

*Actividades de  
Outono e Inverno  
2019/2020*



**CONCELLO  
DE FRADES**

# ACTIVIDADES QUE REQUIREN EXERCICIO FÍSICO PARA PERSOAS ADULTAS

## PILATES

**Contidos:** Sistema de adestramento físico e mental que combina flexibilidade e forza muscular con control mental.

**Lugar e Datas:**

Multiúsos de Frades: Luns de 21:30 – 22:30.

Pavillón de Ponte Carreira: Luns de 20:15-21:00

Mércores de 20:00-21:00 (grupo 1)

e 21:00-22:00 (grupo 2)\*.

\*No caso de non xuntar xente para os dous grupos farase un grupo único

**Pavillón de Abellá:** Martes e venres de 22:00 – 23:00\*.

\*No caso de non xuntar xente para os dous días, a actividade realizarase preferiblemente os martes.

A actividade comezará a semana do 14 de outubro ou cando se forme grupo mínimo.

**Prezo:** 40€ por curso completo (1 día á semana). 55€ non empadroados/as.

80€ por curso completo (2 días á semana). 110€ non empadroados/as.

**Asistentes:** Mínimo 15 persoas por grupo.



## HIPOPRESIVOS

**Contidos:** Exercicios posturais e respiratorios que achegan múltiples beneficios en terapia, prevención e melloras de saúde como fortalecemento do solo pelviano.

**Lugar:** Edificio multiúsos de Frades.

**Data:** xoves de 21:30 a 22:30h.

**Prezo:** 40€ por curso completo (empadroados/as).

55 € por curso completo (non empadroados/as)

**Asistentes:** Mínimo 15 persoas.

Comezo en outubro unha vez que se forme grupo.



## ZUMBA

**Contidos:** Disciplina de fitness que combina aeróbic con movementos de baile (merengue, cumbia, salsa e reggaetón).

**Prezo:** 40€ por curso completo (empadroados/as).

55 € por curso completo (non empadroados/as)

**Asistentes:** Mínimo 15 persoas.

A actividade comezará en outubro ou unha vez que se xunte grupo.

Lugar: pavillón de Ponte Carreira ou parroquias onde se forme grupo

Horario: a determinar.



## XIMNASIA DE MANTEMENTO

**Contidos:** Ponte en forma e gaña resistencia e elasticidade de forma práctica, con exercicios, xogos...

**Lugar:** Pavillóns municipais ou locais sociais nas parroquias de maior demanda.

**Asistentes:** Mínimo 15 persoas que asistan mensualmente.

Esta actividade comezará unha vez que se forme grupo.

**Prezo:** 35€ curso completo. Non empadroados/as 50€.



## CURSOS E OBRADOIROS PARA PERSOAS ADULTAS

### HORTA ECOLÓXICA (3ª EDICIÓN)

Neste curso coñeceremos as plantas e as súas funcións. Tamén veremos as propiedades do solo, como conservalas, control de pragas e enfermidades, malas herbas, aprender a realizar fertilización e coñecer as rotacións dos cultivos máis importantes.

**Duración:** 28 horas. Prezo: 40€.

**Lugar:** Multiúsos de Frades/leira municipal.

**Grupo mínimo:** 20 alumnos/as – máximo 25.

**Datas:** Marzo 2020.

**Horario:** a convir (os sábados).



### CURSO DE PODA EN VERDE (2ª EDICIÓN)

**Lugar:** Multiúsos de Frades.

**Contidos:** Ampliación sobre os coñecementos xerais da poda en verde, técnicas básicas da poda, especies máis comúns e a súa poda (froiteiras, hortalizas, ornamentais...).

Cultivo, recolección e conservación. Usos e aplicacións.

**Duración:** 16 horas.

**Horarios:** Sábados de 10:00 a 12:00h.

Grupo mínimo de 20 alumnos/as e máximo de 25.

