GO!

Pontevedra mayo
guía de ocio
www.la guiago.com

#YoMeQuedoEnCasa
#el_OCIO_volverá

DEPUTACIÓN DE PONTEVEDRA

Máis información:
www.depo.gal

Preguntas e respostas sobre o coronavirus

Medidas hixiénicas para a prevención de contaxios pola COVID-19

Recomendacións para o manexo domiciliario dos residuos en fogares

Impacto emocional causado pola COVID-19

Recomendacións de apoio emocional a nenas e nenos

Guía de actuación para mulleres que estean a sufrir violencia de xénero

#DepoInforma

DEPUTACIÓN PONTEVEDRA

AXENDA 2030

CONTACTA CON GO! PONTEVEDRA

T. 986 472 668
www.laguiago.com
pontevedra@laguiago.com

Director
Waldo Castro
pontevedra@laguiago.com

Departamento Comercial
Santiago Palomeque
vigomarketing@laguiago.com

Maquetación
Javier Arroyo Lorenzo

Fotógrafos
Alfonso Durán

Colaborador
Juan Adell

Coordinación
Carolina de Pablo
carolina@laguiago.com

Red de Guías de Ocio
Guía presente en 23 ciudades de España.
Para más información, ponte en contacto con nosotros en el 902 117 862 / contenidos@laguiago.com

Administración
Ángel Fernández Pérez
administración@laguiago.com

Director GrupoGo!:
José Ramón de Pablo
joseramon@laguiago.com

Edita: Grupo GO! Ediciones S.L.
Depósito Legal: M-12276-2009

GOi PONTEVEDRA no se responsabiliza de las opiniones aquí publicadas por terceros, ni del cambio o cancelación de los eventos.

Laguiago Pontevedra
@LaGuiaGoPonteve
guiagopontevedra

MÚSICA
Documentales musicales
P. 4

TEATRO
El Circo del Sol
P. 12

CINE
We are one
P. 16

EXPOSICIONES
Museos virtuales
P. 26

TE INTERESA
Luis Piedrahita
P. 32

PARA NENOS
Teatro familiar
P. 36

TURISMO
Illas Atlánticas
P. 44

COMPRAS / SERVICIOS
P. 48

COMER
P. 54

CAFÉS / COPAS
P. 73

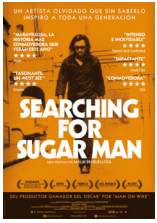
GO!
PONTEVEDRA
mayo
#139

Distribución controlada por

Distribución gratuita

DOCUMENTALES MUSICALES QUE NO DEBERÍAS PERDERTE

Os proponemos una lista de documentales musicales destacados en los últimos años que se pueden ver online desde distintas plataformas de streaming y otros canales. Hay algunas, como *Netflix*, que tienen su catálogo para este género, o la conocida *Film in*. Documentales musicales que no deberías perderte, y que podrías disfrutar en esta cuarentena, ayudándote a entender muchas historias de nuestras bandas y artistas favoritos

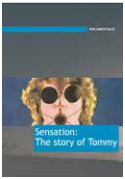


SEARCHING FOR SUGAR MAN

Escrito y dirigido por Malik Bendjelloul, el documental narra la historia de un músico llamado Rodríguez, residente en Detroit. Rodríguez grabó a principios de los 70 dos álbumes que pasaron sin pena ni gloria en su país. Su sorpresa llegaría cuando dos fans removieron cielo y tierra para encontrarle, pues en Sudáfrica se había convertido en una estrella y referente social sin que él lo supiese. La película de 2012 ganó el Óscar en la categoría de mejor documental, el BAFTA y el premio a mejor guión del Gremio de Escritores de América.

AMY

En 2011 nos dejó una de las artistas más representativas y talentosas de la última década: Amy Winehouse, presa de sus adicciones. El documental ganador de un Oscar y alabado por crítica y público narra la desgarradora historia de la joven Amy desde sus inicios en la música y la fama hasta el momento de su muerte. Asif Kapadia dirige la estremecedora historia de la ganadora de 6 premios Grammy.



SENSATION: THE STORY OF THE WHO'S TOMMY

The Who, una de las bandas más icónicas del siglo XX, publicó en 1969 la ópera rock *Tommy*, compuesta por 24 temas que narran la trágica historia de un joven tras un episodio traumático. El documental dirigido por Martin Smith contiene entrevistas exclusivas a Townshend y Daltrey y ahonda en el proceso de desarrollo y producción de dicha obra.

KURT COBAIN: MONTAGE OF HECK

Brett Morgen presenta un trabajo dedicado a Cobain con la colaboración de su familia. Morgen accedió a contenido personal y familiar inédito, canciones, obras de arte y vídeos caseros de la estrella. Cobain, que murió en 1994, fue uno de los mayores exponentes del grunge con su banda Nirvana. Retrato fiel de la abrumadora y sensible personalidad de una de las figuras más importantes de la música contemporánea.

COLDPLAY: A HEAD FULL OF DREAMS

El grupo de Chris Martin tiene una historia singular y es la que ha querido explicar el director Mat Whitecross, colaborador de Coldplay: actuaciones espectaculares en vivo, entrevistas personales, material inédito...

WHAT HAPPENED, MISS SIMONE?

Dirigido y escrito por Liz Garbus, fue nominado a mejor película documental en los Oscar; el documental cuenta con entrevistas de audio, conciertos y cartas de la inigualable artista Nina Simone, una de las más talentosas vocalistas y pianistas del jazz, el blues y el soul.

THE FILTH AND THE FURY

En este documental sobre los Sex Pistols, su director Julien Temple nos introduce a la mítica banda de punk rock que revolucionaría la escena musical. Cuenta con las declaraciones de los miembros de la banda, desmontando falsos mitos sobre los Pistols y habla de sus relaciones con Sid Vicious. Todo ello sobre el telón de fondo de la situación política, social y económica de Londres en los años setenta.

DON'T LOOK BACK

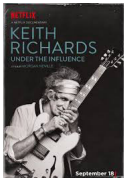
Película sobre la leyenda de la música: Bob Dylan. El aclamado documental de D. A. Pennebaker aborda la gira que Dylan realizó en 1965. Una visión cercana del músico, que muestra conversaciones, entrevistas, conciertos... Está considerado uno de los mejores documentales musicales jamás hechos, convertido en una obra de culto del cine de no ficción.

PRODUCED BY GEORGE MARTIN

George Martin es sin duda toda una leyenda de la música. Considerado el "quinto beatle", fue el responsable del sonido característico de la mítica banda y trabajó en múltiples composiciones y producciones tanto con los propios Beatles como con muchos otros artistas imprescindibles de la música moderna. Francis Hanly dirige este trabajo que aborda la trayectoria del productor desde sus inicios como compositor de música clásica.

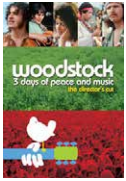
ROLLING THUNDER REVUE

El cineasta Martin Scorsese desarrolla una mezcla alquímica de hechos reales y fantasía rememorando la gira de 1975 y 1976 de Bob Dylan. En ella, Dylan colaboró con artistas como Joan Baez, T-Bone Burnett y Mick Ronson. Descrita como una mezcla entre «concierto, documental y ensueño», cuenta con entrevistas al propio Bob Dylan, así como de otros colaboradores cercanos al artista.



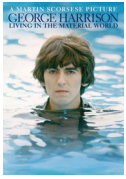
RICHARDS: UNDER THE INFLUENCE

Íntimo documental sin precedentes que se adentra en la vida y obra de una de las más grandes estrellas de rock: el guitarrista de los Rolling Stones. Reflexiona Keith sobre su vida y los sonidos y personas que sirvieron de inspiración a sus propias creaciones a lo largo de su vida.



WOODSTOCK, 3 DÍAS DE PAZ Y MÚSICA

No podía faltar 1969 ni, por supuesto, Woodstock. Su director Michael Wadleigh, apoyado por Martin Scorsese, nos ofrece una maravillosa panorámica de uno de los movimientos culturales más importantes del siglo XX apadrinado por grandes como Janis Joplin, Jimi Hendrix, The Who o Joe Cocker, entre otros muchos. Fue galardonado con un Óscar.



GEORGE HARRISON: LIVING IN THE MATERIAL WORLD

Martin Scorsese dirige este filme sobre uno de los integrantes de The Beatles, George Harrison. El trabajo del director ahonda en la búsqueda del músico por recuperar un equilibrio emocional tras el impacto mediático del grupo inglés y todo lo extra musical que estuvo unido a su trayectoria.

ROLLING STONES

LA BANDA BRITÁNICA DE ROCK OFRECERÁ SUS CONCIERTOS GRATIS EN YOUTUBE DURANTE SEIS SEMANAS

Como manera de animar el confinamiento, The Rolling Stones van a compartir conciertos completos a través de su canal oficial de YouTube cada domingo.

Este material online de la banda británica lleva por nombre "Extra licks", y entre sus conciertos podremos ver, por ejemplo, *Voodoo Lounge Tour* de 1994 y *Ole! Tour* de 2016.

Es la primera vez que se encuentra disponible estas actuaciones que recogen algunos de los más memorables conciertos de la banda alrededor del mundo.

Además los aficionados podrán participar en conversaciones en tiempo real a medida que cada estreno se transmita y cada pieza permanecerá durante 7 días y se retirará a medida que se estrene el próximo episodio. Todos los domingos del 3 de mayo al 14 de junio. 21 h.

+ Info: youtube.com/TheRollingStones

METALLICA

LA BANDA PRESENTA UN TOUR VIRTUAL DE TREINTA CONCIERTOS GRATUITOS+

La banda de thrash metal realizará conciertos en redes sociales todos los lunes debido a la propagación de la pandemia del coronavirus.

