

Guía de recursos

# Turismo responsable

OUTRA FORMA DE VIAXAR



**BIBLIOTECAS**  
municipais

# Contidos

---

**01** Presentación

**02** Turismo responsable

**03** Turista responsable

**04** Ecoturismo

**05** Beneficios do ecoturismo

**06** Recomendamos

Libros

Apps

Webs

Experiencias



Illas Cíes

# 01 Presentación

Organizar unhas vacacións nun contexto de pandemia é todo un desafío. Por iso, as BMC propoñémonos dar a coñecer iniciativas e ofrecer ideas para gozar do noso tempo libre, respectando todas as medidas de seguridade e con maior conciencia da necesidade dun turismo de proximidade, máis sostible e respetuoso.

Agardamos que os recursos que ofrecemos nesta guía -libros, películas, apps, webs e experiencias- sexan de utilidade nun momento como o que estamos a vivir, un momento no que todas e todos necesitamos descanso e contacto coa natureza.

Porque [#OutraFormadeViaxar](#) é posible.

[#BibliotecaVerde](#) [#TurismoResponsable](#) [#TurismoEcolóxico](#) [#OutraFormadeViaxar](#)

# 02

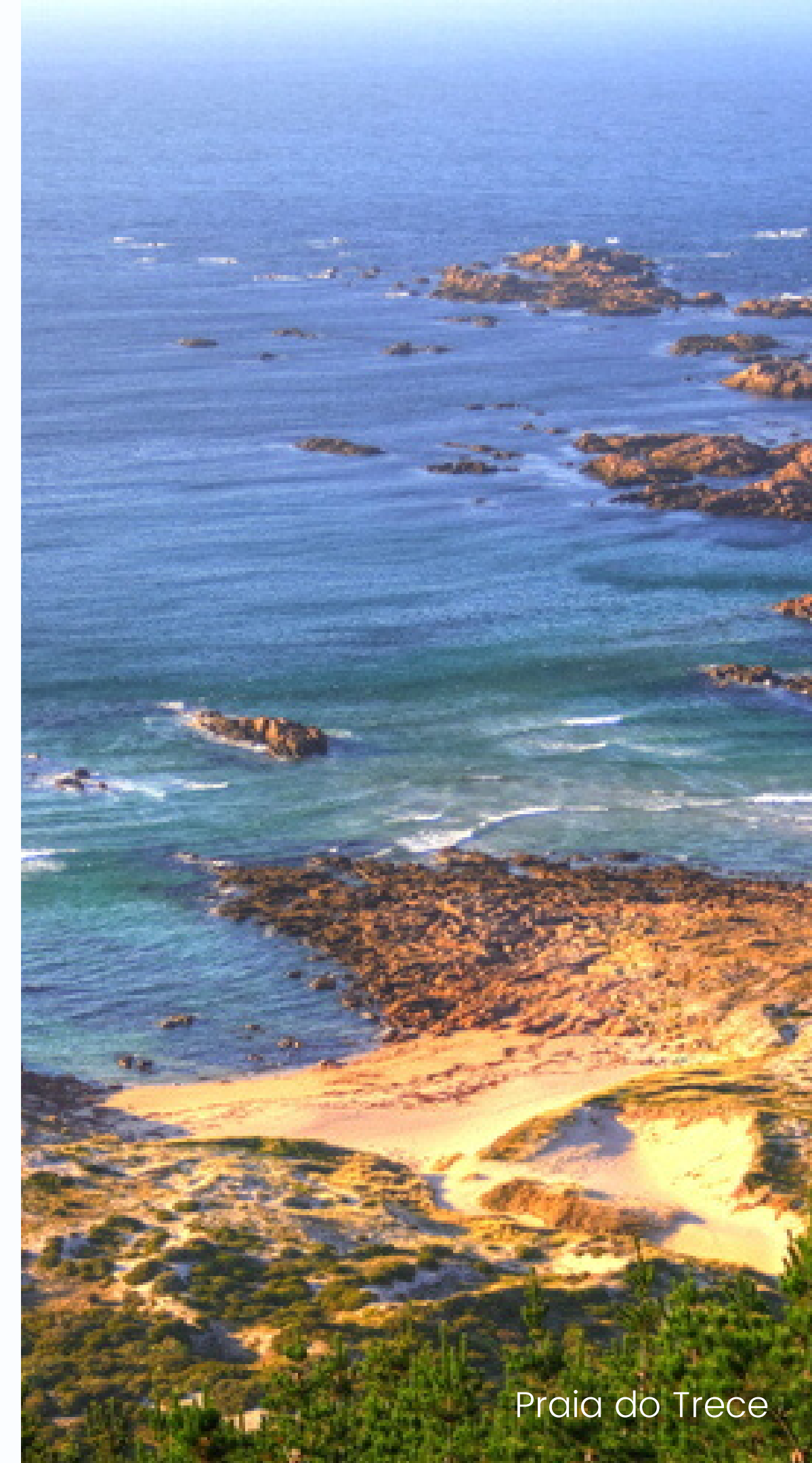
## Turismo responsable

---

O turismo convencional é unha das industrias máis contaminantes do planeta. O impacto que xeran actividades masivas, como pode ser a chegada de miles de turistas a un pequeno porto nunha pequena illa do Caribe, non son máis que pan para hoxe e fame para mañá.

A denominación **turismo responsable** utilízase para definir diversas propostas dirixidas a enfrontar os impactos negativos do turismo: danos a ecosistemas, alleamento de terras, desestruturación das sociedades locais, etc.

Aínda que o turismo responsable adoita a asóciase unicamente co medio ambiente, a realidade é que o impacto que temos nas **comunidades locais** é igual de importante que o que temos na contorna que nos rodea.



Praia do Trece

# 03

## Ser Turista Responsable

---

- Antes de saír de casa, de facer as maletas e saír da rutina, o ecoturista planea moi ben a viaxe, desde o momento no que elixe o destino ata o momento no que volve a casa.
- Prefire viaxar cando non o fai todo o mundo, polo que non lle importa cambiar as épocas de viaxe para evitar lugares masificados en tempada alta.
- Procura información para familiarizarse coa historia, a cultura e as tradicións do lugar que visita.
- Aposta sempre por negocios sostibles ou eco.

## Moverse co menor impacto

---

- Elixo medios de transporte sostible e vehículos colectivos. Dentro da cidade pode ser a bicicleta e fóra dela o tren ou o autobús.
- Tren: É a opción menos contaminantes se dispós de tempo suficiente.
- Avión: páxinas como Skyscanner mostran as opcións con menor pegada de carbono.
- Ferry ou crucero: emiten emisión tan contaminantes coma as do avión. Un crucero con 3000 persoas pruce 210.000 litros de augas residuais.



# 03

# Turismo responsable en familia

---

Practicar o turismo responsable en familia é unha opción ideal para educar aos/ás nosos/as fillos/as sobre a importancia do respecto ao medio ambiente.

Especialmente nos países máis desenvolvidos, somos cada vez máis conscientes de que a necesidade de respectar o planeta esixe un cambio profundo nos nosos hábitos cotiás.

