



trebakuntza irekia

Multzo tematikoak

Kudeatu...

Plangintza eta kudeaketarako tresnak 4. or.

Esku hartu...

Esku hartzeko arlo, teknika eta baliabideak 6. or.

Elkarreragin...

Komunikazio, lidergo eta talde-lanerako tresnak 10. or.

Informatizatu...

Tresna informatikoak, IKT eta Web 2.0 14. or.

Kudeatu... Plangintza eta kudeaketarako tresnak

1 Irabazi-asmorik gabeko erakundeen esparru juridikoa

Edukiak

- Elkaritei buruzko Euskal Legea.
- Kide-motak.
- Erakunde-motak.

Irakaslea: **bolunta**ko Aholkularitza Zerbitzua.

Egunak: urriak 23.

Ordutegia: 10:00etatik 14:00etara.

Doako prestakuntza

2 Erakundeko kudeaketa eta zuzendaritza estrategikoa

Edukiak

- Kontzeptuak eta baldintzak.
- Plangintza-zikloa.
- Erakundearen garapena eta plangintza estrategikoa.

Irakaslea: *EDE Fundazioako Aholkularitza Saila.*

Egunak: urriak 25, 26 eta 27 eta azaroak 2 eta 3.

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 50 €.

3 Datuak Babesteko Legea elkarteen arloan

Edukiak

- Legea eta bere arauketa.
- Eskubideak eta betebeharrak.
- Segurtasuna, kontrola eta zehapenak.

Irakaslea: Naiara Souto, *EDE Taldeko datuen babeserako arduraduna.*

Eguna: azaroak 10.

Ordutegia: 10:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 15 €.

4 Zeure ideiak antolatu: buru-mapa

Edukiak

- Pentsatzeko gaitasunari atera onura.
- Sormena, ordena eta emankortasuna.

Irakaslea: Eleder Aurtenebxe, *erakunde-aholkularia.*

Egunak eta ordutegia:

A aukera, azaroak 11, 18:00etatik 19:30etara;

B aukera (*euskaraz*), urtarrilak 20, 18:00etatik 19:30etara.

Doako prestakuntza

5 Irabazi asmorik gabeko erakundeen kudeaketa ekonomikoa

Edukiak

- Kudeaketa ekonomiko finantzarioaren erabilgarritasuna.
- Administrazioa eta kontabilitatea.
- Plangintza eta finantziazioaren kontrola.

Irakaslea: *ST3ko Kontabilitate Saila.*

Egunak: azaroak 23, 25 eta 30 eta abenduak 2.

Ordutegia: 10:00etatik 13:30etara.

Prezioa: 46 €.

6 Hirugarren sektorea eta lan-baldintzak

Edukiak

- Lan-arauketa.
- Gizarte-jarduketako lan-baldintzak.
- Gizardatz Hitzarmena.

Irakaslea: Iñigo Vidaurrázaga, *Gizardatzeko gerentea.*

Egunak: urtarrilak 19.

Ordutegia: 10:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 15 €.

7

Datuak Babesteko Legea elkartearen arloan

(on line)  

Edukiak

- Norberaren datuen babesa: oinarrizko kontzeptuak.
- Legea eta bere arauketa.
- Eskubideak eta betebeharrak.
- Segurtasuna, kontrola eta zehapenak.

Irakaslea: Naiara Souto, *EDE Taldeko datuen babeserako arduraduna.*

Egunak: urtarrilaren 31tik otsailaren 11ra.

Iraupena: 20 ordu.

Prezioa: 36 €.

8

Street marketing: kalearen boterea

Edukiak

- Ekitaldi-motak.
- Nola lortu agerikotasuna medietan.
- Jendea erakartzea.
- Kaleko mobilizazioaren sustapena.

Irakaslea: Iñaki Makazaga, *kazetaria eta komunikazioko aholkularia.*

Egunak: otsailak 1, 3, 8 eta 10.

Ordutegia: 17:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 40 €.

9

Proiektuen diseinua, ebaluazioa eta finantziarioa (1. maila)

Edukiak

- Proiektua egin aurretik eman beharreko urratsak.
- 10 galderen ereduak.
- Proiektuaren ebaluazioa.
- Nola aurkeztu proiektua dirulaguntzetara.

