

Presta kuntza

www.bolunta.org

bolunta

boluntariotza eta gizarte-partaidetza
voluntariado y participación social

Bizkaia
foru alderdiak
kooperação sozial

edefundazioa

bbk 

bolunta Presta kuntza 2018/2019

boluntatik atseginez aurkezten dizuegu 2018/2019 ikasturte akademikorako prestatu dugun prestakuntzarako proposamena.

Ikasturteak aurrera egin ahala ekintza berriekin osatuko dugu jasotzen ditugun eskaeren eta sortzen diren beharren arabera, ikasturte berriak ekarriko dizkigun erronka eta aukera berrien arabera.

Helburua ikaskuntzarako espazioak eskaintzea da; hain zuzen, gaitasunak eskuratzeko, esperientziak partekatzeo, besteak eta geure burua ezagutzeko eta gure eta gure erakundeen beharrak identifikatzeko, boluntario-lanak egiten jarraitzen lagunduko diguten pistak eta giltzarriak aurkitzeko eta hori guztia, ahalik eta modu osoen eta eraginkorrenean. Proposamen hau gaikako hiru ardatz osagarri hauetatik abiatuta prestatu dugu:

1. Garapen pertsonala

Prestakuntzako espazioak norbere garapena, dimentsio emozionala, norbera burua zaintzea eta ezagutzeta, trebetasun sozialak garatzea, gaitasun teknikoak eskuratzeta eta abar gauzatzeko.

2. Erakundeen garapena

Elkarteen kudeaketatik (sistemak, baliabideak, tresnak) abiatuta, erakundearen adimen kolektiboa eraikitzeraino (lidergoa, taldeak dinamizatzea, kontzientzia hartzea, barneko harremanak, etab.), ingurune sozialekiko eta komunitateko inguruneekiko konexioa (presentzia errealitatean, lana sarean, ikusgarritasuna eta gizartearen inpaktua sortzea) alde batera utzi gabe.

3. Esku hartzeko eta ekintza sozialerako modu berriak

Gure ekintzak birpentsatzeko eta pertsonen nahiz kolektiboen bizitza hobetuko duten elementuak txertatzeko lagungarri izan ditzakegun tresna, metodologia eta teknologia modernoetara inguratuko gara.

Pertsonak eta erakundeak osatutako sareari esker eskaintzen dugu askotariko eskaintza zabal hau. Haien esperientziari eta gaitasun metodologiko eta pedagogikoei esker, **bolunta** prestakuntza hau Bizkaiko elkarteek elkarrekin topo egiteko, ezagutza eta laguntza eskuratzeko espazioa baita.

Katalogo berri hau zuei interesgarri suertatzea eta edozein zalantza, iradokizun edo behar izanez gero guregana jotzea espero dugu.

bolunta
formacion@bolunta.org



Aurkibidea

- **Garapen pertsonala**
- **Erakundeen garapena**
- **Esku hartzeko eta ekintza sozialerako modu berriak**

Urtia	hor.
• Kultura-aniztasunaren baitan harremanak izatea.	4
• Kudeaketa ekonomikoa gizarte-erakundeetan.	4
• Zeure burua kontrolatzea kalterik egin gabe: jarrera erasokorren aurrean jardutea.	4
Azaroa	hor.
• Nola bete datuak babestearen inguruko Europako araudi berria.	5
• Gamifikazioa: motibazioa, komunikazioa eta ikaskuntza erakundeetan, jolasaren bidez.	5
• Zerga arloa irabazi-asmorik gabeko erakundeetan.	5
• Sortzeko, nire buruarengan sinestea.	6
• Zertan aritzen zara? Ekintzailetza sozialera bideratutako berrikuntza.	6
Abendua	hor.
• Bilerak dinamizatzea XXI. mendean.	7
• Proiektu sozialak diseinatzea. Finantzaketa bilatzeko bakarrik?	7
Urtarrila	hor.
• Gorputza mugimenduan: gure elkarteak elikatuz.	8
• Hitz egin jendaurrean segurtasunez eta gozatzu.	8
• Komunitatea dinamizatzeko metodologia: OASIS jolasa.	8
• Erakunde sozialak ikuspegi feministatik (des)eraikitzea.	9

Otsaila	hor.
• Gure auzoetan bizikidetzak ehuntzen: Kulturartekotasunerako tresnak eta gakoak.	10
• Boluntarioritza eraldatzaileko kulturarantz: zereginetik aldaketa sozialerantz.	10
• Desprintzesatzea.	11
• Ebaluazioaz ari garenean, kontuan hartzen al dugu genero-ikuspegia? Eta giza eskubideetan oinarrituta aritzen al gara?	11
• Transexualitatea umeetan eta gazteetan: ez da nire gorputza, zure begirada da. Lagun egin ahal izateko, ulertzea.	12
Martxoa	hor.
• Bizitzarako trebezien metodologia: begirada sistemikoa eta komunitatekoa.	13
• Partaidetzan oinarritutako lidergoaren artea.	13
• Pentsamendu Bisuala Erraztean.	14
• Dreaming dragoia: aldaketa iraunkorrerako proiektuak diseinatu.	14
• Erabakiak hartzea. Motibazioetik lorpenera.	15
• Pertsona Zapalduen Antzerkia: birpentsatu egingo ditugu genero-harremanak, agertokitik.	15
• Gure erakundeak eta zerbitzuak eragile aktibo gisa gure auzoen bizitzan.	16
• Laguntza ematea minaren, gaixotasunaren eta heriotzaren aurrean (1. maila).	16
Apirila	hor.
• Borondatezko pertsonak, aldaketa sozialaren protagonistak diren heinean.	17
• Komunikazio eraginkorrak adimen emozionalean duen garrantzia.	17
Maiatza	hor.
• Talde bizkorrentzako metodologia bizkorrak: SCRUM aurkeztuz.	18
• Nola antolatu boluntarioritza gure erakundeetan.	18
Ekaina	hor.
• Dinamikak erakundeetan: ikuspegi sistemikoa.	18

