

## QUÈ POTS FER TU PER EVITAR LA SOBREPESCA?

La sobreexplotació dels mars com a font d'alimentació i les tècniques de pesca agressives són dues de les problemàtiques més importants que pesen sobre els ecosistemes marins. Les activitats que aquí us proposem complementen la campanya SOSpeix: Els límits del mar que desenvolupem conjuntament l'ANG (Associació Naturalistes de Girona) i l'IAEDEN-Salvem l'Empordà per divulgar el consum responsable de peix i marisc a les comarques gironines. El nostre objectiu és sensibilitzar i informar la ciutadania sobre l'amenaça que pesa sobre els mars i oceans, i promoure el consum responsable per prevenir la sobrepesca i l'explotació dels mars. SOSpeix és una iniciativa destinada a aportar informació sobre l'estat dels recursos pesquers del litoral gironí i sensibilitzar els consumidors perquè consumeixin aquelles espècies de peix i marisc que tenen un menor impacte ecològic. Perquè el consum responsable i de kilòmetre zero també es poden aplicar a la compra de peix i marisc.

Així, l'ANG ha elaborat una guia de consum responsable de peix en format web, que es pot consultar des d'ordinadors, mòbils i tauletes. La guia és una eina en línia que explica l'estat de la biodiversitat marina del litoral gironí i com, a través dels hàbits de consum, es pot millorar el seu estat ecològic. La guia incideix tant en la problemàtica de l'ús de certes tècniques de pesca com en els avantatges i inconvenients que comporta el consum de determinades espècies: des del punt de vista del seu estat ecològic i des del punt de vista de la salut. Així doncs, la guia és una de referència per al consumidor, incentivant el consum d'espècies menys valorades comercialment, però amb un millor estat de conservació, enfront de les espècies de més interès comercial i, per tant, en pitjor estat de conservació. Tota aquesta informació i més podeu trobar a [www.sospeix.org](http://www.sospeix.org).

Aquesta campanya compta amb el suport de:



# SOS PEIX

## ELS LÍMITS DEL MAR

### ELS ECOSISTEMES MARINS

#### Cicle d'activitats

Us oferim una sèrie d'activitats per descobrir el litoral i el mar amb l'objectiu de fomentar el coneixement d'aquests espais sovint de difícil accés i per augmentar així la consciència per a la conservació dels valors ambientals del medi marí. Els mesos de setembre, octubre i novembre organitzem sortides guiades en vaixell o caiac per observar la flora i fauna del litoral, cursos i xerrades. El cicle d'activitats es clourà amb una taula rodona sobre la pesca sostenible amb la presència de diferents actors del sector.

# CALENDARI D'ACTIVITATS

RESERVES: PER APUNTAR-VOS A LES ACTIVITATS, TRUQUEU AL 972 670531 (MATINS) O ENVIEU UN CORREU ELECTRÒNIC A IAEDEN@IAEDEN.CAT



## DISSABTE, 7 DE SETEMBRE. XERRADA I SORTIDA AMB VAIXELL ENTORN LA RESERVA NATURAL DE LES ILLES MEDES

XERRADA INTRODUCTÒRIA DE L'ÀREA PROTEGIDA DE LES ILLES MEDES, PER TAL DE CONÈIXER L'EFFECTE DE LA PROTECCIÓ DE L'ESPAI SOBRE LA FAUNA MARINA. ACABAREM AMB UNA SORTIDA EN BARCA PER CONÈIXER LES ILLES. A CÀRREC DE MIKEL ZABALA, INVESTIGADOR DEL CSIC.

HORA I LLOC DE TROBADA: A LES 10H DEL MATÍ A LA SALA DEL CONSELL MUNICIPAL, C/ DEL PORT, 25, L'ESTARIT.

INSCRIPCIONS: 6€ O 4€ PER SOCIS/SÒCIES. PLACES LIMITADES. CAL APUNTAR-SE.



## DIUMENGE, 15 DE SETEMBRE.

### SORTIDA AMB VAIXELL PER LA MAR D'AMUNT PER VEURE CETACIS

SORTIDA MARÍTIMA AMB CATAMARÀ DE TOT UN DIA, PER INTENTAR VISUALITZAR BALENES I ALTRES CETACIS. ENS ACOMPANYARAN EXPERTS QUE FAN UN SEGUIMENT DEL PAS MIGRATORIS DE CETACIS PER LA ZONA DE CAP DE CREUS I ENS ENSENYARAN A RECONÈIXER LES ESPÈCIES A PARTIR DE LES SEVES PRINCIPALS CARACTERÍSTIQUES. A CÀRREC DE PROJECTE NINAM (WWW.PROJECTENINAM.ORG).

