

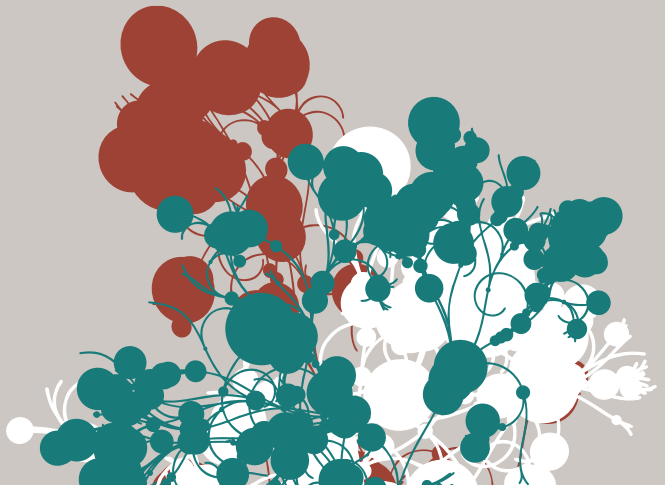


2011
2012

bolunta

prestakuntza
foroa

**TREBAKUNTZA
IREKIA**



bolunta

prestakuntza
foroa

**TREBAKUNTZA
IREKIA**

kudeatzea

plangintzarako eta
kudeaketarako tresnak

1 Elkarateetarako legeria

(online, aurkezpen presentzialeko saioarekin)

Edukiak

- Euskadiko Elkarteetako buruzko Legea.
- Elkartekide motak.
- Elkarate motak.

Bideratzaile: **boluntaren** aholkularitza-zerbitzua.

Datak: urriaren 17tik azaroaren 4ra.

Saio presentziala: urriaren 17an, 16:30etik 18:30era.

Doako prestakuntza

2 Kudeaketa eta zuzendaritza estrategikoa elkaratean

Edukiak

- Kontzeptuak eta baldintzak.
- Plangintza-zikloa.
- Elkarate mailako garapena eta plangintza estrategikoa.

Bideratzaile: *EDE Fundazioaren Aholkularitza Saila.*

Datak: azaroak 7, 8, 9 eta 10.

Ordutegia: 09:30etik 13:00etara.

Prezioa: 46 €.

3 Proiektuen diseinua, ebaluazioa eta finantzaketa (1. maila)

Edukiak

- Proiektua prestatu aurreko urratsak.
- 10 gaien ereduak.
- Proiektuaren ebaluazioa.
- Nola aurkeztu proiektua diru-laguntzen deialdi baterako.

Bideratzaile: **boluntaren** aholkularitza-zerbitzua.

Datak: azaroak 14, 16, 21 eta 23.

Ordutegia: 17:00etatik 20:30era.

Prezioa: 46 €.

4 Elkarate sozialetako kudeaketa ekonomikoa

Edukiak

- Ekonomia eta finantza arloko kudeaketaren erabilgarritasuna.
- Administrazioa eta kontularitza.
- Finantzaketaren plangintza eta kontrola.

Bideratzaile: Álex López, *Kiribil Sarea taldea.*

Datak: azaroak 14, 16, 21 eta 23.

Ordutegia: 10:00etatik 13:30era.

Prezioa: 46 €.

5 Elkarateen esparruan Datuak Babesteari buruzko Legea

Edukiak

- Legea eta haren araudia.
- Eskubide eta betebeharrak.
- Segurtasuna, kontrola eta zigorrak.

Bideratzaile: Naiara Souto, *EDE Taldeko datuak babestearen arduraduna.*

Data: azaroak 17.

Ordutegia: 10:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 15 €.

6 Nola hitz egin jendaurrean eragingarritasunez eta gozatzuz

Edukiak

- Autoestimutik abiatuta, gure gorputza erabiltzea komunikaziorako eragingarritasunez.
- Esaldiaren eta hitzaldiaren barneko egitura.
- Informazio kopurua eta kokapena.
- Material osagarriak: Power Pointa eta beste batzuk.
- Beldurretik plazer eszenikora.

Bideratzaile: Enrique Pérez (Aiuola), *Habla y Disfruta Formación y Comunicación.*

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

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 42 €.

7 Elkartearen esparruan Datuak Babesteari buruzko Legea

(online, aurkezpen presentzialeko saioarekin)

Edukiak

- Datu pertsonalen babesa: oinarrizko kontzeptuak.
- Legea eta haren araudia.
- Eskubide eta betebeharrak.
- Segurtasuna, kontrola eta zigorrak.

Bideratzaile: Naiara Souto, *EDE Taldeko datuak babestearen arduraduna.*

Datak: urtarrilaren 30etik otsailaren 13ra.

