



Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

Tlf: 982 121 006 - 982 121 552
Fax: 982 121 506
CIF: P2702700B
REL: 01270272



PROPOSTA DA ALCALDIA PARA A APROBACIÓN DAS BASES DA CONTRATACIÓN LABORAL TEMPORAL, MEDIANTE CONCURSO-OPOSICIÓN, DUN XEFE DE BRIGADA DE PREVENCIÓN E DEFENSA CONTRA INCENDIOS FORESTAIS PARA A BRIGADA MUNICIPAL DE PREVENCIÓN E DEFENSA CONTRA INCENDIOS FORESTAIS, DURANTE A CAMPAÑA DE INCENDIOS 2016, A XORNADA COMPLETA.

PRIMEIRA.- Obxeto da convocatoria.-.

Comprende a convocatoria a provisión polo procedemento de concurso-oposición libre, de 1 praza de Xefe de Brigada para prevención e extinción de incendios, en réxime laboral temporal a xornada completa, durante un período de 3 meses.

O cometido funcional deste posto de traballo consistirá na realización das tarefas que lle sexan encomendadas polo persoal responsable dos servizos municipais correspondentes do Concello de Lourenzá, e polo Distrito Forestal VI, dacordo coas instrucións recibidas ao efecto.

O contrato asinarase baixo a modalidade de contrato de traballo de obra ou servizo, a xornada completa, con data prevista de inicio o 16 de Xullo de 2016 e finalización o 15 de Outubro de 2016, con turnos, incluíndo como días de traballo os fines de semana e festivos. O convenio de colaboración pola Consellería do Medio Rural e o Concello de Lourenzá determina que este persoal debe ter unha disposición absoluta polas emerxencias que se poidan producir, debendo respectarse este extremo por parte dos traballadores de maneira escrupulosa.

As retribucións brutas mensuais serán de **1.002,74 €**.

SEGUNDA.- Condicións dos aspirantes.-.

Para seren admitidos ao presente concurso os/as aspirantes deberán reunir os seguintes requisitos:

- a) Ser nacional ou nacional dun dos restantes Estados membros da Unión Europea ou daqueles Estados aos que lles sexa de aplicación a libre circulación de traballadores, nos termos previstos na Lei Estatal que regula esta materia.
- b) Ter cumpridos os 18 anos e non superar os sesenta anos no momento de finalización do prazo de presentación de instancias.
- c) Estar en posesión dalgunha das seguintes titulacións: Enxeñeiro de Montes, Enxeñeiro Técnico Forestal, Técnico Superior en Xestión e Organización de Recursos Naturais e Paisaxísticos, Técnico en Traballo Forestais e Conservación do Medio Natural ou Formación Profesional equivalente. No caso de titulacións obtidas no estranxeiro, deberán posuír o documento que acredite fielmente a súa homologación.



Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

Tlf: 982 121 006 - 982 121 552
Fax: 982 121 506
CIF: P27027008
REL: 01270272

APROBADO POR

EN SESIÓN DE

Lourenzá, a

de

de 2016

LA SECRETARIA

SECRETARIA-IN



- d) Posuír a capacidade funcional necesaria para o desempeño do posto. **Declaración xurada das condicións físicas do aspirante, conforme ao modelo do Anexo III que acompaña a estas bases.** Son excluíntes as lesións de corazón, pulmón ou intestinais, os trastornos psicolóxicos, as incapacidades do aparato locomotor, as enfermidades infecciosas e a obesidade. Nas mulleres tamén será excluínte o embarazo. A cegueira e a xordeira son igualmente causas de exclusión.
- e) Non estar separado mediante expediente disciplinario do servizo de calquera Administración Pública ou Emprego Público, nin estar inhabilitado para o exercicio das funcións por sentenza firme.
- f) Os nacionais dos demais Estados a que fai referencia o apartado a) deberán acreditar, ademais da súa nacionalidade e dos requisitos a que fan referencia os apartados anteriores, non estar sometidos a sanción disciplinaria ou condena penal que impida, no seu Estado, o acceso á función pública. Dita acreditación efectuarase mediante certificados expedidos polas autoridades competentes dos seus países de orixe.
- g) Estar en situación de desemprego e inscritos como tal no Servizo Público de Emprego de Galicia como demandantes non ocupados, así como estar dispoñible para o emprego.
- h) **Estar en posesión do carné de conducir B.**

Tódolos requisitos anteriores deberán acreditarse no momento da selección

A persoa seleccionada deberá presentar certificado médico ou certificado de aptitude expedido por mutua autorizada acreditativo de non padecer enfermidade nin defecto físico que impida o desempeño das funcións propias do posto de xefe de brigada de prevención e defensa contra incendios forestais antes da dación de alta na seguridade social.