**Prezo:** 20€.

**Data de comezo:** Cando se forme grupo. Hai prazas vacantes.





## CURSO DE XARDINERÍA

**Contidos:** Nocións xerais sobre o xardín, principio de deseño, preparación do terreo, tarefas de construción e instalacións no xardín e mantemento deste.

**Duración:** 16 horas.

**Prezo:** 20€.

**Grupo:** Mínimo de 20 alumnos/as e máximo de 25. (Quedan 10 prazas vacantes).

**Data:** Xaneiro – febreiro do 2020.

**Lugar:** Multiúsos de Frades/Leira municipal.



## PLANTAS AROMÁTICAS E MEDICINAIS (3ª EDICIÓN)

**Contidos:** Os principios activos, partes útiles das plantas, (perexil, romeu, alfabaca, tomiño, menta, ourego, salvia...) Cultivo, recolección e conservación. Usos e aplicacións.

**Lugar:** Multiúsos municipal.

**Prezo:** 20€.

**Duración:** 16 horas.

**Horario:** Sábados de 10:00 a 14:00h.

Grupo mínimo de 20 alumnos/as e máximo de 25.

Data de comezo cando se forme grupo.



## CURSO DE APICULTURA 2ª EDICIÓN

**Usuarios/as:** Interesados/as en xeral.

**Lugar:** Multiúsos de Frades.

**Data:** Maio 2020.

**Prezo:** 20€.

**Duración:** 16 horas.

Grupo mínimo 15 persoas, máximo 20.

**Contido:** Facer núcleos, enxames, crías de raíñas, arpas eléctricas, tratamentos de barros...



## CURSO DE TRABALLOS MANUAIS

**Contido:** Realizaremos distintas técnicas como pintura, vidro, repuxado de estaño etc con distintos materiais así como diversas técnicas.

**Lugar:** Edificio multiúsos de Frades ou locais sociais de maior demanda.

**Prezo:** 40€ curso completo (material non incluído)/ 55€ non empadroados/as.

Grupo mínimo 10 persoas.

**Duración:** 4 meses (2 horas á semana). Comezo en novembro ou cando se forme grupo.



## TALLERES DE MEMORIA

**Contido:** O obxectivo destes talleres é activar o potencial do cerebro, a través de adestramentos mentais pensados para mellorar a memoria, habilidades lingüísticas e matemáticas, concentración e aptitude visual e espacial.

**Lugares:** Multiúsos de Frades ou locais sociais das parroquias de maior demanda.

**Horario:** A convir unha vez que se forme grupo (mínimo 12 persoas).

**Prezo:** 30€ empadroados/as. 45€ non empadroados/as.

**Duración:** 4 meses, 1 hora por semana.



## MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

**Destinatarios/as:** Toda persoa que, pola súa actividade laboral, interveña nalgunha das fases polas que pasan os alimentos: Preparación, fabricación, transformación, envasado, transporte, distribución, manipulación, venda, subministración e servizo.

**Lugar:** Multiúsos municipal de Frades.

**Prezo:** 20€ persoa.

**Horario:** A determinar unha vez que se forme grupo.



## CURSO DE INFORMÁTICA

**Contidos:** Internet (navegación, correo electrónico, redes sociais...), paquete básico de Office (Word, Excel, Access, Powerpoint).

**Obxectivo:** Formación personalizada.

**Lugar:** Aula de informática municipal.

**Frecuencia:** 2 días por semana, 2 horas ao día.

**Prezo:** 25€ por mes. Non empadroados/as 30€.

**Duración:** 50 horas.

Grupo máximo de 16 alumnos/as. Comezo cando se forme grupo.