HORA I LLOC DE TROBADA: A LES 8:30H DEL MATÍ A L'ENTRADA DE L'APARCAMENT DEL PORT ESPORTIU DE ROSES.

DURADA: TOT EL DIA.

CAL PORTAR: EL DINAR, CALÇAT CÒMODE, A SER POSSIBLE NO DE SOLA NEGRA, TOVALLOLA I BANYADOR, ULLERES AMB FILTRE SOLAR, GORRA, CREMA DE PROTECCIÓ SOLAR POTENT, ROBA D'ABRIC, CÀMERA DE FOTOS I PRISMÀTICS SI EN TENIU, BIODRAMINA O SIMILAR QUI ES PUGUI MAREJAR (PRENDRE MIG HORA ABANS D'EMBARCAR) I XICLETS BIODRAMINA, RECORDEU DE NO BEURE MASSA LÍQUIDS ABANS D'EMBARCAR I SOBRETOT NO BEGUEU LLET!

CONSULTEU TAMBÉ WWW.PROJECTENINAM.ORG  
INSCRIPCIONS: 50€ O 45€ PER SOCIS/SÒCIES. PLACES LIMITADES. CAL APUNTAR-SE I ABONAR L'IMPORT PER FER EFECTIVA L'INSCRIPCIÓ.



## DIUMENGE, 22 DE SETEMBRE. INICIACIÓ A L'IMMERSIÓ LLEUGERA (APNEA-SNORKELING) PER DESCOBRIR LA COVA DE L'INFERN

US PROPOSEM DE DESCOBRIR LA COVA DE L'INFERN DES DE DINS DE L'AIGUA. A CÀRREC DE XAVIER VIZCAINO, EDUCADOR AMBIENTAL I ESPECIALISTA EN APNEA, QUE ENS PORTARÀ FINS A L'ENTRADA DE LA COVA, ENS ENSENYARÀ LES TÈCNiques BÀSIQUES DE

L'APNEA-SNORKELING I ENS EXPLICARÀ LA FLORA I FAUNA SUBMERGIDA.

HORA I LLOC DE TROBADA: A LES 11H DEL MATÍ A L'APARCAMENT DEL FAR DEL CAP DE CREUS.

CAL PORTAR: ALETES, MÀSCARA, TUB DE RESPIRAR I, SI FOS POSSIBLE, LA PART SUPERIOR D'UN VESTIT DE NEOPRÈ PRIM. RECORDEU PORTAR CALÇAT ADEQUAT PER CAMINAR PER LES ROQUES DEL CAP DE CREUS!  
INSCRIPCIONS: GRATUÏTA, PERÒ CAL APUNTAR-SE. PLACES LIMITADES.



## CAP DE SETMANA DEL 28 I 29 DE SETEMBRE.

### CURS D'INICIACIÓ AL CAIAC COM A MITJÀ DE TRANSPORT RESPECTUÓS AMB L'ENTORN

COMENÇAREM AMB UN CURS DE TÈCNICA EN SK1 (CAIAC INDIVIDUAL), PER APRENDRE LA PALEJADA, CONTROLAR EL CAIAC I UNA PRIMERA SORTIDA PER AGAFAR CONFIANÇA (MATÍ 10H-13H O TARDA 15H-18H). EL DIUMENGE(10H-16H) FAREM UNA EXCURSIÓ EOKAYAK EN SK2 (CAIACS DOBLES) PEL CAP DE CREUS, ON CONEIXEREM EL SEU PAISATGE I LA SEVA GEOLOGIA DES DEL MAR.

HORA I LLOC DE TROBADA: A LES 10H DEL MATÍ AL PASSEIG MARÍTIM, 4, DE LLANÇÀ (SK KAYAK).

CAL PORTAR: CALÇAT TANCAT, BANYADOR O PANTALONS, SAMARRETA TÈRMICA O LICRA (QUE ES PUGUI MULLAR TOTI), PARAVENT PER SI FA VENT O PLOU, ROBA DE RECANVI, TOVALLOLA, CINTA PER NO PERDRE LES ULLERES, ULLERES DE SOL, CREMA SOLAR, BEURE, RECOMANEM: ULLERES I TUB, VESTIT DE NEOPRÈ SI EN TENIU. DINAR PEL DIA DE L'EXCURSIÓ.