Saio presentziala: urtarrilaren 30ean, 10:00etatik 12:00etara.

Iraupena: 20 ordu.

Prezioa: 36 €.

8 Kontularitza egunean gure elkarteetan

Edukiak

- Kontularitzako egitateak eta idazpenak.
- Aktibo pasiboaren aurrean.
- Diru-sarrerak eta gastuak.
- Kontularitzako tresna erabiltzea.

Bideratzaile: Joana Revilla, *Enpresa Administrazioan eta Zuzendaritzan lizentziatua.*

Datak: otsailak 9, 16 eta 23, eta martxoak 1.

Ordutegia: 18:00etatik 21:00etara.

Prezioa: 42 €.

9 Hizkuntzaren erabilera ez-sexista

Edukiak

- Ohikoenak diren hizkuntzaren erabilera sexistak.
- Hizkuntza modu ez-sexistan erabiltzeko estrategiak.
- Erabilera-eskuliburua.

Bideratzaile: Elda Uribelarrea, *Suspergintza Elkarte.*

Data: otsailak 10.

Ordutegia: 09:30etik 14:00etara, eta 15:30etik 19:00etara.

Prezioa: 28 €.

10 Aldaketarako berrikuntza soziala

Edukiak

- Guztia al da BS?
- Partaidetzarik gabe, BSrik izan al daiteke?
- Ba al dago toki ezberdinetara iristeko bide berririk?
- Zer dute komunean BSko prozesuek?
- Zer alde dago ekimen batzuen eta besteen artean?

Bideratzaile: Asier Gallastegi, *aholkularia, coach-a eta trebatzailea.*

Datak: otsailak 13, 15 eta 20.

Ordutegia: 16:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 42 €.

11 Proiektuen diseinua, ebaluazioa eta finantzaketa (2. maila)

Edukiak

- Metodologia eta baliabideak.
- Ebaluazio-tresnak, motak, faseak eta metodologia.
- Proiektuen iraukortasuna.
- Finantzaketa.

Bideratzaile: Álex López, *Kiribil Sarea taldea.*

Datak: martxoak 5, 7, 12 eta 14.

Ordutegia: 17:00etatik 20:30era.

Prezioa: 46 €.

12 Kanpoko komunikazioa elkarte sozialentzat

(online, aurkezpen presentzialeko saioarekin)

Edukiak

- Kanpoko komunikaziotik komunikabideetara.
- Komunikabideak elkarte sozialen lanean.
- Nola eraiki informazio-testua.
- Tresnak: prentsa-oharretik IKTetara.

Bideratzaile: Xabier Bañuelos, **boluntako komunikazioko arduraduna.**

Datak: martxoaren 5etik 23ra.

Saio presentziala: martxoaren 5ean, 16:30etik 18:30era.

Iraupena: 25 ordu.

Prezioa: 42 €.

13 Prototipoak sortzea: esku hartzeko eraikitzea eta garatzea

Edukiak

- Elkarrizketaren eta sormenaren erabilgarritasuna.
- Piztu inspirazioa.
- Prototipoak eraikitzea.

Bideratzaile: Iranzu Gujjarro eta Amaya Rodríguez, *Coincidencias*.

Datak: martxoak 5, 7 eta 12.

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 32 €.

14 Kanpoko komunikazioa elkarte sozialentzat

Edukiak

- Komunikazioa ardatz estrategiko gisa.
- Komunikazio eragingarrirako gakoak.
- Komunikazio-tresnak.

Bideratzaile: Xabier Bañuelos, **boluntako** komunikazioko arduraduna.

Datak: apirilak 17, 19, 24 eta 26.

Ordutegia: 17:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 42 €.

15 Proiektu sozialen diseinua genero-ikuspegitik

Edukiak

- Errealitate soziala eta genero-ikuspegia.
- Desberdintasunaren kausak: generoaren erakuntza soziala eta sexua-generoa sistemaren ondorioak.
- Nola bildu generoaren ikuspegia.
- Generoaren ikuspegia eta jardunbide egokiak.

Bideratzaile: *EDE Fundazioaren Generoaren arloko aholkularitza*.

Datak: maiatzak 7, 9, 14, 16 eta 21.

Ordutegia: 16:00etatik 19:00etara.

Prezioa: 46 €.

16 Logotipoa: zure elkartearen irudia

Edukiak

- Gure elkartearen komunikazio bisuala hobetzea.
- Programa bektorioletara sarrera.
- Marrazketako oinarritzko tresnak.
- Aplikazioen diseinua: papergintza, txartelak, kartela eta liburuxka.

Bideratzaile: Josune Urrutia, *Punto y Pixel*.

Datak: maiatzak 7, 9, 14, 16 eta 21.

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 46 €.