1. Kultura-aniztasunaren baitan harremanak izatea (8 ordu)

Kultura• eta gizarte-aniztasuna kudeatzearen inguruan baliabide pertsonal eta profesioaletan aukera zabalagoa izateko egingo dugu lan. Horretarako, tratu onean oinarritutako harreman osasungarriak ezarriko ditugu, enpatiaren elementuak eta parekidetasuna, aniztasunaren kudeaketa eta gizarte-erantzukizuna praktikan jartzeko baliabideak identifikatuta.

Edukiak

- Kultura abiapuntu.
- Aniztasuna: erronkak eta aukerak.
- Pertsonen arteko harremanak ezartzea begirunean oinarrituta.
- Enpatia eta tratu onerako beste “xirimiri” sozial batzuk.
- Nire altxorraren mapa.

Eskainiko duena: Oihana Rementeria eta Selene Pacheco, psikologoak, GAYA.

Datak: urriak 19 eta 20.

Ordutegia: ostirala 16:00etatik 20:00etara eta larunbata 10:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 30 €./ Kodea: 8394

2. Kudeaketa ekonomikoa gizarte-erakundeetan (9 ordu)

Erakunde sozialetako kontabilitate-gaiei eta kontrol ekonomikoari buruz arituko gara: Nola sortu urteko kontuak, zer informazio ematen duten eta erakunde sozialek zer berezitasun dituzten.

Edukiak

- Kudeaketa ekonomikoaren erabilgarritasuna.
- Erakunde sozialen kontabilitatea.
- Memoriak eta aurrekontuak.

Eskainiko duena: Eduardo Polanco, EDE Fundazioko aholkularia.

Datak: urriak 22, 24 eta 29.

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 35 €./ Kodea: 8395

3. Zeure burua kontrolatzea kalterik egin gabe: jarrera erasokorren aurrean jardutea (12 ordu)

Eusteko neurriek azken baliabidea izan behar dute, arrisku handiko egoeretan. Ez da forma fisiko berezirik behar, ez eta autodefentsako ezagutzarik ere.

Edukiak

- Jarduera-esparrua: arrisku altuko egoeren aurrekoak.
- Autobabesa.
- Pertsona agresiboaren kontrola, geldiaraztea eta bideratzea. (Arropa eroso)

Eskainiko duena: Ramón Holgado, Euskadiko Taekwondo Federazioko teknikaria.

Jarduera-esparruko saioa:

urriak 26, 17:00etatik 19:00etara, boluntan.

Kontentzioaren inguruko saio teknikoak:

Datak: urriak 27 eta azaroak 3, 10 eta 17.

Ordutegia: larunbatetan 10:00etatik 12:30era.

Prezioa: 45 €./ Kodea: 8396

*Tokia: Gurutzetako Salestarrak eskola (Magallanes kalea 23)

4. Nola bete datuak babestearen inguruko Europako araudi berria (8 ordu)

Edukiak

- Nola eragiten dion datuak babesteko araudi berriak nire erakundeari.
- Datu pertsonalak zuzen tratatzeko eta araudia betetzeko egin beharreko urratsak.
- Kasu praktikoak.

Eskainiko duena: Naiara Souto, EDE Taldeko datuen babeserako arduraduna

Datak: azaroak 5 eta 12.
Ordutegia: 10:00etatik 14:00etara.
Prezioa: 30 €/./ **Kodea:** 8397

5. Gamifikazioa: motibazioa, komunikazioa eta ikaskuntza erakundeetan, jolasaren bidez (8 ordu)

Gamifikazioak aukera ematen du talde bat konbentzitzeko, oso erakargarri egiten ez zaizkion gai edo arloetara hurbilduz, edo, besterik gabe, gauzak egiteko edo saio bat lantzeko modu berri bat planteatzeko aukera ere bai! Gamifikazioa erakunde, talde edo elkartearen atal askotan erabil daiteke.

Edukiak

- Zer da gamifikazioa?
- Zergatik gamifikatu?
- Aplikazio-eremuak.
- Gamifikazioaren gakoak.
- Jolas-mekanikak eta -dinamikak.
- Kasu errealak.
- Gamifikatzea esan dute, praktikatzea egoitzen zaizu!

Eskainiko duena: Mireia Muñiz Mairal, Mi innovación-eko Berrikuntzako eta Sormeneko aholkulari eta prestatzaile seniorra.

Datak: azaroak 7 eta 8.
Ordutegia: 16:00etatik 20:00etara.
Prezioa: 30 €/./ **Kodea:** 8398

6. Zerga arloa irabazi-asmorik gabeko erakundeetan (9 ordu)

Irabazi-asmorik gabeko erakundeak ez daude salbuetsita haien jarduerak sortzen dituen betebeharrak fiskalak betetzetik. Ikastaro honetan, bete behar dituzten betebeharrak fiskal nagusiez arituko gara eta Hirugarren sektoreko erakundeen zerga arloko berezitasunak zein diren ere aipatuko dugu, eredu bakoitza nork, noiz eta nola aurkeztu behar den nabarmenduz. Adibide praktikoak erabiliko ditugu azalpenetarako.

