



CURSOS 2018
Abril - Junio

EMEP

**ESCUELA MUNICIPAL
DE EMPODERAMIENTO
Y PARTICIPACIÓN**



Ayuntamiento de
Pamplona
Iruñeko Udala

zentro

Espacio colaborativo | Elkarlanean gurea

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

MATRÍCULA GRATUITA

Dirigidos a personas mayores de 18 años, salvo en determinados cursos, en cuyo caso se especificaría en la información de la actividad formativa.

Los plazos de preinscripción vienen especificados en cada uno de los cursos.

Como criterio general se abre la inscripción en marzo y se cierra dos semanas antes del inicio del curso.

Se ofertan cursos en castellano y en euskera.

La preinscripción se formalizará necesariamente a través de la cumplimentación de una ficha por cada curso ([descargar](#)) y se podrá realizar de forma:

Presencial: en “Zentro. Espacio Colaborativo”. Civivox Condestable. Calle Mayor nº 2, 2ª Planta. Horario de atención al público: de lunes a viernes, de 10:00 a 14:00 h. y de 17:00 a 20:00 h.

On line: enviado la ficha de preinscripción al correo electrónico emep@pamplona.es

Finalizado el plazo de preinscripción, se comunicará a todas las personas su admisión o no en la formación. Las personas seleccionadas tendrán que confirmar su inscripción definitiva. En el caso de existir en algún curso más solicitudes que plazas ofertadas, se seleccionará al alumnado según criterios específicos para cada curso.

Se tendrá en cuenta para posteriores inscripciones las personas que no cumplan con el 90% de asistencia. Así mismo, se entregará un certificado de asistencia al alumnado que asista igualmente en ese porcentaje.

Más información:

Servicio de Atención Ciudadana

Tel: 010 - 948 42 01 00

EMEP

Escuela Municipal de
Empoderamiento y Participación

Área de Participación Ciudadana y
Empoderamiento Social
Área de Igualdad y LGTBI



Espacio colaborativo | Elkarlaneko gunea

Civivox Condestable

Calle Mayor nº 2, 2ª Planta

Zentro se enmarca en el Área de Participación Ciudadana y Empoderamiento Social del Ayuntamiento de Pamplona. Es un espacio dirigido a dar servicio de apoyo y capacitación en participación a los diferentes colectivos y agentes sociales del municipio, por medio de cinco servicios:

- Servicio de Información y Recursos.
- Biblioteca y Centro Documental.
- Servicio de Asesoría Técnica y Legal.
- Escuela Municipal de Empoderamiento y Participación.
- Observatorio Local de Democracia Participativa de Pamplona.

Además de estos servicios específicos, cuenta con el resto de servicios que prestan los/as técnicos/as de Participación Ciudadana.

Finalidad:

- Centralizar y facilitar el acceso de la ciudadanía y profesionales a los servicios de Participación Ciudadana.
- Fomento de la articulación social y de la ciudadanía activa.
- Fortalecimiento de las dinámicas la cooperación entre el Ayuntamiento, las entidades sociales y la ciudadanía comprometida con el desarrollo local.

- Desarrollo de procesos de capacitación en participación y empoderamiento social destinados a los diferentes agentes sociales del territorio.
- Generación de espacios de encuentro y reflexión de la ciudadanía activa y las entidades sociales.

Dirigido a:

La sociedad civil (organizada o no), asociaciones, colectivos y entidades ciudadanas, el ayuntamiento y la administración pública (personal político y personal técnico), y a profesionales del sector socio-comunitario (socio-educativo, sociocultural, socio-sanitario, socio-ambiental, etc.).

Ubicación y contacto:

2ª planta del Civivox Condestable (C/ Mayor, nº 2).

Tel: 948 42 02 66

E-mail: emep@pamplona.es

Web: www.participa.pamplona.es
erabaki.pamplona.es

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

Twitter: @participa_pna

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

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

Horario: Lunes a Viernes, de 10:00 a 14:00 h. y de 17:00 a 20:00 h.

EMEP

La Escuela Municipal de Empoderamiento y Participación es una escuela activa, gratuita, permanente, abierta a la ciudadanía y a las necesidades del municipio en relación con la participación ciudadana, la igualdad y el empoderamiento social.

Oferta 17 cursos para el trimestre de abril a junio de 2018, impartidos en castellano y en euskera y agrupados en tres ejes temáticos:

1. Empoderamiento personal

Espacios de aprendizaje para el desarrollo de competencias personales y sociales para la participación.

2. Empoderamiento grupal y organizacional

Espacios de aprendizaje para la facilitación grupal, la gestión asociativa, la comunicación interna y externa de nuestras organizaciones, la dinamización de equipos y grupos, etc.