Oharra: beharrezkoa da ofimatikako oinarritzko ezagutzak izatea.

bolunta

prestakuntza
foroa

**TREBAKUNTZA
IREKIA**

esku hartzea

esku hartzeko esparruak,
teknikak eta baliabideak

17 Bidaiderik gabeko gazte atzerritarrek

Edukiak

- Bidaiderik gabeko gazte atzerritarren errealitatea eta aukerak.
- Esku hartzeko gakoak.

Bideratzaile: *Hemen* proiektua.

Datak eta ordutegia:

A aukera: urriaren 17an, 10:00etatik 13:00etara.

B aukera: abenduaren 12an, 17:00etatik 20:00etara.

Doako prestakuntza

18 Focusing: gorputzeko gure sententzioak entzutea

Edukiak

- *Focusing*era sarrera. Gorputzaren bidez zuzendutako autokontzientziako eta sendaketa emozionaleko prozesua da.

Bideratzaile: Rosa Martínez, *psikoterapeuta* eta *focusing*-eko *trainer*-a.

Datak: urriak 14.

Ordutegia: 11:00etatik 13:00etara.

Doako prestakuntza

19 Biodantza: afektibotasunerako heztea

Edukiak

- Biodantza sistemaren alderdi orokorrak.
- Lotura mailak eta gaitasuna.
- Adimen afektiboa.
- Taldeetan afektibotasuna garatzeko tresnak.

Bideratzaile: Sandra Patiño eta Claudia Patricia Mesa, *biodantzako irakasleak*, *Rolando Toro sistema*.

Datak: urriak 21 eta 22.

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

Prezioa: 42 €.

20 Minean, gaixotasunean eta heriotzan laguntzea (1. maila)

Edukiak

- Minaren, gaixotasunaren eta heriotzaren aurreko ideiak eta jarrerak.
- Dolu indibidualaren, familiarraren eta sozialaren prozesua.
- Laguntza erraztea. Estrategia pertsonalak.

Bideratzaile: Magdalena Pérez Trenado, *doluan espezializatutako psikologoa*.

Datak: azaroak 4 eta 5.

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

Prezioa: 40 €.

21 Emakume prostituta, errealitatearen protagonista

Edukiak

- Prostituzioaren fenomenoak: ezaugarri orokorrak.
- Prostituta: kolektiboaren errealitatea.
- Esku hartzeko ekintzak.

Bideratzaile: *Askabide* elkarteak.

Datak eta ordutegia:

A aukera: azaroaren 9an, 17:00etatik 20:00etara.

B aukera: urtarrilaren 25ean, 10:00etatik 13:00etara.

Doako prestakuntza

22 Hizkuntzaren ekologiaren paradigma

Edukiak

- Hizkuntza arloko aniztasunaren eta ekosistemen arteko analogia.
- Hizkuntza arloko iraunkortasunaren eta ekologiaren etika. Hausnarketa parte-hartzailea eta proposamen proaktiboak.

Bideratzaile: Mikel Ozaita, antropologoa, *Topagunea*, *Euskara Elkarte*en *Federazioa*.

Datak eta ordutegia:

A aukera (euskaraz): azaroaren 10ean, 18:00etatik 20:00etara.

B aukera (gaztelaniaz): azaroaren 17an, 18:00etatik 20:00etara.

Doako prestakuntza

23 Focusing: laguntzako harremanerako tresna

Edukiak

- Zer da focusinga.
- Eugene Gendlin-en pentsamendura sarrera.
- Teknikaren 6 urratsak.
- Focusinga bikoteka.
- Autofocusinga.
- Idatzizko focusinga.

Bideratzaile: Rosa Martínez, *focusingeko trainer-a* eta Txemi Santamaría, *focusingean diplomata*.

Datak: azaroak 11 eta 12; eta urtarrilak 13 eta 14.

Ordutegia: ostiralean, 18:00etatik 21:00etara, eta larunbatetan, 09:30etik 14:00etara, eta 15:30etik 19:00etara.

Prezioa: 75 €.

24 Egin zure mozorroa birziklatuz

Edukiak

- Garapen iraunkorra eta kontsumo arduratsua.
- Mozorroak prestatzea birziklatutako ehungintzako materialekin.

Bideratzaile: *Truca Rec, erabilitako arropa birziklatzeaz arduratzen den kolektibo irekia.*

Datak: azaroak 18.

Ordutegia: 16:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 15 €.

25 Esku-hartze sozialaren errealitate berriak eraikitzen

Edukiak

- Gizarte arloko esku-hartzearen testuinguruak.
- Objektutik subjektura: herritartasuna eta eskubideak.
- Gizarte-harremanerako gakoak eta orientabideak.
- Esku-hartze egokirako zainketa.

