



2019KO IKASTAROAK / APIRILA-EKAINA

# APUE

AHALDUNTZE ETA PARTAIDETZAKO UDAL ESKOLA



Ayuntamiento de  
**Pamplona**

**Iruñeko**  
Udala



# AURKIBIDEA



## ZENTROA

Elkarlaneko gunea.....4



## ETENGABEKO PRESTAKUNTZA.....6

**01** AHALDUNTZE PERTSONALA.....8

**02** TALDEEN ETA ERAKUNDEEN AHALDUNTZEA.....12

**03** GIZARTEAREN ETA KOMUNITATEAREN AHALDUNTZEA...20



## PRESTAKUNTZA ELKARTEEKIN.....25



## PRESTAKUNTZA NAHIERAN, GIZARTE ENTITATEENDAKO.....26



## HITZALDIAK, JARDUNALDIAK, BILTZARRAK ETA TOPAKETAK.....27



## IKASTARO GUZTIEN EGUTEGIA.....28

# ZENTROA

Elkarlaneko gunea

## ZENTRO IRUÑEKO UDALEKO HERRITARREN PARTAIDETZAKO ETA GIZARTEA 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 aktiboa sustatzea.
- Lankidetzaren dinamikak indartzea Udalaren, gizarte-entitateen eta tokiko garapeneren alde egiten duten herritarren artean.
- Gaitze-prozesuak garatzea, lurraldeko eragile sozialei zuzenduak, partaidetzan eta gizartearen ahalduntzeko arloetan.

- Guneak sortzea herritar aktiboak eta gizarte-entitateak elkartu daitezzen eta gogoeta egin dezaten.

### NORI ZUZENDUA:

Sozietate zibilari (antolatuari zein antolatu gabeari), herritarren elkarteetara, kolektiboetara eta entitateetara, Udaleko eta Administrazio Publikoko langileetara (politikarietara eta teknikarietara) eta alor soziokomunitarioko langileetara (hezkuntza, kultura, osasun, ingurumen eta abarrekoei).

### KOKAPENA ETA HARREMANETARAKO DATUAK:

**Helbidea:** Kondestableko Civioxeko 2. solairua (Kale Nagusia, 2).

**Tel:** 948 42 02 66

**Helbide elektronikoa:**  
emep@pamplona.es

**Webgunea:**  
<http://participa.pamplona.es>  
[erabaki.pamplona.es](http://erabaki.pamplona.es)

**You tube:** [participa.pamplona](http://participa.pamplona.es)

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

**Twitter:** @participa\_pna

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

**Ordutegia:** Astelehenetik ostiralera:  
9:00 – 14:00 eta 17:00 – 20:00

### APUE

**Ahalduntze eta Partaidetzako Udal Eskola aktiboa da, doakoa,** iraunkorra, herritarrei zein udalerritarren beharrei irekia, eta herritarren partaidetzaren, berdintasunaren eta gizartearen ahalduntzearen arlokoa.



**2019ko apirilatik ekainerako 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.

### **APUE-REN ZERBITZUAK ETA PROGRAMAK:**

APUEk prestakuntza- eta sustapen-zerbitzuak eskaintzen ditu.

#### **Prestakuntza-programak:**

- Etengabeko prestakuntza (hiruhilekoa).
- Prestakuntza nahieran (gizarte-erakundeendako).
- Prestakuntza elkarrekin (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 APUE-REKIN – 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 profesionalak edo enpresek izena eman dezaten.

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

- Aurkezpen-gutuna.
- Prestatzailearen fitxa.
- Prestakuntza-proposamenaren fitxa.
- Hona bidali curriculum vitae.

*emep@pamplona.es-era, edo zuzenean Zentrora eraman (Kondestableko Civivoxa: Kale Nagusia 2, 2. solairua).*

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

# ETENGABEKO PRESTAKUNTZA

## 2019KO APIRILA-EKAINA

### 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-behinekoz izena emateko epeak berariaz zehazten dira ikastaro bakoitzean. Oro har, **izena emateko epea apirilaren zabalduko da**, eta ikastaroa hasi baino bi aste lehenago itxiko.

**Ikastaroak gaztelaniaz eta euskaraz eskainiko dira.**

Behin-behinekoz izena emateko, fitxa bat bete beharko da ikastaro bakoitzeko, eta hura aurkeztu:

**ON-LINE:** behin-behinekoz izena emateko fitxa betetz, participa.pamplona.es web orrian.

#### **ESKURA:**

**Helbidea:** Kondestableko Civivoxeko 2. solairua (Kale Nagusia, 2).

**Ordutegia:** Astelehenetik ostiralera: 9:00 – 14:00 eta 17:00 – 20:00

Behin-behinean 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.**

Izena eman baduzu baina ezin bazara ikastarora etorri, hura hasi aurretik jakinarazi, mesedez. Jardueran baja ematen baduzu, beste pertsona batek

eman dezake izena zuk libre utzi duzun lekurako.

Ikastaroren baterako eskainitako lekuak baino eskaera gehiago badira, ikastaro bakoitzaren berariazko irizpideen arabera hautatuko dira partaideak, **betiere Iruñean erroldatuta daudenei lehentasuna emanez.**

Aurrera begira, kontuan hartuko da ikastaroaren % 90era agertu ez diren pertsonen kasua. Halaber, bertaratze-agiria emanen zaie ikastaroaren ehuneko horretara agertu diren ikasleei.

**Gutxieneko izen-emate kopurura iristen ez diren ikastaroak bertan behera utz daitezke.**

#### **ARGIBIDE GEHIAGO, HEMEN:**

010 Herritarrendako Arreta Zerbitzua  
948 42 01 00

#### **APUE**

#### **Ahalduntze eta Partaidetzako Udal Eskola**

Herritarren Partaidetzako eta Gizartea Ahalduntzeko Alorra.

Alkatetzako Alorra (Berdintasuna eta LGTBQI).

Zentroa. Elkarlaneko gunea.

Kondestableko Civivoxa.

Kale Nagusia 2, 2. solairua.

**Tel:** 948 42 02 66

#### **Helbide elektronikoa:**

emep@pamplona.es

**Webgunea:** <http://participa.pamplona.es>  
erabaki.pamplona.es

**You tube:** [participa.pamplona](http://participa.pamplona.es)

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

**Twitter:** @participa\_pna

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



Urte bakoitzean, etengabeko prestakuntzako hiru programazio eskainiko ditu APUEk, hiruhileko bakoitzean bat: urtarriletik martxora, apiriletik ekainera eta urritik abendura. Argibide gehiago, hemen: <http://participa.pamplona.es>

## 01 AHALDUNTZE PERTSONALA

---

### 01.1

Erresilientzia: nola egin ezbeharren aurrean indartuta ateratzeko (12 h)

### 01.2

Sormen-entzuketa: harreman prozesuak (12 h)

### 01.3

Ahaldundu zaitex eta izan zaitex zu zeu (12 h)

### 01.4

Taldean nolako harremanak ditugun ulertzeko gakoak (12 h)

## 03 GIZARTEAREN ETA KOMUNITATEAREN AHALDUNTZEA

---

### 03.1

Gamifikazioa, parte-hartzea eta konpromisoa lantzeko (8 h)

### 03.2

Antzerkia gizartean esku hartzeko eta ahalduntze indibidual zein kolektiborako tresna gisa (36 h)

