



2018ko IKASTAROAK  
Urtarrila - Martxoa

# APUE

AHALDUNTZE ETA  
PARTAIDETZAKO  
UDAL ESKOLA



Ayuntamiento de  
Pamplona  
Iruñeko Udala

**zentro**

Espacio colaborativo | Elkartetako gunea

## ARGIBIDEAK ETA IZEN-EMATEAK

### MATRIKULA DOAKOA DA

Ikastaroak, oro har, 18 urtetik gorakoei zuzenduak dira, salbu eta ikastaro jakin batzuk, zeinen kasuan prestakuntza-jardueraren informazioan adieraziko baita nori zuzendua den.

Behin-behineko izena emateko epeak berriaz zehazten dira ikastaro bakoitzean. Oro har, izena emateko epea abenduan zabalduko da, eta ikastaroa hasi baino bi aste lehenago itxiko.

Ikastaroak gaztelaniaz eta euskaraz eskainiko dira.

Behin-behineko izena emateko, fitxa bat (deskargatu) bete beharko da ikastaro bakoitzeko, eta hura aurkeztu:

**Aurrez aurre:** “Zentro. Elkarlaneko Gunea”n. Kondestable Civivoxa. Kale Nagusia 2, 2. Solairua. Hona jendaurreko ordutegia: astelehenetik ostiralera, 10:00etatik 14:00etara eta 17:00etatik 20:00etara

**On line:** izena emateko fitxa [emep@pamplona.es](mailto:emep@pamplona.es) helbidera igorrita.

Behin-behineko izena emateko epea amaituta, eskatzaile guztiei jakinaraziko zaie onartuak izan diren edo ez. Pertsona onartuek berretsi egin beharko dute parte-hartzea, behin betikoz izena emanda. Ikastaroren baterako eskainitako lekuak baino eskaera gehiago badira, partaideak hautatuko dira ikastaro bakoitzaren berriazko irizpideen arabera. Aurrera begira, kontuan hartuko da ikastaroaren %90era agertu ez diren pertsonen kasua. Halaber, bertaratze-agiria emanen zaie ikastaroaren ehuneko horretara agertu diren ikasleei.

### Argibide gehiago, hemen:

Herritarrendako Arreta Zerbitzua.

**Tel:** 010 - 948 42 00 10

# APUE

### Ahalduntze eta Partaidetzako Udal Eskola

Herritarren Partaidetzako eta Gizartea Ahalduntzeko Alorra eta Berdintasuneko Alorra



Espacio colaborativo | Elkarlaneko gunea

Kondestable Civivoxa  
Kale Nagusia 2, 2. Solairua

Zentro Iruñeko Udaleko Herritarren Partaidetzako eta Gizarte Ahalduntzeko Alorraren barruan dago. Guneak xede du udalerriko kolektiboetara eta eragile sozialei partaidetza arloan laguntzea eta gaitzea, eta horretarako bost zerbitzu hauek eskaintzen ditu:

- Informazio eta Baliabide Zerbitzua.
- Liburutegia eta Dokumentazio Zentroa.
- Aholkularitza tekniko eta legaleko Zerbitzua.
- Ahalduntze eta Partaidetzako Udal Eskola.
- Demokrazia Partizipatiboaren Iruñeko Tokiko Behatokia.

Berariazko zerbitzu horiez gain, Herritarren Partaidetzako teknikariek beste zerbitzu batzuk ere ematen dituzte.

### Helburua:

- Herritarren Partaidetzako zerbitzuak zentralizatzea eta herritarrek eta profesionalak eskura izatea zerbitzu horiek.
- Gizarte-loturak eta herritarren jarrera aktiboak sustatzea.
- Lankidetzaren dinamikak indartzea Udalaren, gizarte-entitateen eta tokiko garapeneraren alde egiten duten herritarren artean.

- Gaitze-prozesuak garatzea, lurraldeko eragile sozialei zuzendutako, partaidetzan eta gizarte ahalduntzeko arloetan.
- Guneak sortzea herritar aktiboak eta gizarte-entitateak elkartu daitezzen eta gogoeta egin dezaten.

### Nori zuzendua:

Sozietate zibilari (antolatuari zein antolatutako gabeari), herritarren elkarteetara, kolektiboetara eta entitateetara, Udaleko eta Administrazio Publikoko langileetara (politikariek eta teknikariek) eta alor soziokomunitarioko langileetara (hezkuntza, kultura, osasun, ingurumen eta abarretarako).

### Kokapena eta harremanetarako datuak:

Kondestable Civivoxa  
(Kale Nagusia 2, 2. Solairua).

**Tel:** 948 42 02 66

**E-posta:** [emep@pamplona.es](mailto:emep@pamplona.es)

**Web:** [www.participa.pamplona.es](http://www.participa.pamplona.es)

**Facebook:** [participa.pamplona](https://www.facebook.com/participa.pamplona)

**Twitter:** [@participa\\_pna](https://twitter.com/participa_pna)

**YouTube:** [participa.pamplona](https://www.youtube.com/participa.pamplona)

**Flickr:** [participa.pamplona](https://www.flickr.com/photos/participa.pamplona/)

**Ordutegia:** astelehenetik ostiralera,  
10:00-14:00 eta 17:00-20:00

## APUE

Ahalduntze eta Partaidetzako Udal Eskola aktiboa da, doakoa, iraunkorra, herritarrei zein udalerriarren beharrei irekia, eta herritarren partaidetzaren, berdintasunaren eta gizartearen ahalduntzearen arlokoa. 2018ko urtarrilatik martxorako hiruhilekoan 15 ikastaro eskainiko ditu, batzuk gaztelaniaz, beste batzuk euskaraz, hiru gai-ardatz hauetan banaturik:

### 1. Ahalduntze pertsonala

Ikaskuntza-guneak, gaitasun pertsonalak eta sozialak garatzeko, betiere parte-hartzeari begira.