A partir del 1 de mayo, la famosa banda americana comenzará una "gira virtual" a través de sus redes sociales transmitiendo un concierto diferente cada día durante todo el mes.

Entre los conciertos de todo el mundo, se encuentran también un set de 2013 en el Teatro Apollo de Nueva York y una presentación de 2016 en Webster Hall de Nueva York. Además, transmitirán un set de DJ casero de Lars Ulrich todos los lunes, y adquisiciones semanales en el canal Liquid Metal.

Cuando: Todos los días hasta el 30 de mayo a las 9h.
+ Info: siriusxm.us/MandatoryMetallica

RADIOHEAD

DISFRUTA SUS CONCIERTOS EN YOUTUBE

Thom Yorke y su banda Radiohead dan un gran regalo a sus fans transmitiendo sus conciertos completos en youtube durante la cuarentena.

La banda de rock británica ha decidido ayudar a sus fans a superar estos días de confinamiento. Por ese motivo están publicando grabaciones de sus conciertos a su página oficial de YouTube.

La banda que se formó a mediados de los ochenta, sigue sorprendiendo a sus fans. Este mismo año, se cumplen 25 años del segundo álbum de Radiohead: *The Bends* (95). Sin embargo, no podemos hablar de la banda sin mencionar *Ok Computer* (97). Un disco que en aquel entonces ya nos parecía un adelanto de cómo sonaría el rock dentro de dos siglos. Melodías sobrecogedoras con cambios de ritmo alentadores y una calidad de sonido impecable.

+ Info: youtube.com/radiohead

PINK FLOYD

PINK FLOYD PRESENTA CADA VIERNES UNO DE SUS CONCIERTOS EN LIVE STREAMING

Pink Floyd, una de las bandas más aclamada de la historia de la música, se une a las transmisiones en directo para ayudar a pasar la interminable cuarentena a ritmo rock.

Resulta difícil describir su música porque no se parecía a nada. Su estilo fue denominado rock sinfónico, psicodélico, progresivo, experimental, espacial... Consiguieron que millones de fans se convirtieran en adictos a su peculiar estilo y que las portadas de sus discos, tan oníricas como surrealistas, sean ya clásicos que revolucionaron el mundo del arte.

Ahora, cada viernes a las 18 h., podremos disfrutar de un video completo de su archivo musical en su canal.

+ Info: youtube.com/pinkfloyd

CIRCO DEL SOL EN CASA

El circo del Sol ha acercado su contenido a sus seguidores para que disfruten de diversas grabaciones con espectáculos en directo, experiencias de realidad virtual que permitirán subir al escenario y entrar en el corazón de los espectáculos, tutoriales de maquillaje, vídeos musicales o bandas sonoras con los que podrás cantar y bailar. Además incluyen Luna Petunia, una serie animada de aventuras, amistad y aprendizaje, o Big Top Academy, una serie original centrada en un grupo extraordinario de jóvenes acróbatas que sueñan con convertirse en artistas de circo.

+ Info: cirquedusoleil.com/es

TEATROTECA

Teatroteca, la plataforma para la gestión y el préstamo de contenido digital del Centro de Documentación de las Artes Escénicas (CDAEM), ofrece online (y gratis) más de 1.600 obras y espectáculos de teatro. Una manera de dejar que el teatro llegue a nosotros a través de nuestras pantallas con una suscripción gratuita.

En la plataforma accederemos a una gran selección de obras clásicas, recientes, rompedoras, de historias tradicionales, para los jóvenes, para los pequeños de la casa, para los adultos. Un extenso catálogo para disfrutar de los mejores espectáculos gratis para ver en casa.

+ Info: teatroteca.teatro.es

LA 2 ES TEATRO

UN PROGRAMA PARA DISFRUTAR DESDE CASA DE LAS GRANDES OBRAS DE TEATRO DE LOS ÚLTIMOS AÑOS

El programa emitirá, a través del canal de televisión de La 2, algunas de las grandes obras de los últimos años con más éxito de crítica y público, producidas en España; obras como 'La ternura', 'Cervantina', 'Páncreas' y 'La viuda valenciana'. Todas irán precedidas de una breve presentación que invitará al espectador a asistir a esta peculiar función desde su propia casa.

LA TERNURA
Alfredo Sanzol

Escrita y dirigida por el dramaturgo Alfredo Sanzol, actual director del Centro Dramático Nacional. Una "comedia romántica de aventuras", que habla de la fuerza y de la valentía para expresar amor. La obra recibió el premio al Mejor Espectáculo de Teatro en la última edición de los Premios Max.
Jueves 7. 23 h.

CERVANTINA
Cía. Ron Lalá

Aproximación de la compañía Ron LaLá al universo de Miguel de Cervantes que ganó el Premio Max al Mejor Espectáculo Musical en 2017.
Jueves 14. 23 h.

PÁNCREAS

Parxo Telleira

Tragicomedia escrita por Patxo Tellería y dirigida por Juan Carlos Rubio, ganadora del Premio Ercilla 2015 a la Mejor Creación Dramática.
Jueves 21. 23 h.

LA VIUDA VALENCIANA

Obra de uno de los últimos Estudio 1 grabados en Televisión Española, 'La viuda valenciana' de Lope de Vega, protagonizada por Aitana Sánchez-Gijón y Fran Perea.
Jueves 28. 23 h.

WE ARE ONE: A GLOBAL FILM FESTIVAL

Los grandes festivales de cine del mundo crean un certamen gratuito en YouTube. Los principales festivales de cine del mundo se han unido en una misma iniciativa: Crear un festival de cine digital que reunirá a una comunidad internacional de contadores de historias para presentar una programación online gratuita.
Capitaneados por Tribeca y YouTube, y formado por los 20 grandes certámenes del cine mundial como Annecy, Berlín, Cannes, Jerusalén, Karlovy Vary, Locarno, Londres, Macao, Marrakech, Nueva York, San Sebastián, Sundance, Sydney, Tokio, Toronto, Tribeca y Venecia, entre otros, presentarán una selección de sus mejores películas.
Del 29 de mayo al 7 de junio.

+ Info: YouTube.com/WeAreOne

¿Quieres recibir la **GUÍA GO** de Pontevedra?

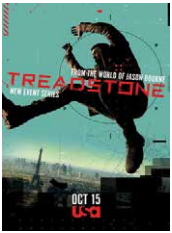
Recibe la revista,
ofertas y novedades de
La GuiaGo Pontevedra
en tu correo

Suscríbete a
nuestro newsletter
Envíanos un mail a:
pontevedra@laguiago.com
con el asunto "Newsletter"

GO!
Pontevedra

EL CINE SE TRASLADA A TU CASA

La situación del mundo del cine es dramática. Todas los salas de España permanecen cerradas y más de 300 rodajes están paralizados desde hace más de un mes. Pero entre todo ese paisaje oscuro, os proponemos la mejor opción para esta cuarentena y disfrutar del cine en casa: un listado con las series estrenadas en 2020.



TREADSTONE

Amazon Prime Video

La saga de Jason Bourne, basada en las novelas de Robert Ludlum, explora una apasionante trama con muchas posibilidades. Entre la Guerra Fría en los 70 y el presente de países como Estados Unidos o Corea del Norte, la historia nos presenta un grupo de personajes que han sufrido bajo un duro adiestramiento y que ahora se rebelan para tomar las riendas de sus vidas. Mientras, una amenaza de alcance mundial se despliega en el horizonte. ¿Se acerca el fin del mundo?

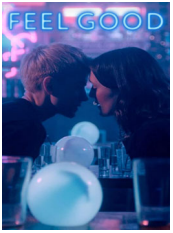
LOCKE & KEY

Netflix

Basada en la novela gráfica de Joe Hill, esta serie ha trae un poco del malrollismo de 'La maldición de Hill House', pero también los aires de aventura juvenil de 'It'. El resultado es una serie que, aunque llena de altibajos, es una disfrutable propuesta de corte adolescentes y fantástico.

MRS. AMERICA
HBO

Cate Blanchett. Su presencia es señal de la calidad y lo vuelve a demostrar una vez más con esta serie que refleja la batalla campal que tuvo lugar en los Estados Unidos de los 70 para aprobar la ley de igualdad que promovían feministas como Gloria Steinem. Esta miniserie creada por Dahvi Waller es una delicia, con actuaciones geniales y un espíritu muy actual de confrontación dentro de un mismo movimiento que aún estaba descubriendo la manera de ponerse de acuerdo.



FEEL GOOD
Netflix

Creada por Ally Pankiw y la cómica Mae Martin como guionista y protagonista; presenta un personaje que mezcla la realidad y la ficción para contar la historia de una aspirante a monologuista que se enamora de una maestra de parvulario. Con su relación nos ayuda a reflexionar sobre la dependencia, la toxicidad y las adicciones, no solo de estupefacientes, sino también emocionales. Una serie con la que reirás y llorarás.

DRÁCULA
Netflix

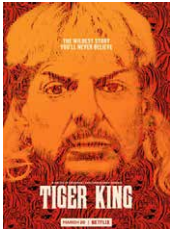
Una de las series más comentadas en el arranque de año. A través de la clásica novela de Bram Stoker, sus tres episodios narran el renacer del personaje, su viaje al nuevo mundo y finalmente su muerte, con el estilo apócrifo de lo s creadores de 'Sherlock', Mark Gattis y Steven Moffat. El resultado es una adaptación divertida, sangrienta y más sexual, con innovaciones como convertir a Van Helsing en una monja, poner a Drácula como bisexual y el viaje en barco hasta los Estados Unidos en una historia digna de Agatha Christie.