### 03.3

Printzesismoa atzean uzteko lantegia (12 h)

### 03.4

Zurumurruen aurkako eragileak eta taldeekin lan egiteko estrategiak (14 h)

## 02 TALDEEN ETA ERAKUNDEEN AHALDUNTZEA

---

### 02.1

POP - Erakundeetan erabiltzeko psikologia positiboa (12 h)

### 02.2

Prozesu kolektiboen bideratze grafiko eta estrategikoa (15 h)

### 02.3

Teknologiaren errera- Talde komunikazioa eta teknologiaren ezagutza kritikoa lantzeko tailerra (12 h, euskera)

### 02.4

Talde-jardunen bideratzea ikuspegi feministatik abiatuta (15h)

### 02.5

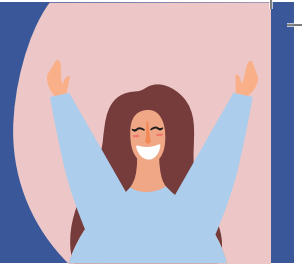
Interesgarria zure elkartearentzat. irabazi-asmorik gabeko entitateendako udal-baliabide eta -tresnen inguruko informazio-saioa (3 h)

### 02.6

Administrazio elektronikoa hemen da jada. doako baliabideak sarean (3 h)

### 02.7

Abiatu zure proiektua. forma juridikoak eta elkarteen eraketa (3 h)



## 01.1

### NOLA EGIN EZBEHARREN AURREAN INDARTUTA ATERATZEKO

Erresilientzia gure bidean aurkitzen ditugun harri ezegonkorak saihesteko artea da, baldintza zakarren aurrean altxatzeko eta ikasteko, urratsez urrats, erortzen garen bakoitzean, geure buruari buruzko zerbait, indartu egiten gaituena eta bizitza hoberekin amets egiten jarraitzeko ahalduntzen gaituena.

Lantegi honetan jarrera erresilientea sustatuko dugu, ezbeharren aurrean geure buruen ezagutza-maila hobetuko dugu eta geure indarguneak sendotuko ditugu.

#### EDUKIAK:

- Ezbeharren kontzeptua: eraldatzeko egokitzea.
- Ukitua baina ez hondoratua: gatazka aukera moduan.
- Konexioa gure gaitasun eta ametsekin: erresilientzia prozesu gisa.
- Sareak egiten: aukera-mundu bat eraikitzea.
- Bidaia bat norberaren barneraino eta biltzen gaituzten sistemak.
- Gorputzetik hitz egin eta entzutea: zailtasunei eustea eta horiek arnastea.


#### HELBURUAK:

- Erresilientziaren kontzeptuari buruz gogoeta egitea eta horiei bidea ematen dieten elementuak identifikatzea.


- Balioespen-begirada garatzea ezbeharren aurrean.
- Erresilientzia kudeatzeko eta sustatzeko norberak dituen baliabideak arakatzea.


 **IRAUPENA:** 12H

 **HIZKUNTZA:** Gaztelania

 **NORK EMANA:** *María Méndez Barrio*. Coach-a, bitartekaria eta prestatzailea gatazka positiboki kudeatzeko gaietan.

 **DATA:** Ekainak 7 eta 8

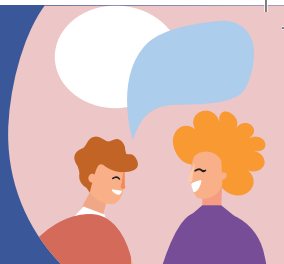
 **ORDUTEGIA:** Ostiralean, 17:00-21:00 eta larunbatean, 10:00-14:00 eta 17:00- 21:00

 **TOKIA:** Zentro. Kondestable Civivoxeko 5. aretoa (Kale Nagusia 2, 1. solairua)

 **IZEN-EMATEA:** Inscripciones apirilak 1 - Maiatzak 24



# SORMEN-ENTZUKETA



## 01.2

### HARREMAN-PROZESUAK

Lantegi honetan begirada-aldaketa trebatzea proposatzen dugu, gizaki guztiok dugun sormen-gaitasunaren bidez. Horretarako, zainketa, entzuketa, hausnarketa kritiko eta gizarte-aldaketari lotutako esperientzia sortzaileak erabiliko ditugu.

Lantegian, malgutasuna, eraldaketa zein gure inguruari ematen diogun begiradaren aldaketa hurbilago izango ditugu, bizipenen bidez, sormena oinarri eta norberaren entzuketa, sentsibilitate, zainketa zein egunerokotasunari lotuta.

Sormen-entzuketak begiratu, mugitu eta egiteko eran sakontzea ahalbidetzen du, egiten denaren hausnarketa eta sentsibilitatea blaitzeko eta horrela moldatu ahal izateko. Zainketa, berdintasuna, oreka eta barne- zein kanpo-entzuketa abiapuntu dituzten harreman-prozesuetan oinarrituko gara, nola egon irekiago, malguago eta integratzaileago aztertu ahal izateko.

#### HELBURUAK:

- Sormena eta eraldaketa-gaitasuna garatzea.
- Sormen-entzuketa, malgutasuna eta irekiera hobetzen laguntzea.
- Sormen-prozesuak eguneroko, gizarteko eta hezkuntzako esparruei lotzea, aldaketarako tresna gisa.

#### EDUKIAK:

- Ezerezetik sortzea. Barne-sormenetik abiatzea.
- Zainketak. Entzuketa. Egoteko erak.


- Performatiboa. Hor egotea.
- Harreman-prozesuak. Hartu-emanean sortzea.

#### METODOLOGIA:


Bizipena oinarri duen metodologia, lantegi-formatua, talde-hausnarketak eta sormen-tresnak abiapuntu.


 **IRAUPENA:** 12H

 **HIZKUNTZA:** Gaztelania

 **NORK EMANA:** *Ana Rosa Sánchez*.  
Arte Ederretan lizentziaduna.  
Arteterapeuta profesionala.  
Arteterapia, arte-hezkuntza eta gizarte-arteko proiektuetan ekintzaile eta kolaboratzailea.  
Arteterapia en-trama elkarteko lehendakaria eta GREFARTEko kide profesionala.

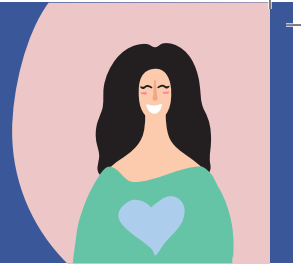
 **DATA:** Ekainak 14 eta 15

 **ORDUTEGIA:** Ostiralean, 17:00 - 21:00; eta larunbatean, 10:00 - 14:00 eta 17:00 - 21:00

 **TOKIA:** Zentro. Kondestableko Civivoxeko 5. aretoa (Kale Nagusia 2, 1. solairua)

 **IZEN-EMATEA:**  
Inscripciones apirilak 1 - Maiatzak 31

# AHALDUNDU ZAITEZ ETA IZAN ZAITEZ ZU ZEU



## 01.3

### NORBERA IZATEKO, LEHENENGO ETA BEHIN, ONGI EZAGUTU BEHAR DUGU GEURE BURUA

Kontua ez da izan nahi zenukeen hori izatea, edo zure ustez besteek zugandik espero dutena izatea.

