



# Ociroleiros

A sabedoría do bo lecer!

Infórmate na FÁBRICA ou na páxina web ([www.oleiros.org](http://www.oleiros.org))  
e preinscríbete do 9 ao 19 de decembro

Concello de  Oleiros



# Ocioleiros

A sabedoría do bo lecer!

## Actividades con fins lúdicos

- FOTOGRAFÍA DIXITAL
- HORTA ECOLÓXICA
- XARDINERÍA
- OBRADOIRO DE CATA DE VIÑOS GALEGOS
- CARTÓN PEDRA E PAPEL MACHÉ
- XOIERÍA ARTÍSTICA
- CESTERÍA CON RAFIA NATURAL
- OBRADOIRO DE ESCRITA CREATIVA
- BAILES DE SALÓN E LATINOS
- XADREZ
- COCTELERÍA
- ESCALADA DEPORTIVA
- PATINAXE
- DEFENSA PERSOAL
- CALISTENIA
- MARCHA NÓRDICA
- PADDLE SURF
- KAIK
- SURF

- Do 9 ao 19 de decembro: preinscricións a través da sede electrónica.
- O 27 de decembro: publicación de persoas preinscricións.
- Ata o 3 de xaneiro: prazo de emenda de erros.
- 9 de xaneiro: Sorteio público ás 12:00 horas na Fábrica.
- 13 de xaneiro: publicación de listas definitivas de admitidos/as
- A partir do 13 de xaneiro concretaranse os días nos que se poderá efectuar o pagamento.



## Contido

Preinscricións (onde e como facela) .....	4
Como solucionar o erro de acceso á web .....	6
Bases de Ocioleiros .....	9
Calendario .....	10
Contactos .....	11
Táboa de actividades e horarios .....	12
Bailes de salón e latinos – 16 sesións.....	13
Calistenia – 16 sesións.....	14
Obradoiro de cata de viños galegos – 16 sesións .....	14
Coctelería – 15 sesións .....	14
Defensa Persoal – 16 sesións .....	15
Escalada Iniciación – 16 sesións .....	15
Fotografía – 16 sesións.....	15
Horta ecolóxica – 16 sesións .....	16
Kaiak – 12 sesións.....	16
Marcha nórdica – 16 sesións.....	17
Obradoiro de cartón pedra e papel maché – 16 sesións .....	17
Obradoiro de escrita creativa – 16 sesións .....	17
Obradoiro de xoiería artística – 16 sesións .....	19
Obradoiro de cestería con rafia natural – 16 sesións .....	20
Patinaxe Iniciación – 16 sesións .....	21
Paddel Surf – 12 sesións.....	21
Surf – 16 sesións.....	21
Xadrez – 16 sesións .....	21
Xardinería – 16 sesións.....	22



Concello de Oleiros



# Preinscricións (onde e como facela)

As preinscrición faranse a través da sede electrónica do Concello de Oleiros ([www.oleiros.org](http://www.oleiros.org)).



Na sección de catálogo de trámites






Dentro do catalogo de trámite tes que seleccionar Ocioleiros 2024



Catálogo de servicios

 Con la intención de facilitar el proceso de firma electrónica, se ha integrado la tramitación electrónica con el componente a u t o **f i r m a** . Para su uso se requiere su [instalación previa](#).  
Cada trámite a realizar con el Ayuntamiento dispone de una solicitud, con toda la información sobre el trámite, normativa que le afecta, instancias PDF y la posibilidad de realizar el trámite telemáticamente. Busque el trámite por nombre o por ámbito.

Ámbito:

Medio de presentación:

Buscar:  Mostrar  registros


Trámite ▲ Presencial Online Telefónica

Alta/Modificación de datos actuales del proveedor	
Autorización autonómica para construccions de natureza artesanal ou de reducida dimensión para actividades primeira transformación, almacén, envasado productos sector primario	
Autorización autonómica para construccions destinadas a usos residenciais vinculados á explotación agropecuaria ou gandeira	
Avisos de avería	
Cita con urbanismo	
Comunicación de nueva cuenta bancaria del proveedor	
Comunicación previa de cambio de titularidade actividade	
Comunicación previa de inicio de actividades	
Comunicación previa de obras	
Comunicación previa de tala	


Mostrando registros del 1 al 10 de un total de 52 registros Anterior  2 3 4 5 6 Siguiente




Podes tramitar a preinscripcion con certificado dixital, DNI ou sen certificado. A mellor opción é “Escribiré os meus datos”.

 **Tramitación Online**

Seleccione como desea identificarse:

 **Escribiré mis datos** +

 **Con Autofirma**




## Como solucionar o erro de acceso á web

Se intentas acceder a un sitio web baixo https que **non ten un certificado de seguridade instalado**, o navegador mostrarache unha mensaxe indicándote que o sitio non é seguro e te invitará a abandonar a páxina.

Sen embargo, e posible que **de todas formas queiras visitar o dominio**. Vamos a ver cómo facelo nos navegadores mais importantes utilizados : Chrome y Firefox.

### Chrome

O usar Chrome para acceder baixo https a un sitio web que non tene un SSL instalado, aparecerache a seguinte mensaxe. Nel, fai **clik no enlace "Configuración avanzada"**.