RUN
HBO

La co-creadora de la aclamada 'Fleabag', Vicky Jones, crea una historia con sentido del humor, tensión sexual y espíritu de rebeldía. Dos amigos que no se ven desde hace más de una década cumplen una promesa que hicieron: si uno de los dos envía la palabra 'RUN', ambos tienen que dejarlo todo y encontrarse en un tren. Es un salvoconducto de una vida de insatisfacción, que de pronto ambos necesitan desesperadamente.

PICARD
Amazon Prime

El icónico capitán de la USS Enterprise, Jean-Luc Picard (Patrick Stewart), está de vuelta. Tras sus numerosas aventuras en la serie 'Star Trek, Picard vuelve para intentar salvar al mundo de una amenaza que conoce muy bien. Nuevas caras y viejos enemigos se agrupan en esta nueva serie en la que se aprecia una voluntad para capturar la esencia de la serie original sin dejar de mirar al futuro.



TIGER KING
Netflix

Este documental de siete episodios nos sumerge en las vidas y conflictos de un grupo de personajes con algo en común: son los mayores poseedores de animales salvajes de los Estados Unidos. Desde la carrera musical delirante de Joe Exotic hasta la pseudosecta a lo Charles Manson de Doc Antle, pasando por la posibilidad de que Carole Baskin echase el cuerpo de su marido a sus tigres para que lo hicieran desaparecer, esta serie no deja de sorprender capítulo a capítulo.

THE EDDY
Netflix

Serie dirigida por Jac Thorne en la que nos presenta el drama de un dueño de un club de jazz parisino que se ve mezclado con unos peligrosos criminales mientras lucha por proteger su negocio, a su banda y a su hija adolescente.

LA CONJURA CONTRA AMÉRICA
HBO

¿Y si la ideología nazi se hubiese impuesto en los Estados Unidos en la Segunda Guerra Mundial? Algo así se imaginó el aclamado autor Philip Roth en esta novela que ahora llega a la pequeña pantalla de la mano de otro grande, David Simon (creador de 'The Wire'). Nos sitúa en una realidad histórica alternativa en la que Lindbergh fue elegido presidente en el país norteamericano e impuso una opresión antisemita que coqueteaba con el III Reich.

LA LÍNEA INVISIBLE
Movistar+

Esta miniserie española nos lleva a un momento clave de la historia del País Vasco y de España: los comienzos de ETA. Finales de los 60, plena dictadura franquista, y el líder de la banda Txabi Etxebarrieta mata a su primera víctima, cruzando esa línea invisible que separa a los revolucionarios de los terroristas. A partir de ahí, nos cuentan cómo se desarrollaron los siguientes acontecimientos con una dirección impecable de Mariano Barroso.

UNORTHODOX
Netflix

Creada por Anna Winger y Alexa Karolinski, la serie es una defensa de la libertad cuando la religión y las tradiciones te impiden vivir tu vida. Se centra en un caso real de una joven de 19 años que abandona a su marido y su comunidad judía de Brooklyn para buscar su propio destino en Berlín. Allí se deshará de todas esas ataduras que la apresaban de una forma sensible y liberadora. Basada en la historia de Deborah Feldman, es una impactante miniserie que ha enamorado a seriefilos.

DEVS
HBO

Firmada por Alex Garland, director de 'Ex Machina' y 'Aniquilación', vuelve a demostrar que es una de las voces de ciencia ficción más interesantes del momento con una serie que, de nuevo, busca nuevos espacios y misterios dentro del género. Descubriremos los secretos que oculta el edificio de Devs junto a una joven ingeniera informática que investiga el lugar después de la desaparición de su novio.

VENENO
ATRESplayer

Tras el éxito de 'Paquita Salas', Javier Calvo y Javier Ambrossi vuelven a dar en la diana con esta serie centrada en la figura de Cristina Ortiz, "La Veneno". Ella, que exhibió el orgullo trans en la televisión de los 90, ha inspirado una serie que va más allá del biopic. Nos cuenta su vida como prostituta en el Parque del Oeste de Madrid y su posterior éxito nacional en Telecinco, pero también cómo su legado inspiró a la comunidad trans.

HUNTERS
Amazon Prime

Al Pacino lidera esta serie de cazadores de nazis en el Nueva York de los años 70, un ajuste de cuentas de los supervivientes del Holocausto con los alemanes del Tercer Reich que fueron acogidos y escondidos en Estados Unidos. Con una gran influencia de la violencia a lo Quentin Tarantino y referencias setenteras, esta serie se desata rozando lo ofensivo con algunas invenciones sobre la masacre de los judíos, pero es innegablemente entretenida.

THE MANDALORIAN
Disney

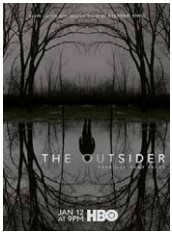
Creada por Jon Favreau, está liderada por un 'mandaloriano' anónimo al que no vemos la cara y que trabaja como mercenario sin escrúpulos hasta que se encuentra con un trabajo que despertará su conciencia. Y por supuesto tiene que ver con Baby Yoda, una revelación absoluta. Una serie magnífica que recupera el género de aventuras más clásico con toques de western y ciencia ficción.

TALES FROM THE LOOP
Amazon Prime

Inspirada por el increíble arte visual de Simon Stålenhag, la serie muestra a cada episodio una historia diferente dentro del mismo pueblo nevado e invadido por una estética retrofuturista con ecos de 'Stranger Things' y 'Dark'. Nathaniel Halpern se dedica a reflexionar sobre la existencia con una calma inusitada, y es que los conflictos humanos siguen siendo más importantes que cualquier fenómeno tecnológico o incluso paranormal.

ESTA MIERDA ME SUPERA
Netflix

El creador de 'The End of the F***ing World', Jonathan Entwistle, es todo un experto en historias de rebeldía y amor adolescente. Aquí, adaptando la novela gráfica de Charles Forsman, nos presenta a una joven que vive en los márgenes del instituto traumatizada por el suicidio de su padre y lidiando con unos extraños poderes psíquicos que se están empezando a manifestar de forma violenta. Un retrato de una adolescencia incontrolable donde vuelve a brillar el dinamismo, los aires de comedia indie y unos personajes adorablemente imperfectos.



EL VISITANTE
HBO

La serie, basada en una de las novelas de Stephen King, nos sumerge en el corazón de los Estados Unidos, donde se esconden asesinatos, misterios y paradojas alteradas por la presencia de algo paranormal. Inspirada por el suspense sorprendente de M. Night Shyamalan (y también de sus giros narrativos) y adaptada por el guionista Richard Price ('The Night Of'), juega con la idea de la fe, con la existencia del fantástico y cuán dispuestos estamos a creer en ello. Puro misterio hasta la escena postcréditos.

UPLOAD
Amazon Prime

Una nueva sátira sobre la tecnología del futuro de la mano del ganador del Emmy Greg Daniels. Una sátira distópica en la que la identidad, el miedo al desarraigo y la soledad contemporánea se unen en una extraña historia.

MADRES
Amazon Prime

Drama creado por Aitor Gabilondo (Vivir sin permiso) y protagonizado por Belén Rueda, Aida Folch, Rosario Pardo, Carmen Ruiz y Carla Díaz. Narra el día a día de un hospital materno-infantil a través de la mirada de pacientes, familiares y médicos que conviven en el área de Pediatría y Maternidad. Es allí donde ellas convergen: mujeres que cruzaron con sus hijos la puerta del centro sanitario y dejaron de ser abogadas, periodistas o cajeras para convertirse en madres...

OTROS TÍTULOS

PERRY MASON
HBO

THE UNDOING
HBO

PATRIA
HBO

AVENUE 5
HBO

KATY KEENE
HBO

EVIL
SyFy

INVINCIBLE
Amazon Prime

MESÍAS
Netflix

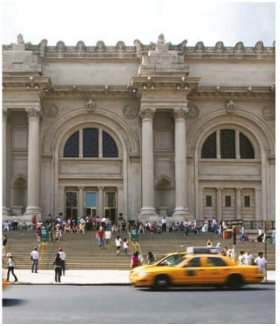
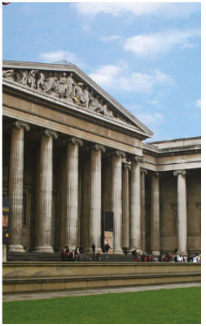
AJ AND THE QUEEN
Netflix

LA UNIDAD
Movistar+

HALCÓN Y EL SOLDADO DE INVIERNO
Disney+

SAFE HARBOUR
Calle 13

LA COSA DEL PANTANO
TNT

Museos para visitar online y gratis

Muchas son las acciones llevadas a cabo por diferentes instituciones de toda índole para hacernos el confinamiento más ameno. Aquí os traemos varios museos que permiten pasearnos por sus galerías sin salir de nuestras casas. Es una gran alternativa para ocupar nuestro tiempo libre y aprender del arte creado por diferentes artistas, en distintas épocas y lugares.

+ info: www.laguiago.com

Museo Nacional del Prado

El Museo del Prado, ubicado en Madrid, ya era un veterano de las redes sociales y las visitas virtuales antes de la crisis del coronavirus.

Un experto en la materia te explica los cuadros de una sala, de un autor en concreto o simplemente un cuadro en particular. Una visita guiada que mantiene su horario en directo de lunes a viernes.

En su visita online se podrá acceder a más de 8.000 obras (sobre todo de los siglos XVI al XIX) de uno de los museos más visitados del mundo.

A través de su cuenta en Instagram @museoprado

ONLINE TOURS

Museo del Louvre

Si nunca antes pudiste ir a París, ahora tienes una fantástica oportunidad para disfrutar del famoso museo del Louvre de forma virtual.

El museo nacional del país galo es conocido sobre todo por albergar el cuadro de la **Gioconda de Leonardo Da Vinci.** Posee en su interior una grandísima colección de arte y arqueología de todo el mundo.