### 2. Taldeen eta erakundeen ahalduntzea

Ikaskuntza-guneak, talde-jarduna bideratzeko, kudeaketa asoziatiborako, gure erakundeen barneko eta kanpoko komunikaziorako, taldeak dinamizatzeko, eta abarrerako.

### 3. Gizartearen eta komunitatearen ahalduntzea

Ikaskuntza-guneak, sarean lan egiteko, elkarteen arteko koordinaziorako, ekintza komunitariorako eta gizartea eraldatzeko metodologia, teknika eta teknologien garapenerako.

## APUEREN ZERBITZUAK ETA PROGRAMAK

APUEk prestakuntza- eta sustapen-zerbitzuak eskaintzen ditu.

### Prestakuntza programak:

- Etengabeko prestakuntza (hiruhilekoa).
- Prestakuntza nahieran (gizarte-erakundeendako).
- Prestakuntza elkarteen (prestakuntzarako diru-laguntzen bidez).

### Sustapen ekintzak:

- Jardunaldiak, hitzaldiak, topaketa-foroak, etab. antolatzea.
- Boluntarioen, partaidetzaren eta solidaritatearen balioak hedatzea kanpainak eta erakusketak eginez, eta komunikabideekin elkarlanean arituta.
- Argitalpen propioak egitea.

## LANKIDETZA APUEREGIN: PRESTATZAILEEN ETA IKASTARO-PROPOSAMENEN POLTSA

Ahalduntze eta Partaidetzako Udal Eskolak (APUE) prestatzaileen eta ikastaro-proposamenen poltsa bat sortuko du, Eskolan prestatzaile gisa aritu eta prestakuntza-jarduerak eman nahi dituzten horiek izena eman dezaten.

Eskolako prestatzaile-poltsan sartzeko, proposamen bat bidali beharko da, honako hauek osatua:

- Aurkezpen-gutuna

- Prestatzailearen fitxa
- Prestakuntza-proposamenaren fitxa
- Curriculum vitae

Proposamenak [emep@pamplona.es](mailto:emep@pamplona.es) helbidera bidali beharko dira, edo aurrez aurrez aurkeztu Kondestable Civioxan (Kale Nagusia 2, 2. Solairua)

**Tel:** 948 42 02 66

Argibide gehiago hemen: Ahalduntze eta Partaidetzako Udal Eskola (APUE)

Urte bakoitzean, etengabeiko prestakuntzako hiru programazio eskainiko ditu APUEk, hiruhileko bakoitzean bana: urtarrietik martxora, apiriletik ekainera eta urritik abendura. Argibide gehiago, hemen: <http://participa.pamplona.es/> Ikastaroen formatua eta iraupena honako irizpide hauekin bat antolatuko da:

XS	2 - 8 ordu
S	8 - 18 ordu
M	18 - 45 ordu
L	45 h - 80 ordu
XL	80 ordu baino gehiago

## IKASTAROAK 2018ko URTARRILATIK MARTXORA



### AHALDUNTZE PERTSONALA

1. Gamifikazioa, parte-hartzea eta konpromisoa lantzeko (16 ordu).
2. Sorpresa-kutxa bat gara (12 ordu).
3. Aktibatu zure boza: emakumeak jendaurrean hizlari (10 ordu).
4. Danzar-Me, ahalduntzea gorputzaren eta mugimenduaren bidez (20 ordu).
5. Teknologiaren errora - Talde komunikazioa eta teknologiaren ezagutza kritikoa lantzeko tailerra (12 ordu).
6. Ahaleginik txikienaren kudeaketa (8 ordu).



### TALDEEN ETA ERAKUNDEEN AHALDUNTZEAK

7. Kultur produktuak aztertzea ikuspuntu feministatik (18 ordu).
8. Talde-jardunak eta prozesu kolektiboak bideratzea (36 ordu).
9. Komunikazioa partaidetzari begira (12 ordu).
10. Pertsonak elkarteetan. Langileen eta boluntarioen kudeaketa (3 ordu).
11. Elkarte baten eguneroko kudeaketa. Betebehar administratiboak, fiskalak eta lanekoak, etab (3 ordu).
12. Elkarteendako webguneak sortzea (3 ordu).
13. Datuen babesa elkarteetan (3 ordu).



### GIZARTEAREN ETA KOMUNITATEAREN AHALDUNTZEAK

14. Ekonomia feminista eta lan mundua (15 ordu).
15. Dragon Dreaming: aldaketa jasangarriaren aldeko proiektuak diseinatu (12 ordu).



# 1. AHALDUNTZE PERTSONALA

**S** 16 ordu

## 1. GAMIFIKAZIOA, PARTE-HARTZEA ETA KONPROMISOA LANTZEKO

Joko-arauak aldatu dira. Gizartearen eraldaketa bizi dugu. Aldaketa-testuinguru horretan gamifikazioa tresna erabilgarria eta eraginkorra da konpromisoa zein esperientzia partizipatibo berriak sortzeko, betiere jolasean oinarritutako teknika eta estrategiak baliatuta.

### **Edukiak:**

#### **IKERTU / Diseinatu al daiteke dibertsioa?**

Pertzepzioak gorabehera, baliteke jolasa izatea gakoetako bat gizartearen parte-hartzea eta konpromisoa bultzatzeko, pizteko. Lantegiari hasiera emateko, bideojokoak eta gizartea lotzen dituzten oinarriak aurkeztuko dira.

#### **APLIKATU / Parte-hartzea eta konpromisoa sortu**

Asmatu duzu! Lantegi honetan zure esperientzia propioa aplikatuko duzu. 20 minutu eskasean jolasaren prototipoa egin, gero jolas-diseinatzaile gisa duzun sen hori plazaratu eta gamifikazio-diseinu propioa sortuko duzu, eta horren gaineko balorazioa garbia jaso.