Edukiak

- Hirugarren sektoreko erakundeen fiskalitatea.
- 1/2004 Foru Arauko araubide espezifikoak.
- Erabilgarritasun Publikoaren adierazpena.
- Hona hemen eredu fiskal nagusiak:
 - Zentsu eta informazio-ereduak.
 - Atxikipenak eta konturako diru-sarrerak
 - Balio erantsiaren gaineko zerga.
 - Sozietateen gaineko zerga.

Eskainiko duena: Eduardo Polanco, EDE Fundazioko aholkularia.

Datak: azaroak 19, 21 eta 26.
Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.
Prezioa: 35 €/./ **Kodea:** 8400

7. Sortzeko, nire buruarengan sinestea (12 ordu)

Psikologia positiboa aplikatuta, gure burua eta kanpoko aurkitzeko. Gure sormena indartuz, ditugun indargune pertsonalak ezagutuko ditugu eta hori esker, hobeto gaitutiko dugun aldaketarekiko dugun erresistentzia.

Ikastaro honetan, sormenean aurrera egiteko laguntzen duten teknikak eta dinamikak egingo ditugu oztopo pertsonalak gaitutuz, eta gure bizitzako alor guztietarako baliabide eta tresna gehiago emango dizkiguten teknika eta dinamikak ere landuko ditugu.

Ongizatea handitzen lagunduko diguten jarrerak landuko ditugu.

Edukiak

- Aurkitu-sortu (autoezagutza eta autoestimua).
- Nire indarguneak eta nire jarrerak.
- Sormena.
- Nire emozioekin-pentsamenduekin eta nire gorputzarekin sortuz.

Eskainiko duena: Raquel Ledesma, Noralai zorionaren eskolako psikologoa eta coach-a.

Datak: azaroak 22, 23 eta 24.

Ordutegia: ostegun eta ostiralean 16:00etatik 20:00etara, eta larunbatean 10:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 44 €./ **Kodea:** 8399

8. Zertan aritzen zara? Ekintzailtza sozialera bideratutako berrikuntza (8ordu)

Ikastaro honetan sortzaile eta berritzaile noiz eta nola izan ikasiko dugu. Nola egin landuko dugu, baina baita zer egin ere; hau da, zeri eman arreta alor sozialean sortzeko eta berritzeko eta zer tresna ditudan horretarako. Ekintzailtza sozialaren ikuspegitik, honako hauek landuko ditugu: problematizazioa (gatazkaren analisia), pentsamendu lineala eta albokoa, erronka zehatzak finkatzearen garrantzia (batez ere, zuzendaritzako eta tarteko arduradunek), noiz utzi irudimenari hegari egiten (pentsamendu dibergentea eta konbergentea), nola kudeatu berrikuntza erakunde batean eta nola izan sortzaile orientatua; hau da, nola bideratu gure sormena arazo bat konpontzera.

Contenidos

- Sortzailea izatea (edo ez izatea).
- Berrikuntza arlo sozialean: aukerak eta oztopoak.
- Problematizazioa eta aukeren kudeaketa: Nola aztertu berrikuntzak zertan egin ditzakedan?
- Erronka linealak vs laneko erronkak.
- Pentsamendu konbergentea vs pentsamendu dibergentea.
- Zer dira sormenezko teknikak?
- Sormen-saioak nire erakundearen: urratsak, rolak eta arauak.
- Nola definitu sormenezko erronka on bat.
- Sormen-saioetako lidergoa.
- Ideien balorazioa, kudeaketa eta hautaketa.

Facilita: Mireia Muñiz Mairal, Mi innovación-eko Berrikuntzako eta Sormenen aholkulari eta prestatzaile seniorra.

Egunak: azaroak 28 eta 29.

Ordutegia: 16:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 30 €./ **Kodea:** 8401

9. Bilerak dinamizatzea XXI. mendean (8 ordu)

Erabaki jakintsuak hartzen eta pertsona guztien parte-hartzearekin gatazkei aurre egiten lagunduko diguten mekanismoak ezagutu behar ditugu. Badakigu lan egiteko dugun moduak eta sustatzen dugun lidergo-estiloak gure emaitzetan eragina dutela eta horiek zehazten dituztela.

Edukiak

- Bilera eraginkorren elementuak: aurretik, bileran zehar eta ondoren.
- Bileren funtzioa, xedea eta eraginkortasuna.
- Gure bileretan saihestu eta sustatu beharreko alderdiak.
- Ekipo eta talde handien elkarrizketak dinamizatzekeo prozesuak, metodoak eta praktikak: zirkulua, hautemate-ikerketak, uzta, munduko kafea, espazio irekia eta ekintzaren aldeko kafea.
- Bileretan parte hartzen duten pertsonen garatutako rol posibleak.
- Bilera bateko moderatzailearen gaitasuna: ezagutzak, jarrerak eta gaitasunak.
- Bilera bateko moderatzailearen funtzioak eta zereginak.

Eskainiko duena: Minerva León, EDE Fundazioko Parte-hartze Sozialeko eta Kultureleko

Datak: 1 de diciembre.
Ordutegia: 10:00 a 14:00 h y 15:30 a 19:30 h.
Prezioa: 30 €./ **Kodea:** 8402

10 Proiektu sozialak diseinatzea. Finantzaketa bilatzeko bakarrik? (12 ordu)

Gure proiektuak aurkezten dituzten erakunde publiko ugari daude, horretarako forma eman behar diegu, zentzua eta zer egin dugun eta gure eraldaketa sozialaren helburua.