El Louvre ofrece una visita virtual por sus pasillos a la que puedes acceder desde tu móvil u ordenador (aunque necesitarás activar Flash para hacer el tour). Una experiencia de disfrutar del arte, sobre todo anterior al impresionismo.

A través de www.louvre.fr/en/visites-en-ligne

Museo Guggenheim

Lo primero que nos viene a la mente cuando pensamos en el Guggenheim de Bilbao es su impresionante edificio diseñado por el arquitecto canadiense Frank O. Gehry.

Es un museo de arte contemporáneo que en tiempos de estar encerrados en casa permite que podamos seguir disfrutando de sus exposiciones, explicadas también por profesionales del museo o por los propios artistas.

A través de su web y de sus redes sociales (como Twitter: @MuseoGuggenheim)

EXPERIENCE THE MET, ANYWHERE

Museo Metropolitano de Arte

Museo Metropolitano de Arte de Nueva York está en Manhattan y es uno de los museos de arte más grandes del mundo.

Cuenta en su colección con más de 2 millones de obras de la antigüedad clásica, de diferentes épocas y artistas de Europa y de obras estadounidenses. A través de su página web podrás vivir desde casa la experiencia del conocido comúnmente como Met sin moverte del sofá. De la mano de profesionales del arte, artista o simplemente con una visita virtual 360 grados por sus salas.

A través de su web www.metmuseum.org

Museo Británico

Aunque la visita al museo Británico de Londres ya era gratis antes del confinamiento, ahora podemos acercarnos de una manera más cómoda, amena y divertida a sus colecciones.

En su página web encontrarás todas sus obras de diversas materias además de arte, como historia, arqueología o etnografía. Podrás descubrir 2 millones de años de la historia de la humanidad y la cultura de uno de los museos más visitados del mundo.

A través de su web www.britishmuseum.org

MAGIA CON LUIS PIEDRAHITA

EL CONOCIDO MAGO Y HUMORISTA LUIS PIEDRAHITA EXPLICA A TRAVÉS DE SUS REDES SOCIALES VARIOS JUEGOS Y TRUCOS DE MAGIA AL DÍA DURANTE LA CUARENTENA

Se trata de juegos y trucos sencillos, con materiales que hay en todos los hogares, para que los padres y las madres puedan entretener a sus hijos en estos días de confinamiento. Una manera de entretenernos y disfrutar con los más pequeños de la casa sin movernos del sofá a través de uno de los mejores espectáculos gratis y, en concreto, de la magia.

+ Info: instagram.com/piedrahitaluis

Máis información:
www.depo.gal

DepoInforma

DIPUTACIÓN DE PONTEVEDRA.
MEDIDAS URGENTES ANTE
LA CRISIS SANITARIA

El Comité de Seguimiento ha establecido el aplazamiento de eventos y actividades de participación en diferentes programas, además del cierre de centros, el fomento del teletrabajo entre el personal de la Administración provincial y atención a ciudadanía a través de los servicios electrónico y telefónicos, con el fin de evitar situaciones de riesgo de contagio.

En su web podrás consultar las diferentes medidas adoptadas por parte de la Diputación de Pontevedra como suspensión e interrupción de los plazos administrativos, atención y preguntas frecuentes, Oral, información tributaria.... entre muchos otros.

+ Info: depo.gal/es

CONFINARTE
CON CULTURA

CONCELLO DE VIGO

ConfinArte

EL CONCELLO DE VIGO PROMUEVE LA CULTURA A TRAVÉS DE UNA PLATAFORMA ONLINE GRATUITA

El Concello de Vigo ha creado una nueva plataforma llena de contenidos culturales para todas las edades y temáticas. Una web que pretende aunar en una plataforma todas las iniciativas artísticas, y en la que todos los usuarios pueden enviar sus videos, independientemente de la temática: Música, Literatura, Danza, Teatro...

El objetivo es de canalizar toda la creatividad que está surgiendo estos días desde la cuarentena de nuestras casas. Además nos ayudará a conocer de cerca toda la cultura latente de la ciudad y que muchas veces desconocemos los artistas que están detrás.

+ Info: confinarteconcultura.vigo.org

PARA NENOS

TEATRO FAMILIAR; DISFRUTA DEL MEJOR TEATRO INFANTIL DESDE CASA

El teatro es un arte y un entretenimiento al alcance de todos, para todas las edades; un placer para disfrutar en cualquier momento. Por ello, en estos tiempos "revueltos" y de confinamiento, queremos presentaros la sección de teatro familiar que pone a vuestra disposición en casa, una selección de obras de teatro infantil para poder disfrutar en familia de la mano de Afundación en casa.

+ Info: afundacion.org

//Afundación

BURBUJA
Cía 7 Burbujas

Burbuja es una loca comedia de pompas de jabón donde el público es el protagonista. Porque una burbuja vale más que mil palabras, aquí se las veremos llenas de encanto y humor en sus más diversas formas. Y recordemos que, aunque las pompas de jabón desaparezcan, su belleza y su magia podemos guardarlas para siempre.

15 PRIMAVERAS
Cía Mama Cabra

Mamá Cabra está consolidada como una de las bandas de música infantil gallega de referencia. Este espectáculo se creó por su 15 aniversario para hacer llegar a los más pequeños sus mejores canciones.

BON APPÉTIT
Cía Teatro dos Ghazafelhos

Comedia en clave de clown donde tres chefs «franceses» intentarán mostrar los secretos de la cocina gallega, siguiendo el prestigioso libro de cocina escrito por Álvaro Cunqueiro, La Cocina Gallega: «La cocina es arte, la expresión cultural que un pueblo desarrolla a lo largo del tiempo». En esta comedia la cocina tradicional gallega es el ingrediente perfecto para partirse de risa. Aquí lo sencillo puede ser tremendamente difícil y lo divertido puede ser muy peligroso...

GATUXO
Magín Blanco

Espectáculo músico-teatral para bebés y familias, en el que la parte musical corre a mano de Magín Blanco, Jorge Juncal y María Faltri, y se completa con la dramatización de las canciones por parte de Raquel Queizás, a través del teatro, la manipulación de objetos, el clown, claqué.... Un bebé sale de una caja y a través de ella van surgiendo juegos con los que se descubre a sí mismo: su primer sonrisa, sonidos, sus pies, gatear... Diferentes espacios muestran el descubrimiento del mundo en la vida cotidiana.

RUBICUNDO
Cía Teatro dos Ghazafelhos

Todas las noches Rubicundo sale en su bicicleta encima del árbol de su jardín rumbo a la noche oscura. Parece que nadie repara en este personaje con abrigo y sombrero de copa. Nadie excepto la curiosa y soñadora Erea, dispuesta a llegar hasta el final de aquel misterio.

Una historia sobre la amistad, la constancia y la poesía que nos anima a perseguir nuestros sueños sin límites ni distancias. Una puesta en escena llena de sorpresas que pasan por la música, los títeres, la acrobacia y el claqué, entre otros. Adaptación del libro de Rubicundo de María Canosa, finalista del Premio Merlín de Literatura Infantil 2014.

SAAABOR
Culturaactiva Producciónes

Saaabor! es un espectáculo cómico que mezcla música, magia, humor, ritmo y participación del público, con el mundo de la gastronomía de fondo. Nuestros protagonistas se convierten en dos reconocidos chefs que nos ofrecen platos para todos los gustos: desde la comida más práctica y sencilla hasta la más elaborada, sin olvidar vino y postre, elaborando un sabroso menú para toda la familia.

CONCURSO DE DIBUJO INFANTIL «O QUE VES DENDE A TÚA XANELA»

Hasta el 29 de mayo
+ Info: depo.gal/o-que-ves-desde-a-tua-xanela

El encierro en la casa debido a la pandemia que estamos sufriendo nos permite valorar y descubrir el paisaje que vemos desde nuestra ventana: las calles, árboles, mar y el campo de la provincia de Pontevedra.

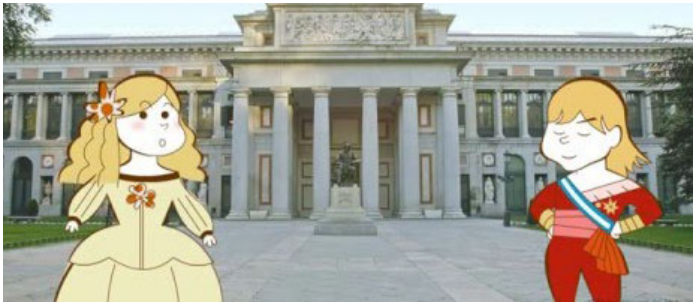
Una ventana que también se abre a los lugares de la provincia a los que le gustaría regresar, a aquellos lugares donde ha compartido tantas cosas con la familia y amigos.

La Diputación de Pontevedra propone un desafío: que los niños dibujen lo que ven desde su ventana (o balcón), para que nos muestren esos hermosos lugares que conocemos de la provincia de Pontevedra a los que te gustaría regresar.

Si vives en la provincia de Pontevedra y tienes entre 3 y 14 años y te gusta dibujar, participa en este concurso de dibujo infantil online.

LOS NIÑOS EN CASA

Llevamos más de un mes confinados y los más pequeños de la casa lo notan. Se nos acaban las recetas y los vídeos de deporte, pero también, las ideas de cómo entretener a nuestros hijos. Aunque a partir del 27 se podrá salir a dar el ansiado paseo, el tiempo es limitado, y todavía tendremos que pasar muchas horas en casa. Para seguir con el entretenimiento os presentamos estas nuevas propuestas que nos ayudarán a pasar un rato divertido con nuestros peques



OBRAS DE ARTE COMENTADAS

El Museo Nacional del Prado ha lanzado esta iniciativa en su perfil de YouTube. Con el personaje de 'Margarita' en sus vídeos e imágenes del museo, cada publicación explica y enseña a los niños sus obras más importantes. Se trata de una audioguía infantil, muy fácil de seguir mientras se recorre el museo en sus imágenes.