- Jolasak prototipatzeko lantegia: Jolasaren atomoak.
- Jolasean oinarri duten irtenbideen lantegia: game Thinking.
- Game Thinking + parte-hartzea eta konpromisoa.
- Gamifikazioa diseinatzeko lan-esparruak eta tresnak.
- Gamifikazioa diseinatzeko lantegia.
- Maila-lantegia.

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Iñaki Huarte Gorraiz (Ouiplay)

**Datak:** Otsailak 7, 14, 21 eta 28

**Ordutegia:** Asteazkenetan, 17:00-21:00

**Lekua:** Zentro. Kondestable Civivoxeko 4. Aretoa (Kale Nagusia 2, 1. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Urtarrilak 24

S 12 ordu

## 2. EZUSTEKOZ BETERIK GAUDE

Psikologia positiboa aplikatuz, geure burua eta besteenak ezagutzeko. Ikastaroan, gure sormenean aurrera egiten lagunduko diguten dinamikak egingo ditugu; horrela, oztopo pertsonalak gaindituko ditugu, eta gure bizitzako eremu guztietarako baliabide eta tresna gehiago geureganatuko ditugu.

### Edukiak:

- Ezagutu-sortu.
- Sormena. Zer da? Zertarako balio du?
- Sormena nire emozioekin, pentsamenduekin eta nire gorputzarekin.
- Nire sorpresa-kutxa: indargune pertsonalak eta jarrera positiboak.

S 10 ordu

## 3. AKTIBATU ZURE BOZA: EMAKUMEAK JENDAUURREAN HIZLARI

Antzinarotik hona, mendebaldeko kultura emakumeen ahots-tonua kontrolatzen saiatu da. Mitologiak eta literaturak, neurri handi batean, munstrokeria, nahasmendu eta heriotzarekin lotu ditu soinu femeninoak. Kulturak eragina izan du ahots-motetan eta horien erabileran, eta eragin horrek badu zerikusirik gizonek eta emakumeek esparru publikoan izan dituzten egitekoekin. Lantegi praktikoa honetan norbera izanen da abiapuntu: gure gorputzak soinu-instrumentu gisa hartuta ahotsaren ahalduntzea landuko dugu, esperimentazioaren bitartez.

### Edukiak:

- Analisia, gizonek eta emakumeek jendaurrean hitz egiteko duten moduari eragiten dioten faktore kultural eta sozialei buruz.

- Aldaketarako erresistentzia eta gure zailtasunak gainditzeko erresilientzia.

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Raquel Ledesma, Noralaiko, poztasunaren eskolako psikologoa eta coach-a ([www.noralai.com](http://www.noralai.com))

**Datak:** Martxoak 21, 22 eta 23

**Ordutegia:** 17:00-21:00

**Lekua:** Zentro. Kondestable Civivoxeko 4. Aretoa (Kale Nagusia 2, 1. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Martxoak 2



1. AHALDUNTZE PERSONALA

- Gorputza, soinu-instrumentu gisa.
- Ahotsa trebatu eta proiektatzeko baliabideak.
- Anatomia-printzipioak, ahotsa ongi eta gaizki erabiltzearekin lotuak.

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Zahira Montalvo Herrero, pedagogoa eta Arte Dramatikoan lizentziaduna

**Datak:** Urtarrilak 30 eta 31, otsailak 1

**Ordutegia:** Urtarrilak 30, 16:30-20:30; Urtarrilak 31, 17:30-20:30; eta Otsailak 1, 17:30-20:30

**Lekua:** Zentro. Kondestable Civivoxeko 5. Aretoa (Kale Nagusia 2, 1. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Urtarrilak 16

# M 20 ordu

## 4. DANZAR-ME, AHALDUNTZEA GORPUTZAREN ETA MUGIMENDUAREN BIDEZ



### 1. AHALDUNTZE PETRSONALA

Gizartearen parte-hartzean lorpen handiak izan diren arren, emakumeek historian izandako garrantziaren balorazio ezak eta buru-gorputza banaketak aztarna sakona utzi dute emakumeen autoestimuan: emakume askok dependentzia afektiboaren eta autoestimu baxuaren zauri intrapsikikoa daramagu gainean. Gure gizarte osoaren funtzionatzeko manerek dakigun eta sentitzen dugun horretatik deskonektaturik gauzkate. Askotan, nekeari, goseari, ezerosotasunari zein zainketak eta maitasuna jasotzeko dugun beharrari jaramonik ez egiten irakasten digute. Bizitzaren emaile eta zaintzaile gisa hazi gaituzte emakumeok, eta askotan geure burua zaintzen ahazten zaigu.

Benetako aldaketak nahi baditugu, aldatu beharko ditugu guztiok modu inkontzientean jasotzen eta barneratzen ditugun sinesmen eta ueste kulturaletako batzuk. Gorputzean oroimenak eta sinesmenak idatzita ditugu, garen hori adierazten du, pentsatzen eta sentitzen dugun hori, baina baita ere geure buruari baimenik ematen ez diogulako adierazten ez dugun hori.

Lantegi honen helburu orokorra da ahalduntzea, betiere hori ulertuta norberaren zainketa eta ezagutza moduan ulertuta, gorputzaren eta haren mugimenduaren bidez. Aukera ematen digu gure barneko izakiarekin konektatzeko, intuizioarekin, sormenarekin eta samurtasunarekin, horretarako geure burua entzuten, geure erritmoa errespetatzen eta aukeratzen ditugun aldaketak sortzen eta mantentzen ikasita.

Izan ere, gorputza habitatzu gero, hari entzun eta errespetatzu gero, gorputz alaia izanen dugu, gorputz lagunkoia, aliatua, ahaldundua.