Edukiak

- Norentzat eta zertarako idazten ditugu proiektuak?
- Helburuak, adierazleak eta gainerako buruhausteak.
- Diru-laguntzen pleguak eta oinarriak: nola gaingitu terminologiaren buruhaustea?
- Ebaluazioa: merezimenduak edo porrotak.

Eskainiko duena: Zuriñe Cortés Bárcena.

* *Oharra: Ikasgelan proiektu bat landuko da.*

Datak: abenduak 10, 12, 17 eta 19.
Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 44 €./ **Kodea:** 8403

11 Gorputza mugimenduan: gure elkarteak elikatuz (16 ordu)

Ikastaro honetan, protagonismoa ematen diogu gorputzari; merezi duen lekua ematen diogu, gure tresnen bidez: musika, mugimendu gidatua eta librea, kontaktu fisikoa, jolasa, isiltasuna, arnasketa, masajea eta erlaxazioa, besteak beste.

Aukera emango digu tentsioak eta exigentziak arintzeko, deskantsua eta elkarrenganako laguntza bilatzeko, emozioak mobilizatzeko eta geure buruaren kontzientzia hartzeko.

Astuna, zaharra, automatikoa dena hustu eta lekua egingo diegu izateko, egoteko eta egiteko aukera berriei.

Elikatu egingo gara, gure ekipo, antolamendu eta zereginetara energia berrituarekin heltzeko, ezagutza berriekin eta teknika aplikagarriekin.

Eskeiniko duena: Begoña Juaristi eta Anna Pallarés.

Datak: urtarrilak 9, 16, 23 eta 30, eta otsailak 6, 13, 20 eta 27..

Ordutegia: 18:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 60 €./ **Kodea:** 8404

12 Hitz egin jendaurrean segurtasunez eta gozatuz (9 ordu)

Edukiak

- Gure gorputza autoestimutik maneiatzea, mezuari indarra emateko.
- Diskurtso eraginkorraren eta egitura eta edukien antolaketa zuzena hitzaldi eta bileretan.
- Hitz gabeko hizkuntzaren portaerak, mezuak indartzeko eta entzuleen arretari eusteko.
- Beldur eszenikotik plazer eszenikora.
- Praktika boluntarioak eta hobekuntza-puntuen bilaketa.

Eskeiniko duena: Enrique Pérez Urresti, Habla y Disfruta Formación y Comunicación-eko zuzendaria.

Datak: urtarrilak 14, 15 eta 16.

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 40 €./ **Kodea:** 8405

13. Komunitatea dinamizatzeko metodologia: OASIS jolasa (13 ordu)

Pertsonak eta komunitateak piztearen artea da. Ikastaro honetan oasiaren jokoa eta filosofia berritzailea ezagutuko ditugu. Filosofia horren xedea komunitateei amets kolektiboak gauzatzeko bidean jartzen laguntzea da, elkarlanean oinarrituta, eta partekatzea, ekintzara igarotzea eta jolas-giroan eta modu dibertigarrian eraldatzea ere bai.

Edukiak

- Zer da eta nondik sortzen da.
- Zertarako egiten dugu OASIA.
- Nola egiten dugu OASIA eta norekin.
- Maila filosofikoa: eraldaketarako 7 diziplinak.
- Maila instrumentala: gizarte-teknologiak.

Eragilea: #oasisbizkaia <http://oasisbizkaia.org/>

Datak: urtarrilak 17 eta 18.

Ordutegia: osteguna, 09:30etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara eta ostirala 09:30etatik 14:00etara.

Prezioa: 45 €./ **Kodea:** 8406

14 Erakunde sozialak ikuspegi feministatik (des)eraikitzea (16 ordu)

Gaur egun, pertsona eta erakunde askok sentitzen dugu errealitatea ikuspegi feministatik aztertzeko beharra, ikuspegi hori gizartea eraldatzeko tresnatzat hartuta. Horretarako, garrantzitsua da emakumeok, elkarrekin eta taldean eraikitzea egungo ereduaren alternatiba bat. Animatuko zara?

Edukiak

- Zer dira gizarte-erakunde feministak?
- Zergatik, zertarako eta nola aplikatu daitezke ikuspegi feminista gure erakundeetan?
- Zergatik, zertarako eta nola txerta daitezke ikuspegi feminista gizarte-proiektuen faseetan.
- Esku-hartze sozial feministarako gakoak.
- Gure erakundetik, zergatik, zertarako eta nola lagun diezaiekegu emakumeei ahalduz?
- Erresistentzia eta zailtasunak eraldatzeko sozial feministarako bideak.

Eskainiko duena: EDE Fundazioko Genero Kontsultoretza.

Datak: urtarrilak 22, 24, 29 eta 31.
Ordutegia: : 09:30etatik 13:30etara.

Prezioa: 50 €/ **Kodea:** 8407

15. Gure auzoetan bizikidetza ehuntzen: Kulturartekotasunerako tresnak eta gakoak (12 ordu)

Kulturartekotasunaren ikuspegiak badarama denbora pixka bat gure artean. Hala ere, ikuspegi hori, badirudi ez dugula oso ondo ulertu; are gutxiago aplikatu. Ez gara jai-espazioak ospatzetik edo sukaldaritzari lotutakoetatik harago joan.