Por iso o turismo responsable en familia permítenos transmitir aos nosos fillos que o planeta non nos pertence, que se trata dun conxunto de ecosistemas vivos, do que só formamos unha pequena parte. A partir desta visión, non nos será difícil inculcar aos/ás pequenos/as a importancia de coidar a natureza.

# 04

## Ecoturismo

---

O ecoturismo ou turismo ecolóxico é unha actividade turística que se desenvolve sen alterar o equilibrio do medio ambiente, evitando os danos á natureza.

Consiste en viaxar a áreas naturais co obxecto de admirar, gozar e estudar a súa paisaxe, a súa flora e a súa fauna silvestres, así como as manifestacións culturais que alí poidan atoparse.

O turismo ecolóxico promóvese como un turismo ético, no cal tamén se prioriza o benestar das poboacións locais, busca incentivar o desenvolvemento sostible, é dicir, o crecemento actual que non dane as posibilidades futuras.

# 05

## Beneficios do ecoturismo

---

- Dá a oportunidade de vivir en pleno contacto coa natureza e, por tanto, afastarse do bulicio e a contaminación das grandes cidades.
- É ideal para relaxarse e descansar.
- É máis barato que outro tipo de turismo. Permite descubrir recunchos naturais de gran valor e beleza.
- Dá a posibilidade de que os pequenos núcleos de poboacións rurais poidan impulsar a súa economía, manterse e coidar a súa contorna, tanto ambiental como arquitectónica e etnográfica.
- Realízanse unha infinidade de actividades ao aire libre, como roteiros de sendeirismo, paseos a cabalo, escalada, rutas en bici, etc.





# 05

# Ecoturista

---

Gústache descubrir paisaxes, a súa fauna e flora, a cultura e gastronomía do lugar e gústache saber que a túa viaxe contribúe a conservalos?

Visitas a natureza a pé, en bicicleta, a cabalo ou en canoa, respectándoa ao máximo e descubrindo os seus segredos grazas aos profesionais locais?

Buscas o descanso con amigos ou familia en establecementos que axudan a conservar a natureza que visitas?

# 05

## Onde aloxarse?

---

- Se vas a unha cidade, reserva nun hotel que quede fóra do centro turístico, xa que adoitan orientar o seu modelo de negocio cara un respecto á poboación na que se integra, empregan a **poboación local** e están concienciados co uso da auga e da luz.

- Consulta as páxinas web dos aloxamentos antes de elixir. Comproba se están adscritos a algún **certificado sostible** ou teñen un código de boas prácticas.
- Usa Fairbnb. É unha plataforma cooperativa de turismo que aposta polo **aluguer xusto**. Ao escollela, apoias economicamente esa área, unha parte do precio invertírase en proxectos sociais coma centros culturais o xardíns comunitarios.
- Aposta por un **ecohotel**. Cumpren cos requisitos dunha construción con materiais sostibles, xestiónanse con enerxías renovables e ofertan unha alimentación ecolóxica.

# 05

## Antes de partir

---

- Leva o indispensable na maleta: reduce o número de envases e leva un neceser transparente, así non precisarás de bolsiñas de plástico nos aeroportos.
- Non imprimas os billetes, lévaos no móvil e así aforrarás papel.
- Elixes pilas recarcables, botellas reutilizables e cremas solares ecolóxicas que non deixen residuo nas zonas de baño (os protectores solares tradicionais son moi contaminantes).

## No destino

---

- Usa cremas solares ecolóxicas non contaminantes.
- Esquece as duchas longas. A auga é un ben escaso.
- Cambia o coche por outros transportes coma o autobús, a bicicleta ou a pé.
- Come en locais que oferten produtos locais ou km0, fomentando así a economía local.
- Merca souvenirs feitos na zona.
- Contrata guías de turismo locais para desfrutar do patrimonio.
- Coida o patrimonio e lembra que está prohibido mercar produtos, plantas ou animais en perigo de extinción.

# 05


## Decálogo

---

Se te decides por empezar a practicar un turismo responsable e sostible debes saber que, ante todo, o que necesitas é facer un profundo exercicio de **reflexión**. O recomendable é pensar sobre a túa forma de viaxar e como poderías minimizar o impacto dos teus desprazamentos.

Antes de empezar a planificar a viaxe, recomendámosche repasar este decálogo que o **Ministerio de Medio Ambiente** elaborou co obxectivo de que os turistas se conciencien do que deben e non facer nos destinos aos que decidan viaxar:

1. Cando planifiques a túa viaxe, elixe provedores que ofrezan garantías de calidade e respecto aos dereitos humanos e medio ambiente.
2. Unha vez no destino, non esquezas utilizar os recursos naturais —auga e enerxía— con moderación, como o fas na casa. Lembra que a auga e a enerxía son bens escasos.
3. Tenta minimizar a xeración de residuos, son unha fonte de contaminación. Pensa que pasaría se tiveses que levalos de volta a casa co resto da equipaxe. Seguro que procurarías non amontoar moito lixo!
4. Cando teñas que desfacerte dun residuo faino da forma máis limpa que o lugar de destino te permita.
5. Nun espazo natural, procura que a túa única pegada sexa a das túas zapatillas.
6. Infórmate no lugar de destino da mellor forma de visitar ecosistemas sensibles: por exemplo os arrecifes de coral ou as selvas. A idea é causar o menor impacto posible.
7. Se vas comprar un recordo ou un agasallo para a túa familia ou amigos, trata de buscar produtos que sexan expresións da cultura local, así favoreces a economía das comunidades que visitas.
8. Non compres flora e fauna nin produtos derivados.
9. No destino, aproveita para coñecer a cultura, costumes, gastronomía e tradicións das poboacións locais. Achégate a elas con total respecto.
10. Procura contribuír coa túa presenza ao desenvolvemento dun turismo responsable e sostible, construíndo coa túa viaxe un planeta máis saudable e solidario.



*"O mundo é un libro e aqueles que non viaxan  
só len unha páxina"*

*San Agustín*

---

**RECOMENDAMOS libros**

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos libros

# Viaxar



## La guía del viaje sostenible

VV.AA. Geoplaneta, 2021.

A crise do coronavirus paralizou as viaxes e concienciou da peaxe que certos hábitos deixan no mundo. A conciencia polos efectos negativos do turismo deu lugar ao concepto de viaxe sostible.



## En defensa del viaje

Tony Wheeler  
GeoPlaneta, 2020.

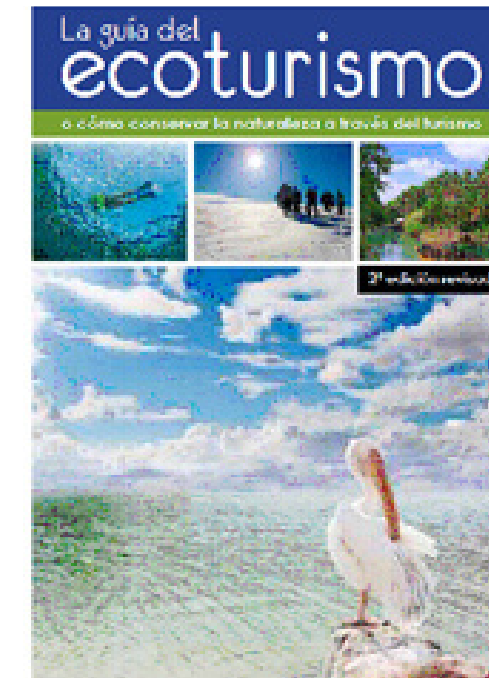
Viaxar fai ao ser humano máis intelixente, máis empático, máis culto e máis solidario. Despois de tanto tempo sen poder movernos, xa é a hora de lembrar todo o bo que viaxar achega ás nosas vidas.