Bideratzaile: *Agintzari Soc. Coop. de Iniciativa Social (ekimen sozialerako kooperatiba).*

Datak: azaroak 18 eta 19.

Ordutegia: ostiralean, 09:30etik 14:00etara, eta 16:00etatik 19:30era, eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 42 €.

26 Lurraldearen zaintza elkarteentzat

Edukiak

- Zer da lurraldearen zaintza.
- Nola zain ditzakegu elkarreok ingurune naturalak?
- Esku hartzeko metodologia eta proposamenak.

Bideratzaile: José Félix Tomás, *Gizartenatura, EDE Taldea.*

Datak: azaroak 24.

Ordutegia: 17:00etatik 19:00etara.

Doako prestakuntza

Oharra: *tailerraren aurretik, interesdunekin aurretik kontakturen bat izango dugu zaintzako proiektu txikiak garatzeko aukerarik badagoen aztertzeko.*

27 Adimen-desgaitasuna dutenen sexualitatea

Edukiak

- Sexualitatearekiko jarrerak: ulermena arauaren aurka.
- Sexualitatearen bilakaera: haurtzarotik helduarora.
- Erotika eta desgaitua.
- Hezkuntza arloko bizipenerako eta lanerako gako praktikoak.

Bideratzaile: *Biko Arloak, sexu-heziketan espezializatutako elkarteak.*

Datak: azaroak 25 eta 26.

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

Prezioa: 42 €.

28 Reutiliza2: jolas egitea doakoa da

Edukiak

- Erosi beharrik gabeko jolasak.
- Kontsumoarekiko erantzukizun soziala.
- Sormena jolasaren bidez.

Bideratzaile: *Errealkubo (berrerabili, birziklatu eta murriztu).*

Datak: azaroak 25 eta 26.

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

Prezioa: 39 €.

29 Deshazkunde mintegia

Edukiak

- Planeta mugatura mugatutako hazkunde eko-nomikoa.
- Gutxitzea: alternatiba berriak pentsatzeko testu-gurua.
- Justizia soziala sortzeko gutxitzea.
- Merkataritza-gizartetik gizarte arruntera.

Bideratzaile: Desazkundera elkarte.

Data: abenduak 14.

Ordutegia: 17:00etatik 19:00etara.

Doako prestakuntza

30 Barreterapiako tailerra

Edukiak

- Umorearen senaren eta barrearen eraginak.
- Barreterapia eguneroko bizitzan.
- Umorearen sena garatzeko teknikak.

Bideratzaile: Emilio Cardoso, *psikologoa eta pedagogo*.

Data: abenduak 16 eta 17.

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

Prezioa: 39 €.

31 Presoen errealitatea

Edukiak

- Espetxea eta haren ondorioak.
- Nor dago espetxean.
- Gizarte eta hezkuntza arloko esku-hartzea kanpoan eta barruan.

Bideratzaile: Verónica Villalvilla, *Bidesari* elkarteok gizarte-hezitzailea eta psikologoa.

Data: urtarrilak 17.

Ordutegia: 16:00etatik 19:00etara.

Doako prestakuntza

32 Arteak heziketako tresna gisa

Edukiak

- Zer da arte-tailerra.
- Arteak heziketarako tresna gisa eskaintzen dituen aukerak.
- Elkarrizketaren eta irudien garrantzia.

Bideratzaile: Gardotza Burgoa, *Arte Ederretan lizentziatua eta hezitzailea*.

Data: urtarrilak 20 eta 21.

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

Prezioa: 42 €.

33 Birziklatutako arropak pertsonalizatzea

Edukiak

- Garapen iraunkorra eta kontsumo arduratsua.
- Ehunak berriro erabiltzea ahalbidetzen duten jostintzako oinarritzko teknikak.
- Arropa pertsonalizatzea txantiloiz pintatuta.

Bideratzaile: *Truca Rec*, *erabilitako arropa birziklatzeaz arduratzen den kolektibo irekia*.

Data: otsailak 3 eta 4.

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

Prezioa: 40 €.

34 Kontrolatzea kalterik hartu gabe: jarrera oldarkorren aurrean esku hartzea

Kontrolatzeko neurriak azken baliabide gisa eta arrisku handiko egoeretan erabili behar dira. Ez da forma fisiko berezirik edo autodefentsako ezagutzarik behar.

Edukiak

- Autobabesa.
- Pertsona oldarkorra kontrolatzea, immobilizatzea eta bideratzea.

Bideratzaile: Guzmán Ruiz, *Hapkido EH*.

Data: otsailak 4, 11, 18 eta 25, eta martxoak 3.

Ordutegia: 10:00etatik 12:00etara.

Prezioa: 37 €.