Ikuspegi horren azterketa kritikoa egingo dugu gure esperientzietatik, auzoetatik, herrietatik eta bizilekueetatik eta gizarte-eragile lanetan aritzen garen lekuetatik abiatuta. Jakintzat ematen ditugun kontzeptuez arituko gara eta ondoren, tresna metodologikoak eztabaidatuko ditugu praktika lantzeko.

Edukiak

- Kultura? Etnia? Arraza?... eta klase soziala? Kontzeptuak argituko ditugu.
- Kulturartekotasuna aniztasuna kudeatzeko proposamen soziopolitiko gisa: oinarriak, elementuak eta baldintzak.
- Herritarren bizikidetza, kulturartekoa: tresna metodologikoak.
- Aplikazio-eremuak: hezkuntza, bitartekaritza, politika publikoak eta abar.

Eskainiko duena: Andrea Ruiz Balzola.

Datak: otsailak 4, 7, 11 eta 14.
Ordutegia: 17:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 45 €./ **Kodea:** 8408

16. Boluntarioritza eraldatzaileko kulturarantz: zereginetik aldaketa sozialerantz (5 ordu)

Boluntarioritza eraldatzailearen kultura entzutean zer ulertzen dugun hausnartu eta partekatuko dugu, eta gure erakundeetan boluntarioritza eraldatzailea lortzeko ondorioak/orientazioak planteatuko ditugu.

Edukiak

- Boluntarioritza eraldatzailearen kultura? Definizioa eta ezaugarriak.
- Nire erakundearen boluntarioritza eraldatzailea sustatzeko galdera nagusiak.
- Boluntarioritza eraldatzailearen kultura lantzeko tresnak.

Eragilea: Bizkaiko Boluntarioritzako erakundearen foroa.

Egunak: otsailak 9.
Ordutegia: 9:30etatik 14:30etara

Prezioa: doakoa.

17. Desprintzesatzea (12 ordu)

Emakumeoi osagai pasibo amaigabe gisa esleitu zaigun rola dekonstruituko dugu, gizartean desberdintasun-sistemara egokitzen den posizioa izateko. Emakumeak banaka eta taldean ahalduz lan egingo dugu, genero-estereotipoen eta gizarte-rolen atzean ezkutuan dauden desberdintasun-estrategiak analizatuz. Emakumeen memoria kolektiboa eraiki ahal izateko erreferente femeninoak eskainiko ditugu; horrela, historiako papera itzuli eta gizartean dagokigun posizioa lortuko dugu.

Edukiak

- Maitasun erromantikoa, emakumeentzako desberdintasunaren betikotze-ideologia gisa.
- Emakumeen gorputza eta ezarritako edertasuna, desberdintasuna konkistatzeko espazio gisa.
- Emakumeen lana, enplegua eta

esklabotasuna: zergatik esaten diegu maitasuna, “doan lan egitea” esan nahi badugu.

- Berezko desioarekiko deskonexioa, besteren desioen eremu bilakatzeko estrategia gisa.

Eragilea: Irantzu Varela, Faktoria Lila.

Egunak: otsailak 15 eta 16.
Ordutegia: ostirala, 16:00etatik 20:00etara eta larunbata 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etik 19:30era.
Prezioa: 45 €./ **Kodea:** 8410

18. Ebaluazioaz ari garenean, kontuan hartzen al dugu genero-ikuspegia? Eta giza eskubideetan oinarrituta aritzen al gara? (8 ordu)

Tailer praktikoa honen bidez, ebaluazioa genero-ikuspegiarekin eta giza eskubideetan oinarrituta sartzea planteatuko dugu, egiten duguna eta horrek duen inpaktua hobetzera bideratutako antolaketa-prozesu gisa. Ebaluaziorako parte-hartzean oinarritutako prozesuak diseinatzeko bidea ematen duten funtsezko elementuak ezagutaraziko ditugu eta genero-betaurrekoak txertatuta dituzten eta ebaluazioaren bertsio operatiboa sustatzen duten tresnak ere ezagutuko ditugu.

Edukiak

- Ebaluazioa genero-ikuspegiarekin eta giza eskubideetan oinarrituta ezagutzea.
- Ebaluazioaren tipologiak eta abantailak.
- Ebaluazioari generoaren eta giza eskubideen ikuspegia aintzat hartuta aplikagarri zaizkion irizpideak eta adierazleak.
- Informazioa bitzeko tresnetara hurbilketa.

Eskainiko duena: Monika Mena, **Kalidadae** enpresako ebaluazio-arduraduna.

Datako: otsailak 19 eta 22.
Ordutegia: 10:00 a 14:00

Prezioa: 40 €./ **Kodea:** 8411

19. Transexualitatea umeetan eta gazteetan: ez da nire gorputza, zure begirada da. Lagun egin ahal izateko, ulertzea (2'5 ordu)

Transexualitatea ez da ez gaixotasuna, ez apeta, aniztasunaren beste gertaera bat baizik. Pertsona transexualak kultura eta garai historiko guztietan izan dira, baina orain, umetatik edo nerabezarotik laguntza jasotzen ari den lehen belaunaldiaren aurrean gaude.

Horri esker, mito asko ari gara hausten eta nortasunetan, nor garen horretan, sakontzen ari gara.

