industria do mar en todo o mundo, e os grandes frigoríficos van poboando o polígono da rúa de Jacinto Benavente e da avenida da Beiramar, esta última aberta en 1952.

Por desgraza, a imaxe actual é bastante diferente. Nun paseo de media hora entre O Berbés e Bouzas pódese comprobar o estado en que se atopan moitas das industrias protagonistas daquela época dourada. Os edificios, abandonados á súa sorte, continúan agardando a que alguén faga algo con eles mentres esmorecen ano tras ano, algúns mesmo sendo pasto das chamas. Este é o motivo do recente nacemento de Beiramar da Xente, unha plataforma formada por oito colectivos vigueses que queren insuflar unha nova vida a esta zona da cidade.



Turmalina

‘Brunch’ á brasileira

ADEMAIS DE ACOLLER populares concertos, Castrelos inaugurou este verán un negocio que fusiona a cociña brasileira coa moda do *brunch* nunha carta chea de panqueiques e torradas... Falamos da cafetería Turmalina.

O nome está tomado do municipio de Minas Gerais en que se criou a responsable do negocio, **Samia**. Un aliciente para visitar o espazo gastronómico de **TURMALINA** é que se trata dun dos poucos locais de Vigo onde se pode catar a comida típica das rúas do Brasil, pois no país da samba non se come rodicio a diario, senón que son máis habituais as croquetas cheas de polo especiado denominadas *coxinhas*, as empanadillas fritidas chamadas *rissois* e o característico *pão de queijo*. Da carta destacamos os panqueiques con cochinita pibil, aguacate e ovo. Unha especialidade da casa é a torrada con mortadela, queixo de cabra, eiruga e nozes. Capítulo á parte merecen as cuncas que se preparan en forma de batido cremoso cuberto de froitos de azai que se trituran conxelados, cereais e *paçoca*, un doce típico brasileiro a base de cacahuete, mandioca e azucre. No apartado das bebidas, tamén é palpable o influxo brasileiro. Alén do clásico zume de laranxa, destaca a extensa carta de zumes de froitas tropicais (acebola, guaiaba, guanábana, manga, maracuxá, pitaia...); ademais do célebre refresco de guaraná. Non tan brasileira é a carta de cafés, que dispón de *lattes* aromatizados, con colorido, nutrientes e moito sabor.

Turmalina naceu hai un lustro como unha típica cafetería no lateral do Mercado do Calvario; pouco a pouco, Samia foi introducindo as súas especialidades doces e salgadas, elaboradas polo seu equipo no propio local. Tras ver que o negocio funcionaba, decidiu abrir unha sucursal na zona de Castrelos, onde conserva a carta e

a esencia que lle deron popularidade. O novo local é moito máis amplo, consta de dous pisos, unha terraza e unha pequena zona infantil. Aínda que o máis destacado da carta poidan ser os pratos propios dun *brunch*, Samia prefere seguir vendo o seu negocio «como unha cafetería das de toda a vida, na que unha persoa pode estar comendo uns panqueiques namentres que outra persoa toma un viño», algo que facilita o amplo horario deste segundo local, que abre da mañá á noite.



→ Rúa de Monforte de Lemos, 2 ; rúa da Caleira, 2
→ cafeteriaturmalina.es → [@cafeteriaturmalina](https://www.instagram.com/cafeteriaturmalina)



Daveiga

Pastel salgado

Tomando como base as Mariñeiras inspiradas no pan seco que utilizaban os mariñeiros hai séculos, preparamos un rico pastel, salgado coma o mar, digno da era das grandes travesías.

INGREDIENTES

- Beicon (100 gramos)
- Cebola pequena (1 unidade)
- Galletas Mariñeiras (1 paquete)
- Leite (200 mililitros)
- Manteiga (1 cullerada)
- Ourego (a gusto)
- Ovos (4 unidades)
- Pementa (a gusto)
- Pemento verde (1 unidade)
- Queixo (6 liscos)
- Queixo relado (100 gramos)
- Sal (a gusto)
- Tomate grande (1 unidade)
- Xamón cocido (100 gramos)

ELABORACIÓN

Mentres prequecemos o forno a 180 °C, engraxamos coa manteiga un molde sobre o que colocamos as Mariñeiras, facendo unha base de dous pisos. Deseguido batemos os ovos e mesturámolos co leite. Picamos en cadriños a cebola, o pemento e o tomate e engadímolos á mestura, aderezándoa co ourego, a pementa e o sal. Vertemos todo este conxunto no molde e cubrímoloo xamón cocido, queixo e beicon, e culminamos botando o queixo relado por enriba. Enfornamos durante uns 35 minutos, ata que o pastel se aprecie sólido e dourado e o resultado será un prato para compartir coa tripulación escollida.



Escanea o código QR para acceder ao vídeo da receita en amovida.gal



DAVEIGA

Baixo un principio de produción responsable, o proxecto empresarial Daveiga naceu en xaneiro de 2005 coa idea de adaptar aos tempos modernos o que se coñecía como «pan de barco». Ano e medio despois, saíron ao mercado as Mariñeiras, un exquisito produto de longa duración sen conservantes artificiais, elaborado a base de materias primas naturais, que pode servir como acompañamento para todo tipo de pratos ou como aperitivo a calquera hora.



DAS MANS AO COÑECEMENTO



Unha muller comeza falando das súas mans para somerxernos no relato da súa vida, desde a infancia ata os 93 anos. As páxinas desta novela de **Llerena Perozo Porteiro**, *Os anos tranquilos*, conteñen tal pulsión literaria que non podemos soltar o libro ata rematalo. Coñecemos a **María García**, que naceu no lugar de Vilamil, no concello asturiano de Tapia de Casariego, e que percorre o mundo pasando das penurias da Guerra Civil ata ser capaz de estudar e converterse nunha referente ao xeito dunha heroína moi humana.