## CARRETILLEIRO

**Duración:** 20 horas. **Prezo:** Matrícula 100€.

**Lugares:** Multiúsos (teoría) e cooperativa de Frades (prácticas).

**Horario:** a determinar unha vez que se forme grupo.

**Prezo:** Matrícula 100€.





## CURSO DE MECANOGRAFÍA

**Contidos:** Ten como obxectivo aprender o teclado, colocación correcta, velocidade e axilidade.

**Obxectivo:** Formación personalizada.

**Lugar:** Aula de informática municipal.

**Frecuencia:** 2 días por semana, 1 h ao día.

**Prezo:** 25 € por mes (non empadroados/as 35€).

**Duración:** 24 horas.

Grupo máximo de 15 alumnos/as.

Comezo unha vez que se forme grupo.



## MANIPULACIÓN DE PRODUCTOS FITOSANITARIOS E RENOVACIÓN (BÁSICO)

**Duración:** 25 horas teórico-prácticas + 2 horas de exame.

**Lugar:** Multiúsos municipal.

**Prezo:** 85€ por persoa.

**Comezo:** Unha vez que se forme grupo.

Quedan 7 prazas vacantes.

## COIDADO DO/A COIDADOR/A

**Contidos:** Apoio psicosocial ao/á coidador/a de persoas en situación de dependencia.

**Data de comezo:** cando se forme grupo.

**Lugar:** Multiúsos municipal.

Grupo máximo de 12 alumnos/as.

Actividade gratuíta.

## CURSO DE PRIMEIROS AUXILIOS

**Contidos:** Abordaranse de maneira sinxela e práctica os contidos básicos sobre primeiros auxilios que ofrezan axuda rápida e eficaz ante casos de lesións, accidentes ou enfermidades.

**Data de comezo:** Un sábado a concretar unha vez que se forme grupo.

**Lugar:** Multiúsos municipal.

**Asistentes:** Grupo mínimo de 10 e máximo de 15.

Actividade gratuíta.

## CURSO DE PRIMEIROS AUXILIOS E USO DO DESFIBRILADOR PARA DEPORTISTAS E CLUBS

**Contido:** Neste curso veranse técnicas de primeiros auxilios enfocadas ao deporte e ás súas lesións así como ao uso do desfibrilador.

**Asistentes:** Directivos, persoal técnico dos clubs e das actividades deportivas do concello.

**Data de comezo:** Un sábado a concretar unha vez que se forme grupo.

**Lugar:** Multiúsos municipal.

Actividade gratuíta.

## **CHARLAS CONSULTORÍA APROVEITAMENTO DO TERREO/USO DE FERTILIZANTES E MELLORA DAS CONDICIÓNS PARA A SEMENTEIRA DE TEMPADA**

**Data de comezo:** cando se forme grupo.

**Lugar:** Multiúsos municipal.

Grupo máximo de 12 alumnos/as.

Actividade gratuíta.



## **CORTADO DO XAMÓN**

**Duración:** 10 horas (2 sábados de 9:00 a 14:00 h).

**Data:** Unha vez que se forme grupo (mínimo 10 persoas).

**Lugar:** Multiúsos de Frades.

**Contido:** Aprenderemos os distintos tipos de xamóns, e cada usuario/a, co seu propio xamón, aprenderá a distinguir as partes do xamón, o seu cortado, como se inicia e acaba a peza e a colocación e decoración no prato, así como o uso do coitelo e a chaira.

**Prezo:** 150€ por persoa. O prezo inclúe: 1 xamón Navidul 4 estacións, coitelo especial de cortado, soporte do xamón, chaira e formación.



## **MANEXO DE SMARTPHONES OU TABLETAS (teléfonos móbiles)**

**Data de comezo:** cando se forme grupo.

**Lugar:** Multiúsos municipal.

Grupo máximo de 12 alumnos/as.

Actividade gratuíta.



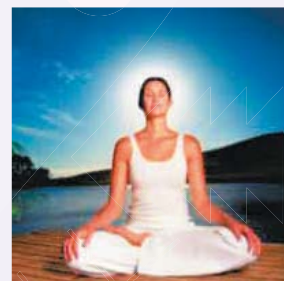
## **TÉCNICAS DE RELAXACIÓN**

**Data de comezo:** cando se forme grupo.

**Lugar:** Multiúsos municipal.

Grupo máximo de 15 alumnos/as.