### Edukiak:

- 1. eta 2. saioak: HAZIAK ERNETZEN  
Nire ahalmenekin konektatzu eta fokua zein norabidea aurkituz: norantz joan nahi dut?
- 3., 4. eta 5. saioak: GORPUTZARI ENTZUNEZ  
Gorputzarekiko konexioa berreskuratzea, sentimenduetatik entzutea, sentsazioetik, dagoena aldatu ahal izateko, hala nahi izanez gero.  
Mapa-gorputza, gida-gorputza, lurralde-gorputza, gorputzari entzunez gero gorputz aliatua izanen dugu, ahaldundua.
- 6. eta 7. saioak: IPUINA ALDATZEN  
Genero eta estereotipo aginduak identifikatzea emozioak despatriarkalizatzeko: "Nire maitasun istorio kuttuna"
- 8., 9. eta 10. saioak: NIRE BURUA MAITE DUT, NIRE BURUA ZAINTZEN DUT  
Nork bere burua zaintzearekin loturiko autoestimua, nire dohain eta zailltasunekiko begirada maitagarriagoa landuz. Ibiltako bidearen integrazio sortzailea, begirada aldatzea, sinesmena aldatzea.

### Emakumei soilik zuzendutako ikastaroa

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Nora Otsoa de Olza Garatea, erizaina, dantzaria eta dantzaterapeuta

**Datak:** Otsailak 1, 8, 15 eta 22, martxoak 1, 8, 15 eta 22, apirilak 5 eta 12

**Orduategia:** ostegunetan, 11:45-13:45

**Lekua:** Sanduzelaiko Civivoxa

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Urtarrilak 19



## 5. TEKNOLOGIAREN ERRORA - TALDE KOMUNIKAZIOA ETA TEKNOLOGIAREN EZAGUTZA KRITIKOA LANTZEKO TAILERRA

Egunean zehar ordenagailua erabiltzen dugu, batez ere lan egiteko. Egun guztian zehar eta bereziki arratsaldetik aurrera sakelakoa erabiltzen dugu nagusiki. Une oro, batean edo bestean sarera konektatzen gara, baina ezagutzen ditugu erabiltzen ditugun tresnak eta atzean dauden arrazoiak, aukera ezberdinak?

Edozeinentzat da ikastaro hau, beldurrik gabe, oinarrizko gauzak era teoriko-praktikoan landuko ditugu ikuspuntu kritiko batetik. Zer dago gure ordenagailuen barruan? Zer da sistema eragile bat? Zer da software librea? Pribatutasuna nola kudeatu nire sakelako telefonoan? Zein da wifi sareen segurtasuna? Zer da Hodeia? Horrelako galderak egin eta denon artean erantzungo ditugu, praktika ere tarteko. Talde komunikazioan, hainbat tresna baliatzen ditugu, baina logika askorik gabe batzuetan: ezezagutza, ohiturak, denbora falta...

Gure talde komunikaziorako baliagarri izan daitezkeen, zenbait ezinbesteko tresna landuko ditugu ikastaroan:

- Posta zerrendak/Buletinak (Mailchimp)
- Telegram/Whatsapp/Signal (Telegram)
- Sare sozialen erabilera (Twitter)

**Hizkuntza:** Euskaraz

**Nork emana:** Gorka Julio Hurtado, Talaios Koop. Garatzailea, irakaslea, hacktibista eta hainbat hedabideetako kolaboratzailea.

#LEINN irakaslea

**Datak:** Martxoak 5, 6 eta 7

**Ordutegia:** 17:00-21:00

**Lekua:** Zentro. Kondestable Civivoxeko 5. Aretoa (Kale Nagusia 2, 1. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Otsailak 19





Noizbait izan al duzu inolako baliorik eskaintzen ez dizuten baina “egin beharrekoak diren” zereginetan denbora luzea igaro izanaren sentipenik? Zuk egin beharrekoa egingo dute! Kudeaketarako metodologia eta tresna arinak ezagutuko ditugu, eta, horien bidez, denborak murriztuko ditugu, ez, baina, kalitatea. Eta tresna informatikoetan oinarrituko gara, gure egunerokotasuna errazagoa izateko.

### Edukiak:

- Zer ulertzen dugu direla metodologia eta tresna arinak?
- Informazioaren kudeaketa: Google Drive, Dropbox, Calameo...
- Barneko eta kanpoko komunikazio-sistemak: Skype, Yammer...
- Kudeaketa ekonomiko-finantzariorako sistemak: Cuentica, Z.Books,...
- Ezagutza kudeatzeko sistemak: Wiggio, Blogger,...
- Dokumentuak eta aurkezpenak sortzea: Prezi, Piktochart...

- Ez-diseinugileentzako diseinua: Adobe Capture, Canva...
- Errealitate birtuala eta eduki digitala sartzea, testu lauaz harago: Layer, QR Code...
- Scheduling-a, bidalketa elektronikoak automatizatzeko eta programatzeko: Buffer, Postcron...
- Ekitaldiak eta inkestak kudeatzea: Eventbrite, Survey Monkey..