## Viaje sostenible

Holly Tuppen,  
Anaya Touring,  
2021

Una guía completa e próxima para calquera que desexe viaxar de forma máis responsable e tendo un impacto positivo, reducindo a túa pegada de carbono.



## La guía del ecoturismo

Mónica Pérez de las Heras,  
Mundi-Prensa, 2012.

Pode o ecoturismo ser unha ferramenta de conservación da natureza? Responder a esta pregunta é o que pretende este libro, así como sentar as bases para o coñecemento deste concepto.



## Ecoturismo: hacia una gestión sostenible moderna

Ricardo Blanco Portillo  
Síntesis, 2016.

Esta obra senta as bases para coñecer o ecoturismo moderno a través da mostra e descrición de destinos de ecoturismo clásicos en España como poden ser A Gomera, Sierra Nevada ou Doñana.



# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos libros

# España



## Pirineos: experiencias y lugares auténticos

Jordi Monner,  
Lonely Planet, 2021.

Os Pirineos son un destino ideal para conectar coa natureza en calquera época. Grandes picos dan paso a vales, percorridos por ríos a carón dos que se recollen as súas aldeas.



## Playas de España que no te puedes perder

José Alejandro Adamuz,  
Anaya Touring, 2019.

Máis de 130 praias das nosas costas que non te podes perder pola súa beleza e singularidade. Desde prais case virxes, ideais para levar un libro e desconectar, ata as que ofrecen todo tipo de servizos e comodidades.



## Viajar por libre: 50 rutas en furgó por España

Pedro Madera,  
GeoPlaneta, 2019.

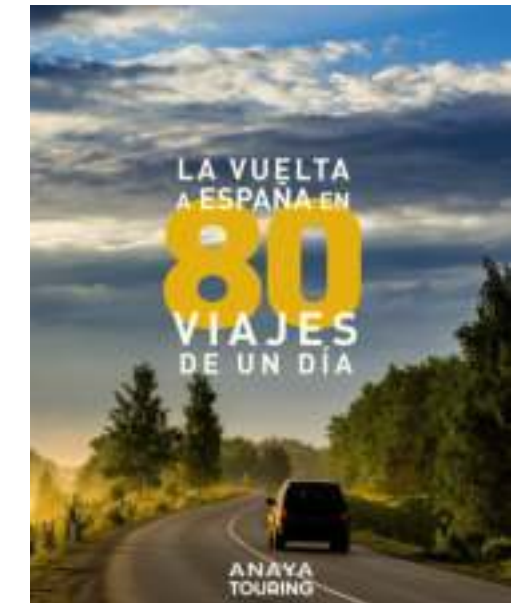
Para moitos a estrada é a mellor páxina en branco para escribir as súas aventuras. Explora outra forma de viaxar, en furgó ou autocaravana, un transporte que permite trazar traxectos con absoluta liberdade e gozar das paisaxes e os lugares máis recónditos e auténticos.



## 101 destinos de España sorprendentes

Pepo Paz Saz, Anaya  
Touring, 2018.

Máis aló dos destinos turísticos tradicionais, descobre con esta guía un bo número de recunchos fascinantes, aínda que pouco coñecidos do noso país.



## La vuelta a España en 80 viajes de un día

VV.AA. Anaya  
Touring, 2019.

10.000 km en coche ou en moto polas estradas de España, o road trip definitivo para viaxar por España, en coche ou en moto, pero sempre polas rutas máis interesantes e espectaculares.



# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos libros

# Europa



## Las mejores rutas en autocaravana por Europa.

Kunth Verlag, Anaya, 2019.

Viaxar en autocaravana, ir de vacacións nunha casa sobre rodas, con amigos ou en familia, improvisando paradas sen necesidade de reservar con meses de antelación.



## Una Europa de bajas emisiones

VV. AA. Geoplaneta, 2020.

Europa é un lugar maravilloso para viaxeiros que desexan reducir a pegada de carbono cunha oferta crecente de trens, roteiros de sendeirismo e para bicicletas.



## Viajar por libre

Pedro Madera, GeoPlaneta, 2020.

Interesantes propostas de viaxe en furgoneta a través de 40 roteiros, percorrendo Europa a bordo dun medio de transporte que garante a seguridade sanitaria sen perder a liberdade.



## Guía Camping FECC 2020

VV.AA. JD Ediciones 2020.

Esta guía selecciona os mellores campings por zonas xeográficas e informa sobre os servizos que ofrecen: animación infantil, glamping, actividades deportivas...



## 52 Escapadas para descubrir Europa

Philippe Gloaguen, Trotamundos, 2018.

Descritas a través dos seus principais lugares de interese co seu correspondente plano, inclúense consellos prácticos e recomendacións, curiosidades, seccións de gastronomía, lecer, compras, e axenda de eventos culturais e festas.

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos libros

# Baños de bosque



## Shinrin-yoku: Baños curativos de bosque

Yoshifumi Miyazaki, Blume, 2018.

Camiñar polo bosque, sen présa, ten evidentes beneficios psicolóxicos e fisiolóxicos. Pasar tempo na natureza, e en particular nos bosques, é todo un tesouro para o noso benestar.



## La sabiduría de los árboles

Vincent Karche, Martínez Roca, 2018.

As árbores, os nosos amigos, os nosos irmáns, a nosa inspiración. En contacto con eles aprenderemos a respirar, a crecer, a existir. En definitiva, a vivir.



## Disfruta de un baño de bosque

Melanie Choukas-Bradley, Gustavo Gili, 2018.

Se sintes que o ritmo cotiá supéracge e se atrofia a túa creatividade, pode que sexa o momento de reconectar coa natureza e darse un baño forestal. Esta fermosa guía ilustrada descúbreche como facelo en cada estación do ano.



## Shinrin-yoku: el arte japonés de los baños de bosque

Héctor García, Planeta, 2018.

Os bosques sempre ofrecen alimento, acubillo e serenidade espiritual. Segundo as últimas investigacións en Xapón, o shinrin-yoku eleva o estado de ánimo e desactiva o estrés e a ansiedade.



## Baños de bosque: 50 rutas para sentir la naturaleza

Álex Gesse y Gorka Altuna, Alhenamedia, 2020.

50 roteiros por espazos naturais de gran beleza co fin de gozar da natureza e conseguir aproveitarse dos seus beneficios: o contacto coa natureza reduce a tensión e ten enormes vantaxes para a saúde.

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos libros

# Bicicleta



## Las mejores rutas del mundo en bicicleta

VV.AA. GeoPlaneta, 2017.

Este libro recolle a experiencia persoal de máis dunha ducia de escritores ciclistas sobre os seus percorridos máis inesquecibles montados sobre dúas rodas.