Una forma original de que los más pequeños de la casa aprendan arte con obras como 'Las tres Gracias' de Rubens, 'Las Meninas' de Velázquez o 'El jardín de las Delicias' de El Bosco, entre otras.

+ Info: Youtube: Museo del Prado

SAPOS Y PRINCESAS

En esta sección del diario el Mundo encontramos contenido infantil nuevo cada día. Enseñan cómo hacer manualidades, juegos, recetas y mucho más. Ofrecen ideas para preparar deliciosas recetas y menús saludables o recomendaciones sobre qué ver de cine. En su revista 'Experimentos' encontramos gran variedad de actividades para hacer ciencia en casa, sobre física, energía, electricidad, magnetismo...

Un sitio web referente para encontrar contenido infantil. Para distintas edades y con miles de ideas diferentes para entretener a todos.

+ Info: saposyprincesas.elmundo.es

HARRY POTTER AT HOME

La escritora británica J.K. Rowling ha lanzado esta plataforma para que niños, padres y profesores puedan dar "un toque de magia" a sus días de aislamiento. Los aficionados al mago inglés podrán acceder a actividades, artículos, concursos, puzzles y vídeos "mágicos" sobre las aventuras de Harry, Hermione y Ron. Junto a las actividades, en la página se pueden explorar los "Archivos de J.K. Rowling", donde se recopilan escritos sobre algunos de los aspectos más emblemáticos de sus libros, como el sombrero seleccionador, el Hogwarts Express, el mapa del merodeador o el encantamiento de Patronus.

+ Info: harrypotterathome.com

LIBROS INFANTILES GRATIS

'Epic!' es la biblioteca n.º 1 de libros electrónicos para niños de hasta 12 años. Ofrece acceso ilimitado a más de 35 000 libros de alta calidad en inglés y para niños. Una biblioteca ilimitada que tus hijos se pueden llevar a todas partes. Durante la cuarentena, los padres pueden suscribirse de manera gratuita y acceder a 40.000 vídeos, libros educativos, juegos...

Descarga la app Epic

Por otro lado, 'Amazon Audible' ofrece gratis 170 audiolibros en español para niños y toda la familia. La popular plataforma de Amazon ofrece de manera gratuita durante la cuarentena todo este contenido para niños. Encontramos audiolibros de 6 idiomas distintos y de temáticas diversas.
+ Info: amazon.es/audiolibros

REAL MOM

Real Mom es el programa de Tania Llasera en el que enseña a los niños inglés jugando y con actividades. El programa se basa en enseñar a los más pequeños manualidades, cocina, juegos... todo ello hablando en inglés y enseñando vocabulario.
+ Info: Mitele.es

PARQUE NACIONAL DE LAS ISLAS ATLÁNTICAS

Paraíso natural protegido

Desde la Ría de Arousa hasta la de Vigo el parque nacional de las islas Atlánticas, formado por las islas Cíes, Ons, Sálvora y Cortegada, ofrece paisajes incomparables con una impresionante biodiversidad, en la que se crea un gran mosaico de naturaleza, llenos de las más preciadas y variadas riquezas ecológicas y paisajísticas. Creado en 2002, está considerado como una de las mejores muestras de los ecosistemas propios de las costas y fondos marinos españoles.

Déjate envolver por su belleza y descubre sus playas vírgenes con aguas cristalinas, los acantilados más escarpados, o los faros y las rutas más bellas de este territorio insular protegido que atrae cada año a miles de visitantes.

+ Info: parquenacionalillasatlanticas.com

ISLAS CÍES

Este archipiélago que custodia la entrada de la ría de Vigo, son un pedacito de paraíso con un espacio marino inigualable, que conforma uno de los tesoros más preciados de Galicia.

Conforman un parque nacional formado por tres islas que exhiben dos caras: la que encara a los vientos del océano, con abruptos acantilados que parecen sacados de algún rincón de Islandia; y la que otea a la ría de Vigo y toca al mar con la arena de sus playas dignas de postal paradisíaca. Un triangulo insulaar formado por las islas San Martiño, la central de o Faro, y la norteña o Monteagudo. Estas dos últimas están unidas por el puente natural de la playa de Rodas, catalogada como 'la mejor playa del mundo'. Su silueta de perfecta media luna, el ecosistema dunar, su arena de cuarzo -de un blanco casi nuclear- y sus aguas turquesas han elevando a este arenal a cima del 'caribe gallego'.

Pero a las Cíes no solo se va para descubrir sus playas, también se va a hacer senderismo, excursiones en barco o a bucear para descubrir su fondo marino.

Lo ideal es recorrer las cuatro rutas señalizadas que encaminan hacia tres imponentes faros. Faro de Cíes, Alto do Príncipe con espectaculares vistas de los acantilados; Faro da Porta y Faro do Peito.

ISLA DE SÁLVORA

Sálvora es el misterio mejor custodiado de la costa gallega. Apenas tres kilómetros mar adentro, Sálvora es un territorio de otro mundo. Basta con desembarcar en la playa do Castelo, en un arenal prácticamente níveo, un Caribe en versión fresco guiado por la estatua de la Sirena Mariña, para darnos cuenta que estamos ante un lugar singular. Destacan, entre otros, las esculturas que el efecto del viento ha creado sobre la mezcla de piedras y sal.

ISLA DE CORTEGADA

Árboles centenarios esconden prados y tierras que fueron cultivadas en otro tiempo. La isla y su gran bosque de laureles respiran misterio. Una serie de pequeñas lagunas, las ruinas de una antigua ermita, un pueblo abandonado y un cruceiro forman parte de su hermoso paraje en un ambiente mágico y misterioso.

ISLA DE ONS

La isla ofrece las peculiaridades de un reducido pueblo costero típico de Galicia pero con un paisaje isleño que bien merece una visita. Un paraje que esconde increíbles playas, cuevas marinas y acantilados como el Buraco do Inferno. Un hermoso faro custodia la isla de Ons, que cuenta con un pequeño núcleo rural habitado con casas marineras típicas, hórreos y una pequeña iglesia en honor a San Xaquín. El senderismo es otro de sus principales atractivos.

PONTEVEDRA NA TÚA CESTA

LA DIPUTACIÓN DE PONTEVEDRA LANZA LA CAMPAÑA "PONTEVEDRA PROVINCIA EN TU CESTA" PARA PROMOCIONAR EL CONSUMO DE PRODUCTOS DE RÍAS BAIXAS

La campaña revaloriza la materia prima de calidad de la provincia, ensalza el trabajo de las personas productoras e impulsa además el consumo en el comercio local. Se busca promover que las vecinas y vecinos de la provincia de Pontevedra y de Galicia, consuman productos locales y de proximidad.

La campaña presentará contenidos especiales, imágenes, vídeos, galerías fotográficas, participación de personas blogueras e influencers y se promocionará un producto a diario. Además, la iniciativa se completará con la convocatoria de un concurso para que las personas participantes envíen imágenes con los productos de la provincia con platos listos para degustar.

+ Info: depo.gal

open world 24 HORAS

TODO LO QUE PUEDAS NECESITAR, A TU DISPOSICIÓN LOS 365 DÍAS

Tienda con gran variedad de artículos de alimentación, droguería, envíos de dinero, recargas, comida de mascotas...

C/ Vázquez Varela, 11. Vigo · T. 986 12 10 38 Openworld24h

ODONTÓLOGOS GONDOMAR

RAFA GARCÍA CLÍNICA DENTAL

NUESTRA PASIÓN ES TU SALUD.

www.gondomardentistas.es

Nuestra familia al servicio de la tuya

REDONDELA MERCA NA CASA

REDONDELA CREA UN SERVICIO A DOMICILIO PARA CONECTAR AL COMERCIO LOCAL CON LOS CONSUMIDORES

La iniciativa busca reactivar el comercio local y evitar el desplazamiento de los vecinos a los establecimientos durante el estado de alarma provocado por la crisis sanitaria.

El programa municipal trata de coordinar a los comercios locales que estén en disposición de ofrecer sus productos o servicios a domicilio y que, el mismo tiempo, los vecinos sepan a qué establecimientos pueden recurrir en caso de precisar un determinado servicio.

T. 986 402 664 · 986 400 300
+ Info: redondela.gal

DEPUTACIÓN DE PONTEVEDRA

Pontevedra provincia *na túa cesta*

DEPUTACIÓN PONTEVEDRA

riasbaixas

AXENDA 2030

REDONDELA
MERCANACASA

986 402 664 / 986 400 300

redondelamercanacasa@redondela.gal

CONCELLO DE
REDONDELA

1. ¿QUÉ ES #UNOPUNTOSIETE?

1.7 millones de personas es el número de trabajadores vinculados de una u otra forma al sector hostelería en España.

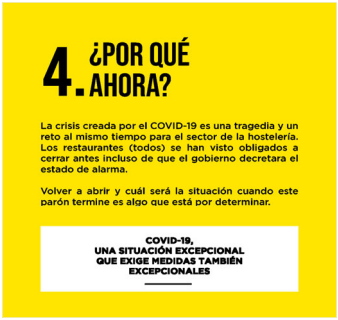
Y es el nombre de una plataforma que reúne a todas las grandes organizaciones del sector de la hostelería para dar voz a todas esas personas y a todo un sector.