3. Empoderamiento social y comunitario

Espacios de aprendizaje para el trabajo en red, la coordinación interasociativa, la acción comunitaria, el desarrollo de metodologías, técnicas y tecnologías para la transformación social.

SERVICIOS Y PROGRAMAS DE LA EMEP

La EMEP ofrece servicios de formación y promoción.

Programas de formación:

- Formación Permanente (trimestral).
- Formación a la carta (para entidades sociales).
- Formación con Asociaciones (a través de las Subvenciones a la Formación).

Actuaciones de promoción:

- Organización de jornadas, conferencias, foros de encuentro, etc.
- Difusión de los valores del voluntariado, la participación y la solidaridad a través de campañas, exposiciones, colaboración con medios de comunicación, etc.
- Elaboración de publicaciones propias.

CÓMO COLABORAR CON LA EMEP: BOLSA DE FORMADORES/AS Y PROPUESTA DE CURSOS

Desde la Escuela Municipal de Empoderamiento y Participación (EMEP) se pone en marcha la bolsa de los/las formadores/as y propuestas de formación, para que aquellos profesionales o empresas que tengan interés en impartir actividades formativas y formar parte de profesionales formadores de la Escuela lo puedan hacer. El procedimiento para formar parte de la Bolsa de personas formadoras de la escuela

es enviando su propuesta, que debe incluir:

- Carta de presentación
- Ficha de formador/a
- Ficha de propuesta formativa
- Currículum Vitae

a emep@pamplona.es o presencialmente en Condestable (c/Mayor nº 2, 2ª Planta)

Tel: 948 42 02 66

Más información en: Escuela Municipal de Empoderamiento y Participación (EMEP)

Cada año, EMEP ofrece 3 programaciones de formación permanente, agrupadas en los trimestres de enero a marzo, abril a junio y octubre a diciembre. Más información: <http://participa.pamplona.es/>
Los formatos y duración de los cursos se organizan a través de la siguiente correspondencia:

XS	2 - 8 h
S	8 - 18 h
M	18 - 45 h
L	45 h - 80 h
XL	más de 80 h

CURSOS ABRIL A JUNIO 2018



EMPODERAMIENTO PERSONAL

1. La importancia de la comunicación eficaz en la inteligencia emocional (12 h).
2. Activa tu voz: mujeres hablando en público (9,5 h).
3. Somos una caja de sorpresas (12 h).
4. Sexualidad femenina y empoderamiento (20 h).
5. Los años antes de la menopausia (22 h).



EMPODERAMIENTO GRUPAL Y ORGANIZACIONAL

6. Facilitación de grupos y procesos colectivos (36 h).
7. Diseño de proyectos: elaboración, seguimiento, evaluación (3 h).
8. Financiación de las asociaciones: subvenciones y otras vías (3 h).
9. El día a día de tu asociación: gestión diaria de tu entidad (3 h).
10. Relatoría y documentación gráfica en procesos colectivos (8 h).
11. Metodologías participativas (24 h).



EMPODERAMIENTO SOCIAL Y COMUNITARIO

12. Dragon Dreaming: diseña proyectos para el cambio sostenible (12 h).
13. Prevención de LGTBIFOBIA en jóvenes y adolescentes (8 h).
14. Encuentros de maternidades (8 h).
15. Masculinidades: avanzando hacia la igualdad (20 h).
16. Agentes antirrumores (12 h).
17. Formación de personas formadoras en la estrategia antirrumores (14 h).



1. EMPODERAMIENTO PERSONAL

S

12 h

1. LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN EFICAZ EN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Todos necesitamos poder expresar nuestras vivencias y emociones en relación con los conflictos que nos suceden, ser coherentes con aquello que sentimos, pensamos y decimos.

Este taller servirá para reconocer nuestros propios sentimientos y vivenciar recursos para expresarlas y comunicarnos desde la autenticidad.

Adquirir habilidades de comunicación, técnicas asertivas y manejo de situaciones emocionales adversas para potenciar nuestras competencias emocionales Y Vivenciar recursos personales para la gestión positiva del conflicto y el manejo de la agresividad.

Contenidos:

- Autoconciencia emocional: Elementos cognitivo, fisiológico y conductual de la emoción.
- Estrategias de regulación emocional: centradas en la emoción y centradas en las habilidades sociales.
- Entendiendo los conflictos: Herramientas para manejar situaciones conflictivas.

- Comunicación interpersonal: Competencias básicas en la expresión de las emociones.