## El mundo en bicicleta

Andoni Rodelgo, Casiopea, 2015.

75.000 quilómetros polos 5 continentes. Unha aventura durante a que nacen os seus dous fillos. Este libro conta o periplo de autor e a súa compañeira polo mundo. Un modo de vida e unha experiencia única. Todo un referente no ecoturismo.



## España en bicicleta

Sergio Fernández Tolosa, GeoPlaneta, 2020.

Estes 101 roteiros ciclistas convidan a coñecer o mundo dunha maneira diferente, saboreando a liberdade, deixándose acariñar polo aire libre e descubriendo paisaxes.



## Ciclopedia: guía ilustrada de ciclismo

Robert Dineen, Lunwerg, 2017.

Unha magnífica colección de infografías que recolle todo o que necesitas saber sobre o ciclismo profesional, descrições detalladas e unha infinidade de curiosidades.



## No sin mi bicicleta: una guía para vivir sobre dos ruedas

Anna Brones, GeoPlaneta, 2017.

Un libro para gozar dun pracer simple, saudable e sostible para o planeta. As divertidas ilustracións e os consellos da guía son o complemento perfecto para quen senta a curiosidade sobre a arte de ir en bicicleta.

# 06

#RecomendamosBMC

## Recomendamos libros

## Sendeirismo



### 1001 caminatas que hay que descubrir antes de morir

Barry Stone, Grijalbo, 2015.

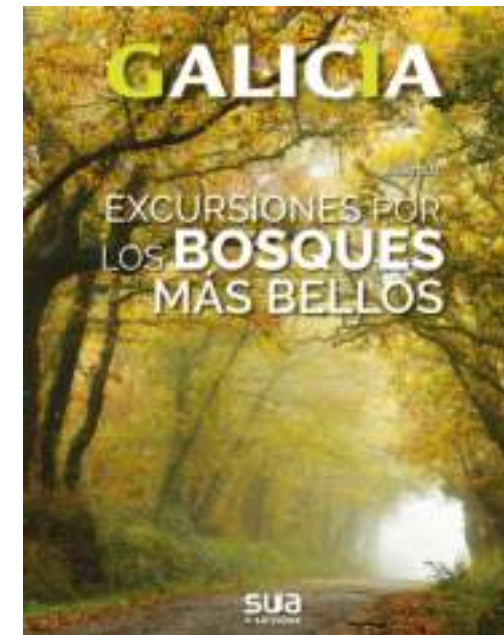
Todo un referente imprescindible para todos aquellos que aman salir de rutina, dejar los coches y atarse las zapatillas para caminar. A guía perfecta para recorrer el mundo a pie.



### Las mejores rutas del mundo para hacer trekking

VV.AA. GeoPlaneta, 2019.

150 sugerencias de rutas senderistas para recorrer 30 países, viviendo aventuras a pie y disfrutando de paisajes en primera fila. Hay sesenta excursiones de un día, o recorridos urbanos, travesías de un mes o paseos culturales.



### Excursiones por los bosques más bellos

Anxo Rial, Sua, 2018.

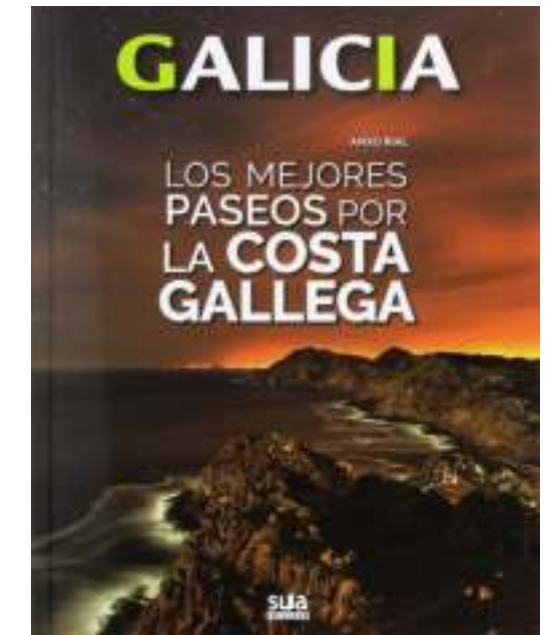
Este libro recoge una selección de cuarenta rutas por bosques que merecen a pena ser conocidos y muestra la enorme riqueza de estos rincones cheos de Galicia.



### Millones de pasos: caminar y contar

GeoPlaneta, 2020.

Por estos veinte capítulos transitan caminantes, pases, peregrinaciones, rachos, podómetros, cintas de gimnasio, kinesiólogos, una biblioteca de caminar, andanzas épicas...



### Los mejores paseos por la costa gallega

Anxo Rial, Sua Edizioak, 2017.

Recorridos que buscan, los mejores senderos, pequeñas viajes que permiten conocer la costa, los rincones, los habitantes, sin olvidar la gastronomía.

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos libros

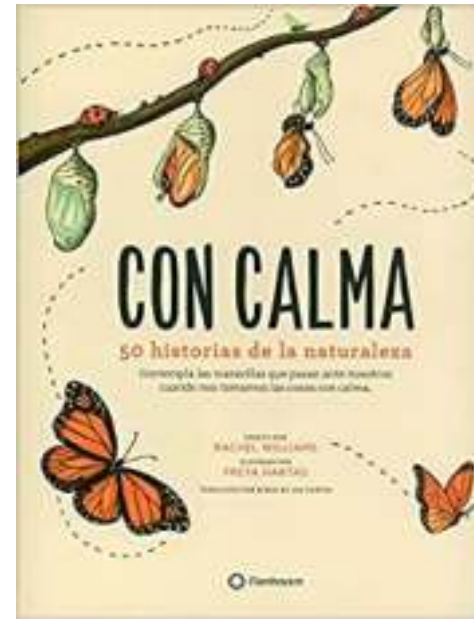
# Con peques



## Bo camiño, peregrino! camiño francés

Rena Ortega, Cumio, 2021.

Nesta aventura hai cousas que son reais (mapas, arquitectura...) e moitas outras que non o son. Unha proposta colorida para coñecer máis e disfrutar do Camiño de Santiago cos/coas máis pequenos/as.



## Con calma: 50 historias de la naturaleza

Rachel Williams, Flamboyant, 2020.

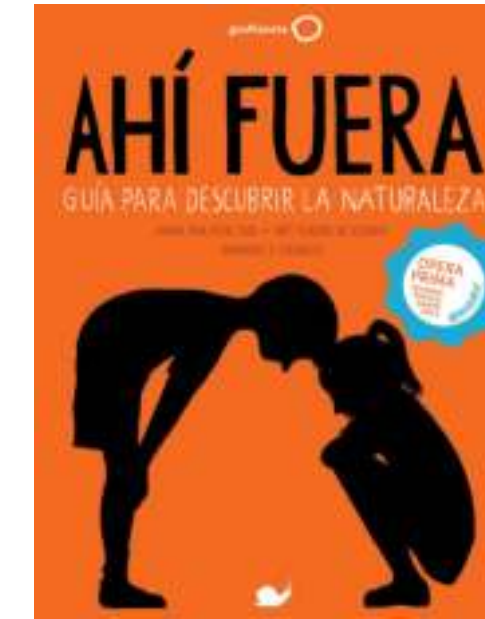
Cada día suceden cousas máxicas arredor de nós. Pero non sempre é fácil velas... Descubre 50 historias da natureza e observa como se desenvolven. Logo sal e comproba que atopas cando te tomas o tempo para desacelerar.