Irakaslea: **bolunta**ko Aholkularitza Zerbitzua.

Egunak: otsailak 7, 9, 14 eta 16.

Ordutegia: 17:00etatik 20:30etara.

Prezioa: 46 €.

10

Proiektuen diseinua, ebaluazioa eta finantziarioa (2. maila)

Edukiak

- Metodologia eta baliabideak.
- Motak, faseak, metodologia eta ebaluatzeko tresnak.
- Proiektuen iraunkortasuna.
- Finantziarioa.

Irakaslea: *Kiribil Sarea Taldea.*

Egunak: martxoak 7, 9, 14 eta 16.

Ordutegia: 17:00etatik 20:30etara.

Prezioa: 46 €.

11

Erakundeetako prestakuntza

Edukiak

- Prestakuntzako diagnostikoa.
- Prestakuntza-planaren diseinua, kudeaketa eta ebaluazioa.
- Prestakuntza kudeatzeko tresnak.

Irakasleak: **bolunta**ko Prestakuntza Zerbitzua.

Egunak: martxoak 28, 29 eta 30.

Ordutegia: 10:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 40 €.

12

Buru-mapak: ideien boterea

Edukiak

- Modu emankorren pentsatu eta sortu.
- Ikusizko pentsaera.
- Ideiak multzokatu, hierarkizatu eta sistematizatu.
- Buruaz, eskuaz eta ordenagailuz.

Irakaslea: Eleder Aurtenetxe, *erakunde-aholkularia.*

Egunak: martxoak 31 eta apirilak 7.

Ordutegia: 16:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 27 €.

13 Gizarte-erakundeentzako kanpo-komunikazioa

Edukiak

- Komunikazioa, ardatz estrategikoa.
- Komunikazio eraginkorrerako giltzarriak.
- Komunikazio-tresnak.

Irakaslea: Xabier Bañuelos, **boluntako** komunikazio-arduraduna.

Egunak: apirilak 4, 6, 11 eta 13.

Ordutegia: 17:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 40 €.

14 Gizarte-proiektuen diseinua genero-ikuspegia kontuan hartuta

Edukiak

- Nola hartu kontuan genero-ikuspegia.
- Genero-ikuspegia eta jardura egokiak.

Irakasleak: EDE Fundazioko Genero Aholkularitza.

Egunak: maiatzak 3, 5, 10 eta 12.

Ordutegia: 16:00etatik 19:00etara.

Prezioa: 40 €.

Oharra: beharrezkoa izango da "Gizarte-arloko genero-ikuspegarako sarrera" ikastaroa eginda edukitzea edo generoari buruzko oinarriko jakintza izatea.

15 Gizarte-erakundeentzako kanpo-komunikazioa

(on line) 

Edukiak

- Kanpo-komunikaziotik komunikabideetara.
- Mediak gizarte-erakundeen lanean.
- Nola eratu informazio-testua.
- Tresnak: prentsa-oharretik IKTetara.

Irakaslea: Xabier Bañuelos, **boluntako** komunikazio-arduraduna.

Egunak: maiatzaren 2tik 20ra.

Iraupena: 25 ordu.

Prezioa: 45 €.

Esku hartu... Esku hartzeko arlo, t

16 *Focusing*: geure gorputz-sentsazioei entzutea

Edukiak

- *Focusing*erako sarrera: gorputzaren bidez orientatutako sendaketa emozional eta autokontzientziarako prozesua.

Irakaslea: Rosa Martínez, *psikoterapeuta eta focusingeko* trainerra.

Eguna: urriak 15.

Ordutegia: 11:00etatik 13:00etara.

Doako prestakuntza

17 Laguntasunik gabeko gazte atzerritarrak

Edukiak

- Laguntasunik gabeko gazte atzerritarren errealitatea eta ahalmena.
- Jarduketa-motak.

Irakasleak: *Hemen Proiektua*.

Egunak eta ordutegia:

A aukera, urriak 18, 10:00etatik 13:00etara;

B aukera, abenduak 13, 17:00etatik 20:00etara.

Doako prestakuntza

18 Birziklapenaren gezurra: mundu hoberako 24 R

Edukiak

- Baliabideen zarrastelkeria.
- Birziklapenari buruzko hiri-kondairak.
- Birziklapena ez da irtenbidea.
- 24 R eta eguneroko bizimoduan duten ezarpena.