### La conexión no es privada

Es posible que los atacantes estén intentando robar tu información de **midominio.com** (por ejemplo, contraseñas, mensajes o tarjetas de crédito). [Más información](#)

NET::ERR\_CERT\_SYMANTEC\_LEGACY

Enviar automáticamente [información del sistema y contenido de las páginas](#) a Google para facilitar la detección de aplicaciones y sitios web peligrosos. [Política de Privacidad](#)

**CONFIGURACIÓN AVANZADA** Volver para estar a salvo

Conexión no privada (Chrome)

Depregaranse as opcións avanzadas e unha delas é para acceder ó dominio. Para elo haz **clik en "Acceder a midominio.com (sitio no seguro)"**, onde "midominio.com" é o dominio ao que queres acceder.



### La conexión no es privada

Es posible que los atacantes estén intentando robar tu información de **midominio.com** (por ejemplo, contraseñas, mensajes o tarjetas de crédito). [Más información](#)

NET::ERR\_CERT\_SYMANTEC\_LEGACY

Enviar automáticamente [información del sistema y contenido de las páginas](#) a Google para facilitar la detección de aplicaciones y sitios web peligrosos. [Política de Privacidad](#)

OCULTAR CONFIGURACIÓN AVANZADA

Volver para estar a salvo

Este servidor no ha podido probar que su dominio es **midominio.com**, el sistema operativo de tu ordenador no confía en su certificado de seguridad. Este problema puede deberse a una configuración incorrecta o a que un atacante haya interceptado la conexión.

[Acceder a midominio.com \(sitio no seguro\)](#)

Configuración avanzada (Chrome)

### Firefox

O usar Firefox para acceder baixo https a un sitio web que non ten un certificado SSL instalado, aparecerache o seguinte mensaxe. Pulsa ol botón "Avanzado".



### Su conexión no es segura

El propietario de midominio.com ha configurado su sitio web de manera incorrecta. Para evitar que su información sea robada, Firefox no ha conectado con este sitio web.

[Más información...](#)

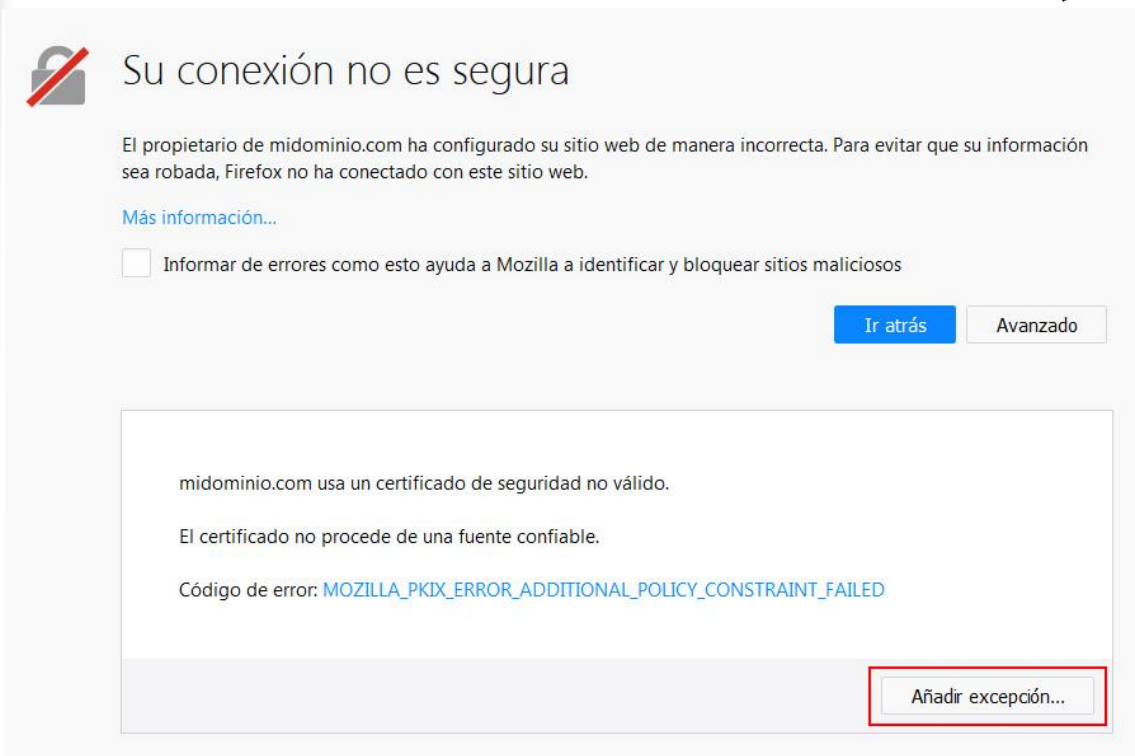
Informar de errores como esto ayuda a Mozilla a identificar y bloquear sitios maliciosos

