



ACERGA



un xeito de vida

ACERGA
OPP-82

in consultoría
xenia de innovación



UNIÓN EUROPEA
Fondo Europeo Marítimo
y de la Pesca



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DO MAR





*A unidade didáctica “ACERGA, un xeito de vida”
É unha acción enmarcada dentro do PPeC do ano 2021 da OPP 82, ACERGA
Cofinanciado pola Xunta de Galicia e polo FEMP.*

Texto e gráficos desenvolto por Inxenia Desenvollos Tecnolóxicos S.L. a petición de ACERGA. Non se permite reproducir, almacenar en sistemas de recuperación da información, nin transmitir algunha parte desta publicación, calquera que fose o medio empregado: electrónico, mecánico, fotocopia, grabación, etc., sin o permiso previo de ACERGA.

Organiza

ACERGA
OPP-82

Desenvolvemento
e deseño

inxenia consultoría
de innovación

Financian



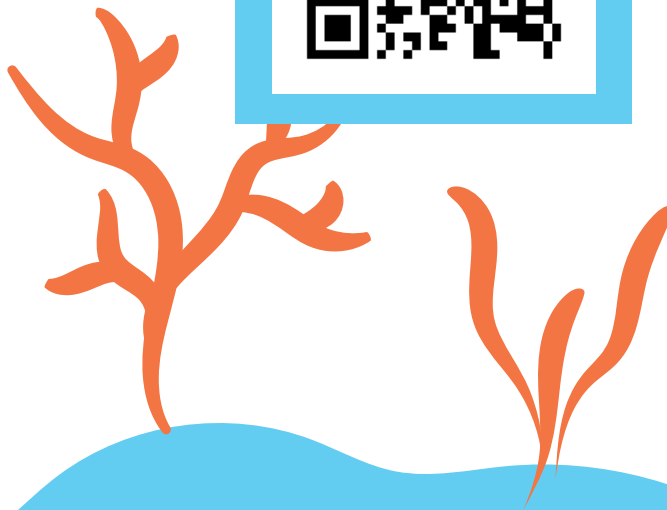
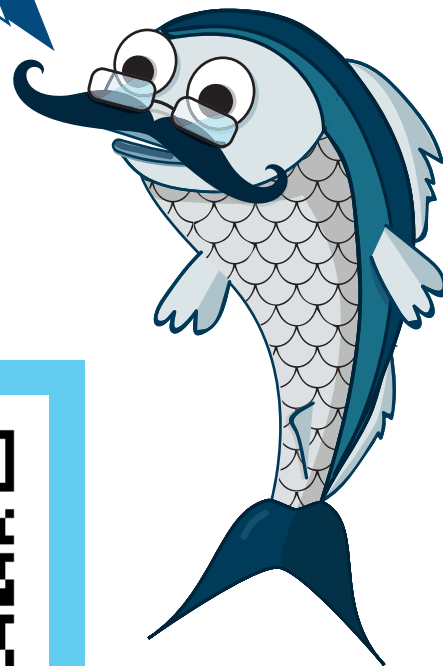
UNIÓN EUROPEA
Fondo Europeo Marítimo
y de Pesca



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DO MAR

Ola!, son a **Sardiña Albertiña** e este ó meu carón é o **Xurelo Manolo**. Estamos aquí para ser os teus guías nesta viaxe onde coñeceremos o saudable que é comer peixe, e como chega este ó teu prato. Se queres divertirte, **pega os personaxes** que faltan na unidade cos adhesivos que vos entregamos, e así estará completa!

Antes de embarcar nesta aventura tes que ver o **vídeo** que preparamos a Sardiña Albertiña e máis eu. Escanea o código QR para velo.



O Cerco, un xeito de vida

5

Como bos peixes azuis gústanos vivir acompañados e así imos polos mares en grandes familias con outras sardiñas ou xurelos formando bancos ou cardumes. Os cardumes adoptan diferentes formas.



A que se che parecen as seguintes?