Irakaslea: José Félix Tomás, *ingurumen-arloko* aditua.

Eguna: urriak 27.

Ordutegia: 17:00etatik 19:00etara.

Doako prestakuntza

19 Genero-ikuspegiarako sarrera

Edukiak

- Errealitate soziala eta genero-ikuspegia.
- Desberdintasunaren zergatiak: generoaren eraketa soziala eta sexua/generoa sistemaren ondorioak.

Irakasleak: EDE Fundazioko Genero Aholkularitza.

Egunak eta ordutegia:

A aukera, urriak 21, 16:00etatik 20:00etara;
B aukera, urtarrilak 20, 10:00etatik 14:00etara.

Doako prestakuntza

20 Focusingerako sarrera

Edukiak

- Zer da *focusing*.
- Eugene Gendlinen pentsamendurako sarrera.
- Teknikaren 6 urratsak.
- *Focusing* bikoteka.

Irakaslea: Txemi Santamaría, *psikologiako lizentziaduna*.

Egunak: azaroak 12 eta 13.

Ordutegia: ostiralean, 18:00etatik 21:00etara;
eta larunbatean, 9:30 14:00 eta 15:30 19:00.

Prezioa: 40 €.

21 Sexualitatea eta gazteak: esku hartzeko giltzarriak

Edukiak

- Prozesuak: sexuazioa, sexualitatea, erotismoa eta maitasuna.
- Sexuen hezkuntzarako proposamenak.
- Sexu-jokabideetako arriskuak eta aukerak.
- Esku hartzeko baliabide metodologikoak.

Irakasleak: *Biko Arloak, sexu-hezkuntzan aditua den elkarte*.

Egunak: azaroak 26 eta 27.

Ordutegia: ostiralean, 16:00etatik 20:00etara;
eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta
15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 40 €.

22 Laguntzea eta neure burua zaintzea

Edukiak

- Laguntasuna eta zainketa informala.
- Laguntasuneko autozainketa.

Irakasleak: *Zaintzea, Senide Zaintzaileei Laguntzeko Udal Zentroa*.

Egunak eta ordutegia:

A aukera, azaroak 30, 10:00etatik 12:00etara;
B aukera, otsailak 8, 10:00etatik 12:00etara.

Doako prestakuntza

23 Barreterapia

Edukiak

- Umore-senaren eta barrearen ondorioak.
- Barreterapia eguneroko bizimoduan.
- Umore-sena garatzeko teknikak.

Irakaslea: *Emilio Cardoso, psikologoa eta pedagogoa*.

Egunak: abenduak 17 eta 18.

Ordutegia: ostiralean, 17:00etatik 20:00etara;
eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta
15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 37 €.

24 Ipuinak kontatu eta sortu

Edukiak

- Ipuina aukeratu: fantasia eta pertsonaiak.
- Gure alegien azalpena.
- Adinak, teknikak eta euskarriak.

Irakaslea: *Rakel Imaz, ipuin-kontalaria*.

Egunak: urtarrilak 21 eta 22.

Ordutegia: ostiralean, 17:00etatik 20:00etara;
eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta
15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 37 €.

25 **ESPETX**Eratuak: muturreko bazterketa

Edukiak

- Gizartea eta emakume espetxeratuak.
- Emakume presoen errealitatea.

Irakaslea: Estibaliz de Miguel, *gizarte-langilea eta soziologoa*.

Eguna: urtarrilak 24.

Ordutegia: 17:00etatik 19:30etara.

Doako prestakuntza

26 **Indarkeria** sexistaren prebentzioa bikote gazteen artean

Edukiak

- Indarkeria sexista euskal gazteen artean.
- Indarkeria sexista antzemateko zailtasunak.
- Ikasgelan eta bertatik kanpo prebenitzeko programa.
- Biktima eta erasotzaileentzako atentzioa.

Irakaslea: Norma Vázquez, *Sortzen*.

Egunak: urtarrilak 25, 26 eta 27.

Ordutegia: 9:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 50 €.

