



**CONCELLO
DE FRADES**

ACTIVIDADES OUTONO-INVERNO

2026-2027

ACTIVIDADES PARA NENOS/AS



AERÓBIC-ZUMBA INFANTIL

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

Horario: Luns de 15:15 a 16:05h.

Lugar: Aula de psicomotricidade CPI ou Pavillón municipal de Ponte Carreira.

Prezo: 80€ curso completo.

Idades: de 6 a 12 anos.

Comezo: Luns 5 de outubro.

Grupo mínimo de 12 participantes.



XIMNASIA RÍTMICA

Disciplina deportiva que combina elementos de ximnasia, ballet e danza.

Horario: Venres de 15:15 a 16:45h.

Lugar: Pavillón municipal de Ponte Carreira

Prezo: 80€ curso completo.

Comezo: Venres 2 de outubro.

Grupo mínimo de 15 participantes.



ESCOLAS DE INICIACIÓN E PERFECCIONAMENTO Á PATINAXE

Horario: Luns de 17:15 a 18:45h Iniciación e Perfeccionamento (opción de cambiar o horario os sábados en caso de que todo o grupo estea de acordo).

Lugar: Pavillón municipal de Ponte Carreira.

Prezo: 80€ curso completo.

Comezo: Luns 5 de outubro.

Grupo mínimo de 15 participantes.



PADEL INFANTIL

Curso onde se iniciarán no deporte do pádel para aprender as técnicas deste deporte.

Horario: Luns de 18:20 a 19:10h.

Lugar: Pista de pádel do pabillón municipal de Abellá.

Idades: Nenos/as de 8 a 12 anos.

Prezo: 80€ curso completo.

Comezo: Luns 5 de outubro.

Grupo máximo e mínimo de 6 participantes.





ESCOLAS DE FUTBOL SALA

Horario: Mércores e xoves de 15:15 a 16:30h.

Lugar: Pavillón polideportivo municipal de Ponte Carreira.

Idades: A partir de 6 anos.

Prezo: Actividade gratuíta.

Comezo: en outubro.

Grupo mínimo de 12 participantes.

Teremos competición deportiva ao longo da tempada escolar



CURSO DE MECANOGRAFÍA

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

Horario: Xoves de 16:30 a 17:30h.

Lugar: Aula de informática no múltiuosos do Concello de Frades.

Prezo: 80€ curso completo.

Idades: Maiores de 8 anos.

Comezo: Xoves 1 de outubro.

Grupo mínimo de 12 participantes.



ESCOLAS DE INGLES EN PICADILLY

En Picadilly aplican unha metodoloxía que dota ao alumnado das competencias e destrezas necesarias para realizar tarefas con eficacia, dun modo máis práctico, participativo, interactivo e natural. Para isto utilizan o seu propio método: Listening, Interacting, Reading, Writing e Grammar.

Nestas escolas pretenden e preparan ao alumnado para obter a certificación oficial dando acceso á realización do exame oficial na propia escola.

Usuarios/as: Nenos/as dende Infantil a Bacharelato.

Horarios: Martes e Xoves (calendario escolar 2026/2027)

16:30 a 17:30h. – Infantil

17:30 a 18:30h. – 1º e 2º de Primaria

18:30 a 19:30h. – 3º e 4º de Primaria

19:30 a 20:30h. – 5º e 6º de Primaria

20:30 a 21:30h. – E.S.O

Lugar: Edificio Multiúosos.

Prezo: 35€ mes. Os pagos serán mensuales e mediante domiciliación bancaria a través da empresa responsable de impartir o curso.

Comezo: Xoves 1 de Outubro.



ACTIVIDADES PARA ADULTOS/AS

Informamos de que todos os cursos deportivos terán un prazo de inscrición do **15 ao 24 de setembro**, ambos os dous incluídos.

As prazas serán asignadas por rigorosa orde de inscrición segundo a solicitude no Rexistro do Concello.

Cando se complete un grupo, ese curso quedará pechado.