Ir atrás

Avanzado

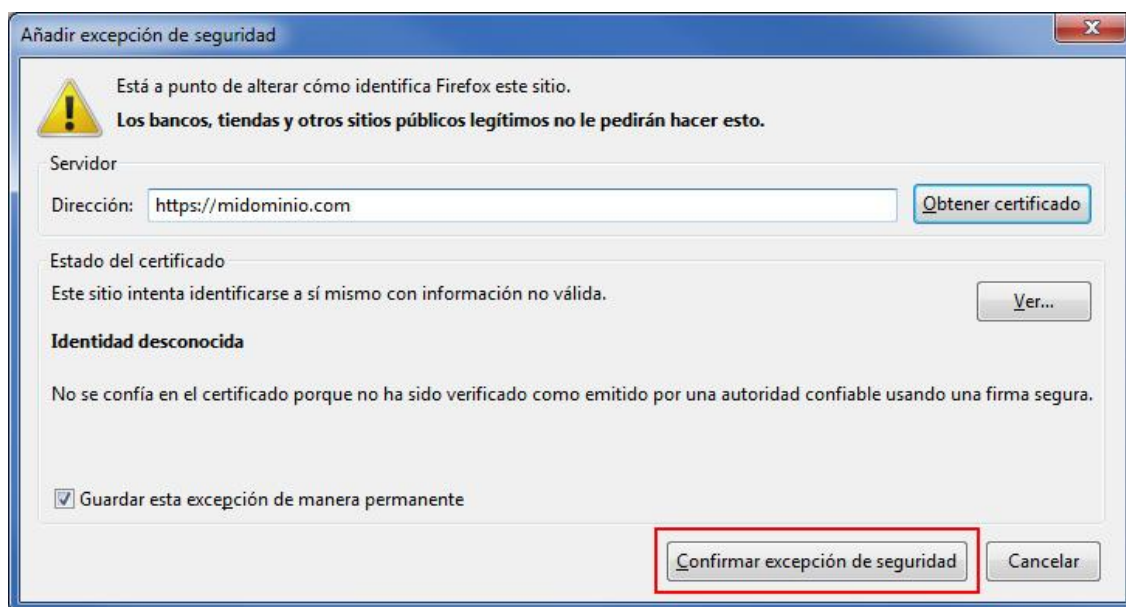
Conexión no segura (Firefox)

Nas opciones avanzadas, pulsa no botón "Añadir excepción...".



Opciones avanzadas (Firefox)

No cadro de diálogo, pulsa o botón "Confirmar excepción de seguridade" para incluir a dirección web nas excepcións de Firefox.



Confirmar excepción de seguridad (Firefox)





## Bases de Ocioleiros

### BASES XERAIS de Ocioleiros 2025

- 1. A finalidade deste programa é fundamentalmente lúdica, polo que todos os esforzos das persoas participantes deberán dirixirse á diversión e ao entretemento.
  - 2. Todas as persoas participantes teñen que **estar empadroadas no Concello de Oleiros**. Se non cumpren todos os requisitos, **non poderán** tomar parte no programa.
  - 3. Poderán participar en **Ocioleiros** as persoas maiores de 18 anos.
  - 4. **Pregamos ler ben as bases e solicitar información ás persoas responsables da actividade que lles interese, no caso de que sexa a primeira vez que participen ou se teñen dúbidas sobre esta.**
  - 5. É necesario cubrir a folla de preinscrición con todos os datos. Na actividade de bailes de salón e latinos, as parellas de baile deberán vincularse na preinscrición do seguinte xeito: o segundo solicitante da parella fará constar na súa solicitude o nº de preinscrición (ACT202400XXXX) do primeiro, no espazo habilitado para iso. Tamén poderán enviar un correo cos datos de ambas persoas a **afabrica@oleiros.org** facendo constar que son parella de baile.
  - 6. Só poderán preinscribirse en dúas actividades distintas como máximo, a actividade que se seleccione como primeira opción no despregable considerárase a primeira na orde de preferencia.
  - 7. Se alguén presenta máis dunha solicitude co mesmo nome a través da sede electrónica darase como válida a última presentada.
  - 8. As preinscricións realizaranse preferentemente na **Sede Electrónica (<https://sede.oleiros.org/>) do 9 ao 19 de decembro**. No caso de que a algunha persoa non lle sexa posible realizala así, poderá facelo na conserxería da Fábrica **en horario de mañá (de 8.30 a 14.30 horas)**.
  - 9. As listaxes de todas as persoas preinscricións colgaranse o día **27 de decembro**. No caso de presentar algún erro, poderase corrixir ata o **3 de xaneiro de 2025**.
  - 10. **PROCESO DE INSCRICIÓN :**  
As prazas adxudicaranse por sorteo que terá lugar o día **9 de xaneiro** ás 12.00 horas na Fábrica.  
**As listaxes de admitidos/as estarán expostas a partir do 13 de xaneiro. Tamén publicaranse as datas para efectuar o pagamento.**
  - 11. Para adxudicar a praza será necesario realizar o pagamento da actividade, de acordo coas instrucións que se faciliten ás persoas admitidas mediante correo electrónico, no que se indicará o prazo establecido para o pago.
  - 12. As persoas que realicen o pagamento a través do enlace que se lles remite no correo electrónico, ou ben paguen na entidade ABANCA, non terán que remitir xustificante do pagamento. Porén, as persoas que efectúen o pago noutras entidades bancarias deberán **necesariamente** remitir o comprobante de pagamento a: **afabrica@oleiros.org** ou entregalo de forma presencial nas instalacións do centro cultural A Fábrica, na rúa do Inglés, 13, Perillo. En caso de non remitilo no prazo que se lles indique, entenderase que non foi efectuado o pago, e a praza quedará dispoñible.
  - 13. Cando remate o dito prazo, no caso de quedar prazas vacantes por darse algunha baixa ou non entregar a tempo o xustificante, mandarase un correo comunicándollo á seguinte persoa na listaxe de agarda da actividade correspondente. O proceso para ocupar a praza será o mesmo.
  - 14. Unha vez que finalice este proceso, no caso de quedar algunha praza vacante nalgunha das actividades, sería de inscrición libre, sempre e cando se cumpran as bases.
  - 15. A organización do Concello de Oleiros formará unha comisión supervisora onde se analizarán todas as cuestións ou incidencias que afecten ao normal desenvolvemento das actividades. Esta comisión resérvase o dereito de tomar as medidas que considere oportunas para manter o bo funcionamento do programa.
  - 16. **Ocioleiros comezará o día 3 de febreiro** e rematará logo de ter cumpridas as sesións que correspondan a cada actividade. **Os días 3 e 4 de marzo (Entroido), do 14 ao 20 de abril (Semana Santa), o 1 de maio (Festa do Traballo) e o 17 de maio (Día das Letras Galegas) non haberá actividade.**
  - 17. O Concello de Oleiros resérvase o dereito de anular actividades nas que non se acadase un número suficiente de persoas participantes, ou en calquera momento en función das circunstancias excepcionais.
  - 18. A interpretación das presentes bases deberá facerse atendendo ao principio de boa fe.
  - 19. O Concello non se fai responsable da cesión de datos voluntarios que fan as persoas participantes aos monitores e monitoras das actividades.
- Recordamos que as persoas participantes nas actividades deberán comunicar as faltas de asistencia ao monitor ou monitora responsable. No caso de darse de baixa deberán comunicalo no correo electrónico [afabrica@oleiros.org](mailto:afabrica@oleiros.org) ou chamando ao teléfono 981 636 598.**