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Mireia Muñiz Mairal, Mi innovación-eko Berrikuntzako eta Sormeneko aholkulari eta prestatzaile seniorra ([www.miinnovacion.com](http://www.miinnovacion.com))

**Datak:** Urtarrilak 22 eta 23

**Ordutegia:** 17:00-21:00

**Lekua:** Zentro. Kondestable Civivoxeko 5. Aretoa (Kale Nagusia 2, 1. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Urtarrilak 9



## 2. TALDEEN ETA ERAKUNDEEN AHALDUNTZEA

S 18 ordu

### 7. KULTUR PRODUKTUAK AZTERTZEA IKUSPUNTU FEMINISTATIK

Kultur produktu guztiek, edozein motatakoek (musika, telesailak...), gizartea zipiritintzen duten desberdinkeriak sortzen eta birsortzen dituzte. Horrela, gizonezkoak subjektu gisa irudikatzen diren bitartean, emakumeak ikusezin edo objektu huts moduan agertzen ohi gara. Eraikuntza sinboliko berezitu horrek inpaktu handia du desberdinkeriak indartzerakoan, eta indarkeria matxistaren icebergaren oinarria eratzen dute. Lantegian, indarkeria sinbolikoa ulertzen hasiko gara, eta horretarako rol eta estereotipo diskriminatzaileak identifikatuko ditugu, eta irakurketa kritikoa eginen dugu, sozialki justuagoa den giro kulturala eraikitzen laguntzeko.

#### **Edukiak:**

- Zer da indarkeria sinbolikoa? Kontzeptuan barna eginen dugu, eta haren adierazpideetan eta emakumeok geuri buruz dugun ikuskerari nola eragiten dion ikusiko dugu.
- Estereotipoak eta rolak. Emakumeak gauza eta objektu bilakatzen dituzten mekanismoak. Maitasun erromantikoa ezberdinkeriak indartzeko estrategia moduan.

- Kultur produktuen irakurketa aktibo eta kritikoa egiteko gakoak. Horien edukien azterketa feminista sustatzeko tresnak garatzea.
- Subalternitate kontzeptura hurbiltzen. Kultur produktu alternatiboak eta menderatze-logiken aurreko erresistentziak.

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Delicia Aguado Peláez eta Patricia Martínez García (Aradia, sakontze demokratikorako espazioa, S. Koop.)

**Datak:** Urtarrilak 27, otsailak 3, 10, 17 eta 24, martxoak 3

**Orduetgia:** 10:30-13:30

**Lekua:** Zentro. Kondestable Civivoxeko 6. Aretoa urtarrilak 27 eta 4. Aretoa beste egunak (Kale Nagusia 2, 1. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Urtarrilak 19

M 36 ordu

## 8. TALDE-JARDUNAK ETA PROZESU KOLEKTIBOAK BIDERATZEA



### 2. TALDEEN ETA ERAKUNDEEN AHALDUNTZEA

Gero eta maizago, elkarrekin lan egitea erabakitzen dugu, erabakitzeko guneak, erantzukizuna, ekintza eta emaitzak partekatzea bilatzen duten kolektiboetan. Kooperatibak, elkarteak, fundazioak, enpresa partizipatiboak, eta abar. Erakunde horien egiturak bat datoz parte hartzera animatzen duten printzipioekin eta balioekin. Halaber, zenbait gaitasun eta trebetasun berri eskatzen dituzte, prestakuntza-programetan gutxi garatu direnak. Modulu hauek xede dute parte-hartzaileak hurbiltzea “Bideratzea” izeneko terminoan dauden tresnetara. Diziplina berritzailea da, taldeak eta erakundeak kudeatzea xede duena, non hainbat diziplinatan garatutako jakintzak – erakundeetako kudeaketa kolektiboaren ingurukoak– biltzen baitira.

#### **Edukiak:**

**Erabakiak hartzea.** Botere kolektiboaren espazioa. Boterea partekatzea diluitu eta galdu gabe, erakundeen eraginkortasuna gordez. Adostasuna, Kontsentsua, Gehiengoak. Prozedurak errazten.

**lkerketa.** Sormen eta adimen kolektiboarekin lan egitea. Errazteak tresnak erabiltzen ditu prozedura kolektiboetan “ikusmoldea” eta orientazioa eguneroko lanekin bat etorrita gordetzeko. Prozedurak eguneratzen jakitea, antolakuntzaren osasunerako neurri gisa.

**Kohesioa eta Harremana.** Pertsonak ere zaintzen dituen antolakuntza-kudeaketa, ingurune kolektibo biziaren aldeko dinamikak sortuz. Tresna garrantzitsuak dira beharrezkoak ez diren gatazkei aurrea hartzeko.

**Ikastaro honen ziurtagiria, lifac-eren eskutik (Bideratzea eta Aldaketa lortzeko Institutua)**

**Kontsultatu baldintzak hemen: [emep@pamplona.es](mailto:emep@pamplona.es)**

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Mabel Cañada eta Mauge Cañada, lifac-eko kideak (Bideratzea eta Aldaketa lortzeko Nazioarteko Institutua) eta talde komunitarioen bideratzaileak, 40 urtez; eta losu Ortigosa, lifac-eko kideak

**Datak:** Urtarrilak 26-27, otsailak 23-24 eta martxoak 23-24

**Ordutegia:** Ostiraletan, 17:00-21:00 eta larunbatetan, 10:00-14:00 eta 16:30-20:30

**Lekua:** Zentro. Kondestable Civivoxeko 5. Aretoa (Kale Nagusia 2, 1. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Urtarrilak 12

## 9. KOMUNIKAZIOA PARTAIDETZARI BEGIRA

Taldeko trebakuntzak bide ematen du oinarri batzuk ezartzeko gerora estrategia eraginkorrak diseinatzeari begira, modu horretan gizarte-mugimenduak eta herritarren kolektiboak laguntzeko beren komunikazio-helburuak erdietsi ditzaten. Honako hauek dira prestakuntza-saio hauen helburuak:

- Gogoeta laburra egitea komunikazio digitalaren oinarriko kontzeptuen inguruan.
- Ulertzea hala gaur egun komunikazio digitalak duen oihartzuna nola pertsonen portaeretan, aktibismoan eta ziberaktibismoan izandako aldaketak.
- Gako nagusiak ikastea, plangintza eraginkor eta jasangarri bat egiteko.
- Komunikazio digitalaren mekanikak eta euskarri desberdinek duten lotura ulertzea: webguneak, sare sozialak, berariazko plataformak eta beste bide mota batzuk jarduketa egokiak ezartzeko, betiere helburuak lortu eta hartzailleengana iriste aldera.
- Tresna eta estrategia eraginkorrak identifikatzea, gure jarduerarekin lotura dutenei zuzendutako jarduketak egiteko online komunikabideetan.
- Baliabideak eta trikimailuak ezagutzea, gure jardueren hartzaille izan daitezkeen pertsonak atzemateko, erakartzeko eta haiekin konektatu eta solas egiteko.