As persoas que non obteñan praza, pasarán a formar parte dunha lista de espera e en caso de que haxa algunha praza libre noutro grupo da mesma actividade, poñeremonos en contacto con eles para ofrecerlle esas prazas libres, ata que se esgoten.

As persoas non empadroadas no Concello de Frades quedarán automaticamente en lista de espera, á espera de comprobar se quedan prazas libres unha vez rematado o prazo de inscrición e atendidas as solicitudes das persoas empadroadas.

As persoas empadroadas que realicen a inscrición fóra do prazo establecido, perderán a prioridade sobre as persoas non empadroadas que se inscriben dentro do prazo, polo que as prazas serán asignadas seguindo a orde e os criterios establecidos anteriormente.



PILATES

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

Necesario: Esterilla *Imprescible que os usuarios sexan quen de deitarse na colchoneta por si mesmos. Son clases grupais non persoais e individuais.

Lugares e datas:

Local Social de Añá:

Luns de 16:20 a 17:15h

Centro Sociocomunitario de Ponte Carreira:

Luns e Mércores de 19:15 a 19:55h. Xoves de 18:30h a 19:25h.

Multiusos de Frades:

Mércores de 17:45 a 18:30h. Venres de 17:15h a 18:10h.

Local Social do Cabezo en Abellá:

Mércores de 20:15 a 21:10h Venres de 19:45 a 20:40h

Prezo: 90€ curso completo (prezo de un día a semana)

Comezo: Mes de outubro

Grupo mínimo 12 participantes.



ZUMBA

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

Lugares e Datas:

Pavillón municipal de Abellá: Luns de 19:10 a 20:00h.

Local Social de Aiazo: Xoves de 17:15 a 18:05h.

Pavillón municipal de Ponte Carreira: Venres de 21:00 a 21:50h

Prezo: 90€ curso completo (prezo de un día a semana)

Comezo: Mes de outubro

Grupo mínimo de 12 participantes.



XIMNASIA DE MANTEMENTO

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

Lugar e datas:

Pavillón de Abellá: Luns 17:30 a 18:25h.

Pazo de Galegos: Venres de 18:50 a 19:35h.

Prezo: 90€ curso completo (prezo para un día a semana)

Comezo: Mes de outubro.

Grupo mínimo de 12 participantes.



PADEL

Contido: Curso para adultos/as onde se iniciarán no deporte do pádel para aprender as técnicas deste deporte.

Horario: Martes de 21:15 a 22:10h.

Lugar: Pista de pádel do pavillón municipal de Abellá.

Prezo: 90€ curso completo.

Comezo: Mes de Outubro.

Nivel básico-aficionado.

Grupo máximo e mínimo de 6 participantes.



IOGA

Contido: É unha práctica que mediante posturas físicas, exercicios de respiración e meditación conecta o corpo, a respiración e a mente para mellorar a saúde en xeral.

ESTA ACTIVIDADE PORASE EN MARCHA CANDO SE DISPOÑA DE MONITOR/A COS REQUISITOS NECESARIOS PARA O SEU DESENVOLVEMENTO.



HIPOPRESIVOS

Contido: Exercicios respiratorios que reducen a presión intraabdominal e fortalecen o suelo pélvico e a faixa abdominal. Para problemas de incontinencias, prolapsos, hernias,...

Contraindicado para hipertensión arterial e mulleres en postparto ata 6 meses.

Lugar e Datas:

Centro Sociocomunitario de Ponte Carreira: Luns de 20:00 a 20:30h.

Multiusos de Frades: Mércores de 18:15 a 18:45h.

Prezo: 60€ curso completo (prezo para un día a semana)

Comezo: Mes de Outubro.

Grupo mínimo de 12 participantes.

CURSOS E OBRADOIROS

MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

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

Lugar: Multiusos de Frades.

Prezo: A determinar unha vez se forme o grupo.

Horario: A determinar unha vez se forme o grupo.



CURSO DE APICULTURA

Contidos: Facer núcleos, enxames, crías de raíñas, arpas eléctricas, tratamento de varroase...