INFORMACIÓN E INSCRICIÓN NA FÁBRICA E NA WEB MUNICIPAL:  
[www.oleiros.org](http://www.oleiros.org) | Tels. 981 610 000 - 981 636 598

Concello de  Oleiros





## Contactos

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Escalada iniciación</a></li> <li>• <a href="#">Defensa persoal</a></li> <li>• <a href="#">Patinaxe iniciación</a></li> <li>• <a href="#">Paddle Surf - (12 sesións)</a></li> <li>• <a href="#">Marcha nórdica</a></li> <li>• <a href="#">Kaiak – (12 sesións)</a></li> <li>• <a href="#">Surf</a></li> <li>• <a href="#">Calistenia</a></li> </ul>	<p><a href="mailto:l.alvedro@oleiros.org">l.alvedro@oleiros.org</a>  <a href="mailto:deportes@oleiros.org">deportes@oleiros.org</a>            981.63.65.98</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Coctelería– (15 sesións)</a></li> <li>• <a href="#">Xadrez</a></li> <li>• <a href="#">Bailes de Salón e Latinos</a></li> </ul>	<p><a href="mailto:r.maceira@oleiros.org">r.maceira@oleiros.org</a>  <a href="mailto:cultura@oleiros.org">cultura@oleiros.org</a>            981.63.65.98</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Obradoiro de cartón pedra e papel maché</a></li> <li>• <a href="#">Obradoiro de xoiería artística</a></li> <li>• <a href="#">Obradoiro de cestería con rafia natural.</a></li> </ul>	<p><a href="mailto:r.caparros@oleiros.org">r.caparros@oleiros.org</a>  <a href="mailto:cultura@oleiros.org">cultura@oleiros.org</a>            981.63.65.98</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Obradoiro de escrita creativa</a></li> </ul>	<p><a href="mailto:l.filloy@oleiros.org">l.filloy@oleiros.org</a>            981.63.65.98</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Horta ecolóxica</a></li> <li>• <a href="#">Fotografía</a></li> <li>• <a href="#">Xardinería</a></li> <li>• <a href="#">Obradoiro de cata de viños galegos.</a></li> </ul>	<p><a href="mailto:j.diez@oleiros.org">j.diez@oleiros.org</a>  <a href="mailto:xuventude@oleiros.org">xuventude@oleiros.org</a>            981.63.65.98</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Información básica</li> <li>• Incidencias en inscricións e pagamentos</li> </ul>	<p><a href="mailto:afabrica@oleiros.org">afabrica@oleiros.org</a>            981.63.65.98</p>