- Azpimarratzea zein garrantzitsua den jarduketa-planen kontrola eta inpaktu-neurketa azkarra eta erraza egitea, jarduketak baliozkoak diren erkatzeko metodo gisa.

### Edukiak:

1. Komunikazio digitalaren testuingurua.
2. Komunikazio eraginkorra eraikitzeko gakoak.
3. Komunikazio digitalerako bideak.
4. Entzumen aktiboa eta sareko monitorizazioa.
5. Adierazleak eta emaitzen analisia.

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Arantxa Sainz de Murieta (Komunikatik), marketin eta komunikazio digitalean aditua

**Datak:** Urtarrilak 26-27

**Orduetgia:** Ostiralean, 17:00-21:00 eta larunbatean, 10:00-14:00 eta 16:30-20:30

**Lekua:** Zentro. Kondestable Civivoxeko 4. Aretoa (Kale Nagusia 2, 1. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Urtarrilak 12



XS 3 ordu

## 10. PERTSONAK ELKARTEAN. LANGILEEN ETA BOLUNTARIOEN KUDEAKETA



2. TALDEEN ETA ERAKUNDEEN AHALDUNTZEA

Pertsonak dira elkarte baten balio nagusia. Gainera, bertako langile edo boluntario diren heinean, elkartean baliabiderik nagusietako bat izaten dira. Hori dela eta, jakin behar da nola kudeatu irabazi-asmorik gabeko elkarteetan ezartzen diren lan-, merkatu- eta boluntarioritza-harremanak, lagun horiek zaintze aldera, haien lanak eta denborak ahalbidetzen baitute elkartearen helburuak lortzea.

### **Edukiak:**

PERTSONAK ELKARTEAN. LANGILEAK.  
Lan-kontratudunak.

Profesional autonomoen merkataritzako kontratua.

Ezohiko lana.

PERTSONAK ELKARTEAN.

BOLUNTARIOAK.

Boluntarioak: eskubideak eta betebeharrak.

Araubide Juridikoa.

Boluntarioritza-plana.

Boluntarioritza-kontratua.

### **Helburua:**

Elkarte bateko giza baliabideak kudeatzeko betebeharrak eta prozedurak ezagutzeko.

**Nori zuzendua:** Elkarteei, irabazi-asmorik gabeko kolektiboetara eta interesa duten herritarrei.

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Ana Belén Albero Díaz, Zentroko Elkarteen lege aholkularia

**Datak:** Urtarrilak 19

**Orduetgia:** 17:00-20:00

**Lekua:** Kondestable Civivoxeko hitzaldi aretoa (Kale Nagusia 2, 2. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Urtarrilak 18

XS

3 ordu

## 11. ELKARTE BATEN EGUNEROKO KUDEAKETA. BETEBEHAR ADMINISTRATIBOAK, FISKALAK ETA LANEKOAK, ETA ABAR

Zentroko aholkularitza juridikoan gehien galdetzen diren gaiak elkarte bat martxan jartzeko egin beharreko eguneroko kudeaketari loturikoak dira. Ikastaro honetan —eskari gehien izan duenetako bat— ikusiko dugu zer betebehar hartzen diren elkarte bat eratzerakoan, eta nola bete ditzakegun.

### Edukiak:

- Elkarte-egitura.
- Finantza-betebeharrak.
- Lan-betebeharrak.
- Administrazio-betebeharrak.
- Datuen babesari buruzko betebeharrak.
- Beste betebehar batzuk.

### Helburua:

Elkarteak eta nortasun juridikorik gabeko entitateak gaitzea irabazi-asmorik gabeko entitate bat edo nortasun juridikorik gabeko talde bat eratzeak berekin ekartzen dituen lege betebeharrak bete ditzaten.

**Nori zuzendua:** Elkarteei, irabazi-asmorik gabeko kolektiboetara eta interesa duten herritarrei.

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Ana Belén Albero Díaz, Zentroko Elkarteen lege aholkularia

**Datak:** Otsailak 23

**Ordutegia:** 17:00-20:00

**Lekua:** Kondestable Civivoxeko hitzaldi aretoa (Kale Nagusia 2, 2. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Otsailak 22



XS 3 h

## 12. WORDPRESS IKASTAROA ELKARTEENDAKO



### 2. TALDEEN ETA ERAKUNDEEN AHALDUNTZEA

Iruñeko Udaleko Herritarren Partaidetzako, Berdintasuneko eta Gizartea Ahalduztzeko Alorrak herritarren elkarteei aukera ematen die elkarte gisa webgune propioa sortzeko. Zerbitzu hori jarduera Iruñean egiten duten elkarte edo irabazi-asmorik gabeko entitateei eskaintzen zaie, eta xede du gizarte-ehuna trebatzea oinarrizko tresna batean, zeinari esker elkarte eta kolektiboek Interneteko presentzia eta komunikazioa garatzen ahalko baitute. Elkarteek ikastaro honen bitartez sortzen dituzten webguneak Iruñeko Udalaren plataforma komun batean kokatuko dira. Ikastaroa zerbitzu hori erabiliko duten elkarteei zuzentzen zaie. Saiolan, elkarteak gidatuko ditugu haien webguneari alta eman diezaioten. Saiora elkartearen oinarrizko datuak, logotipoa –halakorik izanez gero–, webgunea ilustratuko dituzten irudiak zein programaturiko jardueren agenda eraman beharko dituzte.