***Tokia:** Artxandape ikastola.

35 Mendeko adinduekin egoera zailak bideratzea

Edukiak:

- Egoera zailak identifikatzea.
- Loaren asaldurak.
- Apatia, egonezina eta alderrai ibiltzeko joera.
- Oldarkotasun fisikoa eta ahozkoa.
- Desinhibizioa.
- Portaera-asaldurak elikadurarekin, higieinarekin eta garbitasunarekin lotuta.
- Eldarniozko ideiak eta haluzinazioak.

Bideratzaile: Joana Achutegui, *EDE Taldeko Adinduen eta Familien Saileko psikologoa.*

Datak: otsailak 7, 9, 14, 16, 21 eta 23.

Orduetgia: 10:00etatik 12:00etara.

Prezioa: 37 €.

36 Errealitatea genero-ikuspegitik: azterketarako oinarrizko urratsak

(online, aurkezpen presentzialeko saioarekin)

Edukiak

- Desberdintasunaren ardatzak
- Genero-sozializazioaren prozesuak.
- Sexu-arrazoiek eragindako desberdintasunen jatorria eta ondorioak.
- Errealitatea genero-ikuspegitik aztertzeko oinarrizko kontzeptuak.
- Berdintasun arloan aurrera egiteko estrategiak.

Bideratzaile: *EDE Fundazioaren Generoaren arloko aholkularitza.*

Datak: otsailaren 22tik martxoaren 2ra.

Saio presentziala: otsailaren 22an, 16:30etik 18:30era.

Iraupena: 10 ordu.

Prezioa: 10 €

37 Bioaniztasuna Bilboko itsasadarrean: bizitza burdinaren ondoren

Edukiak

- Hiriko inguruneko ezkutuko aberastasun naturala.
- Itsasadarraren balioak eta hondamendi naturalak: ikustea, interpretatzea eta jolas egitea.
- Nola zabaldu Bilboko itsasadarraren aberastasun naturala.

Bideratzaile: José Félix Tomás, *Gizartenatura, EDE Taldea.*

Datak: otsailak 28 eta martxoak 1.

Orduetgia: 10:00etatik 12:30era.

Prezioa: 10 €.

38 Minean, gaixotasunean eta heriotzan laguntzea (2. maila)

Edukiak

- Dolu motak sakontzea.
- Laneko teknikak: genogramak, agurrak, errituak...
- Kasuen azterketa.

Bideratzaile: Magdalena Pérez Trenado, *doluan espezializatutako psikologoa.*

Datak: martxoak 2 eta 3.

Orduetgia: ostiralean, 18:00etatik 20:00etara, eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara, eta 15:30etik 19:30era.

Prezioa: 40 €.

39 Ipuinak kontatzea eta sortzea

Edukiak

- Ipuina aukeratzea: fantasia eta pertsonaiak.
- Gure irudien deskribapena.
- Adinak, teknikak eta euskarriak.

Bideratzaile: Raket Imaz, *ipuin-kontalaria.*

Datak: martxoak 2 eta 3.

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

Prezioa: 39 €.

40 Jolas kooperatiboen bidez heztea (euskaraz)

Edukiak

- Hezitzailea jolas-saiotetan.
- Jolasa sozializazioan.
- Jolas kooperatiboen bilaketa.

Bideratzaile: *Bakeola.*

Datak: martxoak 9 eta 10.

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

Prezioa: 42 €.

41 Askatasunik ez duten pertsonekin egindako gizarte eta heziketa arloko esku-hartzea

Edukiak

- Pertsona legearen, espetxearen eta gizartearen aurrean.
- Espetxea eta haren ondorioak.
- Laguntza-harremana esku-hartzeko testuinguru gisa.
- Espetxea eta immigrazioa.
- Topaleku: gizarteratzea aisialdiaren bidez.

Bideratzaile: *Kartzelako Pastoraltzaren Bidesari elkarte.*

Datak: martxoak 23 eta 24.

Ordutegia: ostiralean, 18:00etatik 21:00etara, eta larunbatean, 10:00etatik 14:00etara, eta 15:30etik 19:30era.

Prezioa: 39 €.

42 Tratu txarreko egoerak detektatzea gure elkarteak erabiltzen dituzten emakumeen kasuan

Edukiak

- Emakumeen aurkako indarkeria.
- Tratu txarren egoerak detektatzeko tresnak.
- Detektatu dugu eta, orain, zer?

Bideratzaile: *Suspergintza Elkartearen tratu txarren egoeran dauden emakumeei hezkuntza arloko arreta emateko zerbitzua.*

Data: apirilak 20 eta 27.

Ordutegia: 09:30etik 14:00etara, eta 15:30etik 19:00etara.

Prezioa: 28 €.