27 **Presoen errealitatea**

Edukiak

- Espetxea eta bere ondorioak.
- Nor dagoen espetxean.
- Kanpoko eta barruko gizarte eta hezkuntza arloko jarduketak.

Irakaslea: Verónica Villalvilla, *Bidesari Elkarteko gizarte-hezitzailea eta psikologoa*.

Eguna: urtarrilak 27.

Ordutegia: 16:00etatik 19:00etara.

Doako prestakuntza

28 **Mimo** klasikoa: mugimenduaren pedagogia eta artea

Edukiak

- Gorputz-adierazpena eta interpretazioa.
- Ikuspegi pedagogikoa.
- Etienne Decroux eta Marcel Marceuren teknikak.

Irakaslea: José Quintana Dubón, *irakaslea, aktorea eta zuzendaria*.

Egunak: otsailak 4 eta 5.

Ordutegia: ostiralean, 16:00etatik 20:00etara; eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 20:00etara.

Prezioa: 40 €.

29 **Nork bere buruari** kalterik egin gabe eustea: jokabide oldarkorrei aurre egitea

Eusteko neurriak azken baliabide moduan erabili behar dira, eta arrisku handiko egoeretan, besterik ez. Ez da beharrezkoa sasoi fisiko berezia eta autobabeserako jakintzak edukitzea.

Edukiak

- Autobabsesa.
- Oldarkorren kontrola, immobilizazioa eta gidaritza.

Irakaslea: Guzmán Ruiz, *Hapkido EH Elkartea*.

Egunak: otsailak 5, 12, 19 eta 26 eta martxoak 5.

Ordutegia: 10:30etatik 12:30etara.

Prezioa: 37 €.

***Lekua:** Artxandape Ikastola.

30 **Osasunerako** hezkuntza

Edukiak

- Osasunerako hezkuntza eta arlo tematikoak.
- Programen diseinua hezkuntza forma, ez-formal eta informalean.

Irakaslea: Irati Novella, *Izanbide Servicios Educativos*.

Egunak: otsailak 11 eta 12.

Ordutegia: ostiralean, 16:00etatik 20:00etara; eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 40 €.

31 Gure udalerriko partaidetza eta ingurumen-jarduketa

Edukiak

- Gizarte-erakundeak eta ingurumen-jarduketa.
- Lurraldearen zaintza: artatu, zaindu eta jardun.
- Toki Agenda 21 eta gizarte-partaidetza.

Irakaslea: José Félix Tomás, *ingurumen-arloko aditua.*

Eguna: otsailak 23.

Ordutegia: 17:00etatik 19:00etara.

Doako prestakuntza

32 Artea, terapia eta hezkuntza: arteterapia

Edukiak

- Adierazpen plastikoa eta gorputzekoa, sentimendu adierazpidea.
- Hezitzaileentzako tresna artistikoak.
- Sormenaren erabilera gure bizitzan.

Irakaslea: Virginia Castanedo, *Gestalt arteterapeuta.*

Egunak: martxoak 4 eta 5.

Ordutegia: ostiralean, 17:00etatik 20:00etara; eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 37 €.

33 Geure burua joko kooperatiboaren bidez hezten (euskaraz)

Edukiak

- Hezitzailea joko-saioetan.
- Jokoa gizarteratzeko prozesuan.
- Joko kooperatiboaren bilaketa.

Irakasleak: *Bakeola, Gatazken Bitartekaritza eta Erregulaziorako Zentroa.*

Egunak: martxoak 11 eta 12.

Ordutegia: ostiralean, 16:00etatik 20:00etara; eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 40 €.

34 Zaintzaileen autozainketa

Edukiak

- Hurbilketa kontzeptuala.
- Gainkarga: jatorria eta iturriak.
- Trebetasunak eta egoeren kontrola.
- Nola zaindu geure burua.

Irakaslea: *Zaintzea, Senide Zaintzaileei Laguntzeko Udal Zentroa.*

Egunak: martxoak 15, 17, 22 eta 24.

Ordutegia: 10:00etatik 12:30etara.

Prezioa: 34 €.

35 Oinazean, gaixotasunean eta heriotzan lagun (1. maila)

Edukiak

- Ideiak eta jokabideak, oinaze, gaixotasun eta heriotzaren aurrean.
- Banan-banako, familiako eta gizarte-arloko dolutzaren prozesua.
- Laguntasunaren sustapena.
- Banan-banako estrategiak.