Edukiak

- Transexualitatea zer den ulertzeko azalpen sexologikoa.
- Pertsona transexualen errealitatera hurbiltzea.
- Gainditzeke ditugun zailtasunak eta erronkak.
- Nola lagundu pertsona horiei IZATEKO aukera izan dezaten.

Eskainiko duena: Bea Sever, sexologoa eta Chrysallis EH, adingabe transexualen familien elkarteko kidea.

Datak: otsailak 21.

Ordutegia: 17:00etatik 19:30era

Prezioa: doakoa

20. Bizitzarako trebezien metodologia: begirada sistemikoa eta komunitatekoa (10 ordu)

Osasunaren Mundu Erakundearen arabera, bizitzarako trebeziak funtsezko faktorea dira pertsonak haien bizitza, osasuna eta inguruarekiko harremana eta inguruari eragiteko gaitasuna kudeatzeko.

Bizitzarako trebezietan oinarritutako esku-hartze estrategiak esparru teoriko bat eskaintzen digu osasuna sustatzeko arretatsuak eta eraginkorrak diren esku-hartzeak garatzeko.

Ikuspegi horren helburu nagusia, azken finean, pertsonak osasuntsuago eta zoriontsuago bizitzea da eta horiek dira osasunari eragin diezaioketen faktore guztiak kudeatzeko oinarria.

Edukiak

- Bizitzarako trebeziak esku-hartzerako estrategia gisa
- Aaron Antvosky-ren koherentziaren zentzua eta osasuna sustatzea.
- Ikaskuntza adierazgarriko metodologia: begirada sistemiko bat.
- Leheneratze-praktikak komunitatearekin lotura berrezartzeko tresna gisa.

Eskainiko duena: María Méndez, Prestakuntza, gainbegiratzea eta gatazken kudeaketa..

Datak: martxoak 1 eta 2.

Ordutegia: ostirala 16:00etatik 21:00etara eta larunbata 09:30etik 14:30era.

Prezioa: 42 €. / **Kodea:** 8413

21. Partaidetzan oinarritutako lidergoaren artea (14 ordu)

Edukiak

- Nola eraiki partaidetzan oinarritutako lidergoa adimen kolektiboaren bidez?
- Taldeak zuzentzeko trebetasun pertsonalak.
- Lidergo eraldatzailea.
- Sinergiak taldeetan.
- Elkarrizketa ahaltsuak eta konpromiso zorrotzak.
- Taldeak ekinean. Baterako sorkuntza kolektiborako bidean.

Eskainiko duena: Carolina Carazo eta Xurdana Imatz, Erakundeen eta profesionalen garapena, EDE fundazioa.

Datak: martxoak 4, 7, 11 eta 14.

Ordutegia: 16:00etatik 19:30era.

Prezioa: 45 €. / **Kodea:** 8415

22. Pentsamendu Bisuala Erraztean (8 ordu)

Pentsamendu bisuala entrenatuko dugu erakundeetan dinamika berriak sustatzeko aukera ematen digun oinarritzko hizkuntza gisa.

Edukiak

- Zer da eta zein dira onurak.
- Bisualean oinarrituta pentsatzea: figurak eta oinarritzko ikonografia ikastea.
- Mapa mentalak, metaforak eta laneko plantillak.
- Bilera eta saio parte-hartzaileetan elkarrenganako ulermena sustatzeko tresna.
- Elementu bisualekin errazteko oinarritzko trebetasunak.

Eskainiko duena: Aitor Guisasola, bideratzailea Manahmana-n.

Datak: martxoak 6 eta 13.

Ordutegia: 16:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 35 €. / **Kodea:** 8414

23. Dreaming dragoia: aldaketa iraunkorrerako proiektuak diseinatu (12 ordu)

Metodologia honek proiektuak eta erakunde iraunkorrak sortzen laguntzen du estrategia malguak, sormenezkoak eta berritzaileak eskainiz eta lankidetzan eta adimen kolektiboan oinarritutako jardunbide berri bat ezarririta.

Edukiak

- Dragon Draming metodologiara hurbiltze praktikoa.
- Irabazi-irabazi-irabazi kulturarako oinarriak (indibiduala-kolektiboa-globala).
- Proiektuen diseinua lau faseen gurpiletik: amets egin-planifikatu-egin-ospatu eta proiektu baten hamabi etapak.
- Proiektu baten helburuak eta zereginak ezartzeko metodologia arina.
- Adimen kolektiboa sustatzen duten komunikazio-tresna praktikan jartzea. ("pinakari" eta "komunikazio karismatikoa")
- Proiektuetan gure arketipo edo zereginekin eta erosotasuneko eremuekin lan egitea.
- Entzuteko, konfiantzako, elkarreragineko eta taldeko laneko prozesuak hobetzeko dinamikak.

Eskainiko duena: Xenki Berho eta Blanca Caballero, Emanhar Gizarte-elkartea.

Datak: martxoak 15 eta 16.

Ordutegia: ostirala, 16:00etatik 20:00etara eta larunbata 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 45 €. / **Kodea:** 8416

24. Erabakiak hartzea. Motibaziotik lorpenera (8 ordu)

Helburuak lortzeko bidean, erabakiak hartzearen atzean dauden emozioak nola identifikatzen diren eta behar bezala nola kudeatzen diren ikusiko dugu. Gaitasun pertsonalak eta profesionalak garatuko ditugu erabakiak hartzean izaten ditugun emozioak, ahulguneak eta indarguneak identifikatzeko eta ditugun helburuak lortzen lagunduko diguten estrategien plangintza egiten ere ikasiko dugu.