TERCEIRA.- Procedemento de Selección.

O Concello de Lourenzá convocará ás persoas candidatas mediante a presentación da oferta no Servizo Público de Emprego de Galicia, a través do modelo normalizado para tal efecto, facendo referencia aos requisitos que deben reunir os traballadores que se contratarán para o adecuado desenvolvemento das funcións propias dos postos de traballo ofertados, debendo presentarse unha por cada categoría profesional dentro de cada ocupación.

Na súa formulación, a oferta non poderá conter elementos que poidan servir de base para calquera tipo de discriminación que non responda aos criterios establecidos no Convenio de colaboración subscrito entre a Consellería do Medio Rural e do Mar e a Entidade Local de Lourenzá para a Participación na Prevención e defensa contra incendios forestais mediante actuación de medios de prevención e defensa.

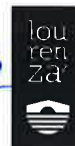


Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

Tlf: 982 121 006 - 982 121 552
Fax: 982 121 506
CIF: P2702700B
REL: 01270272

APROBADO POR *X. Blac*
EN SESIÓN DE *8-07-16*
Lourenzá, a *11* de *Xullo* de *2016*
LA SECRETARIA



Recibida a oferta, o Servizo Público de Emprego realizará unha sondaxe de demandantes en función das súas características atendendo á maior adecuación ao posto ofertado, proporcionando, de ser posible, o número de candidatos que solicite a entidade beneficiaria, que en ningún caso poderá ser inferior a dúas por posto de traballo.

As persoas candidatas propostas polo Servizo Público de Emprego de Galicia, deberán presentar no Rexistro Xeral do Concello de Lourenzá as solicitudes e a documentación adicional para participar no proceso selectivo, no modelo que se achega como Anexo II, **nos 3 días hábiles seguintes á recepción da convocatoria, en horario de 8:30 a 14:00 horas.**

A solicitude irá acompañada da seguinte documentación:

- Instancia de solicitude segundo o modelo Anexo II.
- Fotocopia do D.N.I. (no seu defecto, resgardo do D.N.I. ou pasaporte).
- Fotocopia da titulación requirida para o acceso ao posto.
- Fotocopia do carné de conducir B.
- Declaración xurada específica dos requisitos contemplados para o acceso ao posto na Cláusula 2ª d) e e). segundo o modelo do Anexo III.
- Fotocopia de tódolos documentos xustificativos dos méritos que se aleguen para a súa valoración na fase de concurso, pois non se tomarán en conta nin serán avaliados aqueles que non queden debidamente acreditados, en tódolos seus extremos no momento da presentación da instancia. (esta documentación non será excluínte para a confección da lista provisional de admitidos e excluídos).

CUARTA.- Comisión de Valoración.-.

A comisión de Valoración designarase por resolución da Alcaldía, debendo estar integrado, segundo o establecido no Art. 60 da Lei 7/2007, de 12 de Abril, pola que se regula o Estatuto Básico de Empregado Público e demais normativa relacionada: un presidente, tres vogais e un secretario, cos seus respectivos suplentes.

A comisión poderá dispor a incorporación aos seus traballos de asesores especialistas, para todas ou algunhas das probas. Ditos asesores limitaranse á colaboración que, en función das súas especialidades técnicas, lles solicite o Tribunal, polo que actuarán con voz, pero sen voto.

A comisión resolverá por maioría de votos dos membros presentes, tódalas dúbidas que xurdan da aplicación das normas contidas nestas Bases e determinará a actuación procedente nos casos non previstos. Os seus acordos só poderán ser impugnados nos supostos e na forma establecida na Lei 30/1992 de 26 de Novembro.



Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

TIF: 982 121 006 - 982 121 552

Fax: 982 121 506

CIF: P27027008

REL: 01270272

APROBADO POR *X6 Local*
EN SESIÓN DE *8-07-16*
Lourenzá, a *11* de *Julio* de 20*16*
LA SECRETARÍA,
SECRETARÍA-INTERVENCIÓN



Os membros da comisión deberán de ~~absterse de intervir~~ cando concorran as circunstancias previstas no Artigo 28 da Lei 30/92, de 26 de Novembro, notificándoo á autoridade convocante. Os aspirantes poderán recusalos, conforme establece o artigo 29 do citado Corpo Legal.

A actuación da comisión haberá de axustarse estritamente ás Bases da Convocatoria.

QUINTA.- Actuación dos aspirantes.-

A orde de actuación dos aspirantes nos exercicios que non se podan realizar conxuntamente será por orden alfabético.

SEXTA.- Procedemento de selección.-

O procedemento de selección dos aspirantes constará de dúas fases diferenciadas, celebrándose en primeiro lugar a fase de oposición, que será previa á de concurso.

SÉTIMA.- Exercicios e Baremo de méritos.-

A **fase de oposición** constará da realización das seguintes probas:

- a) **Proba de aptitude física:** Realizarase a proba do banco conforme se detalla no Anexo I, requiríndose unha puntuación igual a 40 como mínimo, **quedando eliminado do proceso selectivo en caso de non acadar a citada puntuación.** Esta proba puntuarase de 5 a 10 puntos, outorgándose o 10 á persoa que maior capacidade aeróbica obteña e 5 ao menor, e ao resto proporcionalmente.
Os/as aspirantes no poderán nin fumar, nin beber, nin comer antes da proba.
- b) **Probos optativas:** Só se realizarán no caso de que o número de aspirantes que superen a proba de aptitude física sexa superior ao número de prazas. Consistirán en:
 - a. *Exame de coñecementos:* realizarase nun prazo de 20 minutos un test de oito preguntas con tres respostas alternativas por pregunta para sinalar a correcta, relativo ás actividades de extinción, ferramenta e organización, así coma temas de protección dos ecosistemas forestais; Responsabilidades do Xefe de Brigada, Funcións a realizar antes, durante e despois dun incendio forestal, coñecementos xerais, etc. Puntuarase de 0 a 5 proporcionalmente ao número de respostas correctas, a razón de 0.625 puntos por resposta correcta. Restaranse 0.30 puntos por cada resposta incorrecta mentres que as respostas en branco non puntuarán nin positiva nin negativamente.



Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

Tlf: 982 121 006 - 982 121 552
Fax: 982 121 506
CIF: P2702700B
REL: 01270272

APROBADO POR
EN SESIÓN DE
Lourenzá, a 08 de

X6 Local
08-07-16
Xullo de 2016

LA SECRETARÍA



- b. Proba práctica: esta fase consistirá na realización dunha proba de manexo de ferramentas e desbroce, valorándose de 0 a 5 puntos.

Sumando ambas probas deberá acadarse unha puntuación mínima de 5, sen ningún cero.

- c) Na **fase de concurso**, a Comisión de Valoración examinará os méritos presentados coa instancia polos aspirantes aprobados na fase de oposición e calificaralos con arranxo ao seguinte baremo:

1. Pertencer a algún dos colectivos con especiais dificultades de inserción laboral dos establecidos como preferentes no art. 11.5. da Orde do 29/02/12:
 - 1) Mulleres: 1 punto.
 - 2) Menores de 30 anos: 1 punto.
 - 3) Persoas paradas de longa duración (antigüidade maior a 6 meses no caso de menores de 30 e maiores de 45 anos e dun ano para o resto de grupos de idade): 1 punto. Será acreditado mediante tarxeta de desemprego.
 - 4) Maiores de 45 anos: 1 punto.
 - 5) Desempregados que esgotasen as prestacións e subsidios por desemprego a que teñan dereito.(acreditarase mediante certificado do Servizo Público de Emprego): 1 punto.
2. Cercanía da residencia a este municipio: Dado o tipo de traballo a realizar e a dispoñibilidade do contratado para a súa incorporación ao posto de traballo en momentos de urxencia/emergencia, así como polo coñecemento do termo municipal, valorarase o lugar de residencia habitual na seguinte escala:

Por pertencer ao propio Concello de Lourenzá puntuarase con 2 puntos. Esta puntuación reducirase en 0,5 puntos por cada 10 km de distancia entre a vivenda onde estea empadroadado o aspirante e a praza do Concello de Lourenzá, ata un máximo de 40 km, a partir de aí a puntuación será de 0 puntos. Para a determinación destas distancias empregarase a ferramenta Google Maps coas súas rutas por defecto. Será acreditado mediante certificado de empadramento.
3. Estar en posesión da Certificación en lingua galega, segundo o nivel: Celga 1 (0,5 puntos), Celga 2 (1 punto), Celga 3 (1,5 puntos) e Celga 4 (2 puntos). Será acreditado mediante a correspondente certificación.
4. Por experiencia profesional: Experiencia previa como capataces ou xefes de brigada, acreditado con contratos de traballo ou certificados de empresa indicando posto e duración do contrato xunto co certificado da Seguridade Social (informe de vida laboral), a razón de 0,10 puntos por mes completo traballado ata 2 puntos.



Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

Tlf: 982 121 006 - 982 121 552
Fax: 982 121 506
CIF: P2702700B
REL: 01270272

APROBADO POR X66agpl
EN SESIÓN DE 2-07-16
Lourenzá, a 11 de Julio de 2016
LA SECRETARIA



5. Por cursos de formación relacionados co posto de traballo a desempeñar impartida por centros homologados e pola propia Administración pública, máximo 2 puntos:
- a. De menos de 25 horas: 0.10 puntos.
 - b. De 26 a 50 horas: 0.20 puntos.
 - c. De 51 a 75 horas: 0.30 puntos.
 - d. De 76 a 100 horas: 0.40 puntos.
 - e. De 101 a 150 horas: 0.60 puntos.
 - f. De 151 horas en diante: 0.80 puntos.

Aqueles méritos que non estean correctamente documentados ou non estean considerados nas presentes bases, non serán tidos en conta polo tribunal de selección.

Entre os/-as aspirantes declarados aptos, será proposto para o posto de traballo convocado o que teña maior puntuación na fase da oposición e na fase de concurso, quedando o resto en lista de espera, aos efectos de renuncia, baixas ou calquera outra continxencia, sendo requirido o traballador que figure na lista con maior puntuación e así sucesivamente.

No caso de producirse empate entre dous ou máis aspirantes con puntuacións conducentes á obtención de praza realizarase unha entrevista persoal.

OITAVA.- Cualificación de exercicios.-

A puntuación total do proceso selectivo será a suma da puntuación obtida en cada fase.

NOVENA.- Relación de aprobados e presentación de documentos.-

Rematada a cualificación dos aspirantes determinarase a orde de clasificación definitiva, efectuada a cal a Comisión de Valoración, tendo en conta que o número de aprobados non pode superar o de prazas convocadas, publicarase no taboleiro de anuncios do Concello nas Dependencias da Casa Consistorial; anuncio no que apareza o resultado final das probas, con expresión dos nomes e apelidos dos aspirantes que maior puntuación obtiveran e que por conseguinte propóñense para nomeamento como Xefe de Brigada, elevando dita proposta á Sra. Alcaldesa-Presidente do Concello como órgano competente da Corporación. Asemade elaborase unha relación de reservas por orde de puntuación obtida por se fose preciso cubrir algunha baixa ou renuncia dos/as seleccionados/as durante o período polo que dura o contrato.

As persoas propostas para o nomeamento, se a Comisión de Valoración o estimase convinte, deberán someterse a exame médico (no centro indicado polo Concello) para comprobar as condicións físicas dos aspirantes, declaradas para



Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

Tlf: 982 121 006 - 982 121 552
Fax: 982 121 506
CIF: P27027008
REL: 01270272

APROBADO POR

EN SESIÓN DE

Lourenzá, a

X66004
8-07-16

de 10 de 2016

LA SECRETARÍA,



presentarse ao proceso selectivo. Aquel aspirante que non superara o recoñecemento médico será excluído automaticamente e non poderá asinar o contrato coa Administración efectuándose nomeamento a favor do aspirante que, superando a puntuación mínima esixida en cada un dos exercicios da oposición, siga a orde de clasificación final ao proposto. Todo elo sen prexuízo das posibles accións que procedan por incorrer en falsidade na declaración xurada.

Os aspirantes propostos están obrigados a presentar na Secretaría do Concello, dentro do prazo de dous días naturais seguintes ao de dita publicación, os documentos necesarios que se lle requiran polo Concello para formalizar o contrato de traballo.