Idioma: Castellano

Facilita: María Méndez Barrio, Coach, mediadora y formadora en temas de gestión positiva del conflicto

Fecha: 8 y 9 de junio

Horario: Viernes, 17:00-21:00; y sábado, 10:00-14:00 y 16.30-20:30

Lugar: Zentro. Sala 4 Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª Planta)

Inscripción: Del 15 de marzo al 18 de mayo

S 9,5 h

2. ACTIVA TU VOZ: MUJERES HABLANDO EN PÚBLICO

Desde la Antigüedad, la cultura occidental ha tratado de controlar el tono de voz de las mujeres. Gran parte de la mitología y la literatura ha asociado el sonido femenino a la monstruosidad, a los trastornos y a la muerte. El tipo de voz, y el uso que hacemos de ella, tiene influencias culturales no ajenas al papel que hombres y mujeres han desempeñado en el ámbito público. Este es un taller práctico donde, tomándonos cada una como punto de partida, reconoceremos nuestro cuerpos como un instrumento sonoro y experimentaremos con el empoderamiento de nuestras voces.

Contenidos:

- Análisis de los factores culturales y sociales que afectan al modo de expresarse en público de mujeres y hombres.

- El cuerpo como instrumento sonoro.
- Herramientas para mejorar y proyectar nuestra voz.
- Principios anatómicos relacionados con los buenos y malos usos de la voz.

Idioma: Castellano

Facilita: Zahira Montalvo Herrero, pedagoga y licenciada en arte dramático

Fecha: 3, 4 y 5 de abril

Horario: 3 de abril, 17:00-20:30;

4 y 5 de abril, 17:30-20:30

Lugar: Zentro. Sala 4 Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª Planta)

Inscripción: Del 15 al 26 de marzo

S 12 h

3. SOMOS UNA CAJA DE SORPRESAS

Para descubrir(-nos) a través de la aplicación de la psicología positiva. En el curso realizaremos dinámicas que nos ayuden a avanzar en nuestra creatividad, superando barreras personales, que nos aporten más recursos y herramientas para todos los ámbitos de nuestra vida.

Contenidos:

- Descubriendo-creando.
- La creatividad; ¿qué es? ¿Cómo potenciarla? ¿Para qué me sirve?
- Creatividad con mis emociones, mis pensamientos y mi cuerpo.
- Mi caja de sorpresas: fortalezas personales y actitudes positivas.

- Resistencia al cambio y Resiliencia para superar nuestras dificultades.

Idioma: Castellano

Facilita: Raquel Ledesma, Psicóloga y coach de Noralai, escuela de la felicidad (www.noralai.com)

Fecha: 25, 26 y 27 de abril

Horario: 17:00-21:00

Lugar: Zentro. Días 25 y 26 en la Sala 4 y día 27 en la Sala 5 del Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª Planta)

Inscripción: Del 15 de marzo al 6 de abril



1. EMPODERAMIENTO PERSONAL



M 20 h

4. SEXUALIDAD FEMENINA Y EMPODERAMIENTO

La Sexualidad en femenino es una gran desconocida para muchas mujeres y también hombres. Su conocimiento puede ayudar a mejorar, sanar, amplificar, comprender y complementar la vivencia de nuestra sexualidad y, por tanto, mejorar nuestras relaciones con nosotras mismas y con las/los demás.

Contenidos:

- Sexo, Sexuación, Sexualidad, Erótica y Amatoria.
- Modos, Matices y Peculiaridades.
- Útero, vagina, vulva, clitoris, pechos.
- Ciclo Menstrual y sus fases.
- Arquetipos femeninos y sus fases.

Objetivo:

Posibilitar una mayor autonomía y empoderamiento a través del conocimiento del propio cuerpo y sexualidad, así como conseguir unas vivencias más placenteras.

Curso dirigido exclusiv. a mujeres

Idioma: Castellano

Facilita: Eva Rosino Cortés, sexóloga y trabajadora social

Fecha: 11, 18 y 25 de abril, 2, 9, 16, 23 y 30 de mayo, y 6 y 23 de junio

Horario: 18.00-20.00

Lugar: Zentro. Sala 5 Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª Planta) todos los días, excepto el 23 de junio que será en la Sala 4

Inscripción: Del 15 al 30 de marzo

M 22 h

5. LOS AÑOS ANTES DE LA MENOPAUSIA

Si te preguntas “¿Estaré yo en los años antes de la menopausia?”, si ya has comenzado a planteártelo, es probable que sí. ¿Te gustaría dedicar tiempo a conocer tu cuerpo y a poder apoyarte de forma consciente y eficaz en este momento de tu vida? Tu cuerpo es pura vida. Comprenderlo es comprenderte.