Actividade gratuíta.



## **OUTROS CURSOS**

**LINGUAXE DE SIGNOS**

**BENESTAR ANIMAL**

**NUTRICIÓN E DIETÉTICA**

**MOZO/A DE ALMACÉN**

**CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS (ENVASADO AO BALEIRO)**

**ARTE FLORAL**

**ELABORACIÓN BIXUTERÍA CON PASTA FRÍA  
CESTERÍA**

**RESTAURACIÓN E TAPICERÍA DE MOBLES**

**PATCHWORK**

**REPOSTERÍA CREATIVA**

**COCIÑA**

# OUTRAS ACTIVIDADES

## EXCURSIÓN Á CIDADE DA CORUÑA (VISITA AO MUSEO DE ESTRELLA GALICIA E AO AQUARIUM FINISTERRAE)

**Data:** Sábado 16 de novembro.

**Horario:** Saída do Concello ás 10:00h.

**Contidos:** Pola mañá faremos unha visita guiada por MEGA (Museo da cervexeira Estrella Galicia), onde remataremos cunha degustación, e pola tarde visitaremos o Aquarium Finisterrae (casa dos peixes) e desfrutaremos da tarde pola cidade da Coruña.

**Prezo:** 30€ empadroados/as – 35€ non empadroados/as. (Xantar e entradas incluídas).

Preferencia para adultos/as e empadroados/as en Frades.

Anotarse antes do 8 de novembro.



## CAMIÑO DE SANTIAGO “VÍA DA PRATA”

**Data:** 1ª etapa día 19 de outubro (o resto das etapas serán ao longo do ano, sempre en sábados).

**Saída:** Dende o Concello ás 7:00 (primeira etapa), o resto das etapas o horario será a determinar segundo a etapa.

**Itinerario:** Dende Xinzo de Limia a Santiago en 7 etapas (131,9 km).



O autobús levará as persoas participantes ao inicio da etapa e recolleraas no lugar de chegada, facendo unha parada máis ou menos á metade da etapa para avituallamento.

1ª ETAPA: Xinzo de Limia – Allariz (20,7 km)

2ª ETAPA: Allariz – Ourense (22,4 km)

3ª ETAPA: Ourense – Cea (22,8 km)

4ª ETAPA: Cea – Dozón (15,6 km)

5ª ETAPA: Dozón – Bendoiro (18,4 km)

6ª ETAPA: Bendoiro – Outeiro (33,8 km)

7ª ETAPA: Outeiro – Santiago de Compostela (16,6 km)

As etapas faranse os sábados ao longo do ano dependendo da meteoroloxía.

O Concello poderá facer modificacións nas datas así como nas etapas co fin de lograr un mellor desenvolvemento da actividade.

**Prezo:** 10€ persoa.

Deberase levar comida. É necesario formar un grupo mínimo de 30 persoas para o desenvolvemento da actividade.



# ACTIVIDADES PARA NENOS/AS

## ZUMBAKIDS

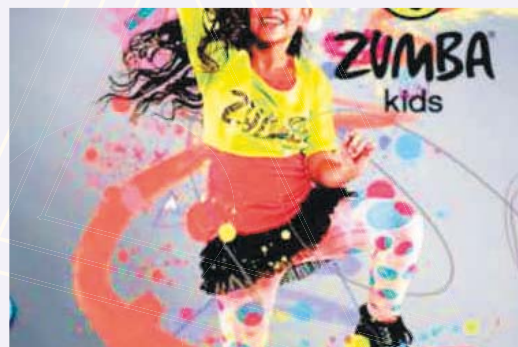
**Contidos:** Fitness combinado con aeróbic e pasos de baile, adaptado aos nenos e nenas.