Nork bere burua ezagutzea lehenengo urratsa da nork bere burua maitatzeko eta onartzeko. Eta hori gertatzen denean, aukera dago askatasuna bizitzeko eta zeure bizitza nahi duzun moduan bizi ahal izateko. Nork bere bizitzaren ardura hartzen du eta ikasten dugu edozein egoeraren aurrean erantzun egiazkoa eta egokia emateko. Eta hori dena gertatzen denean, ahalduntzen gara, ez baitago boteretik gabeko ardurarik eta ardurarik gabeko boteretik.

#### EDUKIAK:

- Jabetzea.
- Pentsamendua, sinesmena eta emozioa.
- Sinesmen irrazionalak.
- Autoestimua: kontzeptua eta iturriak.
- Onartzea / Etsitzea.
- Orainaren boterea.

#### HELBURUAK:

- Norberaren ezagutza sakontzea.
- Norberaren baliabide propioak ezagutzea eta sustatzea.
- Tresna pertsonal berriak garatzea.
- Tentsioak eliminatzea.

- Geure buruarekin eta besteekin dugun harremana hobetzea.

#### METODOLOGIA:

Dinamikoa eta bizipenetan oinarritua izanen da, alderdi praktikoak eta teorikoak batzen ditu, baina praktikoak ditu ardatz. Irekia eta partizipatiboa, taldekideen esperientziak probestuz ikasketa berriak sortzeko.


#### NORI ZUZENDUA:

Beren buruak sakonago ezagutzeko denbora bat eman eta beren buruekin eta besteekin hobeki sentitu nahi duten pertsonen.


 **IRAUPENA:** 12H

 **HIZKUNTZA:** Gaztelania

 **NORK EMANA:** *Ana Muñiz Aguirreurreta*. Gestalt terapeuta/coach pertsonala

 **DATA:** Maiatzak 7, 14, 21 eta 28 eta ekainak 4 eta 11

 **ORDUTEGIA:** 17:00-19:00

 **TOKIA:** Zentro. Kondestable Civioxeko 5. aretoa (Kale Nagusia 2, 1. solairua)

 **IZEN-EMATEA:** Inscripciones apirilak 1- Apirilak 23

# TALDEAN NOLAKO HARREMANAK DITUGUN ULERTZEKO GAKOAK



## 01.4

### BEGIRADA SISTEMATIKOAK HARREMAN FUNTZIONALAGO ETA GOGO BETEGARRIAGOAK IZATEN LAGUNTZEN DU

Lantegi honek lagunduko digu ulertzen taldeen, familien eta abarren barruko dinamiketan eragina duten aldagaiak.

#### EDUKIAK:

- Harreman-patroiak eta rolak.
- Leialtasunaren garrantzia.
- Nola eratzen dira lotura eta atxikimendua.
- Ingurune konplexuak eta ordenaren (eta kaosaren) garrantzia.
- Ematearen eta jasotzearen arteko oreka.

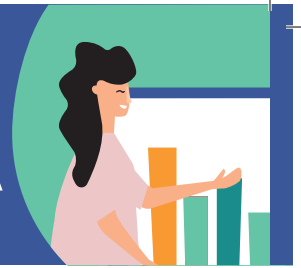
#### HELBURUAK:

- Parte hartzean erabiltzen ditugun harreman-patroiak identifikatzea.
- Taldeetan, elkarreraginean ari garenean, toki egokian kokatzen ikastea.
- Besteekin harreman gogobetegarriak izatea.

#### METODOLOGIA:

Lantegi praktikoa eta bizipenetan oinarritua da, eta pilula teoriko laburrak ditu.

- 
- 🕒 **IRAUPENA:** 12H
  - 📄 **HIZKUNTZA:** Gaztelania
  - 👤 **NORK EMANA:** *Ander Mimenza*. Coach-a, prestatzailea eta aholkularia erakundeen eta pertsonen garapenerako. EDE Fundazioaren Bidera lidergo- eta ekintzaitza-eskolako arduraduna. Hainbat unibertsitatetan dabil irakasle, besteak beste Deuston, Mondragon Unibertsitatean, Txilen...
  - 📅 **DATA:** Ekainak 7 eta 8
  - 🕒 **ORDUTEGIA:** Ostiralean, 17:00-21:00; eta larunbatean 10:00-14:00 eta 15:30 -19:30
  - 📍 **TOKIA:** Calderería aretoa (Calderería k., 11)
  - ✍️ **IZEN-EMATEA:** Inscripciones apirilak 1 – Maiatzak 24
-



## 02.1

### POP – ERAKUNDEETAN ERABILTZEKO PSIKOLOGIA POSITIBOA

Antolakuntzan Psikologia Positiboak zer ekarpen egin dituen ezagutzea, baliabide eta aplikazioez bezainbatean, pertsonendako dinamika positiboak errazteko, eraginkortasuna hobetzeko eta inguruan eragiteko xedez. Giro orekatuak bultzatzea eta nor bere indarguneak ahalik eta gehien garatzea du helburu. Horretarako, kontzeptu hauek landuko ditugu: norbera motibatzea, flow-a, erresilientzia, hazteko ebaluazioak, lidergo positiboa, engaiatzen diren pertsona proaktiboak, lantaldeen emozioak bideratzea, besteak beste. Ikastaroa lan- edo gizarte-antolakuntzan aktiboki parte hartzen dutenentzat edo horretan buru direnentzat dago zuzenduta.

#### EDUKIAK:

- Erakunde osasungarriarako hurbilketa teorikoa.
- Norbera motibatzea eta "flow"-a.
- Lidergo positiboak.
- Lantaldeen osasuna hobetzeko baliabideak.
- Lantaldeen emozioak bideratzea.

#### HELBURUAK:


- Erakundeetan Psikologia Positiboak dituen erabilerak ezagutzea.
- Gure erakundeak osasungarriak diren hausnartzea.
- Erakundeetan erabiltzeko baliabideak barneratzea.

#### NORI ZUZENDUA:


Ikastaroa lan- edo gizarte-antolakuntzan aktiboki parte hartzen dutenentzat edo horretan buru direnentzat dago zuzenduta.


 **IRAUPENA:** 12H

 **HIZKUNTZA:** Gaztelania

 **NORK EMANA:** *Raquel Ledesma Somovilla*. Psikologoa, terapeuta eta prestatzailea "Noralai, escuela de la Felicidad" deiturikoan (aplikatutako psikologia positiborako zentroa). Aditua adimen emozionalean, psikologia positiboa, hezkuntzan eta taldeen kudeaketan. Sortzailea, sutua eta ikusmin handikoa.

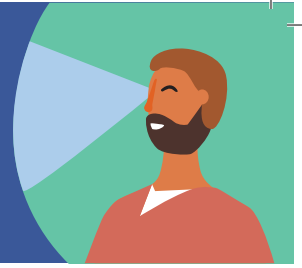
 **DATA:** Maiatzak 15, 16 eta 17

 **ORDUTEGIA:** Asteazkenean, ostegunean eta ostiralean, 17:00- 21:00

 **TOKIA:** Zentro. Kondestableko Civivoxeko 5. aretoa (Kale Nagusia 2, 1. solairua)

 **IZEN-EMATEA:** Inscripciones apirilak 1 - apirilak 30

# PROZESU KOLEKTIBOEN BIDERATZE GRAFIKO ETA ESTRATEGIKOA



## 02.2

### ADIMEN PARTIZIPATIBOA PIZTEA, VISUAL THINKING DELAKOAREN BIDEZ

Paul Valéryk zera zioen: “irudi batek ez dau den gauzak ekartzen ditu begietara eta oroimenera”. Esaldi horrek laburbiltzen du ikusizkoak komunikaziorako, ulermenerako eta orioimen-iraunkortasunerako tresna gisa duen ahalmena.