Contenidos:

- Anatomía y fisiología.
- Práctica Taoísta.
- Antropología, diversidad y otras perspectivas sobre el cuerpo de las mujeres.

Objetivo:

Informar para conocerse y autocuidarse, para deshacerse de tabúes y establecer una conexión especial con una misma.

Curso dirigido exclusiv. a mujeres

Idioma: Castellano

Facilita: María Muñoz-Cobo, formadora en ciclicidad de la mujeres (adolescencia y menopausia)

Fecha: Los martes del 10 de abril al 26 junio

Horario: 17:15-19:15

Lugar: Civivox Ensanche

Inscripción: Del 15 al 30 de marzo



2. EMPODERAMIENTO GRUPAL Y ORGANIZACIONAL

M 36 h

6. FACILITACIÓN DE GRUPOS Y PROCESOS COLECTIVOS

Cada vez más a menudo, las personas decidimos trabajar juntas, en colectivos que buscan compartir los espacios de decisión, la responsabilidad, la acción y los resultados.

Cooperativas, Asociaciones, Fundaciones, Empresas participativas, etc... Estas organizaciones se ajustan estructuralmente a los principios y valores que animan a formar parte de ellas. A su vez demandan una serie de competencias y habilidades nuevas, que han sido poco desarrolladas en programas formativos. Estos módulos quieren acercar a las personas participantes a las herramientas que se agrupan bajo el término "Facilitación" Una disciplina innovadora para la gestión de grupos y organizaciones que reúne los saberes desarrollados desde diferentes disciplinas en torno a la gestión colectiva en las organizaciones.

Contenidos:

El grupo y su sistema interior. Grupos, organizaciones y facilitación: elementos que abordamos a la hora de considerar el trabajo o funcionamiento en grupo. La evolución de un grupo, su ciclo de vida. El proceso, objetivo, cuidados, límites. La facilitación: Qué es y cómo se desarrolla la facilitación grupal.

Gestión de los conflictos. Una introducción a la comprensión de los conflictos desde la parte individual: las personas. Tipologías de los conflictos La estructura: el cuidado del proyecto. Las consecuencias de la falta de estructura: aprendiendo de la naturaleza.

El espacio del poder grupal. La toma de decisiones. Modos de toma de decisiones.

Curso acreditable por el lifac-e (Instituto de Facilitación y Cambio) Consultar condiciones en emep@pamplona.es

Idioma: Castellano

Facilita: Mauge Cañada, miembro del lifac-e (Instituto de Facilitación y Cambio) y facilitadora de grupos con 40 años de vida comunitaria

Fecha: 27-28 de abril, 25- 26 de mayo y 15- 16 de junio

Horario: Viernes, 17:00-21:00; y sábados, 10:00-14:00 y 16:30-20:30

Lugar: Zentro. Días 27 de abril y 25 de mayo en la Sala 6, días 28 de abril y 15 y 16 de junio en la Sala 5 y día 26 de mayo en la Sala 4 del Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª Planta)

Inscripción: Del 15 de marzo al 6 de abril

XS 3 h

7. DISEÑO DE PROYECTOS: ELABORACIÓN, SEGUIMIENTO, EVALUACIÓN



2. EMPODERAMIENTO GRUPAL Y ORGANIZACIONAL

En este curso conoceremos qué conceptos debemos tener claros a la hora de diseñar los proyectos de nuestra entidad, así como qué medidas de seguimiento y de evaluación de los mismos pueden sernos útiles para avanzar en la consecución de nuestros objetivos.

Contenidos:

- Qué es un proyecto: conceptos, contenidos, tipologías, etc.
- Objetivos de nuestro proyecto.
- Programación: actividades, cronograma.
- Recursos: humanos, económicos, materiales.
- Seguimiento y evaluación.

Objetivos:

Acercar a las entidades sin ánimo de lucro a las distintas metodologías de elaboración de proyectos, de forma que se facilite el desarrollo de las mismas a través de actividades que tengan continuidad en el tiempo. Aprender a preparar proyectos que sirvan para alcanzar los fines de las entidades sin ánimo de lucro y que puedan obtener financiación por distintas vías.