O Cerco, un xeito de vida

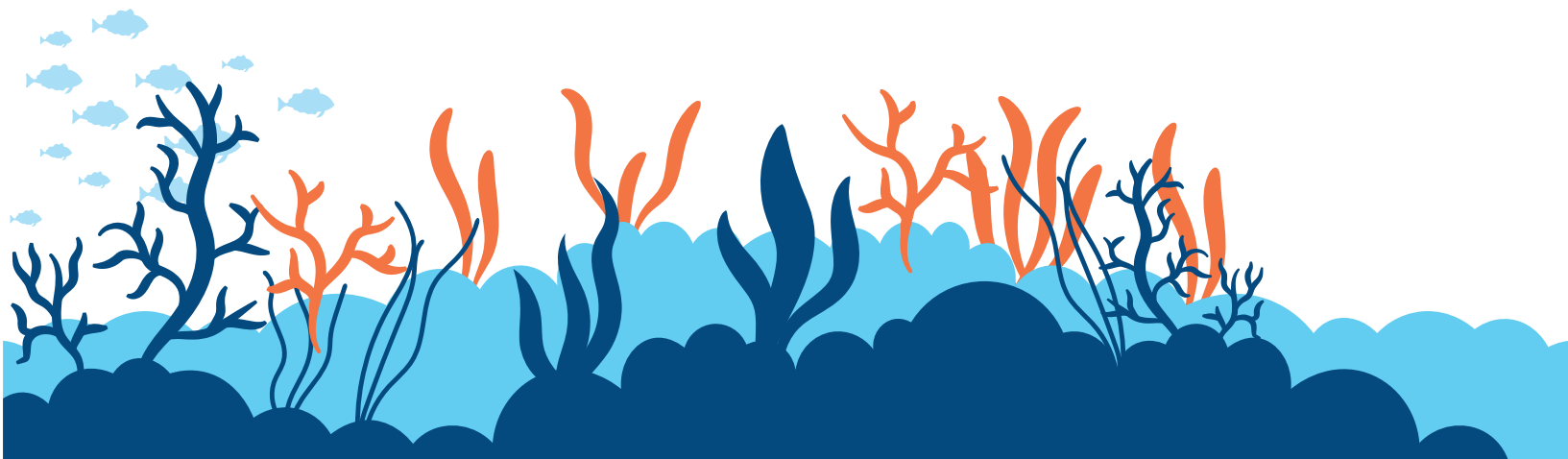
6

Isto de estar en cardumes facilita que nos pesquen e poidamos chegar fresquiñas ó teu prato cada día.



Como che gustamos máis?

- ☐ Asadas
- ☐ Fritidas
- ☐ Guisadas
- ☐ En empanada
- ☐ En sushi



O Cerco, un xeito de vida

Unha das artes de pesca máis utilizadas para pescarnos de forma sostible e respectuosa co medio ambiente é o **cerco**.

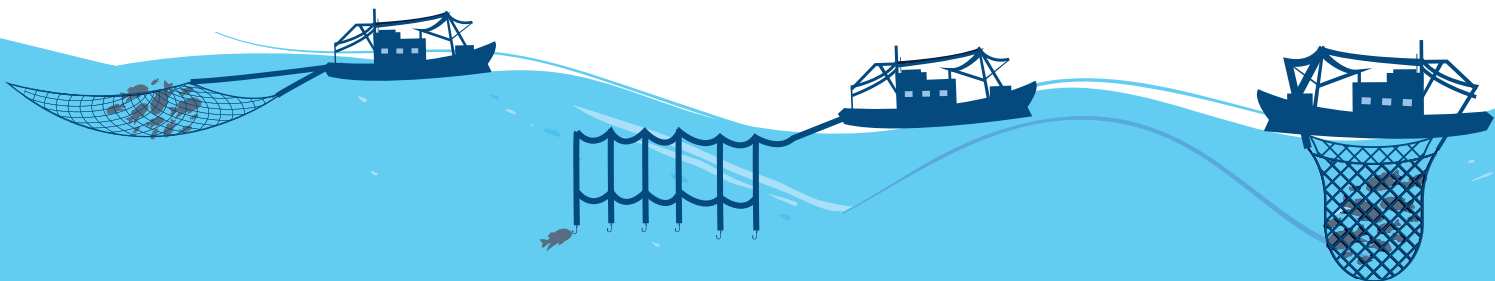
Nós somos uns expertos, pois conseguimos que nos capturase un barco de cerco de **ACERGA** (Asociación de Armadores de Cerco de Galicia) e agora formamos parte desta entidade para informar a nenos e nenas sobre esta tradición mariñeira tan importante na nosa Comunidade Autónoma.