Hitzak ez dira ez pentsamenduaren trasna bakarrak ezta komunikaziorako tresna bakarrak ere: irudiek esanahia dute, adierazten, denotatzen eta konnotatzen dute; eta, hitzeko hizkuntzak bezala, ikusizko hizkuntzak baditu bere esanahia eta arauak.

Bestalde, gero eta beharrezkoagoa dugu, bilera, topaketa, gune partizipatibo eta kolektiboetan, gure solasaldiei ekarpenak egiten dizkieten begirada eta eikuspegiak edukitzea, eta horiek emaitzak aberaste aldera diseinatu behar dira, hots, bilera horien ondoriozko produktu diren akta, memoria eta agiriak biziberritze aldera.

Testuinguru horretan, bideratze grafikoak, hau da, ideiak sortzeko eta eraginkortasunez komunikatzen laguntzeko marrazki errazak eta hitzak erabiltzen dituen Visual Thinking.

#### EDUKIAK:


- **1. Saioa.** Metodologia-tresnari buruzko sarrera. Ikusizko komunikazioaren gakoak: hasi-masiak. Ikusizko pentsamenduaren prozesua.
- **2. Saioa.** Bideratze grafikoak: nola eta zertarako? Kontzeptu-marrazketaren


oinarrizko osagaiak eta konposizio desberdinak. Kontzeptu-marrazketaren naratiba. Ikusizko munduak eta metaforak. Teknikak eta tresnak. Zenbait erabilera.


- **3. Saioa.** Visual Thinkinga prozesu kolektiboetan aplikatzea. Zer da uzta estrategikoa eta hura nola diseinatu. Uzta hautemangarria eta hautemangaitza. Uzta biltzen duen bideratzaile grafikoaren zeregina. Inpaktua nola eragin. Ikusizko bideratzea eta dokumentazio grafikoak (graphic recording): edertasuna vs. Erabilgarritasuna eta sistematizazioa.


 **IRAUPENA:** 15H

 **HIZKUNTZA:** Gaztelania

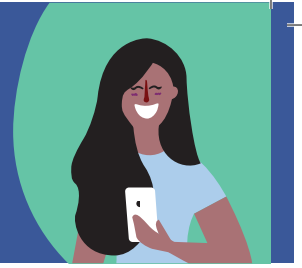
 **NORK EMANA:** Mercedes Corretge Arrastia. Informazio Zientzietan lizentziaduna, bideratzailea eta dokumentatzaile grafikoak.

 **DATA:** Maiatzak 31 eta ekainak 1, 7 eta 8

 **ORDUTEGIA:** Ostiralean, 16:00- 19:30; eta larunbatean, 10:00-14:00

 **TOKIA:** Zentro. Kondestableko Civivoxeko 4. aretoa (Kale Nagusia 2, 1. solairua)

 **IZEN-EMATEA:** Apirilak 1 – Maiatzak 17



## 02.3

### 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 arazoak, aukera ezberdinak?

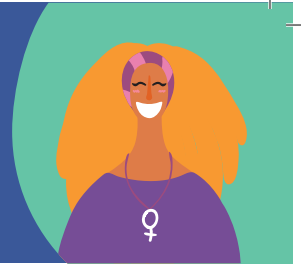
Edozeinentzat da ikastaro hau, beldurrik gabe, oinarrizko gauzak era teoriko-praktikoan landuko ditugu ikuspuntu kritiko batetik. Zer dago gure ordenagailuen barruan? Zer da sistema erabile bat? Zer da software libre? Pribatutasuna nola kudeatu nire sakelako telefonoan? Zein da wifi sareen segurtasuna?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

- 
- ⌚ **IRAUPENA:** 12H
  - 📄 **HIZKUNTZA:** Euskara
  - 👤 **NORK EMANA:** *Gorka Julio Hurtado*. Talaios Koop. Garatzailea, irakaslea, aktibista eta hainbat hedabideetako kolaboratzailea. #LEINN irakaslea.
  - 📅 **DATA:** Apirilak 23, 24 eta 25
  - 🕒 **ORDUTEGIA:** 17:00-21:00
  - 📍 **TOKIA:** Zentroa. Kondestableko Civivoxeko 4. aretoa (Kale Nagusia 2, 1. solairua)
  - ✍️ **IZEN-EMATEA:** Apirilak 1 - Apirilak 17
-

# TALDE-JARDUNEN BIDERATZEA IKUSPEGI FEMINISTATIK ABIATUTA



## 02.4

### TALDE-JARDUNEN BIDERATZEA JARDUNBIDE FEMINISTA IZAN BEHAR DU, BARNE HARTZEN BAITITU PROIEKTUA, TALDEA ETA PERTSONAK

Talde-jardunen bideratzeak jardunbide feminista izan behar du, barne hartzen baititu proiektua, taldea eta pertsonak. Hori abiapuntu harturik, jardun kolektiboa logika feminista interseksionaletik birpentsatu nahi dugu, eta aztertu zer gertatzen den gure kolektiboetan dinamika heteropatriarkalak behin eta berriz errepikatzen direnengan, gure gozoz bestera bada ere.

Talde-jardunen bideratzaile izaki, gure kontzientzia doitu nahi dugu, generoak gune kolektiboetan duen jarduna antzemateko, nola agertzen den eta hura zein modutan deuseztatu dezakegun ikusteko, betiere taldearen eta pertsonen onbideratzea lortu nahian.

#### EDUKIAK:

- Generoaren eraikuntza eta bestelako zapalkuntza-ardatzekiko interseksionalitatea. Sexu-genero sistema, maila-desparekotasuna eta horrek talde edo komunitateetan parte hartzean duen eragina. Rolak eta lidergoak eztabaidagai.
- Lidergo kolektiboan aritzeko moduak. Zer bait gainean hartzeko gaitasuna.
- Zaintza erdigunean. Zaintza-lanak erakunde-testuingurutan.
- Jardun mistoak eta ez-mistoak kolektibo bat generoaz bezainbatean onbideratze aldera.

- Patriarkatua kolektibo baten bigarren mailako prozesu gisa.
- Komunikatzeko era enpatikoak eta kontzienteak. Indarkeriarik gabeko komunikazioa.
- Hizkuntzaren erabilera, genero-ikuspegiak.
- Emozioen kudeaketa, generoaren inguruan.
- Gune kolektiboetan izaten diren genero-indarkerien inguruko gatazken kudeaketa.
- Pertsonalak kolektiboan eragiten duenean. Eraso matxistak kolektiboaren barruan.

#### HELBURUAK:

- Bideratze-lanaren inguruan hausnartzea, genero-ikuspegia eta bestelako zapalkuntza-ardatzekiko interseksionalitatea aintzat harturik.
- Botere eta lidergo kolektiboaren nozioan sakontzea, botere hegemoniko eta patriarkalaren hautabide gisa.
- Aukera ematea ahots guztiak entzuteko, jakin-mina eta begirunea oinarri.
- Gure kolektiboetan sortzen diren bizipenak edo beldurrak partekatzea, eta horiei bideratze-jardunaren bidez heltzen saiatzea.
- Zaintza eta ekologia sakona gune kolektiboaren erdigunean kokatzea.