**Horario:** Venres Nivel 1: 15:20 a 16:20h.  
Nivel 2: 16:20 a 17:20h.

**Lugar:** CPI de Ponte Carreira.

**Prezo:** 40€ curso completo. Grupo mínimo de 10 persoas.

**Comezo:** A partir do 11 de outubro, unha vez que se forme o grupo.



## ESCOLAS DE INICIACIÓN E PERFECCIONAMENTO Á PATINAXE

**Lugar:** Pavillón polideportivo municipal.

**Horario:** Luns de 17:30 a 19:00h iniciación, perfeccionamento + adultos/as.

**Prezo:** 40€ por curso completo. Grupo mínimo 15 persoas.

**Comezo:** O 7 de outubro, unha vez que se forme o grupo.



## DEBUXO E PINTURA

**Contidos:** Actividade na que os nenos/as se introducen nas técnicas de debuxo de tinta, lapis, rotulador... e posteriormente pasarán a introducir técnicas de pintura.

**Horario:** Martes 1º grupo de 15:30 a 16:30

2º grupo de 16:30 a 17:30 (só no caso de haber moitos/as nenos/as se realizará este grupo)

**Idade:** A partir de 6 anos.

**Prezo:** 10€ mes (material non incluído). Pagos trimestrais.

**Lugar:** CPI Ponte Carreira.

**Comezo:** O 8 de outubro, unha vez que se forme grupo.

Grupo mínimo 10 persoas.



## ESCOLAS DE FÚTBOL SALA

**Lugar:** Pavillón polideportivo municipal.

**Horario:** Mércores e xoves de 15:15h a 16:15h.

**Nados/as:** de 2008 a 2013.

**Prezo:** Actividade gratuíta.

**Comezo:** en outubro unha vez que se forme grupo, un mínimo de 10 alumnos/as.



## PREDEPORTE (Fútbol e outros deportes)

**Lugar:** Pavillón polideportivo municipal.

**Horario:** Martes de 15:15h a 16:15h. (Nados/as de 2013 a 2015).

**Prezo:** Actividade gratuíta.

Comezo en outubro unha vez que se forme grupo, un mínimo de 10 alumnos/as.



## ESCOLAS DE ATLETISMO E TENIS DE MESA

**Lugar:** Pavillón polideportivo municipal.

**Horario:** Horario a determinar unha vez que se forme grupo mínimo de 10 alumnos/as.

**Prezo:** Gratuíto.



## CURSO DE MECANOGRAFÍA para nenos/as

**Contidos:** Ten como obxectivo aprender o teclado, colocación correcta, velocidade e axilidade.

**Horario:** Sábados de 10:00 a 11:00h.

**Lugar:** Aula de informática municipal.

**Prezo:** 15 € por mes. Pagos trimestrais.

Grupo mínimo de 10 e máximo de 15 alumnos/as.



## CURSO DE INFORMÁTICA para nenos/as

**Contidos:** Internet (navegación, correo electrónico, redes sociais...), paquete básico de Office (Word, Excel, Access, Powerpoint).

**Horario:** Sábados de 11:00 a 12:00.

**Lugar:** Aula de informática municipal.

**Prezo:** 15€ por mes. Pagos trimestrais.

Grupo mínimo de 10 e máximo de 15 alumnos/as.



## MASTERCHEF MINI

**Contidos:** Clases de cociña para nenos e nenas onde realizaremos receitas de cociña tradicional, moderna e sobremesas.

**Lugar:** Multiúsos de Frades.

**Horario:** Sábados de 12:00 a 13:30h.

**Comezo:** En outubro unha vez que se forme grupo.

**Prezo:** 15€ por mes. Pagos trimestrais.

Grupo mínimo de 10 e máximo de 15 alumnos/as.



# OUTRAS ACTIVIDADES

## MAGOSTO e Teatro musical A NENA E O GRILO MAIS ALÓ

**Día:** Sábado 2 de novembro

**Lugar:** Multiusos de Frades

**Hora:** ás 17:00h Teatro a partir das 18:00h o Magosto.

Actividade gratuita.