O Cerco: como e onde?

8

Agora que xa viches o vídeo e sabes como funciona o cerco, seguro que xa me podes dicir cal dos debuxos representa a pesca do cerco.

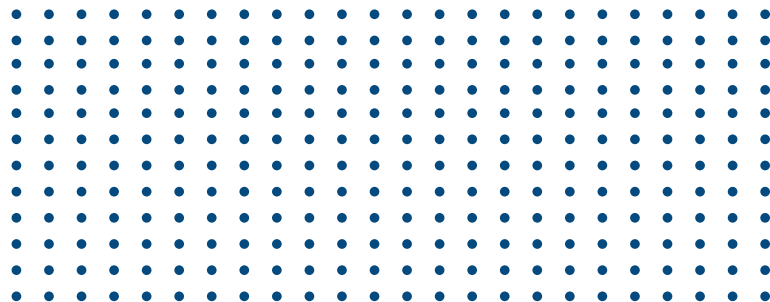
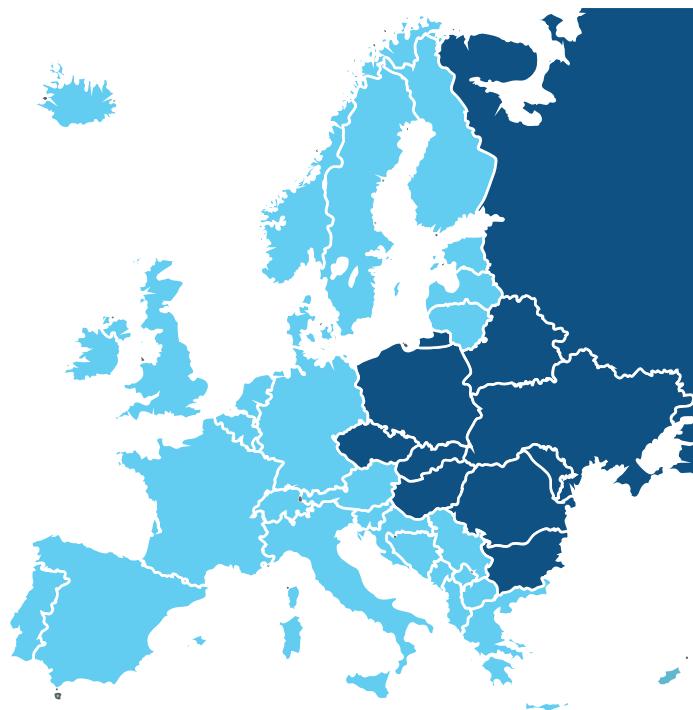


O Cerco: como e onde?

9

Estes barcos tan xeitosos que pescan con redes de cerco, tal e como viches no vídeo, móvense principalmente por augas do noroeste da península Ibérica, incluíndo augas de España e Portugal.

Marca a zona no mapa.



En **ACERGA** temos **117 barcos**, onde o patrón ou patroa é quen dirixe o barco e a pesca, e os mariñeiros e mariñeiras son as que soben o peixe a bordo e o almacenan en caixas para despois traelas a porto.



O Cerco: como e onde?