## Táboa de actividades e horarios

Concello de Oleiros

### Actividades Ocioleiros 2025

Código	Actividade	Lugar	Prazas	Data Inicio	Prezo
OC2025-001	FOTOGRAFÍA DIXITAL LUNS 20:00 - 21:30	CMF - AULA 1, PRIMEIRO ANDAR	15	03/02/2025	40,00 €
OC2025-002	FOTOGRAFÍA DIXITAL MARTES 20:00 - 21:30	CMF - AULA 1, PRIMEIRO ANDAR	15	04/02/2025	40,00 €
OC2025-003	HORTA ECOLÓXICA SÁBADOS 11:00 - 13:00	FINCA DA CARBALLEIRA	20	08/02/2025	40,00 €
OC2025-004	XARDINERÍA SÁBADOS 11:00 - 13:00	FINCA DA CARBALLEIRA	20	08/02/2025	40,00 €
OC2025-005	OBRADEIRO DE CATA DE VIÑOS GALEGOS GRUPO I LUNS E XOVES 20:15 - 22:15	CMF - SALÓN ACTOS	30	03/02/2025	40,00 €
OC2025-006	OBRADEIRO DE CATA DE VIÑOS GALEGOS GRUPO II LUNS E XOVES 20:15 - 22:15	CMF - SALÓN ACTOS	30	03/04/2025	40,00 €
OC2025-007	CARTÓN PEDRA E PAPEL MACHÉ LUNS 19:30 - 21:30	ESCOLA O CASTAÑO	15	03/02/2025	40,00 €
OC2025-008	XOIERÍA ARTÍSTICA XOVES 20:00 - 21:30 H	LOCAL SOCIAL SAN COSME	15	06/02/2025	40,00 €
OC2025-009	CESTERÍA CON RAFIA NATURAL MARTES 19:30 - 21:30 H	CENTRO CÍVICO DE SANTA CRUZ	15	04/02/2025	40,00 €
OC2025-010	OBRADEIRO DE ESCRITA CREATIVA XOVES 18:00 - 20:00 H	CMF - AULA 1, PRIMEIRO ANDAR	15	06/02/2025	40,00 €
OC2025-011	BAILES DE SALON MÉRORES 20:30 - 22:00 H	CMF - SALÓN ACTOS	30	05/02/2025	40,00 €
OC2025-012	BAILES DE SALON VENRES 20:15 - 21:45	CMF - SALÓN ACTOS	30	07/02/2025	40,00 €
OC2025-013	XADREZ VENRES 20:00 - 21:30 H	CASA CULTURA PERILLO	16	07/02/2025	40,00 €
OC2025-014	COCTELERÍA MARTES 20:00 - 22:00 H	CASA CULTURA PERILLO	20	04/02/2025	40,00 €
OC2025-015	ESCALADA DEPORTIVA INICIACIÓN MARTES 21.00 - 23.00 H	PAVILLON M. DE BASTIAGUEIRO	12	04/02/2025	40,00 €
OC2025-016	ESCALADA DEPORTIVA INICIACIÓN XOVES 21.00-23.00 H	PAVILLON M. DE BASTIAGUEIRO	12	06/02/2025	40,00 €
OC2025-017	PATINAXE MÉRORES 21.00 - 22.30 H	PAVILLON M. DE SANTA CRUZ	20	05/02/2025	40,00 €
OC2025-018	DEFENSA PERSOAL VENRES 18.30 - 20.00 H	XIMNASIO CENTRO CÍVICO SANTA CRUZ	20	07/02/2025	40,00 €
OC2025-019	DEFENSA PERSOAL VENRES 20.00 - 21.30 H	XIMNASIO CENTRO CÍVICO SANTA CRUZ	20	07/02/2025	40,00 €
OC2025-020	CALISTENIA MARZO SÁBADO 12.00 - 13.00 H	PARQUE CALISTENIA AS 13 ROSAS	10	08/03/2024	40,00 €
OC2025-021	CALISTENIA MARZO SÁBADO 13.00 - 14.00 H	PARQUE CALISTENIA AS 13 ROSAS	10	08/03/2025	40,00 €
OC2025-022	MARCHA NÓRDICA MARZO SÁBADO 11.00 - 12.30 H	PAVILLON M. BASTIAGUEIRO	20	08/03/2025	40,00 €
OC2025-023	MARCHA NÓRDICA MARZO SÁBADO 12.30 - 14.00 H	PAVILLON M. BASTIAGUEIRO	20	08/03/2025	40,00 €
OC2025-024	PADDLE SURF ABRIL SÁBADO 10.30 - 12.30 H	PRAIA DE SANTA CRUZ	16	05/04/2025	40,00 €
OC2025-025	KAIK ABRIL SÁBADO 16.30 - 18.30 H	SANTA CRISTINA	22	05/04/2025	40,00 €
OC2025-026	SURF SÁBADO 16.00 - 18.00 H	NAUTICO PRAIA DE BASTIAGUEIRO	20	08/02/2025	40,00 €
OC2025-027	SURF DOMINGO 16.00 - 18.00 H	NAUTICO PRAIA DE BASTIAGUEIRO	20	08/02/2025	40,00 €



## Bailes de salón e latinos

### BAILES DE SALON

Os bailes de salón son aqueles que baila unha parella de xeito coordinado e seguindo o ritmo da música. Na súa orixe eran simplemente lúdicos e populares, pero a súa repercusión social foi de tal magnitude que deu lugar á creación de salas específicas que, dotadas dunha orquestra e un pavimento axeitado, facilitaran a súa práctica. Na actualidade practícanse tamén como modalidade deportiva en competicións organizadas e regulamentadas polas correspondentes federacións nacionais e internacionais.

Tanto na súa versión social como na de competición deportiva os movementos e interaccións da parella axústanse a patróns previamente establecidos que, asociados coa música, caracterizan os distintos bailes.

Os bailes de salón máis practicados son a salsa, o merengue, o chacha chá e o mambo

### BAILES LATINOS

Os bailes latinos son amplamente recoñecidos e practicados ao redor do mundo, todo iso débese non só á súa natureza sensual e enérxica, senón tamén á alta cantidade de beneficios que achegan á saúde física e mental das persoas que o practican. Dentro destes beneficios atopamos que axudan a eliminar e a reducir a presenza de tensión e de tensión muscular producida polo exceso de traballo ou de preocupacións.