→ [Os anos tranquilos](#) → Llerena Perozo Porteiro → Xerais → 400 páxinas

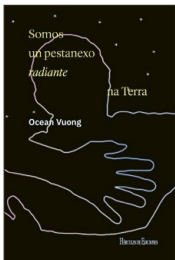
A VOLTA Á CASA E AS PANTASMAS



Coa obra *A noite do oso*, **Abel Tomé** acaba de gañar o Premio García Barros 2024. A obra vén sendo un longo poema e unha carta de amor a **Sylvia Plath**, pero sobre todo é unha reflexión sobre a volta á casa e o reencontro coas paisaxes do pasado, incluídas as pantasma. Fuxindo dun segredo e cunha dor infinita no corpo, Alexandra Moure regresa á aldea da infancia. A morte do seu avó, coñecido como o Oso, mergúllana nunha busca persoal na que descobre o pano da guerra e as lendas alí que habitan.

→ [A noite do oso](#) → Abel Tomé → Galaxia → 190 páxinas

A MEMORIA É UNHA ELECCIÓN



Escribir serve moitas veces para lembrar. Ou para non esquecer de onde viamos. Iso é o que fai **Ocean Vuong** na súa primeira novela, *Somos un pestanexo radiante na terra*: escribe a súa propia historia para contar o drama do pobo vietnamita obrigado a abandonar o seu país e a renunciar, decote, á súa identidade cultural. O autor escribelle unha longa carta á súa nai, que lle dicía que «a memoria é unha elección», para contar a súa historia; para falar da precariedade, da migración, do desarraigamento e da busca da identidade sexual.

→ [Somos un pestanexo radiante na terra](#) → Ocean Vuong → Antía Veres Xesto (tradución) → Hércules → 240 páxinas



#PuroDeleite

XOGOS DE ESCAPE TEMÁTICOS



O restaurante máis delirante da zona vella ofrece xogos de escape baseados nun filme de culto que este ano celebra a corentena: *Os cazapantasma*.

→ Xoves 5, 12, 19 e 26, ás 20:00 h
e ás 22:00 h → Puro Delirio → 10,00 €
(inclúe unha consumición)

TODAS SOMOS FRIDA



A asociación Mexicanos en Galicia inaugura unha mostra co concerto de Alejandro Nuricumbo e gastronomía mexicana.

→ Sábado 7, ás 11:00 h → A Morada
→ Gratis

INAUGURACIÓN DE CAIXA DE RITMOS



Abre as portas unha nova escola dedicada ao baile no número nove do canellón dos Caños, a poucos metros de distancia da céntrica rúa de Policarpo Sanz.

→ Venres 20, ás 19:00 h → Caixa de Ritmos
→ Gratis

CERAMIC & WINE



Antía Sánchez inicia o curso cun obradoiro de cerámica co fin de elaborar tres pezas: unha canca, unha paleta e un pouso pinceis, na compañía dun bo viño.

→ Sábado 21, ás 17:00 h → Taller Alaselva
→ 55,00 €

CLUB DE LECTURA FEMINISTA



Actividade impartida por Prisma Igualdade e organizada pola asociación sociocultural As da Industria pensada para ler a obra de mulleres inspiradoras.

→ Sábado 28, ás 12:00 h → A Morada
→ Gratis

por Estela Gómez

ARTESANÍA ARRAIGADA

NEWT CRAFTS é un proxecto artesanal, colaborativo e pluridisciplinar no que os principais protagonistas son a ilustración a serigrafía e o téxtil. **Davida** debuxa, pinta, cose e serigrafía, e **Iria** debuxa, pinta e leva as redes sociais e case todo o que teña que ver coa informática.

Newt Crafts botou a andar hai sete anos como unha marca de mobiliario personalizado mediante serigrafía. Da serigrafía en madeira pasouse á serigrafía téxtil e da serigrafía téxtil pasouse á reciclaxe de tecidos e ao corte e á confección téxtil para lle dar saída aos restos que ían quedando no taller. Todos os tecidos que se empregan son reciclados, e moito deste material procede de doazóns; a partir de catro quilos de roupa, ofrécese un desconto do 10 % para gastar en artigos da marca. No taller recupéranse pezas de roupa vella para lles dar unha nova vida en forma de estoxos, mochilas ou neceseres; pezas exclusivas de calidade.

Son coñecidos os alzados cos que Newt busca reivindicar o patrimonio industrial da nosa cidade. Iso levounos a se integrar na plataforma «Beirmar da xente», para a que se encargan da parte gráfica e botan unha man en temas de documentación. O interese por recuperar a historia local vese reflectido en obras como *Tranvías Eléctricos de Vigo*, un traballo do que os autores se senten orgullosos, que acabaron compilando nun volume autoeditado e encadernado á man, manténdose fieis á artesanía con raíces na terra.