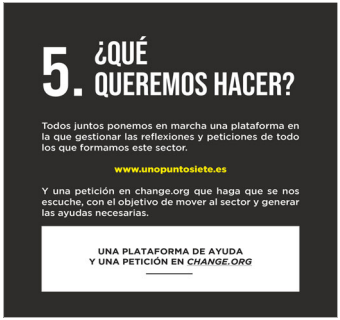
TODOS UNIDOS EN UNA PLATAFORMA PARA HACER MAYOR FUERZA PARA EL SECTOR DE LA HOSTELERÍA

3. ¿YO TAMBIÉN?

Sí, porque además de ser parte de ese **1.7 millones de personas**, también contribuyo a el...

- El **6,2% del PIB español** que genera la hostelería,
- Los **314.311 establecimientos** registrados,
- Y una facturación de **123.612 millones de euros.**





#Unopuntosiete

Apoyemos a #Unopuntosiete millones de hosteleros

La plataforma recoge las principales peticiones y sugerencias de los hosteleros para mejorar la situación del sector tras la crisis sanitaria. Una iniciativa, a la que suma la creación de una petición conjunta de la hostelería a través de change.org para conseguir firmas que apoyen esta causa.

Hostelería de España, FAacyre, EuroToques, Revolución en Sala, Escuela Española de Cata, Unión Española de Catadores, CEOE, CEIM, Madrid Fusión, San Sebastián Gastronomika o Mateo&Co, entre otros, se han sumado ya a esta iniciativa, en la que también participan reconocidos chefs, jefes de sala, sumilleres y camareros.

Con el COVID-19, los restaurantes se han visto obligados a cerrar antes incluso de decretar el estado de alarma en nuestro país. Miles de personas han perdido su trabajo, y miles de proveedores de alimentación y bebidas también se ven afectados. Al igual que repartidores, limpiadores, y otros muchos trabajadores...

Los restaurantes son el alma de nuestra economía, muchas veces santo y seña de nuestras comunidades y parte de cada uno de nosotros, más que nunca, necesitan nuestra ayuda.

Accede y firma la petición en: change.org

+ Info: **unopuntosiete.es**

kyoto
GALICIA

El primer restaurante japonés de Vigo ha sabido crecer y fortalecer sus raíces día a día para destacar entre todos

Moderno y refinado, en sus fogones recrea fielmente la esencia de la cocina nipona y la hace más grande gracias a la calidad del producto local, generando auténticos manjares, con platos creativos, llenos de matices y sabores que se convierten en únicos.

Su chef Jan Babczyszyn Jr, formado en la Academia de Sushi de Tokyo, presenta una cocina en continua evolución, que ofrece una carta fija con platos referentes, y un menú degustación que varía diariamente en función de la materia prima de los mercados.

Para completar la experiencia, su perfecta bodega con vinos excelentes, con especial interés en D. O. de Galicia, frescos y ligeros perfectos para maridar con la gastronomía japonesa.

C/ Cuba, 28. Vigo.
T. 986 416 597
kyotogalicia.com

Restaurante · Pizzería
Chicote
desde 1981
VIGO

ELABORACIÓN ARTESANAL DE
TODOS NUESTROS PRODUCTOS
ESPECIALIDAD EN
PASTAS ITALIANAS
REPOSTERÍA CASERA
ENSALADAS VARIADAS

C/ Simón Bolivar, 15 · T. 986 480 969
www.pizzeriachicote.com

A XANELA GASTRONÓMICA

Cociña rockeira

Cocina hecha desde el carácter y la alegría, aplicando las técnicas y vivencias adquiridos en su carrera. Una cocina con bases en el acervo gallego, con personalidad, cercana, al igual que la materia prima de proximidad que utilizan. Platos de aquí y de allá pero fieles a sus raíces y dotados de sentido y frescura para un local dividido en un barra y mesas para su cocina en miniatura y, al fondo, el acogedor restaurante.

Rúa Real, 62. Ponteareas · T. 886 216 997 · axanelagastro.com

DE TAPA EN CEPA

Una forma simple y efusiva de detallar la filosofía de un establecimiento en el que prima el producto, el sabor y la técnica. El resultado, platos sanos y frescos, respetando la tradición de la gastronomía nacional con toques viajeros y de autor. Oscar Cidanes, experto Sumiller, es el artífice de este templo culinario dividido en 2 espacios diferenciados: una planta baja para los que gusten de buen ambiente informal y una alta para los que opten por la intimidad.

C/ Ecuador, 18. Vigo
T. 986 473 757
600 536 154
detapaencepa.com

BocArte busca un objetivo más allá de su cocina, donde el cliente sienta la experiencia en un ambiente donde disfrute, se relaje y cada detalle sea un mimo. Un lugar tranquilo donde disfrutar con sosiego y degustar una cocina reconocible en las formas pero extraordinaria en el fondo; Un producto de calidad con una cuidada elaboración y presentación creativa que respeta la estacionalidad de los ingredientes.

C/ Nova de Arriba, 7. Pontevedra · T. 886 301 525 · bocartefusion.com

FILIPE

TAPAS | RESTAURANTE | VINOS

FILIPE GASTROBAR

Pequeño gastrobar en la zona del Calvario que busca enardecer el paladar a través de una cocina "diferente", tradicional, pero innovando con nuevos sabores y juegos de ingredientes.

Disfruta de un local acogedor, con un servicio profesional y de cercanía, donde los platos más sabrosos y elaborados, demuestran que no siempre van a la par de los precios elevados.

C/ Cristo,9. Vigo
T. 986 042 575

Filipe Gastrobar

LA CARPINTERIA

Restaurante gastrobar situado en una vieja carpintería. Cocina vasca e influencia de cocina gallega. Productos de alta calidad donde encontraremos platos como carpaccio de pez limón, cochinillo prensado con risotto de trigueros y manzana, pescados de rula... Cambiando su carta cada temporada. Tartas y postres hechas en su propio obrado.

AHORA TUS PEDIDOS PARA RECOGER EN EL LOCAL

C/ Rúa Alfolies, 19. Vigo (Bouzas). T. 986 12 31 03

6 PORCIONES

Pizzas enteras desde 4 a 12 € o en porciones desde 1 a 2 € para tomar, llevar o servicio a domicilio. Redescubre el sabor de las pizzas con su masa fresca realizada cada día con los ingredientes clásicos y otros más innovadores como salchicha, pulpo, tetilla, almejas, mejillones...

HAZ TUS PEDIDOS A DOMICILIO

C/ Doctor González Sierra, 1. Vigo. T. 986 126 292
6porciones.es

O CHIDEIRO

Un lugar para disfrutar del mejor sabor de la cocina tradicional gallega y de calidad, con amplia variedad de tapas y platos tradicionales como bacalao, fabada, callos, cabrito... Todo acompañado de su amplia carta de vinos y del mejor trato profesional y familiar. No te pierdas sus jornadas gastonómicas los fines de semana!

Rúa Camino Cabreira, 10. A Ramallosa
T. 986 354 474 Ochideiro Taperia

OUXO

Tapería situada en el corazón de Bouzas con menú diario y una amplia terraza al aire libre con una sala anexa con una zona cubierta y acristalada. Disfruta de su cocina tradicional y de sus especialidades, donde destaca la tosta Ouxo, el pollo a la mostaza y el provolone a la plancha.

C/ Suarez Llanos, 24 (Bouzas). Vigo. T. 986 195 429· OUXO

NIÑO CORVO
COCINA MARINERA

DISFRUTA #CorvoNaCasa
NIÑO CORVO EN TU CASA YA!

Pedidos:
670 71 97 31
986 11 50 64
Zona de reparto: Vigo
(Otras zonas consultar)

ABRIR Y LISTO!

Niguiri: Boliña de arroz con sabrosas láminas de Peixe

Niguiri tiradiño de lubina
7,00 € (2 unids.)

Niguiri de lubina con mantequilla de trufa
8,00 € (2 unids.)

Niguiri de xarda o xurelo sopleteados con tomate
(Según mercado)
Xarda: 5,00 € / Xurelo: 6,00€
(2 unids.)

Shary
Bol de arroz al vapor con vinagre de sushi
4,00 €

Niguiri de salmonete sopleteado al ajillo
6,50 € (2 unids.)

Niguiri de salmonete sopleteado con su mayonesa y su espina
7,00 € (2 unids.)

Niguiri de atún sichimi
8,00 € (2 unids.)

Niguiri de atún con salsa brava
9,00 € (2 unids.)

Sargo a la gallega
Macerado con soja y ajada.
14,00 €

Bol de atún picante con arroz de sushi
Atún rojo macerado con salsa de soja y mezcla de especias picantes acompañado de arroz de sushi.
17,00 €

Pan bao de pollo con salsa tamarindo y cacahuete
Bollo esponjoso relleno de estofado de pollo acompañado de salsa tamarindo (haba de soja) con cacahuetes espolvoreados.
9,00 € (2 unids.)

TERMÍNALO TÚ!

Estos platos solo necesitan unos sencillos pasos finales que harás tú mismo sin problema y mejoran la calidad del producto un 200%.

Tiradiño de sargo
Cortes de sargo macerado con lima al momento, salsa de aguacate, cebolla y jalapeño.
12,50 €

Xurel con salsa de soja y sésamo garrapiñado
Xurel curado en sal sopleteado, salsa en base de soja, mirin, sake y un sésamo garrapiñado crujiente.
10,00 €

Taco Tano
Fajita rellena de carne de ternera cocinada lentamente, queso guacamole y pico de gallo
4,50 €

Vieiras con salsa corvo y migas de jamón crujientes
Duo de vieiras acompañada de salsa de verduritas encurtidas y terminado con unas migas de pan de maíz y jamón.
14,00 € (2 unids.)

Volandeira* gallega con salsa corvo y migas de jamón crujientes
Volandeiras acompañadas de salsa de verduritas encurtidas y terminado con unas migas de pan de maíz y jamón.
12,00 € (6 unids.)
***La volandeira es lo que te venden por ahí como zamburiña.**

VIDEOS EXPLICATIVO
Si quieres ver nuestros pasos vuela a nuestras redes! o escanea el código QR.