43 Balkoi eta lokal jangarriak

Edukiak

- Gure balkoian edo lokalean baratzea diseinatzea.
- Landatzeko teknikak.
- Hazi onak eta hazitokiak.
- Konpost ekologikoa.
- Nola landu lurraren emankortasuna.

Bideratzaile: Estibaliz Redondo, *nekazaritza ekologikoan aditua.*

Data: maiatzak 3, 10, 17, 24 eta 31.

Ordutegia: 17:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 46 €.

44 Inguruko oihanak ezagutzen: Bilboko parkeak

Edukiak

- Gure orban oihantsuetako balio naturalak: Casilda eta Miserikordia parkeak.
- Gure parkeetan azaltzea, interpretatzea eta jolas egitea.
- Nola zabaldu Bilboko orban oihantsuetako aberastasun naturala.

Bideratzaile: José Félix Tomás, *Gizartenatura, EDE Taldea.*

Datak: maiatzak 16.

Ordutegia: 16:30etik 19:30era.

Prezioa: 10 €.

45 Emakumeak kontalari

Edukiak

- Emakumeen azterketa ipuin tradizioletan eta maitagarrien ipuinetan.
- Lo, giltzapean edo gatibu... beti besteek "salbatu" zain.
- Ipuin zaharren berreraikuntza eta berrien bilaketa.
- Genero-perspektibarekin kontatzea.

Bideratzaile: Rakele Imaz, *ipuin-kontalaria*

Datak: maiatzak 18 eta 19.

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

Prezioa: 39 €.

bolunta

prestakuntza
foroa

**TREBAKUNTZA
IREKIA**

elkarri eragitea

komunikaziorako, lidergorako
eta antolaketa mailako
garapenerako tresnak

46 Gatazketan bitartekaritza eskaintzea

Edukiak

- Kontzeptu mailako testuingurua.
- Gatazkak erregulatzeko trebeziak eta teknikak.
- Bitartekaritzaren printzipioak eta gakoak.

Bideratzaile: *Bakeola, Gatazketako bitartekaritzarako eta erregulaziorako zentroa.*

Datak eta ordutegiak:

A aukera: urriaren 19an, 17:00etatik 20:00etara.
B aukera: azaroaren 15ean, 10:00etatik 13:00etara.

Doako prestakuntza

47 Inteligentzia emozionala

Edukiak

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

Bideratzaile: *María Méndez, coach-a eta orientatzailea.*

Datak: urriak 28 eta 29.

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

Prezioa: 42 €.

48 Psikodrama: emozioak entzuten

Edukiak

- Psikodramako tresnak ezagutzea eta esperimintatzea.
- Teknika aktiboak praktikan jartzea.
- Taldeko eta banakako oinarria bizitzea.

Bideratzaile: *Auria Diharce, psikodramatista.*

Datak: azaroak 4 eta 5.

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

Prezioa: 42 €.

49 Taldean ikasten duten liderrak

Edukiak

- Taldeen barneko dinamika.
- Ezaugarriak.
- Taldeak zuzentzeko abilezia pertsonalak.
- Lidergo eraldatzailea eta partaidetza.

Bideratzaile: *Eduardo Escobés, EDE Fundazioaren Aholkularitza Saila.*

Datak: azaroak 11 eta 12.

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

Prezioa: 39 €.

50 Borondatezko lana aktibatzea eta sendotzea

(online, aurkezpen presentzialeko saioarekin)

Edukiak

- Kontzeptu mailako testuingurua.
- Boluntariotzaren barneko estatutua.
- Arreta-prozesuak.
- Boluntariotzaren arduraduna.

Bideratzaile: **boluntari** aholkularitza-zerbitzua.

Datak: urtarrilaren 9tik 27ra.

Saio presentziala: urtarrilaren 9an, 16:30etik 18:30era.

Iraupena: 25 ordu.

Prezioa: 25 €.

51 Lider coach: elkarte bateko erantzukizunak bideratzeko beste modu bat

Edukiak

- Hazten ari diren elkarteak eta lidergoa bideratzeko beste modu bat.
- Coachingaren kontzeptua eta lidergoari egiten dion ekarpena.
- Erantzukizuna eta lidergoa.
- Pertsona normalak, aparteko liderrak: sekretuaren gakoak.

Bideratzaile: *Enrique Sacanell, coacha eta aholkularia.*

Datak: urtarrilak 18, 23 eta 25.

Ordutegia: 10:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 42 €.

52 Zuzendaritza-batzordeen antolaketa eta sendotzea

Edukiak

- Zuzendaritza-batzordearen erantzukizunak eta lanak.
- taldeko eta banakako lana antolatzeko moduak.
- Barneko eta kanpoko bilerak eta harremanak dinamizatzeko estrategiak.
- Zuzendaritza-batzordeak eratzeko eta berritzeko zailtasunak.