Irakaslea: Magdalena Pérez Trenado, *doluan aditua den psikologoa.*

Egunak: martxoak 25 eta 26.

Ordutegia: ostiralean, 18:00etatik 20:00etara; larunbatean, 10:00-14:00 eta 15:30-19:30.

Prezioa: 37 €.

36 Askatasunaz gabetutakoekin garatutako hezkuntza eta gizarte jarduketa

Edukiak

- Pertsona, lege, espetze eta gizartearen aurrean.
- Espetxea eta bere ondorioak.
- Laguntza-harremana, esku hartzeko esparrua.
- Espetxea eta immigrazioa.
- Topaleku: aisialdiaren bidezko inklusioa.

Irakasleak: *Espetze Pastoreleko Bidesari Elkarteak.*

Egunak: martxoak 25 eta 26.

Ordutegia: ostiralean, 18:00etatik 21:00etatik; eta larunbatean, 10:00-14:00 eta 15:30 - 19:30.

Prezioa: 37 €.

Bisitak komunikabideetara

Komunikabideak gizarte-erakundeentzat tresna estrategikoa dira herritarrei euren helburu, proposamen eta salaketak helarazteko. Komunikabideak ezagutzea eta haiek gu ezagutzea lehen pausoa litzateke bi aldeentzako onuragarria izango den lan eraginkor eta probetxugarri baterako.

Gure **helburuak** honakoak dira:

- komunikabideen jarduera ezagutzea;
- komunikabideetako profesionalak ezagutzea;
- komunikabide eta profesionalen aurrean gu ezagutaraztea;
- albiste baten garapen-prozesua ezagutzea.

Bideratzailea: Xabier Bañuelos, **boluntako komunikazio-arduraduna.**

Datak:

- urriak 27: egunkaria;
- urtarrilak 26: irratia;
- otsailak 16: telebista.

Ordutegia: 10:00etatik 12:00etara.

Doako bisitak

Oharra: zuzendaritza batzordeetako kideei, komunikazio arduradunei eta gizarte-erakundeetan komunikazio-ardurak dituzten langileei zuzendutakoa.

Elkarreragin... Komunikazio, liderg

37

Gatzaketako bitartekaritza

Edukiak

- Esparru kontzeptuala.
- Gatzak erregulatzeko trebetasunak eta teknikak.
- Bitartekaritzaren printzipioak eta giltzarriak.

Irakasleak: *Bakeola, Gatzaken Bitartekaritza eta Erregulaziorako Zentroa.*

Egunak eta ordutegiak:

A aukera, urriak 20, 17:00etatik 20:00etara;
B aukera, azaroak 17, 10:00etatik 13:00etara.

Doako prestakuntza

38

Adimen emozionala

Edukiak

- Emozioak gorputzaren bidez.
- Autoerregulazio emozionala.
- Emozioak adierazteko trebetasun sozialak.
- Emozio bizi-biziak kudeatzeko teknikak.

Irakaslea: *Maria Méndez, coach eta orientatzailea.*

Egunak: azaroak 4 eta 5.

Ordutegia: ostegunean, 16:00 - 20:00; eta ostiralean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 40 €.

39

Haserrea, beldurra eta errua: lagungarriak diren eragozpenak

Edukiak

- Emozio horiek entzuten ikasi.
- Zer erabilera duten jakin.
- Eraldaketa-baliabide moduan erabiltzen ikasi.

Irakaslea: *Ana Baza, hezitzailea eta psikoterapeuta.*

Egunak: azaroak 15, 22 eta 29.

Ordutegia: 10:00etatik 14:00etatik.

Prezioa: 40 €.

40 Taldean ikasten duten liderrak

Edukiak

- Taldeen barne-dinamika.
- Ezaugarriak.
- Taldeak zuzentzeko banan-banako trebetasunak.
- Eraldatzeko eta parte hartzeko lidergoa.

Irakaslea: Eduardo Escobés, *EDE Fundazioko Aholkularitza Saila*.

Egunak: azaroak 19 eta 20.

Ordutegia: ostiralean, 17:00etatik 20:00etara; eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 37 €.