→ Martín Echegaray, 19, local 1
→ newtcrafts.com → [@newtcrafts](https://www.instagram.com/newtcrafts)



LOCAIS RECOMENDADOS



CAFÉS



COMERCIO



CONCERTOS



COPAS



ESPECTÁCULOS



FORMACIÓN



GASTRO



BALAÍDOS

A Florida

6

ESTADIO BALAIÇOS

Citroën

MATAMÁ

19

Ribelas

Manuel Cominges

FREIXEIRO



- 1 **A MORADA** *Enrique Maças, 6*
- 2 **ALBATROS** *Peirao de Transatlánticos, s/n*
- 3 **ÁRTIKA** *Beiramar, 113*
- 4 **CAÑAVERAL** *Porta do Sol, 6*
- 5 **DOPPLER, SALA** *Martín Códax, 21*
- 6 **EL TRIGAL, PANADERÍA**
Alexandre Bóveda, 1 e A Sede do Celta: Príncipe, 44
- 7 **FLAMINGOS VINTAGE KILO** *Doutor Cadaval, 21*
- 8 **GALERÍA MARACA** *Doutor Cadaval, 12*
- 9 **KENGURU** *Avenida do Rebullón, 22 - Mos*
- 10 **KIDS & US** *Xirona, 8 e Urzaiz, 108*
- 11 **LA CONTENEDORA** *Eduardo Iglesias, 11*
- 12 **LA TITA RIVERA** *Praza de Compostela, 17*
- 13 **LE MARCHÉ DE RACHEL** *Carral, 15*
- 14 **LIBROURO** *Eduardo Iglesias, 12*
- 15 **MÁIS PALÁ** *Manuel Núñez, 18*
- 16 **MAPIS** *Pizarro, 47*
- 17 **MOLOTOV** *Santiago de Vigo, 1*
- 18 **MORRIÑA SHOP** *Praza da Pedra, 5*
- 19 **O LAR DAS ARTES** *Ribelas, 60*
- 20 **PRIMAVERA, BAR** *Ronda de Don Bosco, 17*
- 21 **PURO DELIRIO** *Teófilo Llorente, 43*
- 22 **RATALOKA TATTOO** *Camelias, 22*
- 23 **REBULLÓN, SALA** *Avenida do Rebullón, 23 - Mos*
- 24 **SALA KOMINSKY** *Irmandiños, 3*
- 25 **SARAGARCÍA PELUQART** *Couto Piñeiro, 2*
- 26 **SUKHA FUNK** *Tomás A. Alonso, 19*
- 27 **SR. NILSSON** *Triunfo, 2*
- 28 **SWING ON** *Alfonso XIII, 9*
- 29 **TEATRO ENSALLE** *Chile, 15*
- 30 **TERRAE ORGÁNICA** *Vázquez Varela, 44*
- 31 **THE MONK PUB** *Serafín Avendaño, 12*
- 32 **TU CENTRO RAÍCES** *Tomás A. Alonso, 162, 2.º of. 7*
- 33 **VAIDHĚ** *Carral, 7*
- 34 **VITRUVIA** *Praza de Compostela, 5*
- 35 **WOODTOWN** *Camelias, 20*



→ Para máis info sobre os locais recomendados visita amovida.gal/locais-recomendados



Extraescolares a calquera idade

A Morada

A COOPERATIVA FEMINISTA da zona da Hispanidade ten como obxectivo, ademais de fomentar a aprendizaxe, crear lazos coa xente coa que se comparte o espazo. «Aquí o prioritario non é recibir unha clase, senón crear vínculos e relacións saudables desde a colectividade», explica **Fedra**, unha das fundadoras do proxecto xunto a **Majo** e **Ana**. Grazas á boa acollida da oferta formativa do ano pasado, con cursos impartidos por profesoras especialistas, **A MORADA** mantén os cursos de: Arte, Bailes de serán, Canto e pandeireta, Ioga e aliñamento, Movemento creativo e Xogos de improvisación, sumando unha nova formación: Danzas urbanas. Ademais dos cursos regulares, a cooperativa organiza unha completa programación de eventos e obradoiros puntuais e dúas actividades gratuítas de convivencia que se celebran unha vez ao mes: a Wikimorada, na que aprender a editar a Wikipedia para diminuír a fenda de xénero, e o Patio de sexualidade, no que se charla de xeito distendido cunha especialista. É posible amadriñar o espazo, obtendo un desconto en algún dos cursos e contribuíndo á sostibilidade do proxecto.



→ Rúa de Enrique X. Macías, 6

→ amoradacooperativa.com → [@amoradacooperativa](https://www.instagram.com/amoradacooperativa)

Caixa de Ritmos

HAI DOCE ANOS que **Elena** e **Jorge** empezaron a dar clases de swing baixo o nome Swing On. Hoxe, cun alumnado asentado e en crecemento, apostan por abrir a escola de danza **CAIXA DE RITMOS**, que bota a andar este mes e na que, ademais dos cursos de *Lindy hop* e *jazz* para todos os niveis, encontramos outros tipos de danzas: *afro*, contemporánea, *dancehall*, *hip hop*, *house* etc. Para quen non saiba por cal destes bailes decidirse, é posible probar as diferentes disciplinas na semana de portas abertas que celebran a partir do luns 23. Os sinais de identidade do espazo son o interese e o respecto pola historia dos bailes que ensaian, moitos deles de orixe afroamericana. Á maneira do proxecto anterior, a dupla directiva ten en mente a organización de eventos de baile, música e cultura en xeral, tanto no propio local como na rúa. O venres 13 está programada a festa de presentación na sala Kominsky, con sesións de DJ picando os diferentes estilos de música desta prometedora escola.



→ Canellón dos Caños, 9

→ caixaderitmos.com → [@caixaderitmos_vigo](https://www.instagram.com/caixaderitmos_vigo)



Aumentar a concentración, mellorar o ritmo ou adquirir habilidades artísticas, ademais de relacionarse con xente máis ou menos afin e rachar coa rutina, son algúns dos beneficios de iniciar o curso con actividades para as que non fai falta ser escolares.