Cada baile é diferente, dependendo non só do país, do estilo ou das variantes, senón que ademais as súas características propias permiten que cada persoa sexa libre de identificarse con algún deles e poder bailar.

As parellas de baile deberán vincularse na preinscrición do seguinte xeito: o segundo solicitante da parella fará constar na súa solicitude o nº de preinscrición (ACT202400XXXX) do primeiro, no espazo habilitado para iso. Tamén poderán enviar un correo cos datos de ambas persoas a [afabrica@oleiros.org](mailto:afabrica@oleiros.org) facendo constar que son parella de baile.

(Centro Municipal de Formación Isaac Díaz Pardo, Salón de actos – Os Regos)



## Calistenia

(So poden anotarse nun grupo)

Actividade física de iniciación ao traballo da forza co propio peso como autorcarga. No caso de que a climatoloxía imposibilite ou recomende non realizar a actividade, esta suspenderase.

(Parque As Trece Rosas – instalacións de calistenia)

14

## Obradoiro de cata de viños galegos

### Contidos Xerais

- Viño: orixes e cultura
- Viticultura: morfoloxía dá vide. Ciclo vexetativo, factores de produción.
- Enoloxía: vinificación de branco, rosado, tinto e espumoso
- Xeografía enolóxica de España
- A Cata: análises sensorial, técnica e vocabulario de cata.
- Servizo de Viños: accesorios, temperaturas, descorches, harmonías, etc..

### Contidos Específicos

- Orixes e antecedentes do viñado en Galicia
- Zonas de distribución
- Variedades de castes.
- Tipos de viños.
- Cata

(Centro Municipal de Formación Isaac Díaz Pardo, Salón de actos – Os Regos)

## Coctelería – 15 sesións

As clases terán unha parte temática e outra práctica, na cal o alumnado fará prácticas de todo o recetario ao longo do curso.

O obradoiro de **coctelería** versará sobre os seguintes contidos:

- Definición de cóctel e da coctelería.



## Concello de Oleiros



- Orixe da coctelería.
- Elementos e instrumentos necesarios na coctelería.
  
- xeo.
- Tipos de cristalería usada no servizo de cócteles.
- Asesoramento sobre cócteles: tipos e procedementos.
- Normas para a preparación de cócteles e prácticas.
- A presentación da bebida e a súa decoración.
- Introducción á coctelería molecular.

(Casa da Cultura de Perillo)

15

## Defensa Persoal

- Utilizar a defensa persoal como estratexia de prevención.
- Facilitar recursos de protección e defensa no caso de sufrir un intento de agresión física.
- Xerar a autoconfianza necesaria para afrontar con seguridade e decisión situación hostís que poidan aparecer na súa vida profesional ou cotiá. No nivel medio ademais aprenderemos a utilizar calquera obxecto cotián ante situación de agresións e ataque, tanto individuais como en grupo, mediante programas de adestramento baseados na realidade e na eficacia.

(Ximnasio Centro Cívico de Santa Cruz)

## Escalada Iniciación

Nivel iniciación: Material básico, colocación, escalada top-rope, Boulder, nós, escalada de 1º. Non é preciso ter material propio.

(Pavillón Municipal de Bastiagueiro)

## Fotografía

**Requisitos para os asistentes o curso:**

- Ter cámara dixital, réflex ou compacta (excepcionalmente móbil)



**Concello de  
Oleiros**



**OBXECTIVOS:**

- Controlar o modo manual e os modos semiautomáticos das cámaras dixitais, para facer unha correcta exposición da luz
- Adquirir coñecementos de composición fotográfica e narrativa visual para contar historias coas nosas fotos.
- Prácticas en diferentes tipos de fotografía ( paisaxes, retrato, nocturnas, con flash...etc)
- Nas últimas clases aprenderemos a manexar programas de edición para facer un tratamento da imaxe.

(Centro Municipal de Formación Isaac Díaz Pardo, 1º andar – Os Regos)

16

## Horta ecolóxica

**OBXECTIVOS:**

- Aprender a recoñecer e manexar as ferramentas dunha horta
- Saber elixir as especies en función da época
- Experimentar técnicas de cultivo básicas.
- Previr pragas e tratamentos máis efectivos

Contidos

- Manexo do solo: labores de cultivo
- Métodos de reprodución
- laboureo, fertilización
- Sementeiras. Rareo, aporcado e repicado
- Necesidades e coidados dos principais cultivos
- Rotacións e asociacións de cultivos
- Pragas e a loita biolóxica

(Finca da Carballeira – San Pedro de Nos)

## Kaiak – 12 sesións

Paseos pola costa de Oleiros, coñecemento de correntes, mareas, ventos, seguridade, técnica de navegación no mar. Haberá saídas dende distintos puntos da costa de Oleiros. Contaremos con kaiaks autobaleirables dobres e chalecos para todos participantes. En xuño os horarios de actividade serán máis amplios.

No caso de alertas metereolóxicas que imposibiliten ou recomenden non realizar a actividade, esta suspenderase.

(Praia de Santa Cristina)





## Marcha nórdica

Actividade física aeróbica ao aire libre de camiñata con bastóns.

(Pavillón Municipal de Bastiagueiro)

17

## Obradoiro de cartón pedra e papel maché

O presente obradoiro pretende dar a coñecer a versatilidade e posibilidades que ofrece o papel e os seus derivados como material escultórico.