41 Borondatezko lana abian jarri eta sendotu

(on line) 

Edukiak

- Esparru kontzeptuala.
- Borondatezko lanaren barne-estatutua.
- Atentzio-prozesuak.
- Borondatezko lanaren arduraduna.

Irakasleak: **bolunta**ko Aholkularitza Zerbitzua.

Iraupena: 25 ordu.

Egunak: urtarrilaren 10etik 28ra.

Prezioa: 25 €.

42 Bitartekaritza-tailerra

Edukiak

- Gatazken identifikazioa eta azterketa.
- Komunikazio-tresnak.
- Bitartekaritzaren egitura.
- Bitartekariaren estrategiak eta trebetasunak.

Irakasleak: *Bakeola, Gatazken Bitartekaritza eta Erregulaziorako Zentroa*.

Egunak: urtarrilak 28 eta 29.

Ordutegia: ostiralean, 16:00etatik 20:00etara; eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 40 €.

43 Taldeekin lan egiteko teknikak

Edukiak

- Talde-teknikak: zer eta zertarako.
- Nola erabili.
- Taldeen bilakaeraren arabera erabilerak.

Irakasleak: Sonia Cámara eta Eder Villate, *talde-dinamikako adituak*.

Egunak: otsailak 4 eta 5.

Ordutegia: ostiralean, 17:00etatik 20:00etara; eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 37 €.

44 Psikodrama: zure emozioen testurak

Edukiak

- Geure mugak sentitu eta aipatzea.
- Adierazpen emozionalerako esparruak sortzea.
- Jarduketarako pistak identifikatzea.

Irakaslea: Auria Diharce, *psikodramatista*.

Egunak: otsailak 11 eta 12.

Ordutegia: ostiralean, 16:00etatik 20:00etara; eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 40 €.

45 Partaidetzarako hezkuntzako hausnarketa berriak

Edukiak

- Gaur parte hartzea: erronkak eta ahaikak.
- Parte hartzeko hezkuntza.
- Geure jarduerak eta metodologiak kolokan jartzea.

Irakaslea: Antonio Moreno, *Partaidetzarako Hezkuntzako aditua*.

Egunak: otsailak 17 eta 18.

Ordutegia: ostegunean, 16:00etatik 20:00etara; eta ostiralean, 9:30etatik 14:00etara eta 16:00etatik 19:30etara.

Prezioa: 40 €.

46 Nola hitz egiten dugun aztertu dezagun

Edukiak

- Hizkuntza, emozioa eta gorpuztasuna integratzea.
- Sinesmenak eta judizioak.
- Elkarrizketa-motak.
- Nola hitz egin.

Irakasleak: Itziar Garay eta Ander Mimenza, *coach*errak.

Egunak: otsailak 21, 23 eta 28 eta martxoak 2.

Orduetgia: 17:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 40 €.

47 Zer egin lan-taldeetako gatazkei aurre egiteko

(on line) 

Edukiak

- Gatazka eta zergatiak.
- Nola aurre egin gatazkari.
- Komunikazioa eta erabakiak hartzeko prozesua.
- Bitartekaritza, adostasuna eta negoziaketa.

Irakasleak: *Bakeola, Gatazken Bitartekaritza eta Erregulaziorako Zentroa.*

Egunak: otsailaren 21etik martxoaren 11ra.

Iraupena: 25 ordu.

Prezioa: 45 €.

48 Buru-estimua handiagotzea

Edukiak

- Autokontzeptua eta buru-estimua.
- Nola suntsitzen dugun buru-estimua.
- Nola sustatu buru-estimua.

Irakaslea: José María Lana, *Cáritas Bizkaiko Zerbitzu Psikologikoko arduraduna.*

Egunak: martxoak 11 eta 12.

Orduetgia: ostiralean, 17:00etatik 20:00etara; eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 37 €.

49 Defentsa mekanismoak: mozorroa kentzea

Edukiak

- Defentsa-mekanismoak identifikatzea.
- Mozorroaz jabetzea.
- Mekanismoaren alde ona garatzea.

Irakaslea: Ana Baza, *hezitzailea eta psikoterapeuta.*

Egunak: martxoak 21, 23, 28 eta 30.

Orduetgia: 17:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 40 €.