Cerámica Belén Soto

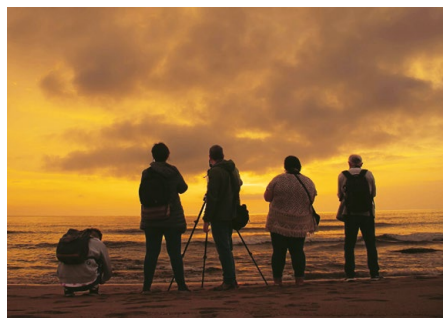
O MODELADO DE ARXILA empezou sendo un pasatempo para **Belén**, pero axiña se converteu en profesión. Desde hai case tres décadas, esta artesá rexenta un taller en que crear pezas de seu e compartir as habelencias como ceramista creativa, oleira, e como especialista en modelaxe de figuras e escultura. As clases están dirixidas a maiores de idade que queiran desconectar da rutina namentres que exploran o lado creativo. As sesións non seguen unha estrutura pechada, senón que cada persoa é libre de crear a peza que queira, seguindo as recomendacións da mestra. Os cursos son ininterrompidos durante todo o ano, con pago mensual e sen duración estipulada. Un dos puntos fortes deste taller-escola é que a amplitude das súas instalacións abrangue unha boa cantidade de equipamento; aquí encóntranse todo tipo de ferramentas para realizar gran diversidade de técnicas. Para Belén, a dificultade e o éxito das clases de cerámica reside en que a técnica esixe paciencia; esperar dunha semana a outra para que seque o barro pode supoñer unha inusual calma no medio da rutina.



→ Avenida de Ramón Nieto, 23
→ 629 82 69 77 → jugandoconarcilla.es

Foxspain Fotografía

MÁIS DUNHA DÉCADA na docencia do oficio avala a **Andrés**, o experto detrás da escola de fotografía **FOXSPAIN**. Neste centro de ensinanza con sede na rúa do Porto impártense cursos de diferente duración en moitas modalidades, desde cursos de poucas horas nunha fin de semana a formacións de sete meses, que se clasifican en tres niveis de experiencia e repártense por temáticas: fotografía dixital, fotografía móbil e edición. O fotógrafo incide no enfoque práctico das súas formacións, nas que non máis dun vinte por cento do tempo implican teoría. O catálogo dos cursos actualízase para estimular a curiosidade dos aprendices e ofrece facilidades para a xente traballadora. A formación vai máis aló para poñer o alumnado en situacións prácticas novas e diferentes con saídas fotográficas a lugares como as Fragas do Eume ou a cidade do Porto. A amabilidade, a claridade nas explicacións e a dispoñibilidade para resolver dúbidas son algunhas das cualidades que resaltan os alumnos de Andrés.



→ Rúa do Porto, 19 (Coworking Vigo)
→ foxspain.es → [@foxspainfoto](https://www.instagram.com/foxspainfoto)



Compass

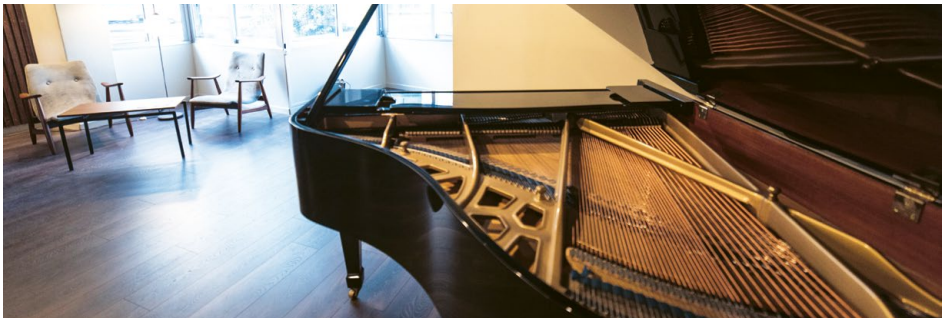
OITO ANOS Á FRONTE de proxectos musicais como o café Vitruvia e Musicav, xunto a **Javier Ferreiro**, fan de **Rosanna Ojea** unha referente da música na nosa cidade. Facendo uso da súa formación superior en piano, o ano pasado decidiu tomar as rendas da academia **COMPASS**, modernizando tanto as instalacións como a oferta para convertela «nunha escola á que a xente vén para sentirse a gusto». As clases están pensadas tanto para adultos como para menores, acollendo clases de canto, frauta, guitarra, piano, saxofón etc. Durante este primeiro ano, a academia acolleu máis de trinta concertos en diferentes combinacións instrumentais, mesmo mesturando música e poesía, convertendo o acolledor espazo nun punto de encontro habitual para diferentes persoas.



«**P**racticar música é un dos hábitos máis saudables que se poden adquirir a calquera idade»

Para este curso, o primeiro obxectivo é atraer a xente nova ás clases de canto, co fin de crear un coro xuvenil que interprete os temas do seu

gusto. Outros dos camiños nos que está deitando os seus esforzos a docente é a música jazz. Ambas as dúas vías están enfocadas en desvincular a escola da exclusividade da música clásica para levala a estilos máis contemporáneos e atractivos para a maioría da poboación. Para a apaixonada directora desta academia, practicar música é un dos hábitos máis saudables que se poden adquirir a calquera idade, pois contribúe á desconexión das pantallas, á empatía, á melloira de moitas funcións cerebrais e, en xeral, ao relax após das obrigas diarias.



→ Rúa de Taboada Leal, 17

→ musicacompass.com → [@musica.compass](https://www.instagram.com/musica.compass)



La Mina de Sal

OFRECER O MAIOR NÚMERO de disciplinas posible nun único espazo é a estimulante proposta de **LA MINA DE SAL**. Neste taller impártense clases de debuxo, escultura, gravado, modelaxe, pintura, e talla e modelado, todas elas impartidas por **Víctor**, formado en belas artes. Ofrécese formacións para adolescentes e adultos, tanto para persoas que simplemente queren pasar unha boa tarde desenvolvendo a creatividade, como para aquelas que desexen abrir unha vía no eido laboral. Ademais dos cursos regulares, que duran todo o ano escolar, tamén se ofrecen talleres monográficos intensivos, como por exemplo de debuxo con modelo. A oferta formativa vaixe anunciando tanto na web como na conta de Instagram desta escola situada na zona de Navia.