Lugar: Multiusos de Frades

Horario/Prezo: A determinar unha vez se forme grupo.

Data de comezo: Cando se forme grupo.

Duración: 16 horas.

Grupo mínimo de 15 persoas, máximo de 20.



CURSO DE SULFATOS ECOLÓXICOS

Remedios naturais para as enfermidades e as pragas das plantas.

Duración: 16 horas

Grupo: Grupo reducido.

Contidos: Identificación das pragas e enfermidades máis frecuentes (insectos, fungos, bacterias, virus...) Control biolóxico de pragas e enfermidades e elaboración de insecticidas, funxicidas e de activadores.

Data: A convir unha vez se forme o grupo.

Lugar: Multiusos de Frades/Leira municipal.

Prezo: A determinar unha vez se forme o grupo.

Profesor: Rosendo Luis Estévez.

CURSO DE PODA E ENXERTOS

Duración: 28 horas (20 prácticas e 8 teóricas).

Lugar: Multiusos de Frades/leira municipal.

Grupo: Grupo reducido.

Horario: a convir (os sábados).

Prezo: A determinar unha vez se forme o grupo.

Profesor: Rosendo Luis Estévez.



CURSO DE INFORMÁTICA

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

Obxectivo: Formación personalizada.

Lugar: Aula informática municipal do multiusos de Frades.

Prezo: A determinar unha vez se forme o grupo.

Comezo: A determinar cando se forme grupo mínimo.



CURSO DE MECANOGRAFÍA

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

Obxectivo: Formación personalizada.

Lugar: Aula informática municipal.

Prezo: A determinar unha vez se forme o grupo.

Comezo: A determinar cando se forme grupo mínimo.



CURSO DE ALFABETIZACIÓN DIXITAL

Contidos: Uso e manexo de tabletas e smartphones (teléfonos móbiles)

Grupos reducidos

Lugar: Multiusos de Frades.

Horario: Os Luns de 16:00 a 17:00h.

Prezo: Actividade gratuíta.

Curso realizado por ONG MESTURA.



CURSO DE BAILOTERAPIA

Contidos: Fomentar con baile, música e exercicio físico a mellora do benestar físico e psicoemocional das persoas participantes.

Usuarios/as: Interesados en xeral.

Lugar: Multiusos de Frades.

Horario: Os Luns de 17:00 a 18:00h.

Prezo: Actividade gratuíta.

Grupo máximo de 10.

Curso realizado por ONG MESTURA.



PODA EN VERDE

Contidos: Xeneralidades da poda en verde, técnicas básicas de poda, especies máis comúns e a súa poda (froiteiras, hortalizas, ornamentais...)

Cultivo, recolección e conservación. Usos e aplicación.

Lugar: Multiusos de Frades/leira municipal.

Prezo: A determinar unha vez se forme o grupo.

Duración: 16 horas.

Data e horario: A convir unha vez se forme grupo.

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

Profesor: Rosendo Luís Estevez.



MANIPULACIÓN DE PRODUCTOS FITOSANITARIOS E RENOVACIÓN (BÁSICO)

Contidos: Curso para a obtención do carné fitosanitario.

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

Lugar: Multiusos de Frades.

Prezo: A determinar unha vez se forme grupo.

Comezo: Unha vez se forme grupo.



HORTA ECOLÓXICA

Contidos: 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: 30 horas

Prezo: A determinar unha vez se forme o grupo.

Lugar: Multiúsos de Frades/leira municipal.

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

Datas e horario: A convir unha vez se forme grupo.

Profesor: Rosendo Luís Estevez.



PLANTAS AROMÁTICAS E MEDICINAIS

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

Usos e aplicación.

Remedios naturais para as enfermidades e as pragas das plantas.

Lugar: Multiusos de Frades/leira municipal.

Prezo: A determinar unha vez se forme grupo.

Duración: 16 horas.

Horario: A convir (os sábados).

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

Data de comezo: Unha vez se forme grupo.