Se dentro do prazo indicado e salvo casos de forza maior, algún dos aspirantes propostos non presentara a súa documentación ou non reunira algún dos requisitos citados, non poderá ser nomeado e quedarán anuladas tódalas actuacións, sen prexuízo da responsabilidade en que puidera incorrer por falsidade na instancia solicitando tomar parte nas probas. Neste caso a Sra. Alcaldesa-Presidente efectuará nomeamento a favor do aspirante que, superando a puntuación mínima esixida en cada un dos exercicios da oposición, siga a orde de clasificación final ao proposto.

DÉCIMA.- Nomeamento e formalización do contrato.-

Unha vez presentada a documentación á que se refire o apartado anterior, o órgano competente da Corporación fará o nomeamento a favor dos/as aspirantes propostos/as pola Comisión de Valoración, e será nulo o nomeamento de quen estea incurso en causas de incapacidade específica conforme á normativa vixente.

A formalización dos contratos terá lugar dentro do prazo de cinco días naturais, a contar dende a data de notificación do acordo de nomeamento.

Mentres non se formalicen os respectivos contratos e non se incorporen ao posto de traballo, as/os aspirantes non terán dereito a percepción económica de ningunha clase.

As persoas contratadas estarán obrigadas a prestar a súa xornada de traballo na medida e forma requiridas polo interese do servizo, de acordo coa lexislación aplicable, e poderá quedar sometida a un período de proba, co alcance previsto no artigo 14 do Estatuto dos Traballadores, e estará suxeita á lexislación laboral pertinente.



Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

Tlf: 982 121 006 - 982 121 552
Fax: 982 121 506
CIF: P2702700B
REL: 01270272



UNDÉCIMA.- Incidencias.-

Primeira.- Para todo o non previsto nestas bases, ou naquelo que as contradigan, será de aplicación supletoria o establecido na Lei 7/85, reguladora das Bases de Réxime Local e demais lexislación vixente que sexa de aplicación.

Segunda.- Excepto a convocatoria, que se publicará segundo o que se establece na base 3ª, os sucesivos actos e comunicacións que se deriven da celebración deste proceso selectivo faranse públicos, exclusivamente, a través do Taboleiro de anuncios nas dependencias da Casa Consistorial e na páxina web www.concellodelourenza.es.

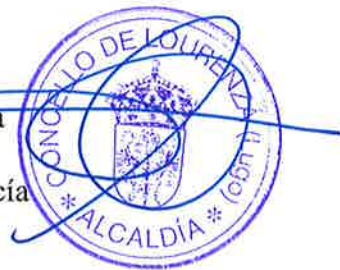
Terceira.- Tódolos actos administrativos derivados desta convocatoria, así como, da actuación da Comisión de Valoración poderán ser impugnados polos/as os/as interesados/as nos casos e na forma establecidos pola Lei de Procedemento Administrativo e normas vixentes concordantes. A presentación de reclamacións non suspenderá a continuación do proceso selectivo, salvo que así o decida o órgano convocante deste.

Cuarta.- Contra as presentes bases, que pon fin á vía administrativa, procederase a impor Recurso Contencioso-Administrativo ante o Xulgado Contencioso-Administrativo de Lugo, no prazo de dous meses (contados dende o día seguinte ao da publicación da convocatoria). Con carácter potestativo e previo, poderá interpor Recurso de Reposición ante o mesmo órgano que adoptou o acordo de aprobación, no prazo dun mes (contado dende o día seguinte ao da publicación da convocatoria). Neste caso non se poderá interpor Recurso Contencioso-Administrativo ata que se resolva expresamente ou se produza a desestimación presunta do Recurso de Reposición interposto. Neste último suposto, o prazo para interposición do Recurso Contencioso-Administrativo será de 6 meses contados dende o día seguinte á aquel no que se produza a desestimación presunta do Recurso de Reposición interposto.

Todo isto sen prexuízo de que poida exercitar calquera outro que considere procedente.