## El libro del aventurero desconocido

Teddy Keen, HarperKids, 2020.

Unha carta de amor á vida natural que detalla todo o que fai falta saber sobre a vida e o desenvolvemento nunha contorna natural, desde como construír unha casa nunha árbore ata os primeiros auxilios en plena natureza.



## Ahí fuera: Guía para descubrir la naturaleza

María Ana Peixe, GeoPlaneta, 2016.

Creado por un equipo de especialistas, este libro pretende despertar a curiosidade sobre a fauna, a flora e outros aspectos do mundo natural que poden ser observados na nosa contorna.



## Aventuras al aire libre

Alice Jam Bone, Usborne, 2016.

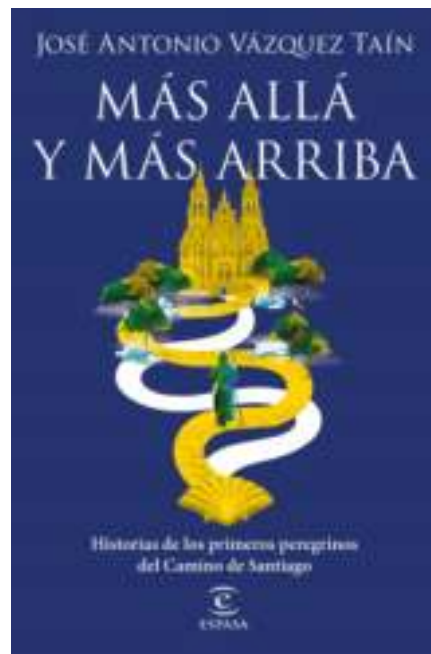
É hora de esquecer as pantallas! Para que os/as nenos/as se animen a explorar o mundo que lles rodea sen axuda da internet, nada mellor que este libro cheo de suxerencias para gozar das acampadas e outras actividades ao aire libre.

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos libros

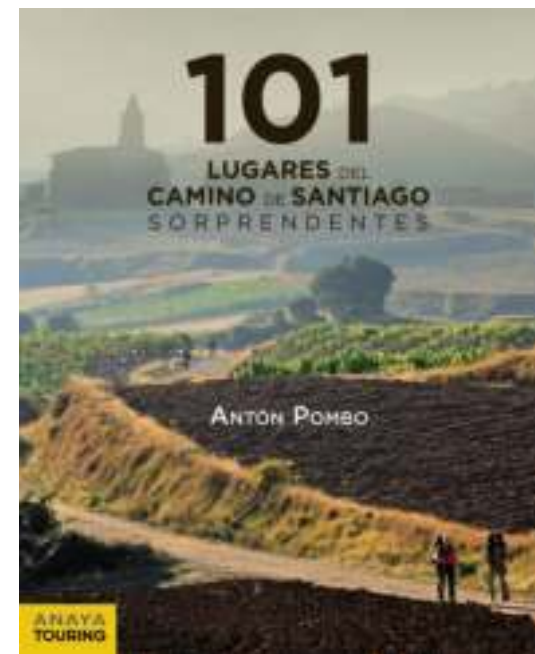
# Camiño de Santiago



## Más allá, más arriba

Jose Antonio Vázquez Taín, Espasa, 2020.

O propio Camiño de Santiago relátanos a súa conformación ao longo dos séculos, desde os seus inicios, ata converterse, como roteiro xacobeo, nun referente para multitude de peregrinos/as.



## 101 lugares del Camino de Santiago sorprendentes

Antón Pombo, Anaya Touring, 2020.

101 lugares, máis ou menos coñecidos para atraer de novo ao/á peregrino/a curioso que todos levamos dentro. Percorreremos un Camiño inesgotable que sempre está presto a ofrecernos proveitosas relecturas.



## Caminos de Santiago: 25 rutas jacobeanas

Sergio Fernández Tolosa, GeoPlaneta, 2021.

25 roteiros históricos de peregrinación, para que o/a peregrino/a poida atopar a información e a inspiración necesarias e elixa o roteiro que máis lle conveña, xa sexa a pé ou en bicicleta.



## O camiño de Nós

Xavier Pardo Bedía, Aira, 2020.

Sete galeguistas que descubriron coas botas nos pés, o seu propio país. Un traxecto espiritual, simbólico e fundamental para a identidade galega.



## El Camino de Santiago. Acuarelas de viaje

Zacarías Cerezo Anaya, 2020.

O noso Camiño de Santiago comeza a súa andaina da man do escritor de viaxes Antón Pombo, quen xunto ao pintor Zacarías Cerezo, interpretan, a través da súa mirada e das súas palabras, as claves deste simbólico itinerario.

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos libros

## Narrativa



### Peregrinas

Joaquín Bergés  
Tusquets, 2021.

Dorita, Fina e Carmen son tres octoxenarias que, co pretexto de facer o camiño de Santiago, escápanse da residencia de anciáns onde viven o verán do desconfinamento.



### Un cambio de verdad

Gabi Martínez, Seix Barral, 2020.

O autor sobrevive nun refuxio sen calefacción nin auga corrente, ao coidado de máis de catrocentas ovellas na Siberia estremeña, despertando a nosa conciencia ambiental a través desta experiencia radical.



### Mariposas de invierno

Julià Guillamon,  
Círculo de Tiza, 2020.

Un fermosísimo relato sobre a infancia, a memoria e as relacións familiares. Unha obra que une a observación da natureza coa fina descrición da psicoloxía humana.



### Silencio

Agustín Agra, Galaxia,  
2020.

Un conxunto de relatos dunha delicadeza extrema centrados na natureza humana, mais tamén na natureza orgánica que nos rodea, e que vén sendo un corazón latexante idéntico ao noso.



### Mengele zoo

Gert Nygårdshaug,  
Nórdica, 2020.

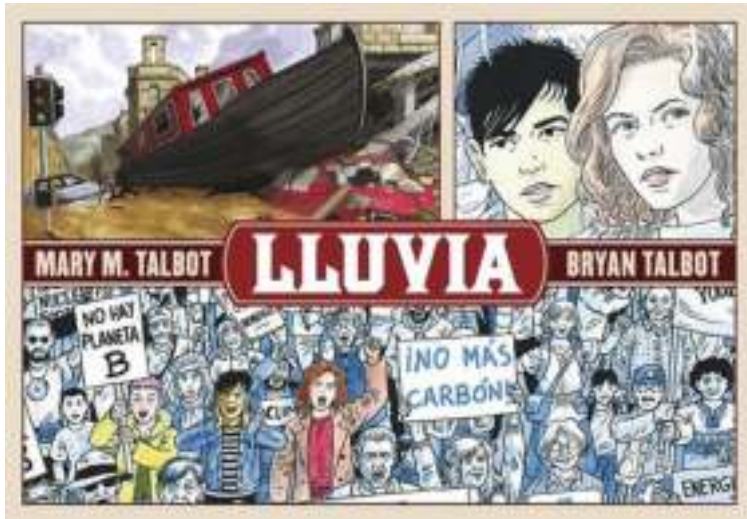
Un thriller policíaco, que narra a historia dun home, cuxa pequena comunidade está a ser gravemente afectada polas principais compañías petroleiras que desexan explotar a selva tropical.