Edukiak

- Erabakiak hartzea gaitasun gisa.
- Emozioak erabaki aurretik, erabakitzean eta erabaki ondoren.
- Inpulsibotasunari eta frustrazioari aurre egitea.
- Neure GPSa: motibaziotik lorpenera.

Eskainiko duena: Oihana Rementeria y Selene Pacheco, psicólogas, GAYA

Datak: martxoak 22 eta 23.

Ordutegia: ostirala 16:00etatik 20:00etara eta larunbata 10:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 30 €. / **Kodea:** 8417

25. Pertsona Zapalduen Antzerkia: birpentsatu egingo ditugu genero-harremanak, agertokitik (15 ordu)

Pertsona Zapalduen Antzerkia metodologia erabiliko dugu nerabeentzako hezkidetzako espazioak sortzearen beharrari erantzuteko tresna pedagogiko gisa. Lan-ikuspegi horretatik, generoaren inguruko sentsibilizazioa landuko dugu nerabeen hezkuntzari lotutako irakasleen eta hezitzaileen hezkuntzako esperientziatik abiatuta, eta horretarako, gazteek haien gertueneko testuinguruetan genero-arrazoiengatik izaten dituzten zapalkuntzak eta berdintasun-faltak identifikatuko ditugu.

Edukiak

- Zer proposamen pedagogiko egiten dute hezkidetzak eta Pertsona Zapalduen Antzerkiak?
- Genero-harremanak, horien desmekanizazioa eta interakziorako eta bizikidetzarako modu berriekiko sentsibilizazioa.
- Gorputzarekin harremana, autoirudia eta nola landu horiek nerabezaroan.
- Bizipen-prozesuen inguruko sormen eszenikoak
- Nerabeen eguneroko estrategiak eta praktikak harreman mota inklusiboagoak eta berdinzaleagoak sortzeko, Pertsona Zapalduen Antzerkiko tekniken bidez.

Eskainiko duena: ERROTİK. Leire Castrillejo (Pertsona Zapalduen Antzerkiko prozesuen bideratzailea, CTO Río –Augusto Boal eskola– delakoko adituekin, METOCA, Bárbara Santos –Pertsona Zapalduen Antzerkia eta generoa metodoaren sortzailea– adituekin trebatua, eta Pablo Castilla Weeber (Pedagogian lizentziaduna. Sexu-heziketako eta familia-orientazioko begiralea).

Datak: martxoak 25 eta 27, eta apirilak 1, 3, 8 eta 10.

Ordutegia: 17:30etatik 20:00etara..

Prezioa: 45 € / **Kodea:** 8418

**Leku mugatuak (gehienez 18 pertsona).*

26. Gure erakundeak eta zerbitzuak eragile aktibo gisa gure auzoen bizitzan (9 ordu)

Parte-hartzaileei proiektu komunitarioetan, lankidetzeta-proiektuetan eta sarean lan egiteko proiektuetan parte hartzeko analisi- eta jarduketa-tresnak emango zaizkie. Abiapuntua pertsona parte-hartzaileen, erakundeen eta horiek datozen programen eta lantoki duten ingurunearen errealitatea izango da.

Edukiak

- Kontzeptuak: parte-hartze soziala, garapen komu.
- Auzoko edo herriko errealitatearen analisia: errealitatea aztertzeko teknikak.
- Kasu praktikoak: zer eman diezaioket nire komuniteari? Nola konektatu eta lan egin dezaket beste baliabide batzuekin?
- Nola prestatu komunitatearen garapenerako programak eta proiektuak: metodologia eta kontuan izan beharreko funtsezko alderdiak.

Eskainiko duena: Ignacio Sanz eta María Gutiérrez, EDE Fundazioa.

Datak: martxoak 28, apirilak 4 eta 11. **Ordutegia:** 16:00etatik 19:00etara.

Prezioa: 35 €. / **Kodea:** 8419

** Hurbileko programa, zerbitzu eta ekipamenduetan zuzenean esku hartzen dutenei eta esku-hartzeen plangintzan eta koordinazioan lan egiten dutenei dago tailerra zuzenduta: haurrei eta gazteei lotutako zerbitzuak, zerbitzu kulturalak, hezkuntzako eragile formalak eta ez-formalak, dagokien jarduera-eremuari lotutako erakundeak eta mugimenduak eta abar.*

27. Laguntza ematea minaren, gaixotasunaren eta heriotzaren aurrean (1. maila) (11 ordu)

Edukiak

- Oinazearen, gaixotasunaren eta heriotzaren aurreko ideiak eta jarrerak.
- Banakoaren, familiaren eta gizartearen doluta-prozesua.
- Laguntza erraztea.
- Estrategia pertsonalak.

Eskainiko duena: Magdalena Pérez Trenado, psikologoa, doluan aditua.

Datak: martxoak 29 eta 30.

Ordutegia: ostiralean 17:30etik 20:00etara, eta larunbatean 10:00etatik 14:00etara, eta 15:30etik 20:00etara.

Prezioa: 50 €. / **Kodea:** 8420

28. Borondatezko pertsonak, aldaketa sozialaren protagonistak diren heinean (4 ordu)

Boluntariotzak hirugarren gizarte-sektoreko alderdi aktibo gisa duen dimentsio eraldatzailearen kontzientzia hartuko dugu.