INSCRIPCIONS: 50€ O 45€ PER SOCIS/SÒCIES. PLACES LIMITADES. CAL APUNTAR-SE I ABONAR L'IMPORT PER FER EFECTIVA L'INSCRIPCIÓ.



## DIUMENGE, 6 D'OCTUBRE.

### JORNADA D'INICIACIÓ PER CONÈIXER LA FAUNA MARINA DE LES NOSTRES COSTES

AQUESTA JORNADA VA ADREÇADA A TOTES AQUELLES PERSONES QUE VOLEN APROFUNDIR EN EL CONEIXEMENT DEL MEDITERRANI COM UN MAR ESPECIAL, CONÈIXER LES COMUNITATS QUE HI VIUEN I LES ESPÈCIES MÉS HABITUALS QUE HI PODEM TROBAR. TAMBÉ ANALITZAREM EL CONFLICTE ENTRE DESENVOLUPAMENT I CONSERVACIÓ DEL MÓN MARÍ I LITORAL. COMENÇAREM AMB UNA SESSIÓ TEÒRICA, SEGUIDA PER UNA PRÀCTICA ON RECOL·LECTAREM PETITES MOSTRES I ACABAREM AMB UNA SESSIÓ DE RECOEIXEMENT I IDENTIFICACIÓ DE LES ESPÈCIES TROBADES. A CÀRREC DE LA BIÒLOGA MARINA EVELYN SEGURA.

HORA I LLOC DE TROBADA: A LES 9H DEL MATÍ AL MAS CAIALS (CADAQUÉS).

DURADA: TOT EL DIA.

CAL PORTAR: EL DINAR, MATERIAL PER AGAFAR APUNTS, CALÇAT ADEQUAT PER CAMINAR PER LES ROQUES, CREMA SOLAR I ROBA ADEQUADA PER ZONES HUMIDES, ABRIC O PARAVENT.

INSCRIPCIONS: 15€ O 10€ PER SOCIS/SÒCIES. PLACES LIMITADES. CAL APUNTAR-SE I ABONAR L'IMPORT PER FER EFECTIVA L'INSCRIPCIÓ.



## DISSABTE, 12 D'OCTUBRE.

### SORTIDA AMB VAIXELL PER LA BADIA DE ROSES PER OBSERVAR AUS MARINES.

MOLTS DELS OCELLS VINCLATS AL MEDI MARÍ SOVINT SÓN MOLT COMPLICADES DE VEURE DES DE LA COSTA. LA SORTIDA AMB VAIXELL ENS PERMETRÀ OBSERVAR I CONÈIXER AQUESTS OCELLS. A CÀRREC DE L'ORNITÒLEG JORDI MARTÍ. HORA I LLOC DE TROBADA: A LES 9.15H AL PORT PESQUER DE ROSES.

DURADA: TOT EL MATÍ.

CAL PORTAR: RECOMANEM QUE PORTEU PRISMÀTICS.  
INSCRIPCIONS: 10€ O 8€ PER SOCIS/SÒCIES. CAL APUNTAR-SE.



## DISSABTE, 19 D'OCTUBRE.

### SORTIDA MATINAL AMB CAIAC PER A APRENDRE TÈCNiques FOTOGRÀFIQUES A LA NATURA.

SORTIREM DEL PORT DE LLANÇÀ AMB CAIACS DOBLES (SK2) I ANIREM FENT PARADES PER APRENDRE DIFERENTS FORMES I TÈCNiques DE FOTOGRAFIAR EL PAISATGE DEL CAP DE CREUS. A CÀRREC D'UN GUIA DE SK KAYAK I DE MIQUEL JOVER, BIÒLEG I FOTÒGRAF NATURALISTA. ELS COMPANYS DE SK KAYAK TRANSPORTARÀ LES ÒPTIQUES DELS PARTICIPANTS EN UNA ZÒDIAC.

HORA I LLOC DE TROBADA: A LES 10H DEL MATÍ AL PASSEIG MARÍTIM, 4, DE LLANÇÀ (SK KAYAK).

CAL PORTAR: CÀMERA, OBJECTIUS, TRÍPODE I FILTRES SI EN TENIU. PER ANAR EN CAIAC: CALÇAT TANCAT, BANYADOR O PANTALONS, SAMARRETA TÈRMICA O LICRA (QUE ES PUGUI MULLAR TOT), PARAVENT PER SI FA VENT O PLOU, ROBA DE RECANVI, TOVALLOLA, CINTA PER NO PERDRE LES ULLERES, ULLERES DE SOL, CREMA SOLAR, BEURE.