Échanos una mano compartiendo tu emplatado con el hastag **#CorvoNaCasa**

NO QUEDES SIN POSTRE!

Tarta de queso o forno casi feita
Requesón das Neves, queixo crema galego y todo esto, casi cuajado (cremoso).
6,00 €

Brownie de maracuya
Brownie de chocolate (templado) con salsa de maracuya.
6,00 €

BODEGA

Consúltanos en tu pedido sobre nuestra selección de vinos gallegos de autor.

nino_corvo @ninocorvo

www.niñocorvo.com

PEDIDOS: 670 71 97 31

RESTAURANTE CARMEN

Un mar de sensaciones

Ubicado en el entorno del puerto deportivo de Sanxenxo y con unas bonitas vistas sobre el mar, podremos disfrutar de platos pulidos en los que se prioriza la materia prima, con especial atención al producto de la Ría de Pontevedra de la más alta calidad. Una carta, desdoblada en las elaboraciones tradicionales y algo contemporáneas, de presentación cuidada, en la que no faltan exquisitos pescados y mariscos, o sus deliciosos arroces.

Praia dos Barcos, 2. Sanxenxo
T. 986 723 412 / 606 389 228 · restaurantecarmen.es

Purosushi

RESERVA TUS PEDIDOS
PARA LLEVAR EN EL
986 11 70 40

Rúa Castelar, 8. Vigo.
www.purosushi.es

PICADILLO

PICADILLO LLEGA A TU CASA

NUESTROS PLATOS

POLLO SATAY, COUS-COUS Y SALSA DE CACAHUETE. 12€

TODO UN CLÁSICO; NUESTRA LASAÑA VEGETAL. 9€

CROQUETAS GRIEGAS, SALSA DE YOGURT Y MENTA. 8€

WOK DE FIDEOS UDON, POLLO Y VERDURAS DE TEMPORADA. 12€
(OPCIÓN VEGETARIANA SIN POLLO)

FILLOA DE PATO, VERDURAS Y SALSA DE HIGOS. 9€

EMPANADA CASERA DE MEJILLONES Y TETILLA. 7€

POLLO TIKKA MASALA, ARROZ BASMATI Y PAN POLAR. 10€

CARRILLERAS GUISADAS A LA ANTIGUA Y PARMENTIER DE PATATA. 12€

TACO DE TERNERA, AGUACATE, YOGURT Y PIÑA. 12€

POSTRES

TARTA DE LA ABUELA. 4.50€

TARTA DE QUESO TRADICIONAL. 4.50€

986 223 729 - 603547754

PEDIDOS: JUEVES A SÁBADOS

11.00h – 13.00 / 18.00h – 20.00

REPARTO Y RECOGIDA EN LOCAL: VIERNES Y SÁBADOS

13.30h – 15.15h / 20.30h – 22.15h

PEDIDO MÍNIMO 12€ + GASTOS DE ENVÍO 3€ (REPARTO: VIGO CENTRO-CONSULTAR)

PAGO TARJETA – EFECTIVO

PARA UN MEJOR SERVICIO, OS RECOMENDAMOS PEDIDOS CON 24HORAS DE ANTELACION. GRACIAS!

Take away food

JAMONERÍA ALALA

Disfruta de la excelente calidad en sus productos de la tierra, a precios asequibles, con una preparación cuidada al detalle, y un trato profesional y familiar. Variedad de vinos, tapas y su especialidad en jamones de calidad.

C/ Jesús Espinosa, 23. Panxón. Nigrán.
T. 986 366 849

VERDE MOSTAZA

Hamburguesería vegetariana/vegana, artesana y de calidad. Cuenta con menú del día y comida para llevar. Podrás disfrutar exquisitas hamburguesas, variedad de panes, patés y tartas caseras en un ambiente dinámico con propuestas culturales. Un local agradable con una decoración sencilla donde las plantas ganan protagonismo. Admiten mascotas.

C/ Paraguay, 6. Vigo. Tel. 986 199 444 · Verde Mostaza

La Piccola di Clemente

La primera, auténtica pizzería italiana en Baiona. Pizza y pasta con el mejor sabor de Italia, todo 100% artesano y preparado con los más frescos ingredientes. ¡Se te hará la boca agua..!

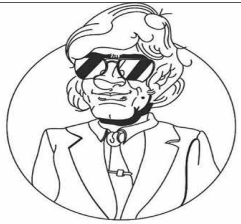
AHORA TUS PEDIDOS PARA LLEVAR

Avda. Monterreal, 2. Bayona. T. 986 357 169
La Piccola di Clemente

CREPERIE BRETONNE

Disfruta de la verdadera comida de Bretaña: "galettes" de trigo sarraceno rellenas de ingredientes salados; o crepes dulces hechas con trigo blanco con deliciosos y múltiples sabores; platos vegetarianos; ensaladas y tortillas; helados... Una comida diferente y de calidad en un local muy original. La conjugación perfecta de la tradición bretona adaptada a Galicia.

C/ Urzaiz, 47. Vigo. T. 986 136 875 · creperiebretonne.com



MelitÖn
BOCADILLERÍAS
★LA CULTURA DEL BOCADILLO★

HORARIO

VIERNES 1: 13.00 a 15.30
20.30 a 22.30
SABADO 2: 13.00 a 15.30
20.30 a 15.30
DOMINGO 3: Solo recogidas
Menú día de la madre.
12.30 a 15.00

DISFRUTA DE TUS PEDIDOS
PARA RECOGER O A DOMICILIO
Rúa Luis Taboada, 12. Vigo · T. 986 43 66 73

LA CULTURAL VIGO

Este cosmopolita y acogedor local fue creado por el joven Jesús Míguez para hacer feliz con la comida sin que importe la hora. Desde los desayunos, los brunch, hasta otras opciones variadas del mediodía y la noche. Su cocina tiene una base viajera e innovadora, complementada con las tendencias internacionales, producto de mercado cercano y un concepto versátil dotado de mucha sutileza y presentaciones cuidadas.

C/ Zamora, 57. Vigo. T. 986 134 275

Horario para recoger en local
13:30 - 15:30 y 20:30 - 22:30

C/ Luis Taboada, 18. Vigo. T. 986 952 467 · mijominibar.com

Trepia Gastronomia y Baovigobar

Horario de pedidos

De Jueves a domingo
de 10:30 a 13:00
de 17:30 a 20:00

Horarios de entrega y recogida

Viernes de 20:30 a 22:30
Sabados y Domingos
de 13:30 a 15:30
de 20:30 a 22:30

Recomendamos hacer el pedido con bastante antelación para un mejor servicio de entrega.

Gracias

886 16 07 84 / 655 01 08 75

gastos de envio 4€ / pago con tarjeta o efectivo

COMER

NIKKŌ

ESPACIO GASTRONÓMICO

PEDIDOS A DOMICILIO

www.restaurantenikko.com

C/ MÉXICO, 10 - VIGO 886 13 05 76

PAZO DA ESCOLA

Complejo de Turismo Rural, ubicado en la edificación solariega de 300 años de antigüedad. Su restaurante, con zona ajardinada es el lugar ideal para todo tipo de celebraciones, reuniones, comuniones..., diseñado para ofrecer el mejor servicio para quien quiera saborear los platos tradicionales con los mejores productos.

PEDIDOS PARA RECOGER O PARA LLEVAR TODOS LOS VIERNES, SÁBADOS Y DOMINGOS

Barrio Moreira, 10. Mañufe. Gondomar.
T 986 36 92 82. Pazodaescola.com

Tapería Rural ardora

Tapería rural con jardín, vistas al Val Miñor y parking propio.

Cocina tradicional con productos de calidad en un ambiente familiar.

Disfruta de sus tapas con una relación calidad precio perfecta.

C/ San Sebastián 4. Mañufe. Gondomar · T. 615 351 914

LA MOLINERA

Un rincón diferente en Ramallosa, donde podrás disfrutar de su terraza cubierta y al aire libre con unas vistas impresionantes, acompañándolo de su cocina tradicional como Tostas, carnes a la parrilla, huevos rotos, carta de vinos... Los mejores productos con el mejor ambiente, en el mejor lugar...

Avda. de Portugal, 24. Ramallosa. T. 986 353 813
taperialamolineraramallosa.es La Molinera del Miñor

MESÓN JAMONERÍA FIDALGO

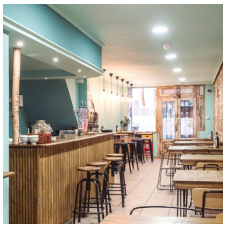
El Mesón Jamonería ofrece la mejor selección de su despensa: Jamones, quesos, ibéricos, empanadas, pulpo, foie, tostas..., los más sabrosos platos de la cocina fríos y calientes, además de sus sugerencias fuera de carta, que podremos aderezar con una amplia carta de vinos de su bodega. Lo mejor de la comida tradicional con productos de calidad, en el mejor ambiente.

Av. Julián Valverde, 79. Sabarís · Baiona. T. 986 354 530

MIRADOR DO CEPUDO

Magnífico restaurante con maravillosas vistas a la ría de Vigo, Bayona e Islas Cíes. Su cocina se caracteriza por una buena preparación y presentación, con un servicio profesional y agradable, dotado de instalaciones espaciosas y acogedoras, con una relación calidad precio equilibrada.