→ Rúa de Lourido, 21
 → laminadesal.com → [@laminadesal](https://www.instagram.com/laminadesal)

Mapache Climbing

O PRIMEIRO E ÚNICO rocódromo aberto para o público na nosa urbe leva catro anos en funcionamento. Un período que **Raúl**, responsable do espazo, define como «de constante crecemento». Ao primeiro resultaba difícil explicar para quen nunca escalara o que eran aquelas paredes cheas de peñaes de cores, mais hoxe o espazo conta cun público fiel e unido, que medra cada ano e que en moitas ocasións combina a escalada en boulder coa rocha natural no exterior. **MAPACHE CLIMBING** divide as clases regulares entre unha escola de escalada, para rapaces de entre 6 e 18 anos, e unhas aulas de adestramento, sesións de dúas horas para adultos que precisen unha iniciación ou un perfeccionamento. A maiores, durante unha xornada semanal hai unhas clases libres, que se poden tomar como proba para gozar dunha hora de adestramento guiado e en equipo. Para aquelas persoas que nunca se enfrontaron a un rocódromo, ofrécese un bautismo individual no que se explican os fundamentos e as técnicas básicas deste deporte de aventura.



→ Avenida de Ricardo Mella, 123
 → mapacheclimbing.com → [@mapacheclimbing](https://www.instagram.com/mapacheclimbing)



O poder do movemento

Tras os meses de remollo no mar ou a secar ao sol, vai sendo hora de ir volvendo á rutina e poñerse en movemento. Velaquí traemos un par de opcións inmejorables para reactivar corpo e mente.

Mussa, The Pilates Center

A PRÁCTICA DE ACTIVIDADE física regular permite previr enfermidades e lesións, así como ampliar o horizonte dos anos de vida con boa saúde. **MUSSA** nace en 2008 como centro de benestar e saúde único en terapias do movemento. E en concordancia con recomendacións médicas, psicolóxicas e nutricionais, ofrece un procedemento cunha chea de beneficios que teñen repercusión positiva na vida diaria. Aplicando con rigor o método Pilates, pódese dirixir a persoas de calquera idade, sexo e condición física que queiran mellorar a saúde con beneficios rápidos e directos. Con todas as melloras e innovacións que se introducen de xeito continuo neste centro de Pilates, os tres piares seguen a ser os mesmos: forza, flexibilidade e movemento. Por se os 16 anos de experiencia non fosen suficiente aval, Mussa é a única sede en Galicia da Escuela Española de Auténtico Pilates (EEDAP), unha asociación fundada en 2005 que ofrece cursos de formación profundos e completos que abranguen desde a creación do método ata os seus últimos términos.



@aliciaformandezphotography

→ Rúa do Carral, 16 → 986 13 20 71
→ mussapilatescenter.com → [@mussapilatesvigo](https://www.instagram.com/mussapilatesvigo)

Savia Yoga Integral

UN ESPAZO TRANQUILO e luminoso no centro da cidade para descubrir de primeira man as moitas bondades do ioga, unha disciplina de crecemento persoal, é o que ofrece o equipo encabezado por **María García**. A variedade de opcións que se poden encontrar en **SAVIA** é ben ampla: ioga integral, unha disciplina esixente ideal tanto para iniciarse como para avanzar; Vinyasa, un estilo dinámico no que se combina a respiración co movemento, desbloqueando a enerxía estancada para liberar corpo e mente; ioga adaptado, deseñado para xente con problemas de mobilidade; ioga familiar, idóneo para practicar desenvolver a axilidade, a creatividade e a curiosidade en nenas e nenos (con grupos de 3 a 6 ou de 7 a 9 anos de idade); e adestramento personalizado, un programa funcional de forza adaptado ás facultades e habilidades de cada usuario. Ao longo do ano académico, este centro tamén ofrece formación para profesionais e diferentes obradoiros con mestres recoñecidos no mundo do ioga, como o que se está a preparar para o vindeiro mes de marzo, no Hío, contando como profesores coa propia María e con **Pedro Alonso**.



→ Rúa de Bolivia, 20, 1.º B → 646 28 17 46
→ saviayogaintegral.com → [@saviayogaintegral](https://www.instagram.com/saviayogaintegral)

a Movidina

ACTIVIDADES PARA TODOS OS GUSTOS



Adquirir novas aptitudes, pasalo ben e socializar son os principais incentivos para que os pequerrechos asistan a actividades extraescolares. Os expertos na materia recomentan escoitar as preferencias da rapazada e non saturar os horarios. Tendo en conta isto, traemos seis propostas para este novo ano escolar.

ARTOCIO

O destino e as habilidades adquiridas, despois de toda unha infancia rodeada de pinceis, provocaron que Eva acabase impartindo clases de arte como forma de vida. Hai dez anos decidiu seguir o ronsel familiar para conformar un espazo de seu no que, desde un enfoque lúdico, axuda a desenvolver a creatividade. Os servizos ofrecidos para a etapa infantil son moi variados e van desde clases de arte ata a organización de campamentos, aniversarios e animación en vodas, namentres que as clases para o público adulto realízanse en grupos reducidos os mércores e os xoves. A atención é individualizada para cada alumno, que pode escoller a técnica que máis lle interesa: acuarela, grafito, lapis, óleo, pastel...