NOTA: CAL QUE ELS PARTICIPANTS ENS INDIQUIN LA MIDA I LES CARACTERÍSTIQUES DE LA BOSSA PER L'ÒPTICA QUE PORTARAN, PER PODER TRANSPORTAR-HO DE MANERA ESTANCA. NOTA 2: ENS CAS DE MALA MAR L'ACTIVITAT ES FARÀ AL RIU FLUVIÀ FINS ARRIBAR A LA GOLA I A LA BADIA DE ROSES.

INSCRIPCIONS: 20€ O 15€ PER SOCIS/SÒCIES. PLACES LIMITADES. CAL APUNTAR-SE I ABONAR L'IMPORT PER FER EFECTIVA L'INSCRIPCIÓ.



## DIVENDRES, 8 DE NOVEMBRE.

### VISITA AL PORT PESQUER I A LA LLOTJA DE ROSES.

AMB AQUESTA VISITA PODREM CONÈIXER LES BARQUES I LES ARTS DE PESCA QUE ACTUALMENT UTILITZEN ELS PESCADORS A CASA NOSTRA, COM LES TRESMALLERES, PALANGRES O PESCA D'ARROSSEGAMENT. TAMBÉ CONEIXEREM COM FUNCIONA UNA LLOTJA, LA SUBHASTA A LA BAIXA I COM S'ESTABLEIX EL PREU DEL PEIX I MARISC.

HORA I LLOC DE TROBADA: A LES 6 DE LA TARDA AL PORT PESQUER DE ROSES...

INSCRIPCIONS: GRATUÏTA PERÒ CAL APUNTAR-SE. PLACES LIMITADES.



## DIUMENGE, 10 DE NOVEMBRE.

### XERRADA SOBRE LA PESCA ARTESANAL A CASA NOSTRA.

ENS ACOSTAREM AL MÓN DE LA PESCA ARTESANAL, ELS SEUS ARTS UTILITZATS ANTIGAMENT I TAMBÉ ELS QUE S'UTILITZEN ACTUALMENT. VEUREM QUE LA PESCA ARTESANAL POT SER UNA FORMA DE PESCA SOSTENIBLE AMB EL MEDI MARÍ I RESPECTUOSA AMB LA VIABILITAT DE LES ESPÈCIES.

HORA I LLOC DE TROBADA: A LES 10H DEL MATÍ AL MARAM. CENTRE D'INTERPRETACIÓ DEL PEIX (PORT DE LA CLOTA, L'ESCALA).

INSCRIPCIONS: GRATUÏTA, NO CAL INSCRIPCIÓ PRÈVIA.



## DIUMENGE, 10 DE NOVEMBRE.

### TAULA RODONA " PESCA SOSTENIBLE".

VOLEM TANCAR EL CICLE D'ACTIVITATS DE LA CAMPANYA SOSPEIX AMB UNA TAULA RODONA ON REPRESENTANTS DELS DIFERENTS SECTORS RELACIONATS AMB EL MEDI MARÍ -PER EXEMPLE, ELS PESCADORS, CIENTÍFICS, ECOLOGISTES, ADMINISTRADORS O POLÍTICS- DEBATRAN LA PESCA SOSTENIBLE I RESPECTUOSA AMB EL MEDI AMBIENT. PODREM CONÈIXER LES OPINIONS I SOLUCIONS PER ACONSEGUIR SALVAR EL MEDITERRANI I LES SEVES ESPÈCIES.

HORA I LLOC DE TROBADA: A LES 12H DEL MIGDIA AL MARAM. CENTRE D'INTERPRETACIÓ DEL PEIX (PORT DE LA CLOTA, L'ESCALA).

INSCRIPCIONS: GRATUÏTA, NO CAL INSCRIPCIÓ PRÈVIA.

NOTA: ENS RESERVEM EL DRET DE CANVIAR EL FORMAT I/O LA DATA DE LES ACTIVITATS EN CAS QUE EL TEMPS O ALTRES INCIDENTS IMPREVISIBLES AIXÍ HO REQUEREIXIN. CONSULTEU QUALSEVOL ACTUALITZACIÓ A L'AGENDA DE LA NOSTRA PÀGINA WEB [www.iaeden.cat](http://www.iaeden.cat) O [www.sospeix.org](http://www.sospeix.org)