O largo do curso experimentaremos o arte do modelado con materiais como cartón pedra, papel maché ou a cartapesta que nos levarán a creacións estéticamente belas e autenticamente singulares.

### **Proxecto I: O aire como materia prima**

No primeiro bloque traballaremos na elaboración dunha pequena peza cuxo eixe principal será o baleiro.. Para el, nos adentraremos na técnica da cartapesta, a partir do traballo con globos como estrutura principal. A partir deste elemento xunto con outros materiais de refugallo e o papel maché, conformaremos a nosa peza, que finalizaremos cun acabado personal a base de pintura acrílica.

### **Proxecto II: Escultura en barro de cartón pedra.**

No segundo bloque presentaremos as calidades e formas de traballar o Cartón pedra ou cartón fallero, amosando a variedade de materiais que poden mesturarse para obter diferentes resultados Para elo, partiremos do modelado en barro dunha escultura sinxela en 3D, que posteriormente pasaremos a cartón pedra, para transformarr a súa aparencia sólida e pesada nuha obra libiana e valeira, rematando o traballo cun acabado singular.

(Escola O Castaño – Perillo)

## Obradoiro de escrita creativa

### **Descrición:**

A proposta deste obradoiro é internarnos nas diferentes posibilidades que nos ofrece a palabra dende as prosas ata a poesía. Nun percorrido organizado en dúas partes, tomarémolle o pulso á emoción e a técnica para atender ao mecanismo do texto literario.



**Concello de  
Oleiros**



Analizaremos os accesos e tamén as descubertas asociadas ao proceso na escrita persoal, e guiaremos sempre polas voces d\*s grandes autor\*s que servirán de faro e contexto para comentar e analizar os seus textos e espellarnos nos nosos.

**Cronograma e eixos temáticos:**

**As prosas (febreiro e marzo)**

Poremos enriba da mesa pezas angulares e mestras da creación literaria así como ferramentas concretas que nos axuden a escribir:

- o punto de vista e a voz
- a construción do personaxe
- a atmosfera, o tempo e o lugar
- o ritmo
- a emoción, a promesa
- o eco, a memoria...

Mais tamén a ampliar a capacidade de análise e crítica seguindo unha completa selección de lecturas das obras de diferentes autor\*s da literatura galega e universal:

Mircea Cartarescu, Herta Müller, Manuel Rivas, Brais Lamela, Berta Dávila, Margarita Ledo, Juan Tallón, Blanco Amor, Jamaica Kinkaid, Maggie O'Farrell, Christian Bobin, John Berger, Joan Didion...

Horas para debater e alimentarse na fascinación que provoca o encontro coa literatura partillada en común:

- Propostas de escrita.
- Debate continuo.
- Compartir os textos en colectivo e recibir o feedback.
- Valoración e seguimento dos exercicios individuais ata dalos por pechados.
- Apoio de material audiovisual e interdisciplinar.

**O poema (abril e maio)**

Abordaremos a segunda parte do obradoiro dedicada á construción do poema e os mecanismos que o conforman.

A medio camiño entre a conversa, o recital e a escrita colectiva, en abril e maio achegarémonos a este xénero dun xeito activo e participativo, ata chegar a elaboración das propias creacións poéticas.

A través dunha escolma de textos realizada por Apiario e proporcionada previamente a todos/as participantes, faremos un percorrido pola poesía dos anos 80 e 90 ata chegar á actualidade, debuxando un arco discursivo e estético.

Os puntos técnicos a tratar nesta parte do obradoiro serán:

- a escolla do tema e a proxección do detonante
- o comezo e o final de poema
- o misterio e a promesa



**Concello de  
Oleiros**



- a emoción
- o ritmo
- o verso e o seu poder individual dentro do colectivo
- a imaxen e a plástica
- o recitado e a escoita, a música do poema
- o texto como partitura
- as imaxes e a plástica do poema.

Cada semana achegarase unha proposta específica para a construción dun texto. Abordarase o seu nacemento, como medra e chega a concretarse. A aberturas e os peches, o que se transforma e despraza. O impulso e a técnica. A corrección. A escrita e a desescrita ata dalo por fechado.

**Obxectivos:**

Os encontros semanais percorren a memoria individual e colectiva tentando establecer ou afianzar lazos e emocións. A reflexión sobre a escrita, o efémero, o tempo, o lugar, os cambios e as permanencias, o traxecto e as mudanzas, os obxectos, enmarcase na escrita procurando un rexistro, unha crónica que revele a singularidade na que recoñecer a propia identidade.

En cada sesión centraremos a dinámica botando man de fíos temáticos e ferramentas concretas que nos axuden a escribir, mais tamén a ampliar a capacidade lectora e crítica. Alimentarse na fascinación que provoca a palabra.

**A coordinación:**

Antía Otero coordinará este obradoiro, prestando individualmente atención a cada participante e realizando semana a semana un traballo de corrección individualizada con cada un d\*s participantes e achega de propostas de mellora aos textos resultantes.

(Centro Municipal de Formación Isaac Díaz Pardo, 1º andar – Os Regos)

## Obradoiro de xoiería artística

A finalidade do curso é iniciarse no mundo da xoiería artística e conceptual a partir de realizar obxectos ou xoias que busquen o máximo consenso en poder ser definidos como preciosos, pero sen caer en fácil recurso de utilizar innecesariamente materiais caros.