Curso dirigido a asociaciones, colectivos sin ánimo de lucro y ciudadanía interesada

Idioma: Castellano

Facilita: Ana Belén Albero Díaz, Asesora Jurídica Asociaciones Zentro

Fecha: 20 de abril

Horario: 17:00-20:00

Lugar: Sala de Conferencias del Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 2ª Planta)

Inscripción: Del 15 de marzo al 19 de abril

Para la inscripción de este curso no es necesario cumplimentar ficha completa, únicamente enviar un correo electrónico a emep@pamplona.es indicando nombre y apellidos, asociación, e.mail y teléfono, o presencialmente en Zentro

XS 3 h

8. FINANCIACIÓN DE LAS ASOCIACIONES: SUBVENCIONES Y OTRAS VÍAS

Una de las principales fuentes de financiación de las entidades sin ánimo de lucro es la que proviene de las subvenciones otorgadas tanto por entidades públicas, como privadas. Sin embargo, en muchas ocasiones las entidades encuentran múltiples complicaciones en el proceso de concurrencia a una subvención hasta convertirse en algo costoso y difícil para ellas. En el presente curso va a tratarse este proceso de forma práctica: desde la presentación del proyecto, hasta la justificación de los gastos cubiertos por la convocatoria.

Contenidos:

- Antes de concurrir a una subvención: mecenazgo cultural, mecenazgo social, utilidad pública, crowdfunding, etc.
- Tipos de subvenciones: organismos públicos, privados, otros.
- Principios rectores y criterios para el otorgamiento de subvenciones.
- Procedimiento de gestión y justificación de subvenciones municipales.

Objetivos:

Facilitar a las entidades sin ánimo de lucro las herramientas necesarias para acceder a las distintas vías de financiación existentes para que puedan llevar adelante sus proyectos.

Aclarar conceptos sobre los procedimientos de subvenciones que en ocasiones resultan complejos o no se conocen en profundidad.

Curso dirigido a asociaciones, colectivos sin ánimo de lucro y ciudadanía interesada

Idioma: Castellano

Facilita: Ana Belén Albero Díaz, Asesora Jurídica Asociaciones Zentro

Fecha: 11 de mayo

Horario: 17:00-20:00

Lugar: Sala de Conferencias del Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 2ª Planta)

Inscripción: Del 15 de marzo al 10 de mayo

Para la inscripción de este curso no es necesario cumplimentar ficha completa, únicamente enviar un correo electrónico a emep@pamplona.es indicando nombre y apellidos, asociación, e.mail y teléfono, o presencialmente en Zentro



XS 3 h

9. EL DÍA A DÍA DE TU ASOCIACIÓN: GESTIÓN DIARIA DE TU ENTIDAD

En este curso explicaremos las cuestiones básicas a tener en cuenta para llevar al día el papeleo y la gestión diaria de nuestra entidad. Señalaremos qué obligaciones se adquieren al constituir una asociación y el modo de cumplir con las mismas, para facilitar la marcha de nuestra entidad.

Contenidos:

- Obligaciones legales básicas de una asociación.
- Relaciones con la Administración Pública.
- Cuestiones laborales y de voluntarios.
- Protección de datos.
- Contabilidad e impuestos.
- Otras cuestiones.

Objetivo:

Hacer un repaso por las obligaciones de gestión básicas que la constitución de una entidad sin ánimo de lucro comporta. Mostrar el modo de cumplir con las exigencias de gestión y aclarar las dudas que estas puedan plantear en el día a día de nuestra entidad.

Curso dirigido a asociaciones, colectivos sin ánimo de lucro y ciudadanía interesada

Idioma: Castellano

Facilita: Ana Belén Albero Díaz, Asesora Jurídica Asociaciones Zentro

Fecha: 22 de junio

Horario: 17:00-20:00

Lugar: Sala de Conferencias del Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 2ª Planta)

Inscripción: Del 15 de marzo

al 21 de junio

Para la inscripción de este curso no es necesario cumplimentar ficha completa, únicamente enviar un correo electrónico a emep@pamplona.es indicando nombre y apellidos, asociación, e.mail y teléfono, o presencialmente en Zentro



S 8 h

10. RELATORÍA Y DOCUMENTACIÓN GRÁFICA EN PROCESOS COLECTIVOS

Documentar procesos colectivos es el tema principal de este taller. Para ello se propone un acercamiento gráfico y creativo a la idea de documentación, a los mundos que desde las tecnologías más sencillas como el lápiz, o el rotulador podemos llegar a dibujar.

No es un taller de dibujo para la participación, es un espacio para indagar en cómo el pensamiento visual y las formas de relatar no sólo textuales, pueden aportar elementos y ensanchar procesos complejos de participación.

Abordaremos el relato gráfico (compuesto por dibujos y palabras) y otras formas creativas de confección de crónicas visuales low tech, que van del collage al dibujo sobre fotografía. El pensamiento visual, y las capacidades gráficas son espacios desde lo que nos interesa explorar otras formas de contar cómo pasan las cosas.

Contenidos:

Documentar, narrar, explicar, comunicar con dibujos, trazos y palabras... tiene que ver con desarrollar una mirada capaz de ver la granularidad de las situaciones, donde no importa tanto la resolución del dibujo, ni contar con grandes medios técnicos, sino su capacidad de relacionar lo enfocado con lo no enfocado, lo que se ve y se dice, con lo que no se ve y no se dice.