→ Debuxo e pintura → Rúa da Quintela, 23
→ 670 76 17 36 → [@artociovigo](#)

CIUDAD AVENTURA

Co obxectivo de mellorar a conciliación familiar de Navia, a primeiros de ano inaugúrouse Ciudad Aventura. A partir deste mes ofrécense dúas novas actividades para a rapazada de catro anos en diante, un laboratorio de arte e outro de cociña. No primeiro desenvólvese a creatividade experimentando procesos e técnicas a través de diferentes tipos de materiais, utensilios pouco comúns e técnicas de reciclaxe para crear arte sostible. O laboratorio de cociña é unha actividade en que, ademais de recrear diferentes receitas, os pequenos chefs adquiren coñecementos básicos sobre nutrición, aprenden a diferenciar os alimentos, empregan utensilios de cociña, ao tempo que se informan sobre bos hábitos no tocante á alimentación.

→ Arte e cociña → De 4 a 12 anos
→ Rúa das Teixugueiras, 19, interior → 604 04 53 92
→ [@ciudadaventuravigo](#)

EL TALLER DE LA MUSA

A praza da Miñooca acolle un obradoiro que lle dá a benvida a grandes e pequenos cun espazo familiar dirixido por Nela Quesada, unha artista, educadora infantil e nai que decidiu iniciar este proxecto hai tres lustros. El Taller de la Musa ofrece a aprendizaxe de diversas técnicas artísticas como acuarela, grafito, gravado ou óleo. As clases son individuais e personalizadas, polo que cada asistente pode optar por unha aprendizaxe máis académica ou máis lúdica. Alén das clases regulares, o alumnado pode participar en obradoiros puntuais, como →



os titulados «Arte con mamá» e «Arte con papá» e os chamados «Piscolabis creativos», un formato de clases maxistras con profesionais de diferentes disciplinas na compañía dun bo petsico.

- Debuxo e pintura → A partir dos 4 anos
- Praza da Miñoca, 27 → 622 12 95 00
- @eltallerdelamusa

ESCUELA DE EQUITACIÓN SAN COSME

No veciño concello de Mos atopamos un club hípico homologado que conta coas mellores instalacións da provincia. Con tres décadas de experiencia no mundo da equitación, San Cosme ofrece clases de diferentes modalidades hípcas para todos os niveis, desde a iniciación ata a alta competición. Tamén se propoñen concursos sociais, paseos, visitas escolares e xornadas de preparación. Outra das vantaxes de pertencer ao club é que se permite a celebración de aniversarios á medida, que inclúen unha merenda con decoración temática, inchables, visitas guiadas, xincanas e, como non, montar a caballo. As responsables desta escola indican que a equitación inculca o respecto polos animais, corrixe a postura corporal, favorece a concentración e mellora os reflexos, o ton muscular e a autoestima.

- Equitación → A partir dos 3 anos
- Camiño de Erville, 10 (Mos) → 677 69 31 71 / 639 14 96 89 → @escuelaequitacionsancosme

MUNDO SONORO

Hai quince anos que Mundo Sonoro abriu as portas no PAU de Navia para ofrecerlle á rapazada da zona a posibilidade de desenvolver a concentración, a creatividade, a psicomotricidade a través da música. Co tempo, o centro foi ampliando o espectro e hoxe acolle alumnos sen límite de idade. Os máis cativos acoden a clases de música e movemento e a partir dos seis ou sete anos poden elixir formarse en canto moderno ou escoller un instrumento para aprender

a tocar, entre baixo, batería, clarinete, guitarra clásica, guitarra eléctrica, piano e violín. As clases compóñense dun apartado individual para perfeccionar a práctica e un apartado grupal no que se pode escoller entre coro e ritmo ou unha combinación dos dous factores.

- Música e canto → A partir dos 3 anos
- Rúa das Teixugueiras, 19 → 698 14 59 71
- @mundosonoro

TALLER DE ARTE MINGOS TEIXEIRA

Con máis de trinta anos de experiencia, neste centro artístico deféndese que a arte é o que nos converte en humanos. Susana Teixeira, responsable a cargo deste espazo, non dubida ao afirmar que «a creatividade é unha ferramenta moi útil a nivel persoal e profesional». Cada alumno traballa no seu propio proxecto, ao seu ritmo e adáptase a clase ás súas necesidades. Ata un máximo dunha ducia de rapaces de diferentes niveis e idades comparten aula, porque Susana asegura que «traballar desde a diversidade é enriquecedor». Estas sesións semanais teñen unha duración mínima de dúas horas e cuxa formación se complementa con actividades culturais como visitas a exposicións

- Debuxo e pintura → A partir dos 6 anos
- Avenida da Florida, 32 → 657 65 97 45
- @taller_mingos_teixeira



Para máis información, escanea o código QR e accede ao especial sobre actividades extraescolares publicado en amovida.gal



axenda

KENGURU

- * Sábado 7. *Tips* de volta á rutina (11:30 h).
- * Domingo 8. *Messy paint* con chocolate (11:00 h).
- * Venres 13. Taller sensorial con luz negra (17:00 h).
- * Sábado 14. Taller de música: «Érase unha vez» (17:00 h).
- * Sábado 21. Taller sensorial: «Viaxe a Asia» (17:00 h).
- * Sábado 28. Arte fluorescente baixo luz negra (11:00 h).
- * Domingo 29. Macramé de outono (11:00 h).

CONTACONTOS EN INGLÉS

Contos animados na lingua de Shakespeare da man de Kid & Us.

→ Sábado 14, ás 11:30 h → Librería de El Corte Inglés
→ Gratis

PEQUEFREAK

Galician Freaky Film Festival (GFFF) volve dedicar unha fin de semana a fomentar a paixón pola sétima arte no público infantil.