Profesor: Rosendo Luís Estévez.



CURSO DE XARDINERÍA

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

Duración: 16 horas

Prezo: A determinar unha vez se forme o grupo.

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

Data de comezo: a convir unha vez se forme o grupo.

Lugar: Multiúsos de Frades/Ieira municipal.

Profesor: Rosendo Luís Estévez.



Actividades no Centro Sociocomunitario

BAILE FIT

Contidos: Combina a música con exercicios de peso corporal e movementos rítmicos así como pasos de baile.

Data e horario: Martes e Xoves de 11:00 a 12:00h.

TALLERES DE MEMORIA

Contidos: Xogos, actividades e dinámicas de estimulación cognitiva para maiores que manteñen a mente activa o longo do proceso de envellecemento.

Data e horarios: Martes e Xoves de 10:00 a 11:00h.

Requisitos para todas as actividades do Centro Sociocomunitario

Grupo mínimo de 12 persoas e máximo de 15.

Actividades gratuítas.

É necesario anotarse no Concello.

Estas actividades seguirán o calendario escolar 2025/2026.

Outras actividades

OBRA TEATRAL “CONTAMOS CONTOS DE LOBOS”

Data: Sábado 19 de setembro.

Obra teatral da Compañía “Teatro Gazafellos”. Un espectáculo donde repasaremos os contos de Carapuchiña, Os Tres Porquiños, Pedro e o Lobo, Os Sete Cabuxos...

Todo con moita improvisación e como non a participación do público.

Lugar: Multiúsos de Frades/Biblioteca municipal

Horario: As 11:30h.

Anotacións no concello ata o 18 de setembro.

Colabora:



ruta de senderismo “LOIBA O VICEDO”

Data: Sábado 17 de outubro

Distancia: 14 km. Dificultade Baixa - Media

Saída: Do Concello as 8:00h.

Itinerario: Banco de Loiba – O Vicedo

O autobús levará ás persoas participantes ao inicio da etapa, esperará a metade de camino (máis ou menos) e recolleraas no lugar de chegada.

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

Prezo: 15€ por etapa

Deberase levar comida, (podrán comer en O Vicedo por a súa conta se así o prefieren). É necesario formar grupo mínimo de 30 persoas.

ruta de senderismo “FRAGAS DO EUME”

Data: Sábado 21 de novembro

Distancia: 15,88 km. Dificultade Baixa (Ruta circular)

Saída: Do Concello as 8:00h.

Itinerario: Centro de interpretación de Ombre - Mosteiro de Caaveiro – Parque natural das Fragas do Eume

O autobús levará ás persoas participantes ao inicio da etapa e recolleraas no lugar de chegada.

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

Prezo: 15€ por etapa

Deberase levar comida. É necesario formar grupo mínimo de 30 persoas.

REALIZAREMOS RUTAS DE SENDERISMO DUNHA ÚNICA ETAPA AO LONGO DO ANO QUE SERÁN ANUNCIADAS NAS REDES SOCIALES E GRUPO DE WHATSAPP DO CONCELLO DE FRADES. *As etapas faranse os sábados ao longo do ano dependendo da meteoroloxía.*

actuación teatral “CONTOS PARA CAGHAR PATATILLAS”

Data: Sábado 24 de outubro.

Gran actuación de “Brais das Hortas” que a través dunha actuación musical e de humor fara un repaso por a Santa Compañía, o home do saco, bruxas, curuxas e moito máis. Un espectáculo para morre de medo... ou de risa!

Lugar: Multiúsos de Frades/Biblioteca Municipal.

Horario: 11:30 h.

Anotacións no concello ata o 23 de outubro.

Colabora:



MAGOSTO E FESTA DE SAMAIN CON HOTEL TRANSILVANIA

Data: 31 de outubro.

Contido: Gran actuación de Moc Moc Mago Charly Braun co seu espectáculo “Hotel Transilvania” de Maxia de Terror e rematamos a xornada con obradoiros e castañada para todos os asistentes

Lugar: Pavillón municipal de Abellá

Horario: Ás 17:00h

Anotacións no concello ata o 26 de outubro.