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos

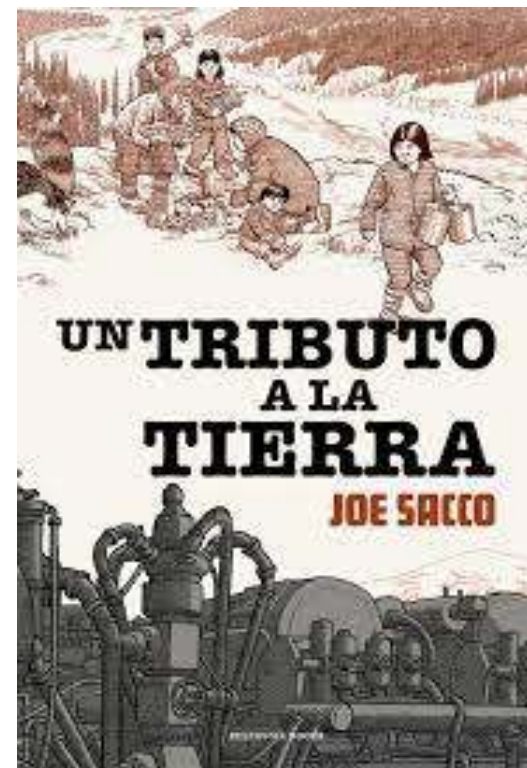
# Cómics



## Lluvia

Mary M. Talbot, Bryan Talbot, La Cúpula, 2020.

Un relato sobre o espertar político e a madurez sentimental onde a crise climática é o escenario colectivo que nos lembra que os nosos actos teñen consecuencias e que talvez chegou o momento de ser parte da solución.



## Un tributo a la tierra

Joe Sacco, Reservoir Books, 2020.

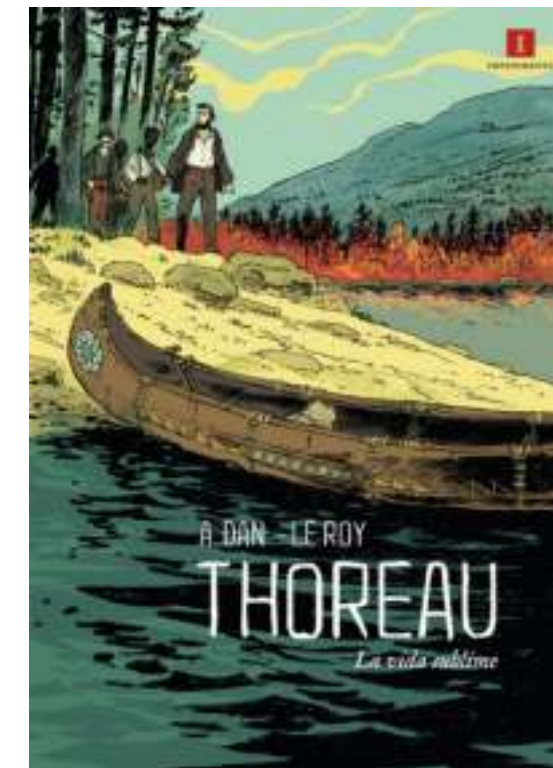
A terra é o elemento central do modo de vida da comunidade dos denes, e como moitas outras culturas nativas, cren que son eles os que pertencen á terra e non ao revés.



## Memorias de la tierra

Miguel Brieva, Mondadori, 2012

Unha obra gráfica a través da cal Miguel Brieva, unha das máis destacadas voces da nova xeración do cómic español, fai unha lúcida e punzante crítica á nosa sociedade actual.



## Thoreau: la vida sublime

Maximilien Le Roy, Impedimenta, 2013.

Henry D. Thoreau volve ao seu pobo natal e regresa á vida sinxela da natureza entre as paredes dunha cabana rudimentaria construída por el mesmo xunto ao lago Walden.



## Waluk: la gran travesía

Ana Miralles Astiberri, 2017.

Wáluk e Esquimo son dous osos inseparables que atoparon a forma de sobrevivir nunha contorna extremadamente hostil. Esta é unha historia de osos polares que loitan pola súa supervivencia nun mundo en crise que é tamén o noso.



06

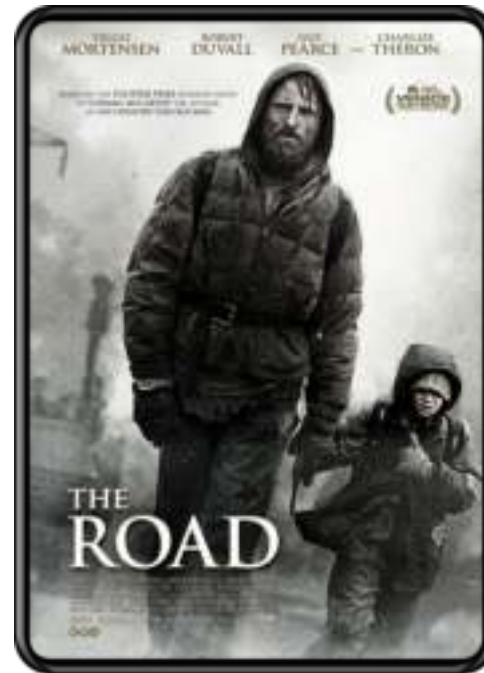
#RecomendamosBMC

# Recomendamos



Fai click nas portadas para ver un avance da película

## Películas



A photograph of a sunset over a field of tall grasses. The sun is a bright yellow orb in the center, partially obscured by the silhouettes of the grasses. The sky is a gradient of orange and yellow. The grasses are dark silhouettes against the bright background.

*"Viaxa, non para escapar da vida, senon para  
que a vida non se te escape"*

---

**RECOMENDAMOS apps**

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos Apps

# Turismo



## Camino de Santiago

Disponible para Android e IOS

Para organizar as túas peregrinaxes, con información relativa ás rutas, albergues, recursos turísticos, eventos, condición meteorolóxicas...



## Axenda Cultura

Disponible para Android e IOS

Información sobre actividades culturais, con xeolocalización incluída e con tempo suficiente para que poidas organizar a túa axenda.



## Turismo Galicia

Disponible para Android e IOS

Para consultar información de puntos turísticos, descubrir rutas e atopar aloxamentos, restaurantes, campings, museos e sitios para visitar en calquera das catro provincias galegas.



## Maps.me

Disponible para Android e IOS

Esta aplicación permite consultar os mapas das vilas e cidades que visites sen necesidade de ter conexión a internet.

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos Apps

# Transporte



## BlaBlaCar

Disponible para [Android](#) e [IOS](#)

Con esta aplicación podrás compartir vehículo para moverte entre destinos ayudando a reducir o número de coches na estrada.