10



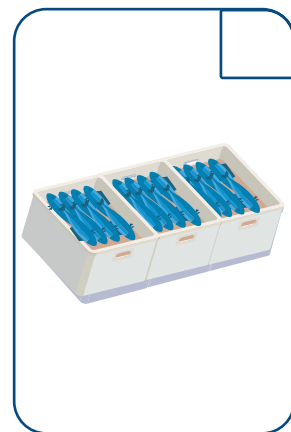
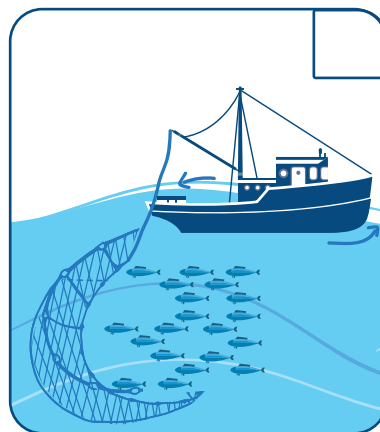
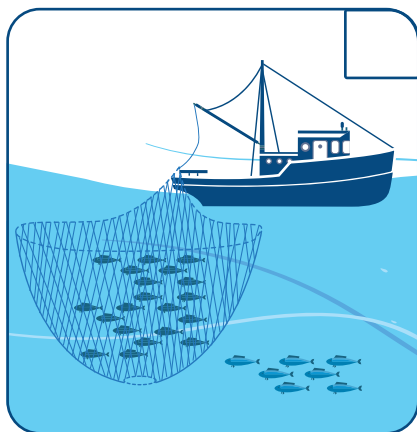
Como é a nosa **rede** de cerco?
Pois moi, moi grande. Pode
medir ata 500 metros de
lonxitude e está feita con fío.

Na parte superior ten flotadores ou boias e na parte inferior chumbo para que cando se bota na auga, quede vertical e se poida cercar (facer un círculo arredor) o cardume de peixes tal e como viches no vídeo.

Logo pechamos a rede por debaixo e subimos o peixe ó barco coa grúa que este posúe.

Peixe fresquiño e moi rico!

Ordena do 1ª ó 4ª as fases da pesca de cerco:



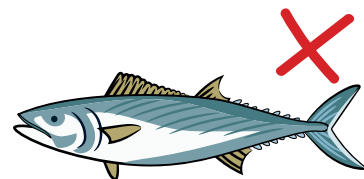
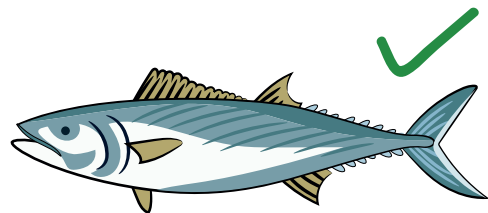
O Cerco: como e onde?

11



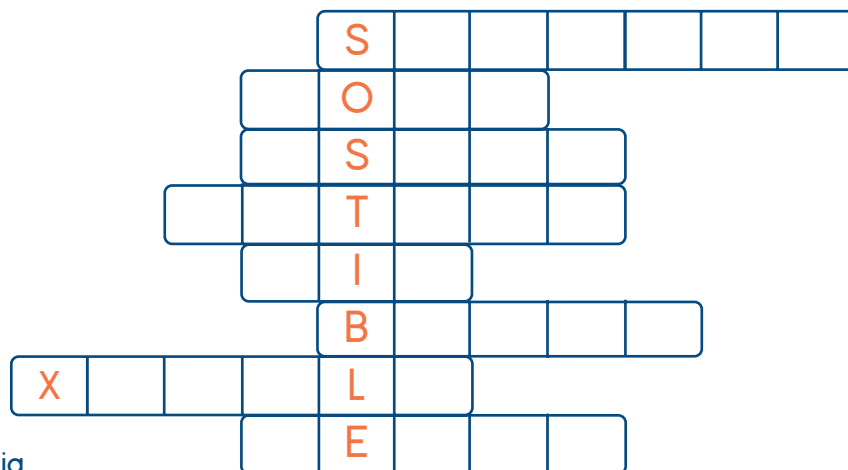
Como xa che adiantamos ó comezo, o Cerco é unha arte de pesca moi sostible e respectuosa co medio ambiente, sabes por que?

Pois porque cando se rodea o cardume, compróbase que este ten o tamaño axeitado, liberando ós peixes en caso de ser pequenos. Así os pequenos poden seguir medrando e producindo máis peixes pequenos antes de ser pescados.



Completa o seguinte crucigrama:

1. Tipo de peixe que son eu.
2. Nome do utensilio que se coloca na parte superior da rede para que flote.
3. Como se come a sardiña en San Xoán?
4. Nome de quen dirixe o barco se é un home.
5. De que están feitas as redes de cerco?
6. Vehículo que flota na auga.
7. Tipo de peixe que é Manolo.
8. Arte de pesca sostible e tradicional en Galicia.