Para ello se proponen una serie de bloques de trabajo que buscan en todo momento conectarnos con prácticas de hacer, pensar, escuchar y contar con las manos y con materiales sencillos.

Idioma: Castellano

Facilita: Carla Boserman, Licenciada en Bellas Artes, coordinadora del Área de Arte de BAU Centro Universitario de Diseño de Barcelona

Fecha: 11 y 12 de mayo

Horario: Viernes, 17:00-21:00; y sábado, 10:00-14:00

Lugar: Zentro. Día 11 en la Sala 12 y día 12 en la Sala 4 del Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª Planta)

Inscripción: Del 15 de marzo al 26 de abril



M 24 h

11. METODOLOGÍAS PARTICIPATIVAS



2. EMPODERAMIENTO GRUPAL Y ORGANIZACIONAL

En el contexto de un marco complejo de relaciones, se plantea la búsqueda del conocimiento, tanto experto como vivencial para construir, de manera conjunta y horizontal, un proyecto común, buscando espacios de reflexión y diálogo, encaminados a mejorar la situación inicial de partida.

El objeto del curso es definir de manera conjunta un problema común a las personas participantes para incorporar los elementos de conocimiento y diagnóstico que permitan articular propuestas y soluciones colectivas a través del uso de metodologías participativas.

Contenidos:

Trabajaremos la fase de diagnóstico y contextualización a través de técnicas como el DAFO y talleres participativos como los de contexto y la elaboración del sociograma.

La fase de elaboración de un plan de acción nos acercaremos a técnicas como los juegos de frases, escenarios de futuro, votaciones ponderadas y realización del flujograma en diferentes etapas de la construcción del plan a través de talleres de devolución, reflexión, proposición, programación, monitoreo y seguimiento.

Idioma: Castellano

Facilita: Concha Lorenzana, miembro del colectivo “Antígona, Procesos Participativos”

Fecha: 11-12 y 25-26 de mayo, y 8-9 de junio

Horario: Viernes, 17:00-21:00; y sábado, 10:00-14:00

Lugar: Zentro. Día 11 en la Sala 6 y resto de días en la Sala 5 del Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª Planta)

Inscripción: Del 15 de marzo al 26 de abril



3. EMPODERAMIENTO SOCIAL Y COMUNITARIO

S 12 h

12. DRAGON DREAMING: DISEÑA PROYECTOS PARA EL CAMBIO SOSTENIBLE

Contenidos:

- Las bases para la cultura de ganar-ganar-ganar (individual-colectivo-global).
- El diseño de proyectos desde la Rueda de las cuatro fases: soñar-planificar hacer-celebrar y las doce diferentes etapas de un proyecto.
- Metodología ágil para establecer los objetivos y las tareas de un proyecto.
- Puesta en práctica de herramientas de comunicación que fomentan la Inteligencia Colectiva. (“pinakari” y la “comunicación carismática”)
- Trabajo con nuestros roles dentro de un proyecto y zonas de confort.
- Dinámicas para mejorar los procesos de escucha, confianza, interacción y trabajo en equipo.

Idioma: Castellano

Facilita: Xenki Berho y Blanca Caballero, Emanhar Gizarte-Elkartea

Fecha: 13 y 14 de abril

Horario: Viernes, 17:00-21:00

y sábado, 10:00-14:00 y 16:30-20:30

Lugar: Zentro. Sala 5 Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª planta)

Inscripción: Del 15 de marzo al 1 de abril

XS 8 h

13. PREVENCIÓN DE LGTBIFOBIA EN JOVENES Y ADOLESCENTES



3. EMPODERAMIENTO SOCIAL Y COMUNITARIO

Este curso dividido en dos sesiones pretenderá reflexionar sobre nuestra forma de entender la diversidad afectivo-sexual y de género a la vez que ampliará la mirada sobre la misma. En una segunda sesión, mediante un acercamiento a las experiencias y contexto adolescentes y juveniles se debatirá y compartirán propuestas para la mejora de nuestra práctica educativa, en entornos formales e informales, acerca de la diversidad afectivo-sexual.

Contenidos:

- La importancia que tiene el género en nuestra sociedad y como se articula con la heteronorma.
- Hitos en la historia de la lucha por los derechos LGTB y las corrientes más importantes que existen.
- Cómo funciona la homofobia, cuál es su raíz y cómo nos afecta.
- La importancia del deseo en la adolescencia.
- Las experiencias personales como herramienta para la reflexión.