#### **Edukiak:**

- Webguneak argitaratzeko oinarrizko kontzeptuak.
- Formatu errazeko webguneen eredua (1. txantiloia) eta webgune osatuago baten eredua (2. txantiloia).
- Oinarrizko zenbait nozio, wordpresen edukiak sortzeko. Bi txantiloiak aurkeztuta, zerbitzu honetaz baliatu nahi duten elkarteek webgunea garatzeko erabili nahi duten eredua aktibatuko dute.

- Webgunea nola sortu.
- Webgunearen oinarrizko konfigurazioa.
- Nahitaezko atalak web-orri batean.
- Menuen kudeaketa.

**Hartzaileak:** Haien webgunea (2. txantiloia) Udalak eskaintzen duen zerbitzuan aktibatu nahi dituzten elkarteak.

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Facilita:** M<sup>a</sup> Carmen Galarza (ANIMSA) eta Zentroko langileak. Elkarlaneko gunea

**Datak:** Martxoak 16

**Ordutegia:** 17:00-20:00

**Lekua:** Kondestable Civivoxeko ordenagailu-gela (Kale Nagusia 2, 2. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Martxoak 15



XS 3 h

## 13. DATUEN BABESA ELKARTEETAN

Datuen babesaren alorreko araudi berria indarrean sartzean, entitateek egunean egon behar dute alor horretan. Ikastaro honetan gai horiei guztiei helduko diegu elkarteak gai izan daitezen datuen babesarekin zerikusia duten izapide eta kudeaketa guztiak egiteko, modu erraz eta eraginkorrean.

### Edukiak:

#### DATUEN BABESA

- Datuen babeserako hastapenak. Datu pertsonalak, kontzeptua eta motak. Babestu beharraren jatorria. Araudia.
- Datuak babesteko araudia betetzera behartuta dauden subjektuak.

#### DATUEN BABESA ELKARTEETAN

- Nola eragiten dion datuen babesak gure elkarteari, gure elkartearen betebeharrak fitxategi baten arduradun den heinean, datu pertsonaletarako sarrera duten hirugarrenen betebeharrak.

#### DATU PERTSONALEN TRATAMENDUA ERABILTZAILEEKIN

- Datuak biltzea, datuen babesari buruzko oharrek erredaktatzea, tratamenduaren helburuak, datuen kalitatearen printzipioa, modu berezian babesturiko datuak, osasuna eta adingabeak, datuen segurtasuna, sekretua gorde beharra.

#### HERRITARREN ESKUBIDEAK

- Datuan sartzeko, zuzentzeko, ezerezteko eta aurka egiteko eskubideak, eta beste eskubide batzuk: kalre-ordainak jasotzekoa, aurkaratzekoa, koltsultatzekoa, publizitaterik ez jasotzekoa, etab.

### Helburua:

Jakinaraztea datuen babesaren alorreko araudiak betetzearen inguruko berrikuntzak, elkarteei aplikatzekoak.

### Nori zuzendua: Elkarteei, irabazi-asmorik gabeko kolektiboetara eta interesa duten herritarrei

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Ana Belén Albero Díaz, Zentroko Elkarteen lege aholkularia

**Datak:** Martxoak 23

**Ordutegia:** 17:00-20:00

**Lekua:** Kondestable Civivoxeko hitzaldi aretoa (Kale Nagusia 2, 2. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Martxoak 22





### 3. GIZARTEAREN ETA KOMUNITATEAREN AHALDUNTZEA

S 15 ordu

#### 14. EKONOMIA FEMINISTA ETA LAN MUNDUA

Emakumeok funtsezko lekua bete izan dugu beti gure inguruak sostengatzen eta garatzerakoan. Hala ere, lanaren kontzeptuaren barnean sarturiko menderatze moduek ezkutuan utzi dituzte gure ekarpenak. Baina ez hori bakarrik. Horretaz gain, bizitza sostengatzen laguntzen duten lan eta ogibideei balioa kendu diete, logika produktibisten errekonozimendu baztertzaileren mesedetan. Horrela, lantegi honetan lanaren kontzeptuan sakonduko dugu, ikuspegi feministatik abiatuta. Horrekin, tradizionalki feminizatu diren lan eta ogibide guztien errekonozimendua bilatuko dugu, eta generoaren araberako lan banaketa egiten duten logikak desaktibatuzko tresnak ikusarazi eta sortuko ditugu.

#### Edukiak:

- Generoaren araberako lan banaketa. Teoria feministan barrena, gure inguruak ezagutu eta arazo bilakatzeko.
- Patriarkatua eta kapitalismoa. Aliantza estrategikoa emakumeak zapaltzeko. Autonomiaren eta independentziaren mitoak. Kristalezko sabaik eta hormak.
- Hurbilpena tradizionalki feminizatuta izan diren ogibide eta kolektiboetara. Ustez maskulinizaturik izan diren alorretan emakumeek egindako ekarpenak bistaratzea (siderurgia, arrantza, landa eremua...).

- Bizitzaren jasangarritasunera zuzendutako paradigma baterantz bideratzeko garatutako estrategiak ezagutzea eta aitortzea. Horri loturiko ikasketa komunitario eta feministak.

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Patricia Martínez García eta Delicia Aguado Peláez (Aradia, sakontze demokratikorako espazioa, S. Koop.)