O Cerco: un chisco de historia

12

Nos séculos XV e XVI en Galicia utilizábase o cerco real, arte de pesca con orixe no século XIII.

No século XIX aparece constancia da utilización de cerco similar ó actual, e como non había grúas, precisábanse entre 40 e 50 homes para subir o peixe a bordo dos barcos!!!

As Sardiñas e Xurelos xa existiamos daquela, e eramos un manxar codiciado polas persoas que vivían aquí nesas épocas, así que xa nos pescaban para levar ás súas casas e poder paparnos!

Como xa che adiantabamos ó comezo, este xeito de pescar é moi antigo e tradicional en Galicia.



O Cerco: que peixes pesca?

13



O cerco, polo tanto, leva pescando peixe azul dende hai máis de 200 anos.

Sabes que é o peixe azul? Pois as sardiñas e os xurelos somos peixes azuis, así coma o resto de especies capturadas polos barcos de ACERGA (as principais saían no vídeo)

Adiviña cales son completando as seguintes palabras:

X_R_L_

BO__RT_

SA_DIÑ_

B_G_

X_R_A

ES__RN__O

O Cerco: que peixes pesca?

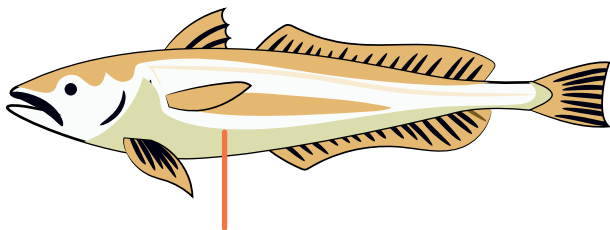
14

Existen dous tipos de peixes, azul e branco. O peixe azul ten máis contido en graxas de alto valor nutricional que o peixe branco, polo que para o crecemento e desenvolvemento dos nenos e nenas é o mellor que hai!



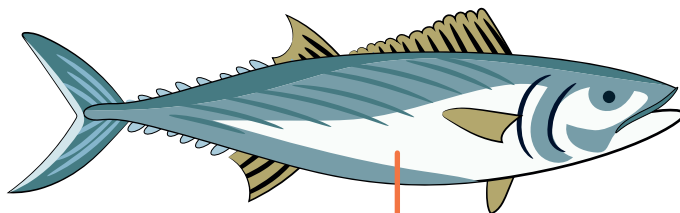
Saberías distinguir o peixe azul do branco a simple vista? Busca a principal diferenza

Peixe branco



1-3%
materia graxa

Peixe azul



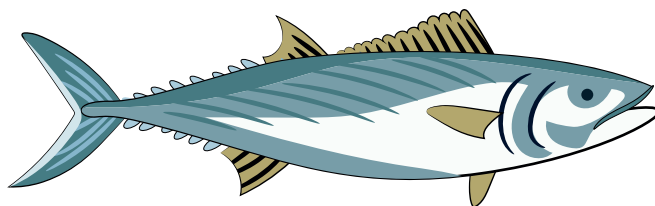
8-15%
materia graxa

O peixe, o alimento indispensable para estar saudables

15

O peixe en xeral, pero o azul en particular, é un dos alimentos máis nutritivos e ricos en graxas altamente saudables, minerais e vitaminas. Que nos aporta?

Vitaminas como a A,
B6 e B12



Graxas altamente saudables,
coñecidas como OMEGA3

Minerais como potasio,
iodo, ferro ou fósforo

En que nos axuda
cada un destes
compoñentes na
nosa vida?



Omega 3, graxas saudables moi importantes para o bo funcionamento do corazón e o sistema circulatorio.

Potasio, mineral importante para enviar os impulsos aos nosos músculos.

Ferro, mineral que fortalece o sistema inmunolóxico e favorece o axeitado crecemento e desenvolvemento do organismo.

Fósforo, mineral que potencia a memoria e a concentración e axuda a manter uns ósos sans.

Iodo, mineral moi importante para o desenvolvemento físico e mental.