Idioma: Euskera

Facilita: Amets Jordan Arrieta, pedagogo, investigador, especialista en género

Fecha: 6 y 13 de junio

Horario: 17:00-21:00

Lugar: Zentro. Sala 4 Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª Planta)

Inscripción: Del 15 al 30 de marzo

XS 8 h

14. ENCUENTRO DE MATERNIDADES

Estos encuentros de reflexión crítica servirán para conocer diversas maternidades, sin juicios ni prejuicios. Desde la cultura heteropatriarcal de donde venimos, analizando los diferentes estereotipos sobre las buenas y malas madres, hasta la actualidad, donde la búsqueda por ejercer la maternidad en libertad sigue enfrentándose a diferentes retos.

Contenidos:

- La construcción de la maternidad a lo largo de la Historia.
- La identidad-madre en contextos socioculturales.
- Maternidad y sexualidad.

- Maternidad y revolución interna.
- Maternidad, familia, tribu.

Objetivo:

Reflexionar sobre los diferentes mitos construidos en torno al ejercicio de la maternidad.

Curso dirigido a mujeres

Idioma: Castellano

Facilita: Amaia Ariztegi, doula y socióloga

Fecha: 30 de abril y 7, 14 y 28 de mayo

Horario: 17:30-19:30

Lugar: Civivox Ensanche

Inscripción: Del 15 de marzo al 15 de abril

M 20 h

15. MASCULINIDADES: AVANZANDO HACIA LA IGUALDAD

Este curso pretende reunir a hombres con disposición a trabajar en torno al género y a las nuevas masculinidades, acompañándoles en la identificación y el cuestionamiento de los poderes y privilegios construidos desde el patriarcado.

Contenidos:

- Sistema sexo-género y socialización diferencial.
- Características principales de la masculinidad hegemónica.
- El amor romántico.
- Sistema patriarcal, privilegios y condicionamientos masculinos.
- Violencia de género en todas sus formas. Los micromachismos.

- Alternativas al modelo tradicional de masculinidad.

Curso dirigido a hombres

Idioma: Castellano

Facilitan: Jabi Arakama Urtiaga, facilitador del IIFACE y miembro de Gizonenea y "Eraikiz- Hombres construyendo igualdad" y Montxo Gota Vega, miembro de Kumaldi y "Eraikiz- Hombres construyendo igualdad"

Fecha: Viernes, del 13 de abril al 1 de junio

Horario: 18:00-20:00

Lugar: Zentro. Sala 4 de Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª planta)

Inscripción: Del 15 de marzo al 1 de abril



S 12 h

16. AGENTES ANTIRRUMORES



3. EMPODERAMIENTO SOCIAL Y COMUNITARIO

¿Te sientes incómodo/a cuando escuchas comentarios ofensivos hacia personas de otros orígenes? ¿Te sulfuras y pierdes los papeles intentando rebatirlos sin éxito? ¡QUE NO TE PONGAN DE MAL RUMOR!

Esta formación tiene como objetivo despertar una conciencia crítica sobre las falacias que sustentan los estereotipos, prejuicios y rumores sobre determinados colectivos sociales, y las consecuencias reales que tienen sobre la vida de las personas.

Más allá de poner en evidencia por qué nos creemos y difundimos los rumores, hablaremos sobre las estrategias de respuesta que se pueden dar para desmontarlos o, como mínimo, hacer dudar. Estrategias todas ellas que pretenden mejorar nuestras capacidades de diálogo y conseguir un mejor resultado.

En definitiva se trata de formarnos, de una manera práctica, como Agentes antirrumores para contribuir a desmontar los rumores que día a día escuchamos en nuestro entorno y que son, en muchas ocasiones, la base para la discriminación.

Contenidos:

Sesión 1: Contextualización:

Necesidad de inmigración y sostenimiento de estereotipos.
(Xabi Aierdi, UPV)

Sesión 2: ¿Pero qué me estás

contando? Estrategias comunicativas y emocionales para la gestión de los rumores. (Raquel Moreno, D-CAS)

Sesión 3: ¿Cómo poner en práctica ser Agente Antirrumores?