Necesario anotarse antes do día luns 28 de outubro.



galicia  
o bo camiño

falaRedes

Unidade de  
Dixitalización  
Linguística

XUNTA  
DE GALICIA

EXHIBICIÓNS DE PATINAXE: AO LONGO DO CURSO
VII CARREIRA POPULAR CONCELLO DE FRADES: MES DE MAIO
COMPETICIÓNS DEPORTIVAS EN IDADE ESCOLAR (PROGRAMA XOGADE). VENRES E SÁBADOS DURANTE A TEMPADA ESCOLAR (NOVEMBRO A XUÑO)
LIGA DE FÚTBOL SALA INTERCONCELLOS EN IDADE ESCOLAR: AO LONGO DA TEMPADA ESCOLAR
XORNADAS CAMPO A TRAVÉS
XORNADAS DE ATLETISMO EN PISTA

## INSTALACIÓNS DEPORTIVAS

### PAVILLÓN MUNICIPAL DE PONTE CARREIRA E DE ABELLÁ PISTAS DE PÁDEL

- PISTA DE PÁDEL DE PAPUCÍN (Pista ao aire libre)
- PISTA DE PÁDEL NO PAVILLÓN DE ABELLÁ (Pista cuberta)

Para informarse sobre os horarios de uso das instalacións, deberán poñerse en contacto co técnico deportivo municipal nos teléfonos de contacto do Concello.

**Nota:** Preferencia de uso para persoas empadroadas no concello de Frades.

### CENTROS DE OCIO NAS PARROQUIAS

Ademais, todos os veciños e veciñas do noso concello poden acudir libremente aos centros de ocio das nosas parroquias, que están equipados con aparellos de ximnasia, mobiliario, televisión, xogos de mesa e wifi (Internet).

### BIBLIOTECA MUNICIPAL/ AULA DE INFORMÁTICA

**LUGAR:** Multiúsos de Frades.

**Horario:** De Luns a venres de 10:00 a 14:00

Martes e xoves de 17:00 a 20:00

Sábados de 10:00 a 13:00

Faite socio/a e recibe un libro de regalo.



# DEPARTAMENTO DE SERVIZOS SOCIAIS

## **ACOMPAÑAMENTO PARA PERSOAS MAIORES QUE VIVAN SOAS "NOVIDADE"**

O concello pon en marcha un novo servizo onde se realizarán visitas a domicilio ás persoas maiores que vivan soas e necesiten axuda para resolver trámites administrativos, médicos etc.

Persoas interesadas poñerse en contacto cos servizos sociais do Concello.

Prezo: Gratuíto.