Vitamina A, fundamental para a vista.

Vitamina B12, que favorece o metabolismo e o mantemento do sistema nervioso.

Vitamina B6, importante para o desenvolvemento do cerebro e para manter saudables o sistema nervioso e o sistema inmunolóxico

O peixe, o alimento indispensable para estar saudables

16



Que aporta cada
compoñente á túa saúde?
(hai dous compoñentes coa
mesma aportación)

Correlaciona con frechas:

Omega 3

Potasio

Ferro

Fósforo

Iodo

Vitamina A

Vitamina B12

Vitamina B6

Máis intelixentes

Protección fronte a enfermidades

Mellora da agudeza visual

Axuda na concentración

Bo funcionamento do corazón

Máis axilidade

Danos máis forza

O peixe, o alimento indispensable para estar saudables

17

Debemos consumir peixe un mínimo de 3 veces por semana.
Canto peixe comes ti?



Escribe a túa resposta:

.....

Indica se é verdadeiro ou falso:

O peixe é fundamental na nosa dieta V F

Se comes moito peixe poderás respirar baixo a auga V F

O peixe dános forza e mellora a nosa visión V F

Tomar moito peixe prexudica ós ósos V F

A Sardiña Albertiña aporta ferro á túa saúde V F



O peixe: porque comer é un pracer

18

Existen moitos tipos de peixe. Só **ACERGA** xa pesca moitos tipos diferentes (sardiñas e xurelos somos os máis ricos, iso non fai falla que se diga!).



Cóntame agora que peixe ou peixes son os que máis che gustan e como che gusta comelos (a túa receita favorita)