Presentación de la Estrategia Antirrumores de Pamplona y ZASKA Red Antirrumores de Navarra. (Técnica municipal y Red Antirrumores de Navarra)

Idioma: Castellano

Facilitan:

- Xabier Aierdi Urraza, Profesor Titular de Sociología de la Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación de la UPV/EHU desde 1994 hasta la actualidad
- Raquel Moreno (D-CAS), Licenciada en Sociología y especialista en Participación Social (postgrado en Participación y Desarrollo Sostenible en la UAB)

- ZASKA Red Antirrumores de Navarra. Red creada en 2016 con más de 28 entidades y colectivos sociales, instituciones y personas a título individual preocupadas por los discursos discriminatorios que obstaculizan la convivencia en la sociedad

Fecha: 20, 21 y 28 abril

Horario: viernes, 17:00-21:00; y sábados, 10:00-14:00

Lugar: Zentro. Sala 6 Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª Planta)

Inscripción: Del 15 de marzo al 8 de abril

S 14 h

17. FORMACIÓN DE PERSONAS FORMADORAS EN LA ESTRATEGIA ANTIRRUMORES

Curso dirigido a las personas que tienen interés en poner en práctica las Estrategias antirrumbos en sus entidades y colectivos con el fin de generar redes que permitan desmontar los estereotipos, prejuicios y rumores que hay en nuestro entorno sobre las personas de otros orígenes.

Con una metodología práctica, se trabajará la facilitación y gestión de grupos a través del diseño y planificación de dinámicas concretas sobre la formación de agentes antirrumbos (talleres, sesiones) que, posteriormente, las personas participantes podrán desarrollar directamente de manera autónoma.

Contenidos:

Sesión 1: Herramientas vivenciales para la reflexión intercultural: conocer los propios estereotipos desde la práctica.
La Xixa Teatre.

Sesión 2: La aventura de la facilitación en la Estrategia Antirrumbos.
Virginia Pañeda Sanz.

Sesión 3: Habilidades comunicativas y emocionales para poner en práctica la Estrategia Antirrumbos y su aplicación en dinámicas grupales.
Raquel Moreno.

Sesión 4: Diseño de acciones concretas.
Raquel Moreno.

Idioma: Castellano

Facilitan:

- Virginia Pañeda Sanz (Youropía), Formadora de la bolsa de formación del CJE en las áreas de participación juvenil e inmigración, convivencia intercultural e intervención inclusiva

- Meritxell Martínez (La Xixa Teatre), facilitadora certificada en Psicología Orientada a Procesos, experta en procesos de desarrollo comunitario participativo, en Teatro del Oprimido y Teatro Foro
- Raquel Moreno (D-CAS), Licenciada en Sociología y Especialista en participación social (postgrado en Participación y Desarrollo Sostenible en la UAB)

Fecha: 9, 16, 18 y 19 de mayo

Horario: miércoles, 17:00-20:00; viernes, 17:00-21:00; y sábado, 10:00-14:00

Lugar: Zentro. Días 9 y 16 en la Sala 4 y días 18 y 19 en la Sala 6 del Civivox Condestable (Calle Mayor nº 2, 1ª Planta)

Inscripción: Del 15 de marzo al 25 de abril



3

FORMACIÓN CON ASOCIACIONES

Asociaciones Sin Ánimo de Lucro - Subvenciones a la Formación

El Ayuntamiento de Pamplona anualmente abre la Convocatoria de Subvenciones destinada a Entidades Sin Ánimo de Lucro para la Realización de Proyectos Formativos.

La I Convocatoria tuvo lugar en el año 2017 y en los próximos meses de 2018 se activará una nueva convocatoria.

4

FORMACIÓN A LA CARTA PARA ENTIDADES SOCIALES

Servicio que consiste en la detección de necesidades formativas en materia de participación ciudadana, la igualdad y el empoderamiento social tanto de los colectivos como de los diferentes procesos que se desarrollan en el municipio. En esta modalidad formativa, las entidades o

colectivos sociales presentan de manera detallada la necesidad y el Ayuntamiento organiza la acción formativa. En la formación a la carta los cursos son abiertos igualmente pero se dirigen de manera más específica al colectivo o proceso que lo demanda.

1. La importancia de la comunicación eficaz en la inteligencia emocional.
2. Activa tu voz: mujeres hablando en público.
3. Somos una caja de sorpresas.
4. Sexualidad femenina y empoderamiento.
5. Los años antes de la menopausia.
6. Facilitación de grupos y procesos colectivos.
7. Diseño de proyectos: elaboración, seguimiento, evaluación.
8. Financiación de las asociaciones: subvenciones y otras vías.
9. El día a día de tu asociación: gestión diaria de tu entidad.
10. Relatoría y documentación gráfica en procesos colectivos.
11. Metodologías participativas.
12. Dragon Dreaming: diseña proyectos para el cambio sostenible.
13. Prevención de LGTBFOBIA en jóvenes y adolescentes.
14. Encuentros de maternidades.
15. Masculinidades: avanzando hacia la igualdad.
16. Agentes antirrumores.
17. Formación de personas formadoras en la estrategia antirrumores.

ABRIL

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

MAYO

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

JUNIO

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