EXCURSIÓN Á COSTA DA LUZ E O ALGARVE



Albufeira – Vilareal - Faro - O Rocio - Sevilla

Data: Do 18 ao 23 de outubro.

Prezo: 570€ (Habitación Dobre) 730€ (Habitación individual)

Contido:

Día 18: Saída, comida en ruta. Chegada ao hotel Ilunion, reparto de habitacións e cea.

Día 19: Pola mañá visita a Albufeira, comida no hotel. Tarde libre.

Día 20: Pola mañá visita a Vilareal. Comida no hotel e pola tarde visita a Faro.

Día 21: Visita con guía local a Sevilla. Comida no hotel e pola tarde visita o Rocio.

Día 22: Día libre.

Día 23: Almorzo e saída para a casa. Comida en ruta.

Anotacións no Concello dende o 1 de setembro ata o 30 de setembro.

Reserva do n.º de asento e praza por orde de inscrición.

Preferencia empadroados/as en Frades.

Prazas limitadas: mínimo 50 persoas para realizar a excursión.

Organiza: 
Excursiones
Miranda

Colabora:  CONCELLO
DE FRADES

 CONCELLO
DE OROS

Avance de Nadal

VISITA DO PAXE REAL E PAPA NOEL
GRAN FESTA DE NADAL
EXCURSIÓN A XUVENLUGO
CABALGATA DE REIS (5 DE XANEIRO)
E MOITAS OUTRAS ACTIVIDADES (FOLLETO DE NADAL)

INFORMACIÓN DE INTERESE PARA A VECIÑANZA

BIBLIOTECA MUNICIPAL

Horario: De Luns a Venres de 10:00 a 14:00 h..
Martes e Xoves de 17:00 a 20:00.

Contamos con moitas novidades para todo tipo de público: infantil, xuvenil e adulto.

MUSEO ETNOGRÁFICO DE FRADES MUFRA

Poderase reservar visita ao museo a partir do mes do outubro.
No teléfono do concello de frades 981 69 55 67
ou no correo electrónico acervoaccioncultural@gmail.com

CASAS NIÑO

Contido: As casas niño son un modelo de atención á infancia de 0 a 3 anos , que mediante profesionais autónomos ofrecen unha atención integral e personalizada a un máximo de cinco nenos/as entre os 0 e 3 anos. O servizo é gratuíto en atención diurna e de luns a venres durante todo o ano agás festivos e vacacións (1 mes).

Usuarios: Nenos de 0 a 3 anos empadroados en Frades ou nun limítrofe onde non existen recursos de atención á infancia.

Para anotar ao neno ou nena só hai que poñerse en contacto cas persoas responsables das casas niño. Na actualidade en Frades cóntamos con tres:

“Xoaniña” na Cheda – Abellá 627 147 100

“Axouxere” no Pazo de Galegos 660 836 022

“Garatuxa” en Vilar Xoán – Vitre 659 665 699

CASAS DO MAIOR

Contido: As casas do maior son un modelo de atención á terceira idade para maiores de 60 que mediante profesionais autónomos ofrecen unha atención integral e personalizada a un máximo de 5 persoas. O servizo é gratuíto en atención diurna e de luns a venres durante todo o ano agás festivos e vacacións (1 mes).

Usuarios: Persoas maiores de 60 anos sen dependencia ou cunha dependencia de grado 1 ou 2.

Para solicitar praza nas casas do maior hai que poñerse en contacto cos servizos sociais do Concello de Frades.

Neste momento temos en funcionamento dúas casas do maior:

“O noso fogar” na antiga escola de Vistalegre (Galegos)

“Sorrisos” en Marís - Abellá.