Parque Forestal Monte Cepudo. Valladares. T. 986 687 979



A TABERNA DE LUCHI

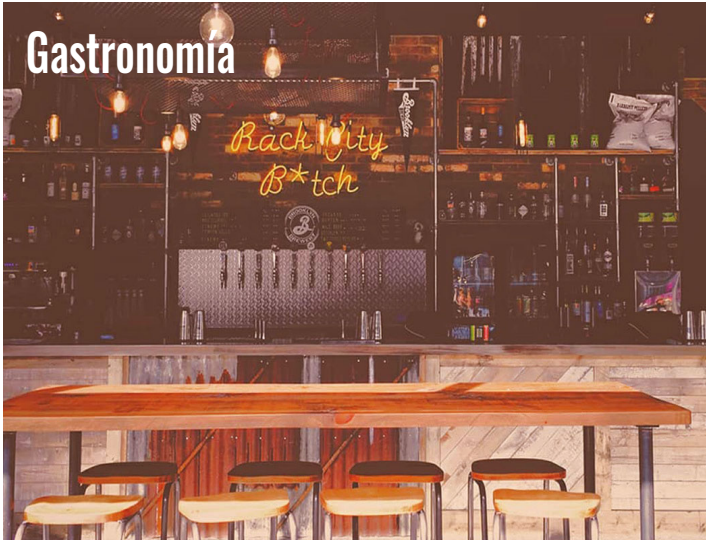
Taberna tradicional pero con estilo y acogedora, con una carta variada y original donde predomina el producto de calidad, como el risotto de Portobello, cecina de vaca, chorizo de ciervo, salchichón de jabalí... siempre acompañado de pan de maíz y bolla de Carballo. No te pierdas su gran selección de vinos.

Rúa Real, 40. Vigo. Tel. 886 115 010
A Taberna De Luchi

CANTINA BOTANA

La cocina puede ser muchas cosas, pero no debería ser nunca aburrida. Sobre esta base se alza esta nueva opción gastronómica en el centro de Vigo, a unos pasos del Sireno. Pequeños platos en una carta fusión con los que su equipo evocan sensaciones más allá del paladar. Servicio entregado y profesional.

Rúa Doutor Cadaval, 11, Vigo · T. 698 15 81 62
Cantina Botana



ECHAMOS DE MENOS A NUESTROS BARES

Adopta un bar

En nuestro país hay más de 300.000 locales de hostelería que han tenido que cerrar debido a la crisis sanitaria que ha generado el Covid 19. Como ayuda para capear todo este temporal surge una iniciativa solidaria llamada **ADOPTA UN BAR**. Una manera original de ayudar a tu local favorito durante este confinamiento.

Bajo el lema **«Arrima el hombro ahora, empina el codo después»** podrás ayudar a tus bares o restaurantes favoritos. De esta manera Adopta un Bar te acerca la barra del bar a casa para que puedas adquirir consumiciones que te tomarás cuando acabe el Estado de Alarma. También podrás añadir propinas o donativos a los establecimientos, lo que les vendrá de maravilla en estos tiempos tan duros para el sector hostelero.

Más info: www.adoptaunbar.com

¿Como ayudar al sector hostelero?

El procedimiento es muy sencillo, surfea hasta **AdoptaUnBar.com,** busca en cada provincia tus locales favoritos y simplemente haz tu elección. Al acabar este confinamiento te estarán esperando esas raciones que tanto te gustan. Las opciones son variadas según cada negocio, pero así de entrada puedes sacarte bonos de 10€, 20€ o 50€ para canjear según acabe la cuarentena. Pero según el bar o restaurante van a más, ya que hemos encontrado locales que te permiten elegir tu vino favorito, un pescadito rico o incluso esas copas que estás deseando volver a compartir con tus amig@s.

Si por el contrario tienes un negocio y te animas a participar en este iniciativa solidaria, puedes registrarte gratuitamente a través de la web de AdoptaUnBar.com. Toda la info en Adopta Un Bar. La próxima, en los bares....

ROSANA

Comer & beber

Un gastrobar diferente...

Un local que busca la calidez ambiental para despertar todos tus sentidos y hacer de tu experiencia, un momento único.

Desde el momento en el que cruzas su puerta, uno se encuentra inmerso en un universo lleno de matices, con una cuidada decoración y un ambiente relajado para pasarlo, ante todo, bien.

Rosana es el punto de encuentro perfecto para, comer o cenar con una cocina basada un producto de calidad, que fusiona la cocina tradicional con toques contemporáneos generando sugerentes platos. Pero también para el afterwork, con música ambiental para disfrutar de sus vinos, cervezas, o cócteles acompañados de las mejores tapas creativas.

C/ Montero Ríos, 18. Vigo
T. 88 111 476

Rosana comer & beber

LOS 80's VIGO

Bar Temático

Drinks, Food & Rock'n Roll

Reservas
605 25 10 64

Avda. Atlántida, 54
C/ Arenal, 18

Vigo Los 80's vigo

CASINO DE SABARÍS

Disfruta de un lugar ideal para tus momentos de ocio, solo, con amigos o en familia. Desde desayunos, cañas, tapas, pizzas... con conciertos, catas, exposiciones... todo con una decoración cuidada y con dos terrazas con vistas a la marisma con el mejor ambiente. Disfrutar de la mejor manera de tu tiempo libre.... Ven al Casino.

C/ Julián Valverde, 33. Sabarís · T. 986 35 37 90

BACCOS

En el corazón del casco histórico de Baiona encontramos este acogedor local que nos ofrece un servicio familiar. Disfruta de la calidad y su amplia carta de vinos, siempre acompañados de una gran variedad y exquisitos pinchos.

C/ Xogo da Bola, 3. Baiona Bacco's

SIDRERÍA PINTXOTECA

Siguiendo la tradición de La Pintxoteca y la Pintxoteca del Mar, nace esta sidrería urbana, centrada en la filosofía, rasgos y tradiciones vascas de los pintxos. Disfruta de un servicio moderno y dinámico con producto de calidad de Euskadi, en la que destacan platos como la chuleta o la tortilla de bacalao, además de las genuinas banderillas. Y como no podía ser de otra forma, que mejor para acompañarlo que una buena sidras escanciadas de Astigarraga.

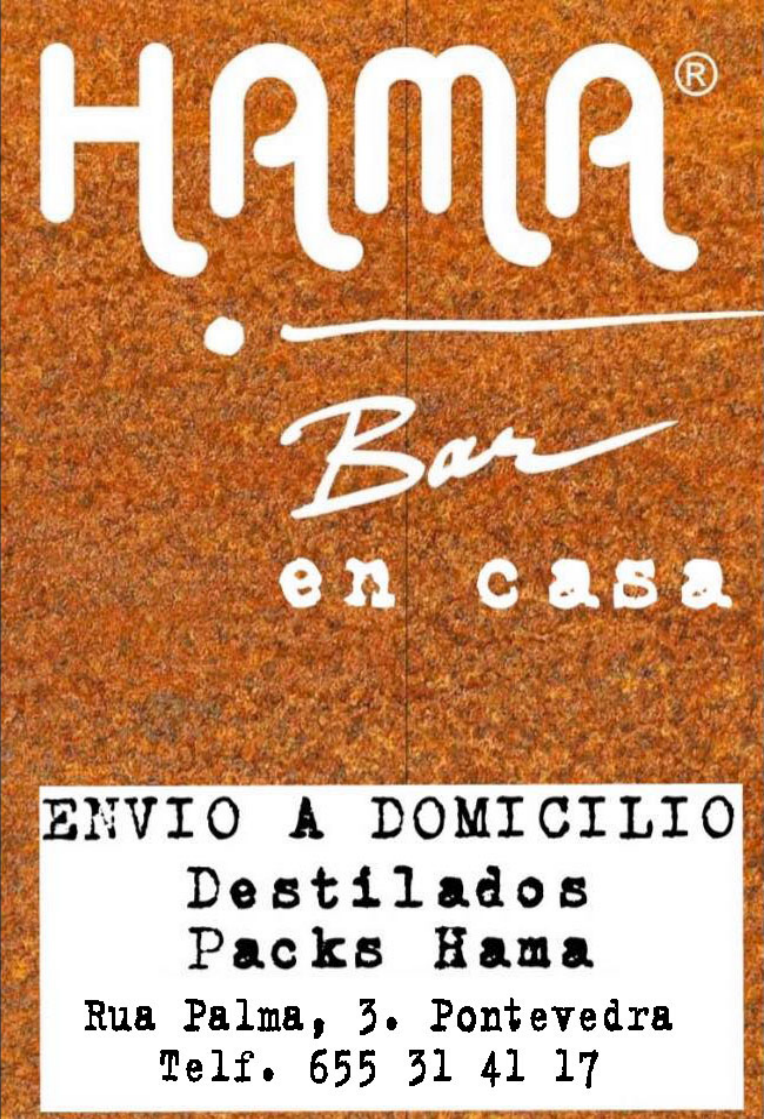
C/ Teófilo Llorente, 53. Vigo · T. 674 955 464

LA CASA DE ARRIBA
VIGO
Rúa Martín Códax, 23 La Casa de Arriba Vigo

AVDA. PLAYA SANTA MARTA, 9. BAIONA. T. 616 65 47 34

Estrella Baiona O Burgo

UN LUGAR ENFRENTE DE LA PLAYA. UN LUGAR DIFERENTE, ESPECIAL.
Degusta su variedad de sidras acompañada de sus tapas y platos de carnes y pescados basados en a cocina asturiana y gallega con un toque contemporáneo, siempre con productos de calidad a precios asequibles.


HAMA®
Bar
en casa
ENVIO A DOMICILIO
Destilados
Packs Hama
Rua Palma, 3. Pontevedra
Telf. 655 31 41 17

BBA
Doble Grado Internacional en ADE

Admisión 100 % online | Programa de becas | Prácticas

IESIDE
BUSINESS INSTITUTE

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR INTERCONTINENTAL DE LA EMPRESA

Afundación Obra Social **ABANCA**

Saber decidir.

ieside.edu