## Moter

Disponible para [Android](#) e [IOS](#)

Aluguer de motocicletas eléctricas por minutos para moverse pola cidade rápidamente e sen emisións.



## Omio

Disponible para [Android](#) e [IOS](#)

Hai ocasión nas que compensa coller un bus ou un tren e non un avión, con esta aplicación podrás buscalos.



## Motiños

Disponible para [Android](#) e [IOS](#)

App de transporte compartido na túa cidade, cunha moto eléctrica, que che permitirá desprazarte cómodamente sen ruídos nin fumes.

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos Apps

# Sendeirismo



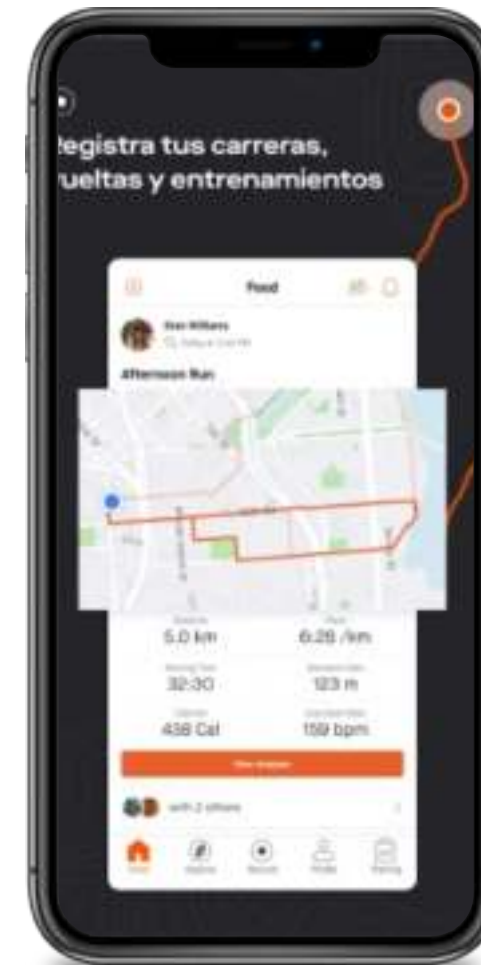
**Sendegal**  
Dispoñible para Android e IOS

Aquí podes atopar todos os sendeiros homologados de Galicia e tes a opción de descargar os planos das rutas e así evitar o uso de papel.



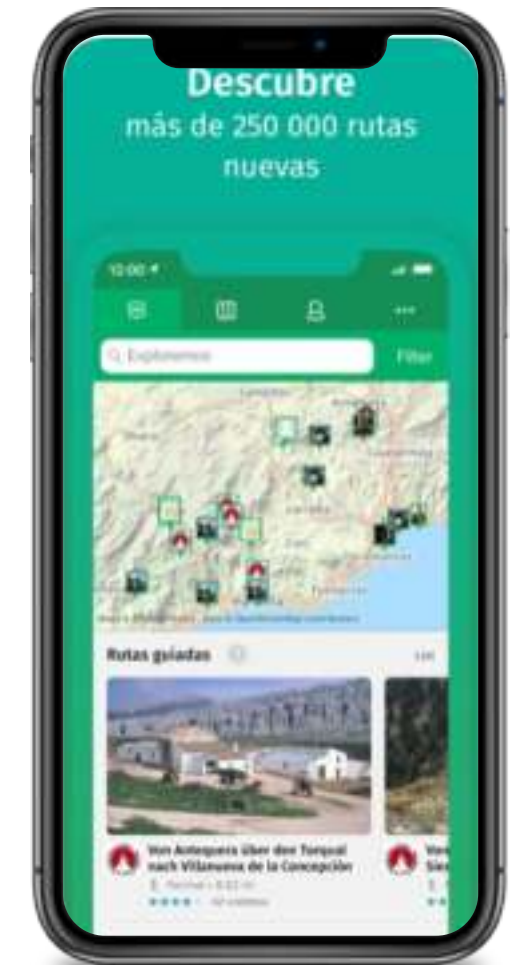
**Senditur**  
Dispoñible para Android e IOS

Unha app para coñecer mellor o entorno e atopar o camiño correcto durante unha excursión, gracias á realidade aumentada.



**Strava**  
Dispoñible para Android e IOS

Unha aplicación de fácil manexo que podes usar para trazar roteiros, rastrexar e analizar as túas actividades ao aire libre e compartilas.



**ViewRanger**  
Dispoñible para Android e IOS

Máis de 150.000 roteiros de sendeirismo e a opción de crear os teus propios roteiros dentro da aplicación.

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos Apps

# Natureza



## Plantnet

Disponible para [Android](#) e [IOS](#)

Para recoñecer as plantas que atopas no camiño, só tes que quitar unha fotografía co teu móbil e esperar a que a app te diga de qué especie se trata.



## Naturalist

Disponible para [Android](#) e [IOS](#) v.[Beta](#)

Para poder anotar todas as especies características na área que estés percorrendo.



## Parques Nacionales de Galicia

Disponible para [Android](#) e [IOS](#)

Para quen desexe visitar algún destes seis parques naturais: Fragas do Eume, Complejo Dunar Corrubedo, Monte Aloia, Serra da Enciña da Lastra, Invernadeiro e Baixa Limia-Serra do Xurés.



## Galicia Birding

Disponible para [Android](#) e [IOS](#)

Información sobre as rutas de turismo ornitológico en Galicia e os lugares máis importantes para o avistamento de aves, con percorridos exclusivos deseñados para tal finalidade.

# 06

#RecomendamosBMC

# Recomendamos Apps

# Alimentación



## To Good To Go

Disponible para [Android](#) e [IOS](#)

Un terzo de toda a comida desperdiciase. Colabora coa loita contra ese desperdizo e salva comida en bo estado.



## Closca Water

Disponible para [Android](#) e [IOS](#)

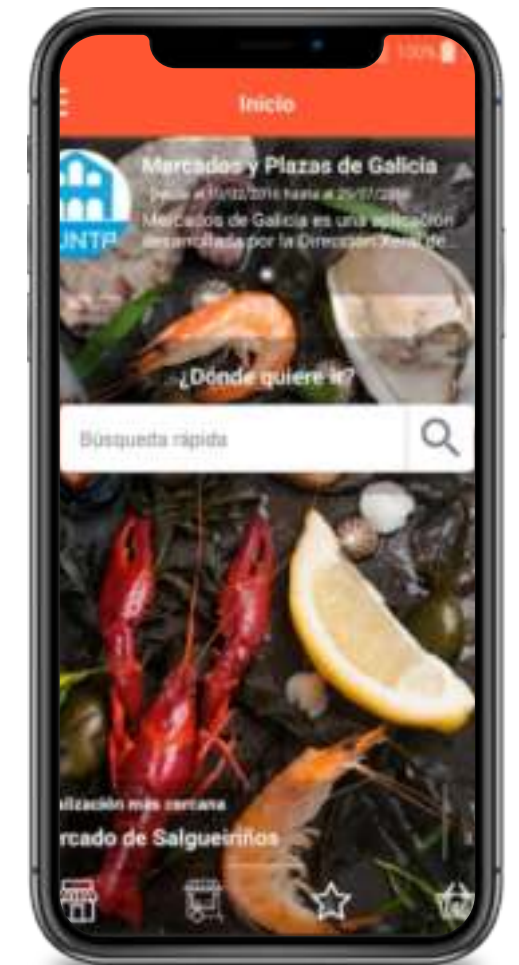
Aplicación gratuita para atopar puntos de recarga de auga para reducir o uso de botellas e desperdicios.