**Datak:** Otsailak 6, 13, 20 eta 27, martxoak 6

**Orduetgia:** 16:30-19:30

**Lekua:** Zentro. Kondestable Civivoxeko 4. Aretoa (Kale Nagusia 2, 1. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Urtarrilak 23

S 12 ordu

## 15. DRAGON DREAMING: ALDAKETA JASANGARRIAREN ALDEKO PROIEKTUAK DISEINATU

### Edukiak:

- Irabazi-irabazi-irabazi (banakoa-kolektiboa-globala) kulturarako oinarriak.
- Proiektuen diseinua lau faseen GURpiletik abiatuta: amestu-planifikatu-egin-ospatu, eta proiektuaren 12 etapa ezberdinak.
- Metodologia arina proiektu baten helburuak eta lanak ezartzeko.
- Praktikan jartzea Adimen Kolektiboa sustatzen duten komunikazio-tresnak ("pinakarri" eta "komunikazio karismatikoa")
- Gure rolean lan egitea proiektu baten barnean, eta konfort guneak.
- Entzutea, konfiantza, interakzioa eta talde lana hobetzeko dinamikak.

**Hizkuntza:** Gaztelaniaz

**Nork emana:** Xenki Berho eta Blanca Caballero, Emanhar Gizarte-Elkartea

**Datak:** Otsailak 2 eta 3

**Ordutegia:** Ostiralean, 17:00-21:00 eta larunbatean, 10:00-14:00 eta 16:30-20:30

**Lekua:** Zentro. Kondestable Civioxeko 5. Aretoa (Kale Nagusia 2, 1. Solairua)

**Izen-ematea:** Abenduak 20-Urtarrilak 19



### 3

## PRESTAKUNTZA ELKARTEEKIN

*Irabazi Asmorik Gabeko Elkarreak - Diru-laguntzak, prestakuntzarako*

Iruñeko Udalak urtero egiten du irabazi asmorik gabeko entitateei diru-laguntzak emateko deialdia, prestakuntza-proiektuak egin ditzaten. 2017. urtean lehenbiziko aldiz

deialdi honi esker, herritarrendako zenbait ikastaro eta lantegi jarri dituzte abian 9 elkarrek. 2018ko datoen hilabeteetan deialdi berria jarriko da martxan.

### 4

## PRESTAKUNTZA NAHIERAN, GIZARTE ENTITATEENDAKO

Zerbitzu honen bitartez atzeman nahi dira kolektiboek eta udalerrian egiten diren prozesuek dituzten prestakuntza-beharrak, herritarren partaidetzako, berdintasuneko eta gizartearen ahalduntzearen arloaz bezainbatean. Prestakuntza-modalitate honetan, entitate eta gizarte-kolektiboek

xehetasun osoz adierazi beharko dute zer premia duten, eta Udalak prestakuntza-jarduera antolatuko die. Nahierako prestakuntza honetan ikastaroak irekiak dira, baina berriazko prestakuntza zer kolektibok edo prozesuk eskatu eta horri zuzenduko zaio batez ere.

1. Gamifikazioa, parte-hartzea eta konpromisoa lantzeko.
2. Sorpresa-kutxa bat gara.
3. Aktibatu zure boza: emakumeak jendaurrean hizlari.
4. Danzar-Me, ahalduntzea gorputzaren eta mugimenduaren bidez.
5. Teknologiaren errota - Talde komunikazioa eta teknologiaren ezagutza kritikoa lantzeko tailerra.
6. Ahaleginik txikienaren kudeaketa.
7. Kultur produktuak aztertzea ikuspuntu feministatik.
8. Talde-jardunak eta prozesu kolektiboak bideratzea.
9. Komunikazioa partaidetzari begira.
10. Pertsonak elkartean. Langileen eta boluntarioen kudeaketa (3 ordu).
11. Elkarte baten eguneroko kudeaketa. Betebehar administratiboak, fiskalak eta lanekoak, etab.
12. Elkarteendako webgumeak sortzea.
13. Datuen babesa elkartean.
14. Ekonomia feminista eta lan mundua.
15. Dragon Dreaming: aldaketa jasangarriaren aldeko proiektuak diseinatu.

## URTARRILA

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19 10 ikast.	20	21
22 6 ikast.	23 6 ikast.	24	25	26 8 ikast. 9 ikast.	27 7 ikast. 8 ikast. 9 ikast.	28
29	30 3 ikast.	31 3 ikast.				

## OTSAILA

			<b>1</b> 3 ikast. 4 ikast.	<b>2</b> 15 ikast.	<b>3</b> 7 ikast. 15 ikast.	<b>4</b>
<b>5</b>	<b>6</b> 14 ikast.	<b>7</b> 1 ikast.	<b>8</b> 4 ikast.	<b>9</b>	<b>10</b> 7 ikast.	<b>11</b>
<b>12</b>	<b>13</b> 14 ikast.	<b>14</b> 1 ikast.	<b>15</b> 4 ikast.	<b>16</b>	<b>17</b> 7 ikast.	<b>18</b>
<b>19</b>	<b>20</b> 14 ikast.	<b>21</b> 1 ikast.	<b>22</b> 4 ikast.	<b>23</b> 8 ikast. 11 ikast.	<b>24</b> 7 ikast. 8 ikast.	<b>25</b>
<b>26</b>	<b>27</b> 14 ikast.	<b>28</b> 1 ikast.				

## MARTXOA

			<b>1</b> 4 ikast.	<b>2</b>	<b>3</b> 7 ikast.	<b>4</b>
<b>5</b> 5 ikast.	<b>6</b> 5 ikast. 14 ikast.	<b>7</b> 5 ikast.	<b>8</b> 4 ikast.	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b> 4 ikast.	<b>16</b> 12 ikast.	<b>17</b>	<b>18</b>
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b> 2 ikast.	<b>22</b> 2 ikast. 4 ikast.	<b>23</b> 2 ikast. 8 ikast. 13 ikast.	<b>24</b> 8 ikast.	<b>25</b>

4. ikastaroak (Danzar-Me, ahalduntzea gorputzaren eta mugimenduaren bidez) apirilaren 5ean eta 12an jarraituko du.