A Alcaldesa-Presidenta

Asdo.: Rocío López García





Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

Tlf: 982 121 006 - 982 121 552
Fax: 982 121 506
CIF: P2702700B
REL: 01270272



ANEXO I

Recomendación sobre Procedimientos para la selección de personal para la extinción de incendios forestales CLIF (Comité Lucha Contra Incendios Forestales, de carácter nacional)

PRESENTACIÓN

En el año 1993 la Comisión Técnica ICONA/CCAA para Normalización sobre Incendios Forestales elaboró una Recomendación para la contratación del personal de las brigadas de extinción en la que se enumeraba el equipo personal de protección y se daban orientaciones básicas sobre el mismo.

La evolución, tanto de la normativa de seguridad laboral, como de la tecnología de protección, hizo que el Comité de Lucha contra Incendios Forestales (CLIF) en su reunión del 26 de mayo de 1999 acordara la realización de un estudio sobre selección del personal, equipo de protección y herramientas de uso directo por los combatientes o bomberos forestales.

En la reunión del CLIF de 30 de marzo de 2000 se presentó dicho estudio. A la vista de sus conclusiones, se acordó la constitución de un Grupo de Trabajo, en el que se integraran todos los representantes de CCAA que lo desearan, para elaborar Recomendaciones sobre estos temas.

Este Grupo de Trabajo, previo intercambio de documentación, se reunió en Madrid el 24 de abril de 2001 y en Valencia el 21 de noviembre del mismo año. Los documentos elaborados en los que se han recogido las observaciones recibidas, se han circulado finalmente hasta el 31 de enero de 2002.

El texto de la presente Recomendación es el resultado de las aportaciones hechas durante este proceso.

Este documento describe Procedimientos recomendados para la selección de personal para la extinción de incendios forestales, entre los cuales las Administraciones pueden escoger el que consideren más adecuado según sus condiciones.

El texto de esta Recomendación tendrá validez por dos años a partir de la reunión del CLIF de 9 de abril de 2002, salvo que este Comité decida modificarlo antes o prorrogar su vigencia.

La prueba tal como la conocemos hoy tiene su origen en otra de igual protocolo de administración pero de distinto método de cálculo. Esta prueba original fue elaborada por fisiólogos suecos y basaban el cálculo del consumo máximo de oxígeno en el modelo matemático $VO_{2max} = (118) (10) - 0.0125P - (E - 25)/5$, donde P es el número de pulsaciones en 15 sg. y E la edad del individuo. Este modelo obvia el peso de la persona, factor que si se tiene en cuenta con los actuales modelos.

La prueba del escalón del Forest Service requiere que alguien suba y baje repetidamente de un banco durante un periodo de 5 min. El consumo máximo de oxígeno se pronostica en base al sexo, intensidad del esfuerzo, la frecuencia cardiaca, el peso corporal y la edad.

PROTOCOLO:

Disponer el metrónomo a una cadencia de 90 pulsaciones por minuto (22,5 ciclos de subir y bajar del banco cada minuto).

Usar un banco de 40 cm de altura para hombres y uno de 33 cm para mujeres.



Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

Tlf: 982 121 006 - 982 121 552
Fax: 982 121 506
CIF: P27027008
REL: 01270272

APROBADO POR
EN SESIÓN DE

Lourenzá, a 14 de

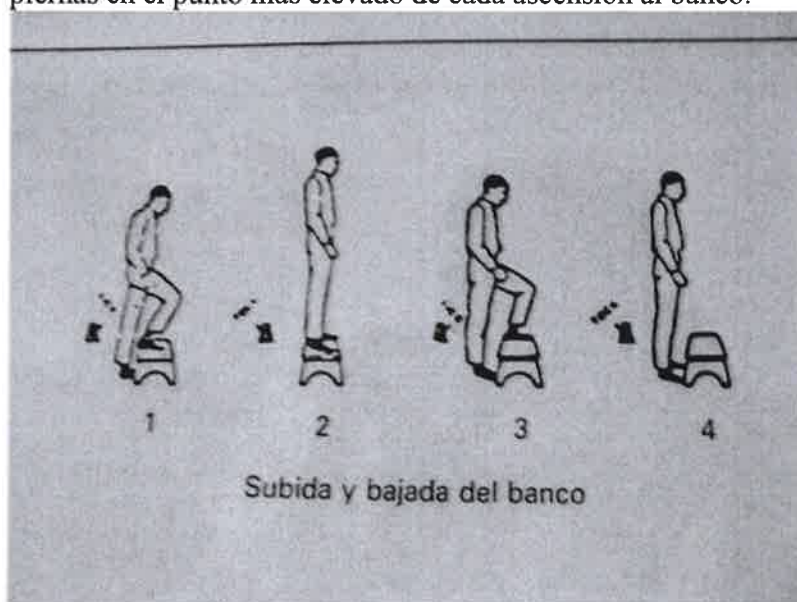
LA SECRETARÍA



Comenzar la prueba del banco subiendo y bajando del mismo en cadencia con el metrónomo. Cada cuatro pulsaciones del metrónomo representan un ciclo completo de subir y bajar del banco. Cada pulsación del metrónomo representa un solo paso como sigue:

- Subir al banco con el pie derecho.
- Subir al banco con el pie izquierdo.
- Bajar del banco con el pie derecho.
- Bajar del banco con el pie izquierdo.

El pie delantero debe cambiarse varias veces durante la prueba. Procurar extender las piernas en el punto mas elevado de cada ascensión al banco.



Efectuar la prueba durante 5 min.

Al final de los 5 min. Sentarse inmediatamente y tomar el pulso.

Sentarse tranquilamente durante 15 sg.

Medir los latidos durante 15 sg., entre el segundo 15 y 30 después de 5 min. de la prueba.

Usar el peso del propio cuerpo y el valor del pulso obtenido entre los 15 y 30 sg.

Después de la prueba para calcular por tablas (hombres y mujeres) el consumo máximo de oxígeno no compensado con la edad en unidades de ml. Kg-1. Min-1. (**Coeficiente de Salud**)

Con el valor de coeficiente de salud y la edad, calculamos el valor del consumo máximo de oxígeno compensado en unidades de ml. Kg-1.min-1 (**Capacidad Aeróbica**).

Los cálculos de consumo máximo de oxígeno se pueden efectuar según las tablas desarrolladas por el Equipment Development Center, USDA, S.F. (United States Department of Agriculture, Forest Service), que son las que se han venido utilizando normalmente

- Mayor de 40 APTO.
- Menor de 40 NO APTO



Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

Tlf: 982 121 006 - 982 121 552

Fax: 982 121 506

CIF: P27027008

REL: 01270272



ANEXO II

MODELO DE INSTANCIA

D/Dona con D.N.I. nº

con enderezo

C.P. Localidade

Teléfono

EXPÓN:

Que tendo coñecemento da Convocatoria do proceso selectivo de unha praza de Xefe de Brigada.

E declarando explicitamente coñecer e aceptar as Bases reguladoras da Convocatoria, cumprindo os requisitos de acceso da Base 2ª.

Apórtase a tal efecto a seguinte documentación cotexada:

Fotocopia D.N.I.

Fotocopia Carné.

Fotocopia titulación.

Declaración xurada específica dos requisitos contemplados para o acceso ao posto na Cláusula 2ª d) e e), segundo o modelo Anexo III.

Documentación acreditativa de méritos

SOLICITA:

Sexa admitida esta Instancia para participar no proceso selectivo referido.

En Lourenzá, a de de 2016

Asdo:

Á SRA. ALCALDESA-PRESIDENTA DO CONCELLO DE LOURENZÁ



Concello de Lourenzá

Praza do Conde Santo, s/n - 27760 - Lugo

Tlf: 982 121 006 - 982 121 552

Fax: 982 121 506

CIF: P2702700B

REL: 01270272

APROBADO POR X6lacd
EN SESIÓN DE 2-07-16
Lourenzá a 11 de Julio de 2016
LA SECRETARIA



ANEXO III

D/Dona con D.N.I. nº

declaro baixo xuramento, estar nas condicións físicas suficientes para desenrolar o posto de Xefe de Brigada no Concello de Lourenzá.

Declaro baixo xuramento, que non padezo lesións de corazón, pulmón ou intestinais, nin trastornos psicolóxicos, incapacidades do aparato locomotor, enfermidades infecciosas e obesidade, nin cegueira e xordeira.

Declaro baixo xuramento, non estar separado mediante expediente disciplinario do servizo de calquera Administración Pública, nin estar inhabilitado para o exercicio das funcións por sentenza firme.

En Lourenzá, a de de 2016

Asdo.:

(No caso de ser muller haberá de engadirse na declaración non estar embarazada)