50 Elkarrizketa dantzan

Edukiak

- Dantza ludikoa eta afektiboa.
- Mugimendua eta komunikazioa.
- Entzutea, elkarri ulertzeko.

Irakaslea: María Méndez, *coach eta dantzaria.*

Egunak: apirilak 1 eta 2.

Orduetgia: ostiralean, 17:00etatik 20:00etara; eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 37 €.

***Lekua:** Muelle 3.

51 Sormena erabili gatazketan!

Edukiak

- Gatazka eta sormena.
- Talde-prozesu sortzailea.
- Bakerako hezkuntza eta adierazpena.
- Sormena eta gatazken eraldaketa ez-bortitza.

Irakasleak: *Bakeola, Gatazken Bitartekaritza eta Erregulaziorako Zentroa.*

Egunak: apirilak 8 eta 9.

Orduetgia: ostiralean, 16:00etatik 20:00etara; eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara eta 15:30etatik 19:30etara.

Prezioa: 40 €.

Erakunde-dinamikak: ikuspegi sistemikoa

Edukiak

- Erakundea sistema moduan.
- Erakundeen printzipio sistemikoak.

Irakaslea: Ander Mimenza, *EDE Fundazioko Aholkularitza Saila.*

Egunak: maiatzak 2, 4, 9 eta 11.

Ordutegia: 17:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 40 €.

Taldekako gainbegiratzea zuzendaritza batzordeetako kide direnentzat

Gainbegiratzea jarduera praktikoari buruzko hausnarketa esparru bat da. Laguntza-gune gisa pentsatua dago, antzeko bizipenak bizi dituzten beste pertsonekin alderatutako eskarmentutik ikasteko.

Bere **helburuak** honakoak dira:

- lidergorako trebetasunak barneratzea;
- gatazkak talde-garapen aukera gisa maneiatzen ikastea;
- komunikazio-gaitasuna hobetzea.

Gainbegiratzailerak: Asier Gallastegi, *hezitzailea, psikoterapeuta sistemikoa eta gainbegiralea.*

Datak: otsailak 15 eta 22, eta martxoak 1,8 eta 15.

Ordutegia: 10:00etatik 12:00etara.

Prezioa: 60 €.

Oharra: Parte hartu ahal izateko zuzendari batzorde bateko borondatezko kidea izan beharra dago.

53 Ofimatika-hastapena

Edukiak

- Informatikako oinarrizko kontzeptuak.
- Dokumentuak egitea eta gordetzea.
- Testu-prozesadorea.

Irakasleak: ST3ko Informatika Saila.

Egunak: urriak 14, 19, 21 eta 26.

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 40 €.

54 Ordubete, Linux ezagutzeko

Edukiak

- Software librea eta bere abantailak.
- Erakundeetan duen ezarpena.
- Ubuntuaren ikuspegi orokorra.

Irakasleak: Reciclanet Elkarteak.

Egunak eta ordutegia:

A aukera, azaroak 2, 10:00etatik 11:00etara;

B aukera, abenduak 15, 17:00etatik 18:00etara.

Doako prestakuntza

Oharra: Ubuntu CD bat banatuko da pertsonako.

55 Hirugarren sektorearentzako Web 2.0rako eta gizarte-saretarako sarrera

Edukiak

- Web 2.0 eta lankidetzaren ahalmena.
- Elkarrizketarako estrategiak.
- Blogaren eta gizarte-sareen erabilera.

Irakaslea: Asier Gallastegi, Web 2.0ko aholkularia.

Egunak: azaroak 9, 11 eta 16.

Ordutegia: 10:00etatik 14:30etara.

Prezioa: 20 €.

56 Excel: erakundeentzako tresna erabilgarria (1. maila)

Edukiak

- Lan-orri elektronikoa.
- Eredu praktikoen eraketa.
- Funtzio eta kalkulu konplexuak.
- Grafikoak eta erreminta-barrak.

Irakasleak: ST3ko Informatika Saila.

Egunak: urtarrilak 24, 26 eta 31 eta otsailak 2.

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 40 €.

57 Ofimatika eta software librea: GNU/Linux

Edukiak

- GNU/Linux sistema eragilea erabiltzea.
- Postak bidaltzea, dokumentuak idaztea, Interneten bidez nabigatzea, bideoak ikustea eta programak zein joko hezigarriak instalatzea.