## **SERVIZOS DE PODOLOXÍA A DOMICILIO**

**Destinatarios/as:** Persoas con grao de dependencia ou usuarios/as de servizos sociais.

**Prezo:** Gratuíto.

## **PERRUQUERÍA A DOMICILIO**

**Destinatarios/as:** Persoas con grao de dependencia ou usuarios/as de servizos sociais.

**Prezo:** Gratuíto.

## **FISIOTERAPIA A DOMICILIO**

**Destinatarios/as:** Persoas con grao de dependencia ou usuarios/as de servizos sociais.

**Prezo:** Gratuíto.

## REQUISITOS XERAIS DAS ACTIVIDADES

- \* TERÁN PREFERENCIA AS PERSOAS EMPADROADAS NO CONCELLO DE FRADES. AS NON EMPADROADAS TERÁN UN PREZO MÁIS ELEVADO NALGUNHAS ACTIVIDADES.
- \* AS ACTIVIDADES COMEZARÁN NO MES DE OUTUBRO SÓ NO CASO DE XUNTARSE UN GRUPO MÍNIMO E FINALIZARÁN A FINAIS DE MAIO, CON EXCEPCIÓN DAS QUE TEÑAN UNHA DURACIÓN ESPECÍFICA.
- \* NO CASO DE NON XUNTARSE GRUPO, AS ACTIVIDADES PODERÁN SER CANCELADAS.
- \* COMO NORMA XERAL A ACTIVIDADE DEBERÁ ESTAR PAGADA ANTES DO SEU COMEZO.
- \* HABERÁ UNHA BONIFICACIÓN DO 50% PARA AS FAMILIAS NUMEROSAS.
- \* MAIS INFORMACIÓN SOBRE DESCONTOS, EXENCIÓNS E BONIFICACIÓNS NOS SERVIZOS SOCIAIS DO CONCELLO DE FRADES.
- \* O PAGO DE TODAS AS ACTIVIDADES FARASE A TRAVÉS DO NÚMERO DE CONTA:  
**ES36 0049 2722 31 2914050280 (BANCO SANTANDER)**

Pasos que se deben seguir:

1. Inscribirse no concello para a actividade que se queira realizar.
2. Pago mediante ingreso ou transferencia no número de conta arriba indicado, poñendo no concepto a actividade que se vai realizar e o nome da persoa participante.

# NOTAS RECORDATORIAS

## BONIFICACIÓN DO IBI PARA EXPLOTACIÓNS GANDEIRAS

Se vostede é un/ha dos/as veciños/as que tivo a bonificación durante o ano 2018 non ten que solicitala de novo, esta bonificación estará vixente mentres manteña a actividade.

É obriga das persoas beneficiarias comunicar calquera cambio substancial na situación que dá orixe á bonificación (cese de actividade, modificación de titularidade etc).

Só terán que pasar polo concello aquelas persoas ás que se lles denegara e agora cumpran os requisitos para achegar a documentación ou aquelas persoas que inician a actividade agrogandeira.

MÁIS INFORMACIÓN NO CONCELLO

## MEDIO AMBIENTE - PUNTO LIMPO DE FRADES

Horario: Os mércores de 16:00 a 20:00 e sábados de 12:00 a 16:00.

Depósito de residuos: gratuito para todos os veciños e veciñas dos concellos de Frades e Mesía.

Lugar: Ao lado do local social de Céltigos (no lugar de Alemparte).

Para máis información sobre o tipo de residuos que se poden depositar no punto limpo chamar ao Concello.

## RESIDUOS VOLUMINOSOS

(Electrodomésticos e ferros). A recollida faise os primeiros mércores de cada mes.

**Nota importante:** Por favor depositar estes residuos o día antes da recollida ao lado dos contedores habituais.

## RECOLLIDA DE PLÁSTICOS AGRÍCOLAS

Depositálos no punto limpo situado en Céltigos ao lado do local social. Hai que entregalos perfectamente pregados e atados. Os plásticos non se poden depositar nin dentro nin ao lado dos colectores das parroquias, xa que o servizo de recollida non se fai cargo deles.

**Nota importante: Poderanse recoller os plásticos nas explotacións sempre e cando chamen antes ao Concello.**

## XESTIÓN DE ENVASES FITOSANITARIOS BALEIROS

Lémbrese que está prohibido queimar ou depositar nos colectores os envases baleiros de produtos fitosanitarios de uso agrario, tales como: herbicidas, insecticidas... Deberán ser lavados e entregados nalgún establecemento de venda de produtos deste tipo para o seu tratamento.

## COLECTORES DE RECOLLIDA DE ACEITE VEXETAL DE USO DOMÉSTICO

Existen 3 colectores para a recollida de aceite de uso doméstico nos seguintes puntos do Concello: Praza de Ponte Carreira, campo de fútbol de Abellá e Casa do Concello.

## COLECTOR DE ROUPA

Existen tres colectores de recollida de roupa e calzado. Están situados na praza do Concello, na praza de Ponte Carreira e xunto ao campo de fútbol de Abellá.