Edukiak

- Zer dakarkio boluntariotzak gizarteari? (Balioez, herritar aktiboek eta abarrez hitz egingo dugu)
- Boluntariotza hirugarren gizarte-sektorearen indar eragile gisa. (Euskadiko hirugarren gizarte-sektorea eta haren erronkak hurbiletik ikusiko ditugu).
- Boluntarioak aldatetaren eragile gisa. (Inplikazioak eta aukerak)

Eskainiko duena: bolunta

Datak: apirilak 6.

Ordutegia: 10:00etatik 14:00etara. .

Prezioa: doakoa.

**Erakundeetako boluntario aktiboek zuzenduta.*

29. Komunikazio eraginkorrak adimen emozionalean duen garrantzia (10 ordu)

Denok dugu gure beharrekin konektatzeko gai izateko beharra, sentitu, pentsatu eta esaten dugunarekiko koherente izateko beharra eta egunerokoan eraikitzen ditugun harremanekin bakean egoteko beharra.

Tailer honek gure harreman sozialetan ongizatea bilatzeko komunikazioak duen garrantziaz jabetzeko eta komunikatzea benetakotasunetik praktikatzeko balioko du.

Edukiak

- Gure emozioak ulertzea: Emozioak hitzezkoa ez den moduan komunikatzea eta horrek pertsonen arteko komunikazioan duen eragina.
- Gatazketan geure burua ulertzea: konexioa gure beharrekin
- Konfiantza: pertsonen arteko harremanen oinarria.
- Pertsonen arteko komunikaziorako gaitasunak

Eskainiko duena: María Méndez, Prestakuntza, gainbegiratzea eta gatazken kudeaketa.

Datak: apirilak 12 eta 13.

Ordutegia: ostirala 16:00etatik 21:00etara eta larunbata 09:30etik 14:30era.

Prezioa: 42 €. / **Kodea:** 8422

30. Talde bizkorrentzako metodologia bizkorrak: SCRUM aurkeztuz (9 ordu)

SCRUM prozesuan lankidetzan oinarrituta, taldean lan egiteko eta proiektu baten emaitzarik onena lortzeko jardunbide egokiak aplikatu ohi dira.

Edukiak

- Arintasunaren printzipioak.
- Arintasunaren ondorioak ekipo eta erakundeetan.
- SCRUM ekipo eta erakunde arinentzako tresna gisa:
 - jendearen ahotsaren garrantzia.
 - lan-taldearen autoantolaketa.
 - lan- eta berrikuspen-zikloa.
 - atzera begirako, diseinuko eta eguneroko bilerak.
 - SCRUM taula bisual baten logika.

31. Nola antolatu boluntariorza gure erakundeetan (online, 20 ordu)

Edukiak

- Esparru kontzeptuala.
- Boluntariorzaren barneko estatutua.
- Arreta-prozesuak.
- Boluntariorzako arduraduna.
- Estatu-mailako eta Europako baliabideak.

32. Dinamikak erakundeetan: ikuspegi sistemikoa (12 ordu)

Erakundeak eta taldeak aztertzeko beste modu bat esperimintatuko dugu; horretarako, teoria sistemikoan eta erakunde-konstelazioetan oinarrituko gara.

Edukiak

- Erakundeari aplikatutako printzipio sistemikoak.
- Taldeetan dauden harreman-dinamikak eta ereduak.

Eskainiko duena: Eduardo Escobés, Scrum Master, EDE Fundazioko antolaketako garapen-saila.

Datak: maiatzak 6, 10 eta 15
Ordutegia: 11:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 40 €. / **Kodea:** 8423

Eragilea: bolunta

Onlineko prestakuntzaren egunak:
maiatzaren 14tik ekainaren 4ra.
Iraupena: 20 ordu.
Prezioa: 20 €. / **Kodea:** 8425

Eragilea: Ander Mimenza, EDE Fundazioko erakundeen eta profesionalen garapena.

Datak: ekainak 11, 13, 18 eta 20
Ordutegia: 17:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 45 €. / **Kodea:** 8424

MATRIKULAZIOA

- Online egin daiteke, webgunean: www.bolunta.org

- Modu presentzalean:

bolunta

Ronda z/g 48005 Bilbo

94 416 15 11

bolunta@bolunta.org

Diru-sarrera egiteko kontu-korrante zenbakia:

ES65 2095 0551 6091 0400 8793 (Kutxabank)

*Adierazi diru-sarrera egitean zure izen-abizenak eta ikastaroaren kodea

Matrikulaziorako baldintzak

- 1 Plazak mugatuak dira eta ez da erreserbarik egingo.
- 2 Izena emateko txandari jarraituko zaio. Bizkaiko gizarte-erakunderen batean parte hartzen dutenek lehentasuna izango dute.
- 3 Aurrez ikusitako gutxienerako ikasle kopurura iristen ez den ikastaroa bertan behera geratuko da.
- 4 Matrikula baliogabetzeak ez du itzultzeko eskubiderik emango, arrazoitutako kausak daudenean salbu. Baliogabetze horiek astebete aurretik egingo dira.
- 5 Gai diren pertsonen ikastarora bertaratu izanaren ziurtagiria bidaliko zaie posta bidez.

* EDE Fundazioko Bidera: Lidergoa eta Gizarte Ekintzailerak proiektuan, zehazki, Lidergoa Prestakuntza Programan, Garapen Pertsonala eta Erakundearen Garapenerako prestakuntza proposamen guztiak hautagai gisa sartu ahal dira. <http://www.fundacionede.org/bidera/lidera.asp>



www.bolunta.org

#boluntaPrestakuntza #boluntaFormacion