SERVIZOS DA MANCOMUNIDADE DE CONCELLOS DA COMARCA DE ORDES

- Atención Temperá (Teléfono: 981 68 06 72)
- CIM (Centro de Información para as Mulleres - Teléfono 981 68 21 08)
- Prevención de Conductas Adictivas (Teléfono: 981 68 00 02)
- Normalización Lingüística (Teléfono: 981 68 00 02)
- Orientación Laboral (Teléfono: 981 68 06 79)
- Técnica Sociocultural (os venres no Concello de Frades)
- Axencia de Turismo (Teléfono: 618 00 41 10)

Servicios gratuitos financiados pola Xunta de Galicia, Deputación da Coruña e Concellos da Comarca

MÁIS INFORMACIÓN NO CONCELLO DE FRADES OU NA SEDE DA MANCOMUNIDADE (BAIXOS DA ALAMEDA DE ORDES)

TELÉFONO: 981680002

<http://mancomunidadeordes.gal>

SERVIZOS SOCIAIS DO CONCELLO DE FRADES

- **Solicitudes de Dependencia á Xunta de Galicia:** Axuda no Fogar, Libranza para coidados na contorna familiar, Centros de Día, Residencias...
- **Axuda no Fogar libre Concorrencia.**
Servizos a Domicilio de: Podoloxía, Perruquería, Fisioterapia (para persoas maiores con dificultades de mobilidade ou autonomía determinadas polo informe médico pertinente).
- **Xantar na casa.**
- **Teleasistencia**
- **Emerxencia social (para casos de urxente necesidade e familias vulnerables:** Alimentos, Roupas, Medicamentos, Vivenda, etc)
- **Tarxetas de Estacionamento** (para persoas con discapacidade e problemas de mobilidade e recoñecidas pola Xunta do Goberno).
- **Axudas para o ensino**
- **Servizo de estimulación cognitiva**
- **Servizo de bonotaxi**
- **Servizo de préstamo de axudas técnicas**

MÁIS INFORMACIÓN E SOLICITUDES NOS SERVIZOS SOCIAIS DO CONCELLO.

NOTAS RECORDATORIAS

PUNTO LIMPO DE FRADES-MESÍA



RECEPCIÓN DO RESIDUO:

Mércores de 16:00 a 20:00h.
Sábado de 12:00 a 16:00h.

Teléfono Punto Limpo

Teléfono Concello

Frades 981 695 567

Mesía 981 687 001

Correo electrónico

Frades correo@frades.gal

Mesía correo@concellodemesia.gal

Un Punto Limpo é unha instalación cun equipamento axeitado para a recepción, separación selectiva e almacenamento temporal de residuos urbanos de especiais características.

Estas instalacións teñen como obxectivo fundamental poñer a disposición dos cidadáns un espazo para a achega voluntaria de residuos que non poden ser eliminados por medio dos servizos convencionais da recollida de lixo, polo seu tamaño (residuos voluminosos) ou a súa composición (residuos perigosos).

No Punto Limpo sepáranse os distintos residuos segundo a súa tipoloxía, facilitando o seu tratamento e valorización posterior, favorecendo a protección e mellora do Medio Ambiente.

NORMAS DE UTILIZACIÓN:

1. Os usuarios son exclusivamente os cidadáns particulares do Concello de Frades e de Mesía. (Poderase exirir a presentación do DNI).
2. Queda prohibida a entrada a empresas que pretendan depositar residuos procedentes da súa actividade principal (salvo que contén coa autorización previa do Concello).
3. Só se poderá acceder ao Punto Limpo para depositar residuos, non para outros fins.
4. En todo intre o usuario deberá seguir as indicacións do operario xa que é o encargado do correcto depósito dos residuos entrantes e do estado xeral da instalación.
5. Prohíbese abandonar residuos de calquera tipo na porta das instalacións, fora do horario de funcionamento do Punto Limpo.