Bideratzaile: Eduardo Escobés, *EDE Fundazioaren Aholkularitza Saila*.

Datak: urtarrilak 27 eta 28.

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

Prezioa: 39 €.

53 Polaritateak: nire barneko esna dagoen zatia eta lo dagoena

Edukiak

- Barneranzko begirada.
- Onartutako eta ez onartutako gure zatiak.
- Integrazioa helburu gisa.

Bideratzaile: Ana Baza, *hezitzailea eta psikoterapeuta, Agintzari*.

Datak: urtarrilak 30, eta otsailak 6 eta 13.

Ordutegia: 10:00etatik 14:00etara.

Prezioa: 42 €.

54 Partaidetzarako gakoak

Edukiak

- Partaidetzaren oinarriak.
- Partaidetza mailak.
- Parte hartzeko tresnak.

Bideratzaile: **boluntar**en aholkularitza-zerbitzua.

Datak: otsailak 3 eta 4.

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

Prezioa: 28 €.

55 Gorputza bitartekaritza

Edukiak

- Gorputza bitartekaritza: malgutasuna, egokigarritasuna, entzuteko gaitasuna.
- Bat-batekotasuna eta sormena bitartekaritza-prozesuaren oinarri gisa.
- Bitartekaritza aplikatutako teknika aktibo psikodramatikoak.

Bideratzaile: María Méndez, *coach-a eta orientatzailea*.

Datak: otsailak 17 eta 18.

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

Prezioa: 42 €.

56 Sinergiak

Edukiak

- Aroaren aldaketa: iraultza teknologikoa eta krisiaren erronkak.
- Elkarrean egitura berritza: berrikuntza antolaketan eta ekintzan.
- Sareak irazkitzen: elkarrean berriak eraikitzen kolektiboak.

Bideratzaile: CRAC taldea.

Datak: otsailak 23 eta 24.

Ordutegia: ostegunean, 16:00etatik 20:00etara, eta ostiralean, 09:30etik 14:00etara, eta 16:00etik 19:30era.

Prezioa: 42 €.

57 Hitz egin dezagun hitz egiteko gure moduaren inguruan

Edukiak

- Hizkuntzaren, emozioaren eta gorpuztasunaren integrazioa.
- Sinesmenak eta iritziak.
- Hizketaldi motak.
- Nola jardun elkarrekin.

Bideratzaile: Itziar Garai eta Ander Mimenza, *coachak, EDE Fundazioaren Aholkularitza Saila*.

Datak: martxoak 6, 8, 13 eta 15.

Ordutegia: 17:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 42 €.

58 Helburuetara zuzenduta entzuten duten elkarteak

Edukiak

- Komunikazioaren hobekuntza.
- Sektorean dugun tokiak lankidetzaren bidez.
- Pertsonak motibatuta eta helburu komunarekin dauden tokiak.

Bideratzaile: Asier Gallastegi, *aholkularia, coach-a eta trebatzailea.*

Datak: martxoak 26, 27 eta 28.

Orduetgia: 09:30etik 13:30era.

Prezioa: 42 €.

59 Zer egin gatazken aurrean lan-taldeetan

(online, aurkezpen presentzialeko saioarekin)

Edukiak

- Gatazka eta kausak.
- Nola aurre egin gatazkari.
- Komunikazioa eta erabakiak hartzeko prozesua.
- Bitartekaritza, adostasuna eta negoziazioa.

Bideratzaile: *Bakeola, Gatazketako bitartekaritarako eta erregulaziorako zentroa.*

Datak: apirilaren 16tik maiatzaren 4ra.

Saio presentziala: apirilaren 16an, 16:00etatik 18:00etara.

Iraupena: 25 ordu.

Prezioa: 42 €.

60 Elkartea sistema gisa

Edukiak

- Elkarteari aplikatutako printzipio sistemikoak.
- Nortasuna eta rolak elkartean.

Bideratzaile: Ander Mimenza, *EDE Fundazioaren Aholkularitza Saila.*

Datak: maiatzak 8, 10, 15 eta 17.

Orduetgia: 17:00etatik 20:00etara.

Prezioa: 42 €.

bolunta

prestakuntza
foroa

**TREBAKUNTZA
IREKIA**

informatizatzea

informatikako tresnak, IKTak eta
2.0 weba

61 Ofimatikako hastapenak (1. maila)

Edukiak

- Informatikako oinarriko kontzeptuak.
- Dokumentuak prestatzea eta gordetzea.
- Testu-prozesadorea (MS Word).

Bideratzaile: ST3ko Informatika Saila.

Datak: urriak 11, 13, 18 eta 20.

Ordutegia: 09:30etik 12:30era.

Prezioa: 42 €.