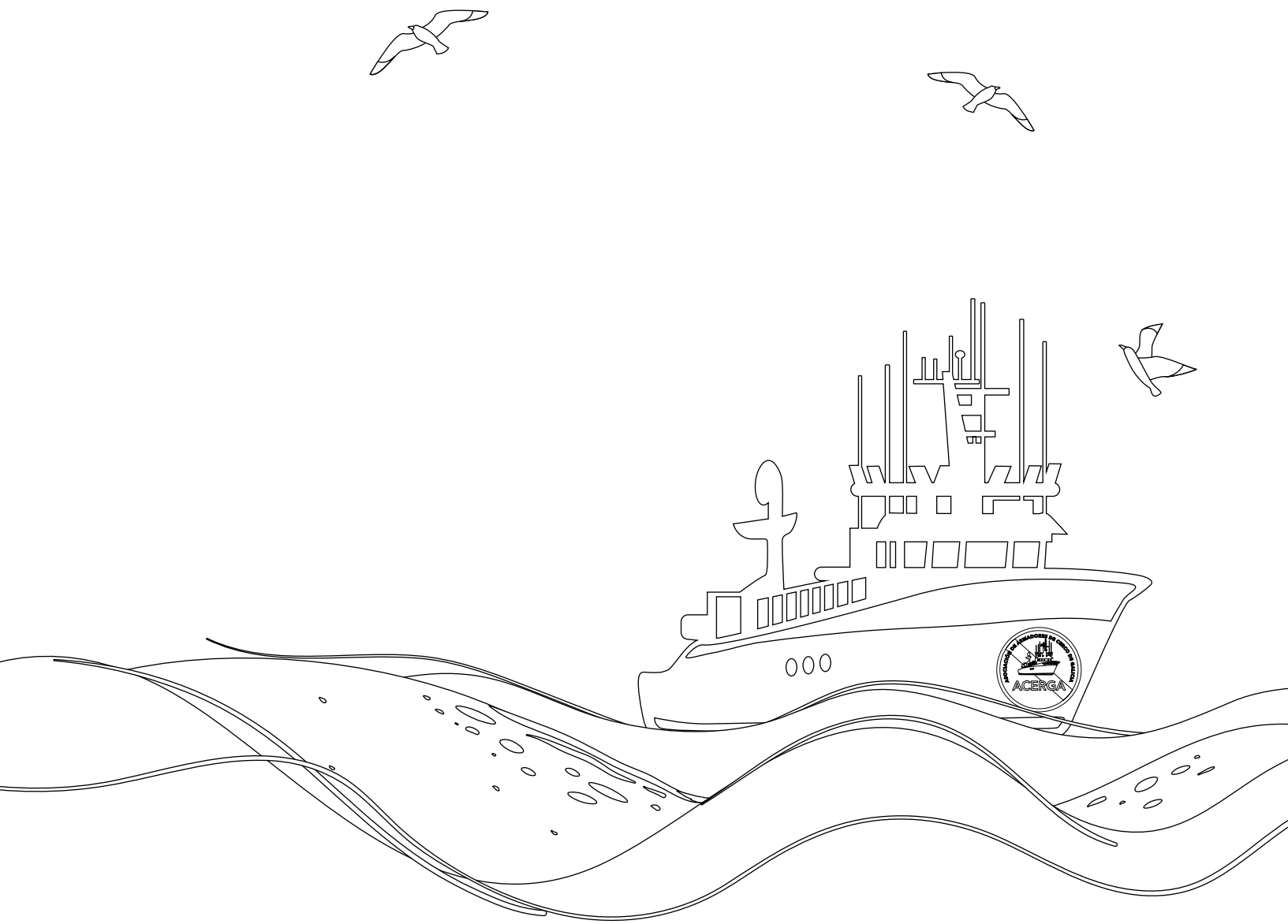
O peixe: porque comer é un pracer

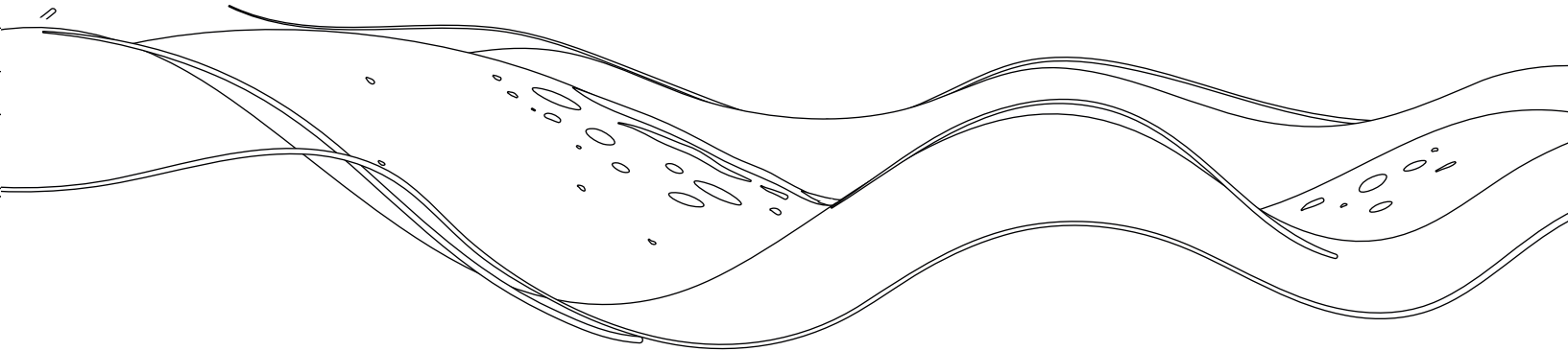
19

Por último, deixámosche espazo nas seguintes follas, para que fagas un debuxo chulísimo dese peixe que che gusta.

Envíanolo ó correo eventos@acerga.com xunto co teu nome e o do centro. Os que máis nos gusten recibirán un agasallo sorpresa!







Escanea o código QR ou pega o enlace
“<http://acerga.com/o-cerco-un-xeito-de-vida-2021/>” no navegador para visitar a web
que o Xurelo Manolo e máis eu fixemos para
que poidas seguir aprendendo sobre o Cerco
e ACERGA dunha forma moi divertida!

E disfruta dos videoxogos
tan chulos que preparamos
para ti!







Asociación de Amardores de Cerco de Galicia
Avenida del Puerto, 21 -2, 15160, Sada - A Coruña

T: 981 623 407

asoc.acerga@gmail.com

www.acerga.com



UNIÓN EUROPEA
Fondo Europeo Marítimo
y de la Pesca



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DO MAR