PROHÍBESE A ENTRADA DE RESIDUOS DE ORIGE INDUSTRIAL

RESIDUOS ADMISIBLES: (Art. 6 e art. 8 do regulamento do funcionamento do punto limpo)

 PAPEL E CARTÓN MÁX. 20 KG.	 VIDRO MÁX. 20 KG.	 ESCOMBROS MÁX. 25 KG.	 MADEIRAS MÁX. 25 KG OU 1 MOBLE	 PLÁSTICOS MÁX. 25 KG.	 VOLUMINOSOS (colchóns, sofás) MÁX. 1 UD.
 ELECTRODOMÉSTICOS MÁX. 2 UDS.	 FRIGORÍFICOS MÁX. 1 UD.	 ACEITE DE MOTOR MÁX. 5 L.	 ACEITE VEXETAL MÁX. 5 L.	 AEROSOIS MÁX. 10 UDS.	 PINTURAS MÁX. 1 KG.
 PLÁSTICOS DE SILO MÁX. 1 M ³	 FLUORESCENTES MÁX. 3 UD.	 PILAS MÁX. 5 KG.	* Para outros residuos consultar ao operario		RESIDUOS NON ADMISIBLES: Residuos industriais de empresa Basura orgánica Pneumáticos fora de uso Residuos fillosantinos Bombonas Extintores Unidade de amianto Residuos radioactivos Medicamentos Mercurio e plomo



Concello de
Frades



Concello de
Mesía

 **ÓNDE?**
Irá rotando por todas
as parroquias

PUNTO LIMPO MÓBIL



QUÉ?



BOTES DE PINTURA/
VERNIZES DISOLVENTE



TUBOS
FLORESCENTES



BATERÍAS



PEQUEÑOS
ELECTRODOMÉSTICOS



CARTUCHOS
DE TINTA



BOMBILLAS DE
BAIXO CONSUMO



ACEITES VEGETAIS
(EN BOTELLAS DE PLÁSTICO PEGADAS)



PILAS DE BOTÓN



PILAS ALCALINAS



OUTRAS PILAS



ACEITES
MINERAIS



CALZADO



TELÉFONOS
MÓBILES



AEROSOIS



CONTACTO



Concello de
Frades

981 69 55 67



Concello de
Mesía

981 68 70 01

ORGANIZACIÓN PUNTO MÓVIL POR PARROQUIAS (FRADES)

DATAS	FRADES	
	Parroquia	Ubicación
10/12/2026 a 22/12/2026; 27/05/2027 a 08/06/2027; 11/11/2027 a 23/11/2027	Gafol	Praza
24/12/2026 a 05/01/2027; 10/06/2027 a 22/06/2027; 25/11/2027 a 07/12/2027	Aiazo	Aparcadoiro Igrexa
07/01/2027 a 19/01/2027; 24/06/2027 a 06/07/2027; 09/12/2027 a 21/12/2027	Moar	Igrexa
06/08/2026 a 18/08/2026; 21/01/2027 a 02/02/2027; 08/07/2027 a 20/07/2027; 23/12/2027 a 04/01/2028	Galegos	Igrexa
20/08/2026 a 01/09/2026; 04/02/2027 a 16/02/2027; 22/07/2027 a 03/08/2027	Frades	Aparcadoiro Igrexa
03/09/2026 a 15/09/2026; 18/02/2027 a 02/03/2027; 05/08/2027 a 17/08/2027	Abellá	Pavillón
17/09/2026 a 29/09/2026; 04/03/2027 a 16/03/2027; 19/08/2027 a 31/08/2027	Ledoirá	Local Social
01/10/2026 a 13/10/2026; 18/03/2027 a 30/03/2027; 02/09/2027 a 14/09/2027	Céltigos	Local Social
15/10/2026 a 27/10/2026; 01/04/2027 a 13/04/2027; 16/09/2027 a 28/09/2027	Añá	Praza
29/10/2026 a 10/11/2026; 15/04/2027 a 27/04/2027; 30/09/2027 a 12/10/2027	Vitre	Local Social
12/11/2026 a 24/11/2026; 29/04/2027 a 11/05/2027; 14/10/2027 a 26/10/2027	Papucín	Igrexa
26/11/2026 a 08/12/2026; 13/05/2027 a 25/05/2027; 28/10/2027 a 09/11/2027	Mesos	Praza

MEDIO AMBIENTE

RECOLLIDA DE RESIDUOS VOLUMINOSOS

A recollida faise os primeiros mércores de cada mes.