#### METODOLOGIA:

Proposatzen dena da aurrez aipatu gaiei buruz gogoeta eginaraziko digun lan teorikoa uztartzea bestelako bizipen-dinamika praktikoagoekin, horien bidez gauza izan gaitetzen autokritika eginez begiratzeko, epairik gabeko inguru seguru batean. Horretarako, solastatzeko eta partekatzeko gune bat sorraraziko dugu, non aukera izanen da "politikoki zuzena" albo batera utzi eta taldeak berak sortutako benetako informazioaz lan egiteko. Bideratzaile gisa egindako proposamenetan adimenaren eta

## TALDE-JARDUNEN BIDERATZEA IKUSPEGI FEMINISTATIK ABIATUTA



gorputzaren arteko oreka mantenduko da, eta horrela, gure arrazoibidea ez ezik, gure emozioak eta gorputza mintzatuko dira.

Hainbat bideratze-metodo erabilia arituko gara: prozesuen lanketa, zapalduen antzerkia, foroa, loturak berrezartzeko lanak, indarkeriarik gabeko komunikazioa...

 **IRAUPENA:** 15H


 **HIZKUNTZA:** Gaztelania


 **NORK EMANA:** *Blanca Ruiz Arrugaeta*.

Bere ibilbide profesionalak gizarte-ekintza, hezkuntza eta artearen erabilera terapeutikoa izan ditu ardatz. Horrez gain, talde-jardunak bideratzerako egiaztagiria lortu du IIFACE institutuaren eskutik, eta askotariko kolektiboak bideratu ditu. Beste zenbait proiektu tartean, zapalduen antzerkiarekin zerikusia duten zenbait ekimen izan ditu langai, eta metodologia hori Euskal Herrian hedatu du. Genero-zapalkuntza landu du zenbait antzezlanetan, non ikusleei beren buruak aztertzeko deia egin baitie, eta gai horren inguruko hainbat lantegi eman ditu.

**Luis Corral Cárdenas.** Arlo profesionalean, familia eta komunitateen esparruko gizarte-hezkuntzan aritzen da, eta zenbait kolektibotan eta erakundeetako gunetan bideratzaille aritu da, baita lantegigile ere, honakoei lotutako gaien inguruan: talde-jardunen bideratzea, generoa, indarkeriarik gabeko komunikazioa, maskulinitate berdinzaleak...

 **DATA:** Maiatzak 3, 4 eta 5

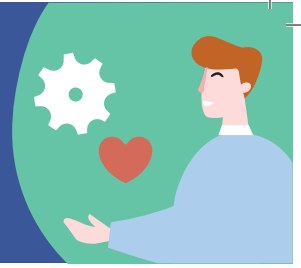
 **ORDUTEGIA:** Ostiralean, 16:00-20:00, larunbatean 10:00-14:00 eta 16:00-19:00 eta igandean, 10:00-14:00

 **TOKIA:** Calderería aretoan (Calderería kalea, 11).

 **IZEN-EMATEA:** Apirilak 1 - Apirilak 19



# INTERESGARRIA ZURE ELKARTEARENTZAT



## 02.5

### IRABAZI-ASMORIK GABEKO ENTITATEENDAKO UDAL-BALIABIDE ETA -TRESNEN INGURUKO INFORMAZIO-SAIOA

Ikastaro honetan irabazi-asmorik gabeko entitateek eskura dituzten udal-baliabide eta -tresnen berri emanen da, haien kudeaketa- eta mantentze-lanak errazte aldera.

#### EDUKIAK:

- Zentro, elkarlaneko gunea: zerbitzuak, liburutegia, baliabideak.
- Baliabide digitalak: elkartearen ataria. Iruñategi. Webgunea.
- Aholkularitza-zerbitzua: aholkularitza juridikoa, proiektuak laguntzekoa eta diru-laguntzetarakoa.
- Herritarren partaidetza.

#### HELBURUAK:

Irabazi-asmorik gabeko entitateei eskura dituzten udal-aukera eta-baliabideen berri ematea.


 **IRAUPENA:** 3H

 **HIZKUNTZA:** Gaztelania

 **NORK EMANA:** *Ana Belén Albero Díaz.*  
Zentroko elkartearen lege aholkularia.

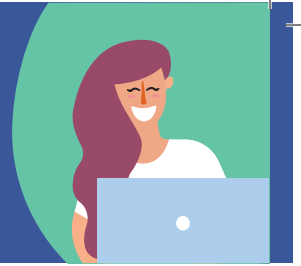
 **DATA:** Apirilak 26

 **ORDUTEGIA:** 17:00-20:00

 **TOKIA:** Zentroa. Kondestableko Civivoxeko 4. aretoa (Kale Nagusia 2, 1. solairua)

 **IZEN-EMATEA:**  
Apirilak 1 - Apirilak 25

# ADMINISTRAZIO ELEKTRONIKOA HEMEN DA JADA



## 02.6

### DOAKO BALIABIDEAK SAREAN

Administrazio digitalaren eta elkarteetan sinadura elektronikoa irabazteko beharrezko gakoak ezagutzeko.








#### EDUKIAK:

- Interesdunen identifikazioa eta sinadura. Pertsona fisikoaren eta pertsona juridikoaren ziurtagiri digitala.
- Administrazio publikoaren eta pertsona juridikoaren arteko nahitaezko hartu-eman elektronikoa, aukerako pertsona fisikoendako.
- Jakinarazpenak.
- Epeak.
- Irabazi-asmorik gabeko entitateendako doako baliabideak sarean.

#### HELBURUAK:

39/2015 eta 40/2015 Legeek ekarri dituzten berritasunak ezagutzeko. Lege horiek arautzen dituzte administrazio publikoaren eta herritarren arteko harremanak, batetik, eta administrazio publikoaren eta sektore publikoko gainerako arloen barne-funtzionamendua, bestetik.

Administrazioarekin harremanetan jartzeko prozedura elektronikoa berriak betetzeko izapideen gaineko orientabideak ematea. Irabazi-asmorik gabeko elkarte eta entitateendako sarean doan eskuratu daitezkeen baliabideen berri edukitzea.

- 
-  **IRAUPENA:** 3H
  -  **HIZKUNTZA:** Gaztelania
  -  **NORK EMANA:** *Ana Belén Albero Díaz.* Zentroko elkartearen lege aholkularia.
  -  **DATA:** Maiatzak 24
  -  **ORDUA:** 17:00-20:00
  -  **TOKIA:** Zentroa. Kondestableko Civivoxeko 4. aretoa (Kale Nagusia 2, 1. solairua)
  -  **IZEN-EMATEA:** Apirilak 1 - Maiatzak 23
-

# ABIATU ZURE PROIEKTUA



## 02.7

### FORMA JURIDIKOAK ETA ELKARTEEN ERAKETA

Proiektu bat abiatzean, maiz zalantzak sortzen dira horren beharrei hobekien doitzen diren forma juridikoen inguruan. Ikastaro honetan dauden aukera desberdinei helduko diegu, erabaki egokia hartzeko lagungarri izango direlakoan.