→ Venres 21 e sábado 22 → Praza Eliptica → Todos os públicos.



UNDERFEST

VIGO | SEPT 2024

Xacobeo

"An intimate evening with

ASH • RICHARD HAWLEY"

+ POR CONFIRMAR

FINK • GIGOLO AUNTS

EL MATÓ A UN POLICÍA MOTORIZADO

LA CENDEJAS • STONE FOUNDATION

CHESTER REMINGTON • FINNEGAN TUI

SISTEMA DE ENTRETENIMIENTO • OSCAR AVENDAÑO

Bites
REDD
KROSS
2 NOVIEMBRE



THE TALLEST MAN ON EARTH

SÁBADO 7

AUDITORIO MAR DE VIGO

O proxecto musical liderado por **Kristian Matsson** encárgase de clausurar o festival TerraCeo cun concerto no que presenta o seu sexto e último disco: *Henry St.*

→ 21:00 h → 40,00 €



Stephan Vogl/Retren

FESTIVAL UNDERFEST

VENRES 13 E 20

VARIOS

O festival urbano trae a diferentes espazos da cidade artistas como **Él Mató a un Policía Motorizado, Fink, Richard Hawley** ou **Stone Foundation**.

→ Varios



Guillem Allier

Él Mató a un Policía Motorizado

VIVA VERDI

SÁBADO 14 TEATRO AFUNDACIÓN

O Outono Lírico da asociación Amigos de la Ópera arranca cun recital para reparar obras destacables de **Giuseppe Verdi**.

→ 20:00 h → Desde 11,60 €

SMOKE ON THE WATER

SÁBADO 21 E DOMINGO 22 SALA ÁRTIKA

Baixo a dirección de **Santiago Cortegoso**, Ibuprofeno Teatro presenta unha historia de sexo, drogas, rock and roll, violencia, vandalismo, morte e, por suposto, de amor.

→ 20:00 h → Desde 13,00 €

GALICIAN FREAKY FILM FESTIVAL -GFFF-
MÉRCORES 25 A SÁBADO 28 PRAZA ELÍPTICA

A oitava edición do festival de cine máis canalla celebra os 40 anos das longametraxes *Pesadelo en Elm Street* e *Terminator* e os 20 da curtametraxe *Toxic Percebe*.

→ Horarios e prezos por confirmar



LA RUINA

SÁBADO 28

TEATRO AFUNDACIÓN

Os cómicos **Tomàs Fuentes** e **Ignasi Taltavull** guían un programa en que un convidado especial e xente do público comparten en directo anécdotas que levarían a calquera á ruína.

→ 19:00 h → Desde 17,80 €

**NA AXENDA DE AMOVIDA.GAL
PODES CONSULTAR ESTES E OUTROS
MOITOS EVENTOS EN VIGO.**

KOMINSKY

Rúa dos Irmandiños, 3

Venres 13 → 21:00 h → Gratis → Festa de Caixa de Ritmos: presentación do novo espazo de baile con **Nu.Eva, Ko ala, Swing On DJ** e máis sorpresas

Xoves 19 → Noite de maxia

Venres 20 e sábado 21 → Festival Underfest

Venres 27 → **Antimuns e Boas**

Sábado 28 → **Exeria**

O LAR DAS ARTES

Rúa das Ribelas, 60, baixo esquerda

Mércores 4 → 21:30 h → Gratis → **Betojazz**

Xoves 5 → 21:30 h → Gratis → **Reyner Aldana**

Venres 6 → 21:30 h → Gratis → **Federal Sessions**

Domingo 8 → 12:00 h → Gratis → Festa de aniversario: **The Followings** e **Other Game**

Domingo 22 → 12:30 h → Gratis → **Cotarro**

Domingo 29 → 12:30 h → Gratis → **Los Hermanos Cunha**

REBULLÓN

Avenida do Rebullón, 23. Tameiga, Mos

Xoves 12 → 20:30 h → 15,00 € / 18,00 € → **Whiterfall + Atreides**

Venres 13 → 20:00 h → Gratis → **A Dos Trovando**

Venres 27 → 22:00 h → 12,00 € / 15,00 € → **Septeto Santiaguero**

**NA AXENDA DE AMOVIDA.GAL
PODES CONSULTAR ESTES E OUTROS
MOITOS CONCERTOS EN VIGO.**

ÁS CARREIRAS POLO OUTONO

Setembro compite co aninovo á hora de nos comprometer con novos propósitos e retos de cara a unha vida máis saudable. Co verán de resto, empeza o curso das carreiras.

Domingo 8 de setembro → 10:00 h → Porto Pesqueiro → **XIII 10K Alfonso Moro** (10 km)

Sábado 14 de setembro → 21:00 h → Coia → **XXX Medio Maratón de Coia** (21 km)



Domingo 6 de outubro → 10:30 h → Praia de Samil → **X Desafío Bootcamp** (6,5 km + 35 obstáculos)

Sábado 12 de outubro → Parque Forestal de Beade → **VIII Trail 'Montes de Vigo'** (22 ou 12 km)

Domingo 20 de outubro → 10:00 h → Coia → **XI Carreira Benéfica 'Vigo Contra el Cáncer'** (10 ou 5 km)

Bouzas → **XII Carreira Solidaria 'Eu Móvome pola Esclerose Múltiple'** (10 ou 5 km)

Domingo 17 de novembro → 10:00 h → O Vao-As Avenidas → **XXVI Medio Maratón de Vigo 'La 21'** (21 ou 10 km)

Domingo 1 de decembro → C.C. Vialia → **VII Carreira Solidaria 'Érguete e Corre'** (10 ou 5 km)

Domingo 10 de decembro → **XVI Carreira Popular 'Vigo + 1'** (10 ou 5 km)



Sacra Experience

Latexos de cultura

Pincelo, un lugar da parroquia da Sariña, en Chantada, no corazón da Ribeira Sacra, é un espazo de cultura latente. **Carlota Pérez**, unha das dez persoas que viven ao longo do ano neste núcleo á beira do Miño, tomou a decisión de mudarse alí cando a pandemia do 2020 nos confinou na casa. Malia que non se arrepite en absoluto, reconece nesta aldea lucense unha carencia de espazos culturais, falta de medios de transporte e ausencia de vínculos coa infancia. O nome de **SACRA EXPERIENCE** designa tres cousas: unha entidade formativa, unha residencia artística e un festival. O obxectivo é achegar, ao longo de todo o ano, cultura de calidade a lugares que adoitan estar lonxe dela.