Tipo de residuos que se poden depositar: Ferros, electrodomésticos, mobles, colchóns...

PROHIBIDO: neumáticos, entullo e restos de obras (sanitarios), baterías, cristais... Estes residuos debense xestionar con empresas especializadas (nos lugares de compra ou coas empresas que realizan as obras).

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

RECOLLIDA DE PLÁSTICOS AGRÍCOLAS

Deben depositalos no punto limpo. 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

Hai 13 colectores de aceite vexetal doméstico repartidos por todas as parroquias do concellos e no núcleo urbán de Ponte Carreira..

COLECTOR DE ROUPA E CALZADO

Hai 12 colectores de recollida de roupa e calzado repartidos por todas as parroquias do concello.

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).

VERTEDOIROIS ILEGAIS

Estanse detectando varios vertedoiros ilegais no noso concello, tanto en fincas públicas como en fincas privadas. Recordamos á veciñanza que está totalmente prohibido depositar residuos de calquera tipo nestes lugares. Estes actos poñense en coñecemento das autoridades competentes (Seprona e Garda Civil), que se encargan de buscar aos culpables e de xestionar as infraccións e as correspondentes sancións económicas.

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 adecuados nas entradas das leiras.

Tamén queremos recordar que se deben gardar as distancias adecuadas ás pistas municipais sen invadir as cunetas destas cando se realicen labores agrícolas agrícolas ou forestais, así como solicitar os correspondentes permisos no concello cando se realicen cerrados ou valados nas leiras particulares.

DISTANCIAS MÍNIMAS EN PLANTACIÓNS FORESTAIS

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

	FRONDOSAS (ameneiros, bidueiros, castiñeiros, carballos, loureiros, nogueiras...)	RESTO DE ESPECIES (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)	4 metros	10 metros
Pistas locais e forestais municipais	2 metros	4 metros
Vivendas, solo urbano, núcleos rurais	15 metros	50 metros

*As distancias deben medirse dende o límite do dominio público, é dicir, dende a aresta exterior da gabiá. 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.
Mais información no Concello.*

REQUISITOS XERAIS DAS ACTIVIDADES

- ▶ SEMPRE TERÁN PREFERENCIA AS PERSOAS EMPADROADAS EN FRADES.
- ▶ AS ACTIVIDADES COMEZARAN NO MES DE OUTUBRO SÓ NO CASO DE XUNTARSE UN GRUPO MÍNIMO E FINALIZARÁN A FINEIS DE MAIO.A 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 QUE FACER UNHA SOLICITUDE NO REXISTRO DO CONCELLO PARA TODAS AS ACTIVIDADES CON ANTELACIÓN
- ▶ MÁIS INFORMACIÓN SOBRE DESCONTOS, EXCECIÓNS 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 a seguir:

1. Pago mediante ingreso ou transferencia no número de conta arriba indicado, poñendo no concepto a actividade que se vai realizar e o nome do/a participante.

2. A solicitude de inscrición na actividade pode facerse de dúas formas:

A- Presencialmente no Concello de Frades aportando os seguintes documentos:

Solicitude e xustificantes de pago da actividade.

B- Por internet na páxina web do Concello: www.frades.gal - sede electrónica - actividades culturais e deportivas - solicitude de inscrición en aula de actividades aportando o seguinte documento: xustificante de pago da actividade

FEIRAS EN FRADES

PONTE CARREIRA:
12 e 26 de cada mes

ABELLÁ:
1º VENRES de cada mes

FESTIVOS LOCAIS 2027

9 FEBREIRO
Martes de Entroido

24 XUÑO
San Xoán

COLABORA:



**Deputación
DA CORUÑA**



**XUNTA
DE GALICIA**

ORGANIZA:



**CONCELLO
DE FRADES**

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

981 695 567 - 981 695 663

www.concellodefrades.gal