**Obxectivos**

- Identificar e argumentar os valores funcionais e expresivos da xoiería.
- Proxectar desde o coñecemento teórico, a reflexión e a experimentación.
- Resolver os condicionamentos técnicos e formais dos proxectos.
- Experimentar con materiais, procedementos e técnicas na realización de modelos e maquetas.



**Concello de  
Oleiros**



- Planificación, proceso e evolución do traballo, procura de novas solucións.
- Reflexionar sobre a relación que se establece entre o creador, o portador e o espectador dunha xoia.
- Axudar ao alumno a que tome unha actitude crítica e de risco nas súas propostas e a que adquira unha linguaxe persoal.
- Comentario en grupo dos traballos.
- .

### Metodoloxía

- As clases serán teórico-prácticas.
- Analizarase a función da xoiería artística e a súa evolución, así como o seu actual posta en escena dentro das artes aplicadas, consolidándose como unha arte emerxente en pleno auxe.
- Realizaranse bosquejos previos, polo que a cada alumno daráselle un caderno en branco co obxectivo de que ao finalizar o curso sexa un libro de artista cheo de inquietudes, debuxos e ideas propias.
- Analizaremos obxectos e trataremos de deconstruílos para así crear pezas de xoiería artística cun valor sentimental engadido.
- Pódense usar fotografías, pezas antigas, fíos e calquera elemento que queiramos.
- A finalidade máxima do curso é aprender a pensar coas mans, deixarnos levar, crear pequenas pezas que adquiren a súa máxima expresión ao levalas postas e penetrarnos no marabilloso mundo da xoiería artística contemporánea.

(Local Social San Cosme – Mera)

20

## Obradoiro de cestería con rafia natural

A rafia é unha fibra natural moi versátil xa que se pode tecer con distintas técnicas como coiling, trezando ou ganchillo entre outras. É unha fibra de orixe vexetal flexible e branda que está lista para usarse, isto faia moi cómoda para todos aqueles que queres introducirse no mundo da cestería ou que xa están habituados a tecer con outras fibras. Durante este taller os alumnos descubrirán como é traballar con rafia e aprenderán a tecer coa técnica Coiling desde cero ata poder crear as súas propias cestas.

### Obxectivos

- Explorar exemplos de rafia tecida con distintas técnicas.
- Como é tecer coa técnica coiling usando diferentes puntos.
- Aprender gradualmente empezando por pezas máis sinxelas ata conseguir crear pezas con deseños propios.

(Centro Cívico de Santa Cruz)



Concello de  
Oleiros



## Patinaxe Iniciación

Iniciación ao patinaxe en liña. Posición básica, desprazamentos con un patín, cuadrupedias, desprazamentos e caídas controladas sobre colchonetas, equilibrios, xiros, saltos, transportes e lanzamentos, freadas, xogos e deportes. Non é preciso ter material propio, aínda que si o ten aconsellamos tráelo. En caso de precisar patíns indicar número de pe. Si teñen patíns propios podes traelos.

(Pavillón Municipal Arsenio Iglesias de Santa Cruz)

21

## Paddel Surf – 12 sesións

Iniciación ao Paddle Surf coñecendo a costa de Oleiros con saídas dende a diferentes puntos da costa de Oleiros

No caso de alertas metereolóxicas que imposibiliten ou recomenden non realizar a actividade, esta suspenderase.

(Praia de Santa Cruz)

## Surf

(So poden anotarse nun grupo)

Actividade deportiva recreativa para aprender surf con autonomía (coñecemento do mar e seguridade, equilibrio, remadas, manexo de táboa, poñerse de pé, coller unha dirección...).

Facilitamos o material para a práctica (táboas, traxes, licras ; aínda que pode traer o seu).

No caso de alertas metereolóxicas que imposibiliten ou recomenden non realizar a actividade, esta suspenderase

(Praia de Bastiagueiro – Náutico)

## Xadrez

- Promover o coñecemento e a práctica do xadrez como ferramenta de desenvolvemento persoal e integración social.
- Empregar o xadrez como elemento facilitador do carácter lúdico da actividade, e como alternativa enriquecedora da estimulación da actividade mental.
- Contribuír ó desenvolvemento do pensamento lóxico-matemático e do pensamento abstracto dos participantes.



## Concello de Oleiros



- Facilitar unha ferramenta sá de ocio cunha ampla transferencia en posteriores aprendizaxes.
- Estimular a exploración das futuras capacidades de toma de decisión, cálculo, concentración, aceptación do resultado, resistencia á frustración, competitividade
- autorreferenciada e relación cos compañeiros/as e rivais.

### Temario

- Movemento das pezas
- Xaque e mate
- Mates rápidos
- Finais básicos
- Táctica básica e Primeiros pasos en estratexia

(Casa da Cultura de Perillo)

22

## Xardinería

### Obxetivos

- Fomentar o coñecemento de técnicas e coidados do xardín
- Conseguir habilidades para o manexo dos diferentes apeiros de xardinería.
- Estimular o vínculo entre persoas-terra-planta

### Contidos:

- Anatomía e fisioloxía vexetal: principios activos das plantas
- Poda de árbores e arbustos
- Plantación e sementado
- Esquexes e reprodución das plantas
- Deseño básico dun xardín
- Preparación do solo, rego e abonado
- Enxertos e acodos

(Finca da Carballeira – San Pedro de Nos)



Concello de  
Oleiros