Sacra Forma é un programa formativo conformado por diferentes módulos no que expertos en ámbitos visitan Pincelo e outros espazos próximos. Por alí pasou xente como o *chef* **Andrés Freites**, a actriz e dramaturga **Alma García**, o fotógrafo **David Jiménez**, o cineasta **Óliver Laxe** ou a actriz e bailarina **Janet Novás**. Tamén se ofrecen catas de viño guiadas polo *sommelier* **Marcos Eiré**, cunha maridaxe con produtos gastronómicos da terra. Outro dos puntos fortes deste proxecto son os retiros creativos, que se ofrecen a cinco artistas ou agrupacións de diversas disciplinas ao longo dunha semana ao mes. Ao rematar a estadia, comparten

os avances co lugar a través dun faladoiro ou, no caso das artes escénicas, gráficas ou musicais, dunha mostra sobre o traballo feito. Estes retiros culturais despertaron o interese de creadores como **Davide Salvado**, **Mercedes Peón**, **Niño de Elche** ou **Su Garrido Pombo**.

Sacra Festival é un evento multidisciplinar que se celebra desde hai anos en diferentes puntos da singular paraxe da Ribeira Sacra. Trátase dun encontro único entre arte, música e natureza que, segundo adianta Carlota, aspira a medrar na vindeira edición de 2025.

Sacra Experience está en continuo proceso de expansión: proximamente anunciarase unha marca propia de artesanía realizada por nenas e nenos do centro de creación coruñés La

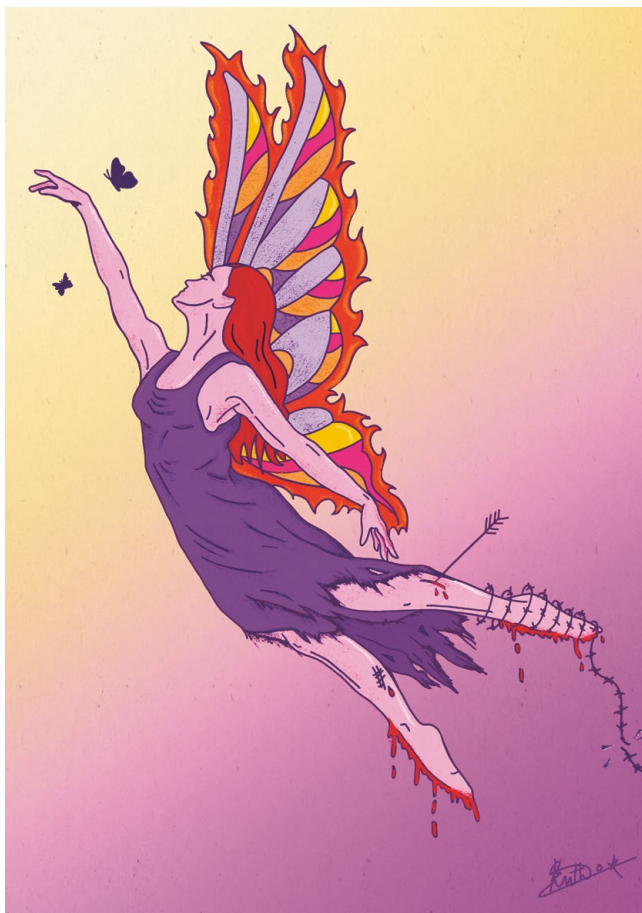
Pequeña Bauhaus. Ademais, nuns meses estará dispoñible en Pincelo unha nova aula para desenvolver obradoiros e onde artistas e compañías poidan ensaiar durante os retiros. Un proxecto xurdido dun corazón que latexa cultura.

- **Lugar:** Pincelo, 4.º-A, A Sariña (Chantada).
- **Distancia desde Vigo:** 135 quilómetros (aprox.).
- **Arredores a visitar:** Belesar, Chantada, Cabo do Mundo, Igrexa de Santa María de Nogueira de Miño, Praia da Cova...
- **Información e reservas:** 610 53 84 43
sacraexperience.com/gl • [@sacra.experience](https://www.instagram.com/sacra.experience)





A LIBERDADE DO FEMINISMO



ARTHENZIA (RUTH OJEA RODRÍGUEZ)

@arthenzia

Universidade de Vigo

Participa! Envía a túa obra (fotografía, ilustración, poema, relato, viñeta etc.) a revista@amovida.gal
Consulta as bases en amovida.gal/as-tuas-movidas

FRAGA

O MELLOR

ESPAZO

BUSCA O
MELLOR

CONTIDO

O Teatro Fraga abre a porta á veciñanza e ao sector cultural de Vigo para o deseño do mellor programa de usos e contidos.

**Se tes unha boa idea para o Teatro Fraga,
escoitámoste!**

✉ propostas@teatrofraga.gal



XUNTA
DE GALICIA



Deputación
Pontevedra