#### EDUKIAK:

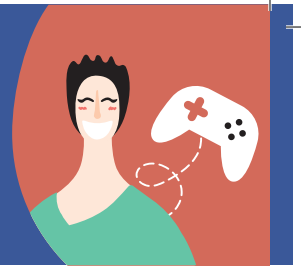
- Enpresa-motak.
- Izapideak.
- Laguntza-erakundeak.
- Zergak.
- Finantzaketa.

#### HELBURUAK:

- Dauden forma juridiko ezberdinen berri edukitzea.
- Horiek eratzeko eta garatzeko izapideen berri ematea.
- Laguntza eman ditzaketen erakundeen datuak eta balizko diru-laguntzen inguruko informazioa ematea.

- 
- ⌚ **IRAUPENA:** 3H
  - 📄 **HIZKUNTZA:** Gaztelania
  - 👤 **NORK EMANA:** *Ana Belén Albero Díaz.* Zentroko elkartearen lege aholkularia.
  - 📅 **DATA:** Ekainak 14
  - 🕒 **ORDUA:** 17:00-20:00
  - 📍 **TOKIA:** Zentroa. Kondestableko Civivoxeko 4. aretoa (Kale Nagusia 2, 1. solairua)
  - ✍️ **IZEN-EMATEA:** Apirilak 1 - Ekainak 13
-

# GAMIFIKAZIOA, PARTE-HARTZEA ETA KONPROMISOA LANTZEKO



## 03.1

### GIZARTEAREN ERALDAKETA BIZITZEN ARI GARA

Joko-arauak aldatu dira. Gizartearen eraldaketa bizitzen ari gara. Aldaketa-testuinguru honetan gamifikazioa tresna erabilgarria eta eraginkorra da konpromisoa zein esperientzia partizipatibo berriak sortzeko, betiere jolasaren oinarritutako teknika eta estrategiak baliatuta.

#### AURKITU / 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.

- Partaidetza- eta konpromiso-krisia gizartearen.
- Zer lotura daude bideojokoen eta gizartearen artean?
- Jolas-mekaniken ahalmena.
- Diseinatu al daiteke dibertsioa?
- Giza motibazio-faktoreak.
- Atzeraelikadura, aurrerabidea eta maisutza.
- Motibazioak, nahiak eta jarrerak.

#### ERABILI / 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 balorazio garbia jaso.


#### EDUKIAK:


- Jolasak prototipatzeko lantegia: Jolasaren atomoak.
- Jolasa oinarri duten irtenbideen lantegia: game Thinking.
- Game Thinking eta parte-hartzea zein konpromisoa.
- Gamifikazioa diseinatzeko lan-esparruak eta tresnak.
- Gamifikazioa diseinatzeko lantegia.
- Mailetako lantegia.


 **IRAUPENA:** 8H

 **HIZKUNTZA:** Gaztelania

 **NORK EMANA:** *Iñaki Huarte Gorraiz (Ouiplay)*. OUIPLAYko sortzailekide eta zuzendaria. OUIPLAY gamifikazio-aholkularitza espezializatua da, jolasak oinarri dituzten esperientziak sortzeko. Aldi berean, ikus-entzunezko proiektuetan lan garrantzitsua egin du, zineman, telebistan eta interneten; eta beste lan-esparrutan lan egin du, ondoz ondo, marketinean, komunikazioan eta bideo-jokoen garapenean, besteak beste.

 **DATA:** Maiatzak 31 eta ekainak 1

 **ORDUTEGIA:** Ostiralean, 17:00- 21:00; eta larunbatean, 10:00-14:00

 **TOKIA:** Zentro. Kondestableko Civivoxeko 5. aretoa (Kale Nagusia 2, 1. solairua)

 **IZEN-EMATEA:**  
Apirilak 1 - Maiatzak 17

## ANTZERKIA GIZARTEAN



### 03.2

#### ANTZERKIA GIZARTEAN ESKU HARTZEKO ETA AHALDUNTZE INDIBIDUAL ZEIN KOLEKTIBORAKO TRESNA GISA

**/// Uste dut antzerkiak zoriona ekarri behar duela, gure garaia eta gure burua hobeki ezagutzen lagundu behar digula. Ezagutzeko modu bat da, eta gizartea eraldatzeko bidea ere izan behar du... Guztiok gara aktore; herritarra ez da gizartean bizi dena, baizik eta gizartea eraldatzen duena! ///**

Augusto Boal aktore eta antzerkigile brasildarrak, zapalduaren antzerkiaren sortzaileak, ezin hobeto laburtzen du bere aipu horretan lantegi honetan proposatzen zaiguna: hitzordu bat non ongizate gune bat sortuko baitugu, askatasunez disfrutatu, gozatu eta jolasteko, barre egiteko eta ondo pasatzeko...betiere honako hauek lantzeko, besteak beste: gure gorputza eta ahotsa, bost zentzumenak, desmekanizazioa, konfiantza, kontaktua, sormena, adierazpena eta emozioak.

Antzerkiak, gainera, parada ematen digu gure burua ezagutzeko, errealitatea aztertu eta gure iritziz aldatu behar den hori moldatzeko.

Dinamikak eginen ditugu konfiantzazko giroa sortzeko, eta gero, taldean sor daitezkeen intereseko gaiak identifikatu eta jorratuko ditugu, horien inguruan hausnartu eta eztabaidatzeko asmoz, nola

eta jardunbideak edo gure bizitzetan zein gizartean gertatzen diren egoerei aurre egiteko bestelako moduak "entseatuta". Antzerki-foro edo eszena-foro txikiak sortuko ditugu, eta horiek jendaurrean erakutsi, herritarrak barne hartuko dituen elkarrizketa ireki batean parte hartzeko, halako elkarrizketa batean non, berbalizaziotik ihesi, antzerkia eta ekintza izango baitira protagonista.








Halaber, lortu nahi da parte-hartzaileek lantegiko bizipenak eta antzerki-tresnak beretzat gorde ditzaten, gerora, beren kolektibo, elkarte, lantoki, lan-esparru edo eguneroko bizitzan, bizipen eta tresna horiek berreskuratu, bere egin eta ugarritu ditzaten.

#### EDUKIAK:

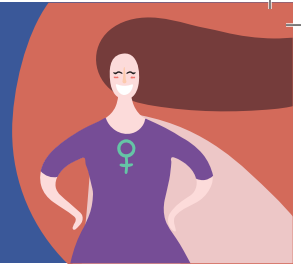
- Berotzeko eta erlaxatzeko ariketak eta bestelakoak: artikulazioak eta giharrak, mugimendua, desmekanizazioa, gorputz-entrenamendua, ahoskera, bost zentzumenen lanketa, kontaktua, arreta, adierazpena, emozioa eta konfiantza.
- Mugimendua, jolas adierazkor eta dramatikoak.
- Inprobisazioa. - Irudi-antzerkiaren teknikak.
- Bat-bateko antzerkia.
- Zapalduaren antzerkiko tekniken hastapenak (testuinguru batzuetan emakume zapalduen antzerkia esaten zaio orain) eta terapeutika-antzerkiko zenbait teknika.
- Beste teknika batzuk, betiere taldearen premien ala eskaeren arabera.
- Eszena eta esku-hartzeen sorkuntza.