## SEPARACIÓN DE REFUGALLO

Á hora de tirar o lixo é importante separar e reciclar nos colectores que existen no noso concello para este fin (azul para cartón, amarelo para envase de plástico e iglú verde para o vidro).

## ACCESOS ÁS LEIRAS PARTICULARES

Infórmase que en ningún caso os accesos ás leiras interromperán ou modificarán as escorrentías das gabias. Para mellor conservación das pistas municipais e así beneficiarnos todos e todas, lembramos a obrigatoriedade de colocar tubos coas medidas adecuadas nas entradas das leiras.

## DISTANCIAS MÍNIMAS EN PLANTACIÓNS FORESTAIS

Informamos á veciñanza que segundo o anexo II da Lei 7/2012, de 28 de xuño, as distancias mínimas que deben respectar as repoboacións forestais, en función da especie da que se trate, son as seguintes:

	<b>FRONDOSAS</b> (ameneiros, bidueiros, castiñeiros, carballos, loureiros, nogueiras...)	<b>RESTO DE ESPECIES</b> (eucaliptos, piñeiros, acacias...)
Estradas convencionais Nacional N-634 (Santiago – Curtis) Estrada autonómica AC-524 (Ordes- Lanzá) Estradas provinciais DP-3801, DP-3802 (Ordes- Ponte Carreira e Frades – Sigüeiro)	<b>4 metros</b>	<b>10 metros</b>
Pistas locais e forestais municipais	<b>2 metros</b>	<b>4 metros</b>
Vivendas, solo urbano, núcleos rurais	<b>15 metros</b>	<b>50 metros</b>

As distancias deben medirse dende o límite do dominio público, é dicir, dende a aresta exterior da gabia. O non cumprimento da Lei constitúe unha infracción administrativa grave, que poderá dar lugar á obriga de reparar o dano causado así como o pago dunha multa sancionadora.

### FEIRAS EN FRADES

**PONTE CARREIRA:**  
**12 e 26 de cada mes**  
**ABELLÁ:**  
**1º VENRES de cada mes**

### FESTIVOS LOCAIS 2020

**25 de febreiro**  
**(martes de Entroido)**  
**29 de setembro**  
**(San Miguel)**



# FOLLA DE INSCRIPCIÓN ACTIVIDADES MUNICIPAIS

## CURSO 2019 - 2020

Nome e Apelidos:

DNI:

Enderezo:

Teléfono(s):

Data de nacemento:

Correo electrónico:

**\*Cubrir este apartado só no caso dos/as menores de idade:**

Nome e apelidos:

DNI:

Teléfono(s):

Estás empadroad/a no concello de Frades?

Si

Non

Padeces algunha enfermidade ou discapacidade que che impida realizar a(s) actividade(s) na(s) que te anotas?  Cal(es)?

Dou a miña autorización para usar a miña imaxe ao Concello de Frades para a gravación de imaxes, captación de fotografías nas actividades organizadas polo Concello de Frades, ben a título individual ou formando parte dun grupo. As imaxes e os sons utilizaranse para a súa difusión a través de calquera medio de comunicación audiovisual ou impreso, así como ao arquivo para a súa utilización en campañas de promoción ou en calquera tipo de documento que se publique a instancias do Concello de Frades. Si  Non

Eu,

con DNI:

Maior de idade, declaro que todos os datos facilitados neste impreso son certos e que fun informado das condicións sobre protección de datos persoais, dando autorización ao Concello de Frades, na forma e para as finalidades indicadas na Política de Protección de Datos Persoais para efectos do previsto na LOPD 15/1999, de 13 de decembro.

Frades, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_\_\_.

ORGANIZA:



CONCELLO  
DE FRADES

COLABORAN:



XUNTA  
DE GALICIA



Deputación  
DA CORUÑA

**MÁIS INFORMACIÓN E INSCRICIÓNS  
NO CONCELLO DE FRADES**

**981 695 567 - 981 695 663**

**[www.concellodefraades.es](http://www.concellodefraades.es)**