## Go Zero Waste

Disponible para [Android](#) e [IOS](#)

Busca no teu contorno aqueles negocios que promoven o Residuo Cero.



## Mercados e plazas de Galicia

Disponible para [Android](#) e [IOS](#)

Para mercar e probar os produtos de km0. Ofrece toda a información sobre mercados, prazas de abastos e feiras tradicionais galegas.

A sunset scene over a body of water with a bright sun low on the horizon, creating a long, shimmering reflection on the water's surface. The sky is a gradient of orange and red. In the foreground, there are silhouettes of trees and bushes.

*"As mellores cousas da vida non son cousas"*

---

**RECOMENDAMOS webs**



# 06

#RecomendamosBMC



Fai click nas pantallas para abrir as webs

# Recomendamos webs



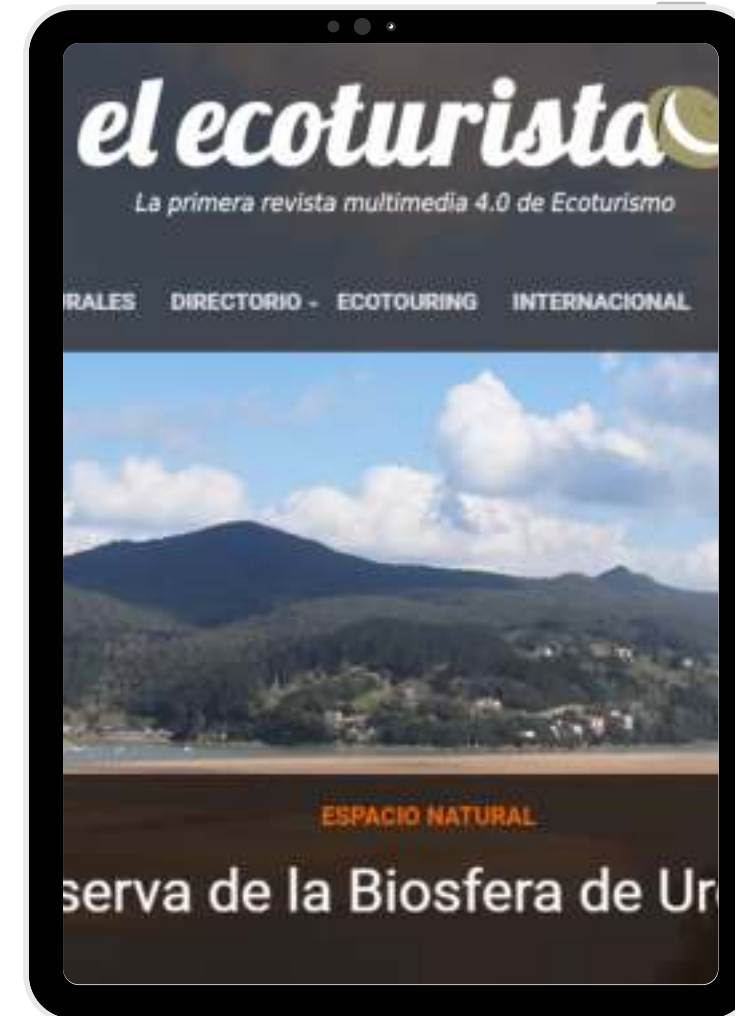
## Guía de ocio Turismo Coruña

Cada mes, o Concello de A Coruña publica esta guía de lecer con toda a axenda cultural, museística, de actividades, exposicións e moito máis.



## Sendas para descubrir un país

Un catálogo de referencia con aqueles roteiros que cumpren as condicións de homologación esixidas pola Federación Galega de Montañismo.



## El Ecoturista

Esta web é a primeira revista multimedia sobre ecoturismo, con información sobre destinos, experiencias, espazos naturais, arte, noticias, axenda...



## FairBnB

Fairbnb. coop é a plataforma cooperativa de reserva de aloxamento que promove e financia iniciativas e proxectos locais.

A scenic landscape at sunset. In the foreground, a wooden fence runs along a path, with various green plants and purple flowers. In the middle ground, a sun is setting behind a hill, creating a bright glow and lens flare. In the background, a stone tower stands on a hill under a sky with scattered clouds.

*"Contar experiencias é mellor que  
contar pertenzas"*

---

**RECOMENDAMOS experiencias**

# 06

#RecomendamosBMC

## Recomendamos



### Paddle Surf

Un magnífico deporte ao aire libre, apto para practicar a calquera idade, que nos pon en contacto coa natureza, axúdanos a reducir a tensión e mellorar o noso estado físico xeneral.



### Limpeza de praias

Entidades como RetoqueRetro, Mar de Fábulas o We Sustainability organizan encontros na cidade para limpar as praias de lixo mariño e plásticos. Ideal en familia.



### Marcha nórdica

Un deporte en auge, axeitado para todo o mundo, no que o uso dos bastóns facilita a marcha e implica a activación de máis músculos que o simple camiñar.

## Experiencias de proximidade



### Fervenzas

A fervenza de Beelle en Neda, a de Rus en Carballo, ou a do Río Zarzo en Betanzos, son espazos naturais de gran beleza que temos moi preto de da cidade.

## **ÁGORA**

Rúa da Gramela, 17

Tfno.: 981 189 886 Fax.: 981 189 887

bagora@coruna.gal

## **CASTRILLÓN**

Praza Pablo Iglesias, s/n

Tfno.: 981 184 390 Fax: 981 184 391

bcastrillon@coruna.gal

## **ESTUDOS LOCAIS**

Rúa Durán Loriga, 10, 1.º

Tfno.: 981 184 386 Fax: 981 184 385

bestudiosl@coruna.gal

## **FÓRUM METROPOLITANO**

Rúa Río Monelos, 1

Tfno.: 981 184 298 Fax: 981 184 295

bforum@coruna.gal

## **INFANTIL E XUVENIL**

Rúa Durán Loriga, 10, baixo

Tfno.: 981 184 388 Fax: 981 184 385

binfantil@coruna.gal

## **MONTE ALTO**

Praza dos Avós, s/n, 3.º

Tfno.: 981 184 382 Fax: 981 184 383

bmontealto@coruna.gal

## **OS ROSALES**

Praza Elíptica, 1

Tfno.: 981 184 389 Fax: 981 184 351

brosales@coruna.gal

## **PUNTO DE SERVIZO BIBLIOTECARIO**

### **MESOIRO**

Os Ancares, 15

Tfno.: 981 184 370

bmesoiro@coruna.gal

### **SAGRADA FAMILIA**

Rúa Antonio Pereira, 1-3 baixo

Tfno.: 981 184 392 Fax: 981 184 393

bsagradaf@coruna.gal

[www.coruna.gal/bibliotecas](http://www.coruna.gal/bibliotecas)