## ANTZERKIA GIZARTEAN



- 
-  **IRAUPENA:** 36H
-  **HIZKUNTZA:** Gaztelania
-  **NORK EMANA:** *Eider Sainz de la Maza*. Filologoa eta aktore profesionala, irakaslea eta bideratzailea gizarte-eraldaketarako proiektu eta lantegietan.
-  **DATA:** Maiatzak 10, 11, 17, 18, 24 eta 25. 26an, igandearekin, Antzerki-Foroko antzezlan bat aurkeztuko da, edo, bestela ere, hainbat "foroeszena", lantegiaren sorkuntza prozesuaren ondorio gisa. Horietan, gonbidapena eginen da eztabaidatu dadin eszenan azaldutako gai gatazkatsuen inguruan, hainbat konponbide proposatzen dituztenen parte hartze aktiboaren eta antzeztuaren bidez (ikusANTZEZleak), hitzezko adierazpenean tratatzea ekidinen delarik.
-  **ORDUTEGIA:** Ostiraletan, 17:00-21:00; eta larunbatetan, 10:00-14:00 eta 16:00-20:00
-  **TOKIA:** Maiatzaren 10ean eta 17an, Kondestable Civivoxeko 4. aretoan (Kale Nagusia 2, 1. solairua), eta maiatzaren 11, 18, 24 eta 25ean Calderería aretoan (Calderería kalea, 11)
-  **IZEN-EMATEA:**  
Apirilak 1 - Apirilak 26
-

# PRINTZESISMOA ATZEAN UZTEKO LANTEGIA



## 03.3

### XXI. MENDEAN, EMAKUMEAK JADA EZ DIRA BIZI DORRE BATEAN, PRINTZE BATEK NOIZ ERRESKATATUKO ZAIN...

Baina, oraindik ere badaude berrikustekoak diren gizarte-dinamika asko: edertasun-kanon ezinezkoaren inposaketa; desberdinkeriak birstortzen dituen maitasun erromantikoaren ideia-erakuntza; emakumeak senargabe egotea gabezia-egoera gisa ikustea; emakumeen nahiak beste batzuen nahien menpe egotea; emakumeek etxean eta merkatuan egiten duten lanaren aintzatespen eza...

Lantegian landuko da zer nolako eragina duten dinamika horiek emakumeek "emakume" izateak esan nahi duenaren inguruan dituzten bizipenetan, eta tresnak plazaratuko dira bakoitzak izan nahi duen emakumea izateko askatasuna izan dezan.

#### HELBURUAK:

- **Emakumeei** betiko osagarri pasibo gisa **egokitu zaien rola berreraikitzea.**
- **Emakumeen ahalduntze kolektiboa eta banakakoa laguntzea**, genero-estereotipoen eta gizarte-rolen atzean dauden desberdinkeria-estrategien azterketaren bitartez.
- **Emakume-erreferenteak eskaintzea** emakumeen memoria kolektiboa eraikitze aldera.

#### EDUKIAK:

1. Emakumeei **inposatzen zaien edertasunaren eredu**a eta horren atzean dauden interes ezkutua, baita hura ezin lortzeak dakartzan ondorio pertsonalak eta sozialak.

2. **Maitasun erromantikoaren eraikuntza soziokulturala**, izan ere, horrek osagarritasuna desberdinkeria-aitzaki gisa ulertarazi eta autonomia pertsonala eta askatasuna murrizten dituzten harremanak sortzen ditu.

3. **Lanaren banaketa sexista**, erruduntasuna oinarri hartuta emakumeen arduratzat jotzen dituen zaintza-lanak, gutxien baloratzen diren lanak eta okerren ordaintzen direnak.

4. **Desioarekiko eta sexualitatearekiko harremana**, eta inposatutako gaitasun eza emakumeen nahiak aitortu eta asetzeko, besteen nahiak asetze aldera aurre hartzeko joerarekin kontrajarririk.

#### METODOLOGIA:

Azalpen teorikoak egonon dira, eta lan praktikoa, landutakoa bizi-espereziari aplikatze aldera.

🕒 **IRAUPENA:** 12H

📄 **HIZKUNTZA:** Gaztelania

👤 **NORK EMANA:** *Irantzu Varela Urrestizala*. Kazetaria, feminismoan, komunikazioan eta emakumeen aurkako indarkerian aditua eta Faktoria Lila-ko koordinatzailea.

📅 **DATA:** Ekainak 14 eta 15

🕒 **ORDUTEGIA:** Ostiralean, 16:00-20:00 eta larunbatean, 10:00-14:00 eta 17:00 - 21:00

📍 **TOKIA:** Kondestableko Civioxeko hitzaldi-aretoa (Kale Nagusia 2, 1. solairua)

✍️ **IZEN-EMATEA:**  
Apirilak 1 - Maiatzak 31

## ZURRUMURRUEN AURKAKO ERAGILEAK ETA TALDEKIN LAN EGITEKO ESTRATEGIAK



### 03.4

#### ZURRUMURRUEK EZ ZAITZATELA OZPINDU!

Deseroso sentitzen al zara jatorriz beste nonbaitekoa den inori zuzendutako komentario iraingarriak entzutean? Sutan jarri, zure onetik atera eta horien aurka-arrakastarik gabe - egiten al duzu?

Prestakuntza-jarduera honen xedea da kontzientzia kritiko bat piztea gizarte-kolektibo jakin batzuen inguruko estereotipo, aurreiritzi eta zurrumurruen gezurkeriari aurre egiteko, eta ohartzea halako gezurrek pertsonen bizitzetan duten benetako eraginaz.

Zurrumurruek zergatik sinetsi eta zabaltzen ditugun aztertu baino gehiago, horiek desagertzeko-edo ezbaian jartzeko behintzat eman daitezkeen erantzun-estrategiak landuko ditugu. Estrategia horien bitartez elkarriketa-gaitasunak hobetuko ditugu, hartara emaitza hobekak lortzeko.

Funtsean, trebakuntza praktikoa izan da, zurrumurruen aurkako eragile gisa aritzeko, hots, ingurunean egunero entzuten ditugun zurrumurruek desagertzen laguntzeko, horiek izaten baitira, maiz, diskriminazioen oinarri.

Gainera, gure inguru hurbilean egin dezakegu hori: lagun artean, familian, gure erakunde eta elkarteetan...

#### EDUKIAK:

- 1. saioa:** Testuingurua (Rubén las Heras eta Izaskun Andueza, NUP eta Zurrumurruen Aurkako sarea).
- 2. saioa:** Baina zer diozu? Komunikazio- eta emozio-estrategiak zurrumurruek kudeatzeko (Raquel Moreno, D-CAS).
- 3. saioa:** Bideratzearen abentura zurrumurruen aurkako estrategian (Virginia Pañeda Sanz).
- 4. saioa:** Bizitzan ditugun tresnak, kulturen arteko gogoeta egiteko: nor bere estereotipoak ezagutzea, praktikan (La Xixa Teatre).

**IRAUPENA:** 14H

**HIZKUNTZA:** Gaztelania

**NORK EMANA:** *Rubén Lasheras e Izaskun Andueza*. NUPeko Soziologia eta Gizarte Lana saileko irakasleak eta ikertzaileak.

#### *Red Antirumores de Navarra.*

2016an sortu zen sarea, gizartearen elkarbizitza oztopatzen duten berbaldi diskriminatzaileak direla bide kezkatuak zeuden 28 entitate eta gizarte-kolektibo eta zenbait erakunde zein pertsonaren eskutik.