Irakasleak: Reciclanet Elkarteak.

Egunak: otsailak 10, 15, 17, 22 eta 24.

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 25 €.

58 Zeure liburuxkak eta kartelak diseinatu

Edukiak

- Publisher.
- Irudiaren oinarrizko edizioa.
- Liburuxken eta kartelen inprimaketa.

Irakasleak: ST3ko Informatika Saila.

Egunak: martxoak 7, 9, 14 eta 16.

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 40 €.

59

Excel: erakundeentzako tresna erabilgarria (2. maila)

Edukiak

- Funtzio eta kalkulu konplexuen erabilera.
- Hipotesien taulak.
- Datu-baseak.
- Microsoft Excel eta Microsoft Accessen erabilera.
- Inportatzeko eta esportatzeko aukerak.
- Taula dinamikoak.

Irakasleak: ST3ko Informatika Saila.

Egunak: apirilak 5, 7, 12 eta 14.

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 40 €.

Non egingo da:

bolunta. (28. eta 50. ikastaroak ezik).

Matrikula formalizatu

Irailak 13etik aurrera.

Hona joan zaitezke:

bolunta

Ronda, z/g,
48005 Bilbo.

Tel.: 94 416 15 11.

Faxa: 94 416 88 64.

bolunta@bolunta.org.

EDE Fundazioa

Simón Bolívar, 8 b,
48010 Bilbo.

Tel.: 94 400 99 99.

Faxa: 94 400 99 98.

... edo gure web orriaren bidez egin:

www.bolunta.org.

Nahitaezkoa da inskripzio fitxaren kopia bat eta ordainketa agiria bidaliezaguzun. Orduan matrikula formalizatuta dagoela kontsideratuko da.

**Bideoak eta pdfak
www.bolunta.org helbidean.**



2010-2011 matrikulazio baldintzak

- 1- Toki-muga dago eta ez da erreserbarik egiten.
- 2- Inskripzio txanda jarraituko da. Bizkaiko erakunde sozialen baten parte hartzen duten pertsonak dute lehentasuna.
- 3- Aurreikusitako ikasle kopuru gutxiena lortzen ez duen ikastaroa eseki egingo da.
- 4- Matrikula deuseztapenak ez dute itzulpen eskubiderik ematen justifikatu gabeko arrazoiengatik ez bada.
- 5- Gaingitu duten pertsonen, ikastarorako bertaratzeko ziurtagiri bat bidaliko zaie postaz.

TREBAKUNTZA IREKIA

Inskripzio fitxa

10/11 IKASTURTEA

Izen-abizenak

.....

NAN

Helbidea.....

.....

Herria eta posta-kodea:

.....

Posta elektronikoa

Telefonoa

Jaiotze data / /

Elkarte bateko kidea naiz bai ez

Zein?

Boluntariotza

Langile ordaindua

x batekin matrikulatzen zaren ikastaroak seinalatu:

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.
11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20.
21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30.
31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40.
41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50.
51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59.

Taldeakako
gainbegiratzea.

Bisitak
komunikabideetara.

Ordainketa era

BBK-ko hurrengo kontura dirua sartu
2095 0119 9 0 91 0400879 3

Martikulazio fitxa **bolunta elkartearen edo EDE Fundazioaren
ordainketa agiriarekin batera aurkeztu.**

Datu pertsonalak babesteko araudiarekin bat etorriz, jakinarazten da ematen dituzun datu pertsonalak Ikasleen fitxategian sartuko direla, **bolunta** marka erregistratuaren titularra den EDE Fundazioaren (Simón Bolívar 8b. 48010, Bilbao – Bizkaia) erantzukizunpean. Datu horiek trebakuntza kudeatu ahal izateko erabiliko dira, eta Eusko Jaurlaritzaren eskudun Sailari homologazioak egiteko beharrezkoak izatekotan baino ez zaizkio lagako.

Zure adostasunari buruzko datuak kontsultatu, zuzendu, ezeztatu eta aurka egin ahal izango dituzu, lehen aipatutako posta-helbidera zuzenduz edo mezu elektronikoa bat bidaliz webmaster@bolunta.org helbidera.