62 Ordubete Linux ezagutzeko

Edukiak

- Software librea eta haren abantailak.
- Elkartetan duen aplikazioa.
- Ubuntuaren ikuspegi orokorra.

Bideratzaile: *Reciclanet* Hezkuntza Elkartea.

Datak eta ordutegia:

A aukera: azaroaren 3an, 10:00etatik 11:00etara.

B aukera: urtarrilaren 19an, 17:00etatik 18:00etara.

Doako prestakuntza

Oharra: Partaide bakoitzari Ubuntuaren CD bat emango zaio.

63 Ofimatikako hastapenak (2. maila)

Edukiak

- Testu-prozesadorea (MS Word).
- Open Office aukera.
- Internet.

Bideratzaile: ST3ko Informatika Saila.

Datak: azaroak 22, 24 eta 29; eta abenduak 1.

Ordutegia: 09:30etik 12:30era.

Prezioa: 42 €.

64 IKTak eta 2.0 weba sarean lan egiteko, entzuteko eta parte hartzeko

Edukiak

- Zer tresna dago gure helburuetara egokituta?
- Ingurunearekiko lotura ezbaian jarri gabe erabil al ditzakegu?
- Nola erabiltzen ditugu informazioa biltzeko, jarduerak zabaltzeko, dokumentuak kudeatzeko eta partaidetza bultzatzeko?

Bideratzaile: Asier Gallastegi, *aholkularia, coach-a eta trebatzailea*.

Datak: abenduak 13, 15 eta 19.

Ordutegia: 09:30etik 13:30era.

Prezioa: 42 €.

65 Excel: elkartetarako tresna erabilgarria (1. maila)

Edukiak

- Lan-orri elektronikoa.
- Eredu praktikoak eraikitzea.
- Funtzio eta kalkulu komplexuak.
- Grafikoak eta tresna-barrak.

Bideratzaile: ST3ko Informatika Saila.

Datak: urtarrilak 16, 18, 23 eta 25.

Ordutegia: 16:00etatik 19:00etara.

Prezioa: 42 €.

66 Internet, komunikazioa eta software librea

Edukiak

- Internet bidez bideoak, liburuxkak eta kartelak sortzea eta argitaratzea.
- OpenShot (bideo-editorea), Inkscape eta Gimp (irudi-editoreak) eta Firefox (nabigatzailea).

Bideratzaile: *UnoyCero.com*.

Datak: otsailak 7, 9 eta 14.

Ordutegia: 10:00etatik 13:00etara.

Prezioa: 32 €.

Oharra: beharrezkoa da ordenagailua erabiltzen jakitea.

67 Diseinatu zure liburuxkak eta kartelak

Edukiak

- Publisher-a.
- Irudiaren oinarritzko edizioa.
- Liburuxkak eta kartelak inprimatzea.

Bideratzaile: ST3ko Informatika Saila.

Datak: otsailak 20, 22, 27 eta 29.

Ordutegia: 09:30etik 12:30era.

Prezioa: 42 €.

68 Excel: elkarreterako tresna erabilgarria (2. maila)

Edukiak

- Funtzio eta kalkulu konplexuak erabiltzea.
- Hipotesien taulak.
- Datu-baseak.
- Microsoft Excel Microsoft Accesekin erabiltzea.
- Inportazioko eta esportazioko aukerak.
- Taula dinamikoak.

Bideratzaile: ST3ko Informatika Saila.

Datak: apirilak 17, 19, 24 eta 26.

Ordutegia: 09:30etik 12:30era.

Prezioa: 42 €.

Non egingo den:

bolunta. (34 ikastaroa izan ezik).

Matrikula formalizatzea

Irailaren 12tik 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.



2011-2012 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- Gaunditu duten pertsoneri, ikastarorako bertaratzeko ziurtagiri bat bidaliko zaie postaz.

TREBAKUNTZA IREKIA

Inskripzio fitxa

11/12 IKASTURTEA

Lizen-abizenak

.....

NAN

Helbidea.....

.....

Herria eta posta-kodea:

.....

Posta elektronikoa

Telefona

Jaiotze data / /

Elkarte bateko kidea naiz bai ez

Zein?

Boluntariora

Langile ordaindua

x batekin matrikulatzen zaren ikastaroak seinatu:

- | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 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. | 60. |
| 61. | 62. | 63. | 64. | 65. | 66. | 67. | 68. | | |

Ordainketa era

BBK-ko hurrengo kontura dirua sartu

2095 0119 9 0 91 0400879 3

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

Datu pertsonalak babesteko araudiarekin bat etorriz, jakinarazten da ematen dituzun datu pertsonalak lkasleen fitxategian sartuko direla, **bolunta** marka erregistratuaren titularraren 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.