**Raquel Moreno (D-CAS).** Soziologian lizentziaduna eta gizarte-partaidetzan espezialista (Partaidetza eta Garapen Jasangarriko graduondokoa, UABn).

#### *Virginia Pañeda Sanz (Youropia).*

Prestatzaile eta bideratzaile eskamentuduna partaidetzan, generoan, kultura arteko elkarbizitzan eta esku-hartze inklusiboko alorretan.

#### *Adrian Crescini (La Xixa Teatre).*

La Xixa Teatreko zuzendaria. Aniztasunaren eta komunitateko esku-hartzearen arloko proiektuak garatzen ditu. Aditua Zapalduaren Antzerkian eta Prozesuen Lanean.

**DATA:** maiatzak 7 asteartea, 9 osteguna, 15 asteazkena eta 16 osteguna.

**ORDUTEGIA:** Asteartetan eta ostiraletan, 17:00-20:00; ostegunetan, 17:00-21:00

**TOKIA:** Maiatzak 7 asteartea eta 16 osteguna Gaztediaren Etxean (Zangoza kalea, 30). Maiatzak 15 asteazkena eta 9 osteguna kondestableko Civivoxeko 4. eta 5. aretoan hurrenez hurren (Kale Nagusia 2, 1. solairua).

**IZEN-EMATEA:** Apirilak 1 - Apirilak 23



# PRESTAKUNTZA ELKARTEEKIN

## IRABAZI ASMORIK GABEKO ELKARTEAK



### IRABAZI ASMORIK GABEKO ELKARTEAK - DIRU-LAGUNTZAK, PRESTAKUNTZARAKO

---

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

2019ko deialdia laster argitaratuko da. Taldeei eta elkarteei animatzen zaituztegu zuen prestakuntza proposamenak aukezteko.

# PRESTAKUNTZA NAHIERAN GIZARTE ENTITATEENDAKO



## PRESTAKUNTZA NAHIERAN, GIZARTE ENTITATEENDAKO

---

Zerbitzu honen bitartez atzeman nahi dira kolektiboek eta udalerrian egiten diren prozesuek dituzten prestakuntza-beharrak, herritarren partaidetzaz, berdintasunaz eta gizartearen ahalduntzearen arloaz den 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 berariazko prestakuntza zer kolektibok edo prozesuk eskatu eta horri zuzenduko zaio batez ere.




## ¿SERÁ LA DEMOCRÀCIA LA PRIMERA VÍCTIMA DEL SIGLO XXI?

Nahasita bizi gara, milurteko berriak gure ziurtasunak nola birrintzen dituen ikusten. Eta badirudi ez garela modu egokian bideratzen ari nahasmen hori. Are gehiago, antza, hersturaz eta haserrekeriaz erantzuten dugu, edozein erantzun konstruktibo emateko aukera indargarbetzen duen beldur eta amorrueekin. Gure erreferentzia-balioetako asko kolokan daude, eta, logika politikotik abiatuta, populismo berri eta quasi faxismoen agerpena nagusitzen da.

Demokraziak-desberdinak izanda elkarrekin bizitzea ahalbidetzen digun horrek-atakatik ateratzen utzi beharko liguke; baina, baliteke, XXI. mendeak ireki duen eszenatoki nahasgarriaren lehen biktima hura izatea. Eta ez dute kanpoko arerioek garaitu biktima hori, baizik eta barneko arerioek eta demokrazia desitxuratzaren dutenek haren inguruan egiten duten erabilera instrumentalek.

Idea hauek argudiatze aldera, aipatuko ditugu demokraziaren alderdi erredentoreen eta pragmatikoen arteko tentsioa; baina, baita ere, lidergo populisten itzalean loratzen diren zuzeneko demokrazia-moduen inguruko aldarrikapenak. Brexit-ean ikusi dugu, baita Kataluniako prozesuan ere, bertan egin diren "hau demokrazia kontua da" aldarrikapenekin.

 **DATA:** Apirilak 5. 19:00etatik 20:30etara

 **TOKIA:** Kondestable Civivoxeko ekitaldi-aretoa

 **HIZLARIA:** Quim Brugué

 **MODERATZAILEA:** Susana Erroz (kazetaria)

**Quim Brugué.** Politika eta Administrazio Zientzietan doktorea da, eta Zientzia Politikoetan eta Zuzenbide Politikoan katedratikoa Bartzelonako Unibertsitate Autonomoan. Gobernu eta Politika Publikoen Institutuko (IGOP) zuzendari izan zen bertan, eta Kataluniako Generalitateko Herritarren Partaidetzako Zuzendari nagusia 2003tik 2008ra. Irakasle eta ikerketa lana kudeaketa publikoaren, tokiko gobernuaren, herritarren partaidetzaren eta politika publikoen azterketaren arloetan egin du.

# IKASTARO GUZTIEN EGUTEGIA

## 01 AHALDUNTZE PERTSONALA

## 02 TALDEEN ETA ERAKUNDEEN AHALDUNTZEA

## 03 GIZARTEAREN ETA KOMUNITATEAREN AHALDUNTZE

### APIRILA

ASTELEHENA.	ARTEARTEA.	ASTEAZKENA.	OSTEGUNA.	OSTIRALA.	LARUNBATA.	IGANDEA.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23 IKAST. 02.3	24 IKAST. 02.3	25 IKAST. 02.3	26 IKAST. 02.5	27	28
29	30					

### MAIATZA

ASTELEHENA.	ARTEARTEA.	ASTEAZKENA.	OSTEGUNA.	OSTIRALA.	LARUNBATA.	IGANDEA.
		1	2	3 IKAST. 02.4	4 IKAST. 02.4	5 IKAST. 02.4
6	7 IKAST. 01.3 IKAST. 03.4	8	9 IKAST. 03.4	10 IKAST. 03.2	11 IKAST. 03.2	12
13	14 IKAST. 01.3	15 IKAST. 02.1 IKAST. 03.4	16 IKAST. 02.1 IKAST. 03.4	17 IKAST. 02.1 IKAST. 03.2	18 IKAST. 03.2	19
20	21 IKAST. 01.3	22	23	24 IKAST. 02.6 IKAST.03.2	25 IKAST. 03.2	26
27	28 IKAST. 01.3	29	30	31 IKAST. 03.1 IKAST. 02.2		



## EKAINA

ASTELEHENA.	ARTEARTEA.	ASTEAZKENA.	OSTEGUNA.	OSTIRALA.	LARUNBATA.	IGANDEA.
					1 IKAST. 03.1 IKAST. 02.2	2
3	4 IKAST. 01.3	5	6	7 IKAST. 01.1 IKAST.01.4 IKAST. 02.2	8 IKAST. 01.1 IKAST. 01.4 IKAST. 02.2	9
10	11 IKAST. 01.3	12	13	14 IKAST. 01.2 IKAST. 02.7 IKAST. 03.3	15 IKAST. 01.2 IKAST. 03.3	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



2019KO IKASTAROAK / APIRILA-EKAINA

# APUE

AHALDUNTZE ETA PARTAIDETZAKO UDAL ESKOLA

---



**INPRIMAKI**  
MATRIKULA



Ayuntamiento de  
**Pamplona** | Iruñeko  
Udala