



18
Escola
d'estiu  del
Voluntariat
2017

Del 28 de juny al 13 de juliol

Del 13 al 21 de setembre

El que comença aquest estiu canviarà el món...
i comença amb tu!

Píndoles formatives, tallers i curs d'iniciació al voluntariat



L'EEV és un projecte formatiu de la **Direcció General d'Acció Cívica i Comunitària (DGACC)**, gestionat pel Servei de Promoció de l'Associacionisme i el Voluntariat, que consisteix en el desenvolupament de cursos especialitzats per a persones voluntàries. **Durant el mes de juny, juliol i setembre de 2017 es farà la 18a edició.**

Les persones voluntàries i responsables de les entitats de voluntariat, tenen a l'EEV l'oportunitat d'afegir en el seu currículum formacions realitzades per escoles del **Pla de Formació de l'Associacionisme i el Voluntariat de Catalunya (PFAVC)** i altres entitats especialitzades del sector associatiu.

En aquesta edició es preveu realitzar més de **30 cursos**, distribuïts en tres modalitats: **píndoles formatives, tallers i curs d'iniciació al voluntariat (CIV)**. D'aquesta manera les persones interessades poden matricular-se en cursos específics que es realitzaran a **les 8 seus territorials de l'Escola o en línia a través de l'aula virtual.**

La totalitat dels cursos, tindran una durada d'entre 3, 6 i 12 hores lectives i s'admetran de 15 a 40 alumnes. Precisament l'EEV està concebuda també com un punt de trobada de les entitats catalanes, en la qual les persones voluntàries de diferents entitats poden compartir els seus coneixements i enriquir-se amb l'intercanvi d'experiències pròpies de cada tipus d'organització i àmbit.

L'import de la matrícula s'assumeix des de la DGACC per a les persones assistents.

Aquest model formatiu va néixer el 1996 amb l'objectiu de generar un espai de trobada únic, on els alumnes tenien l'oportunitat de fer aquella formació que durant l'any no havien pogut realitzar.

El període d'inscripcions a l'EEV 2017 començarà el divendres 9 de juny a través de: **www.voluntariat.org**.



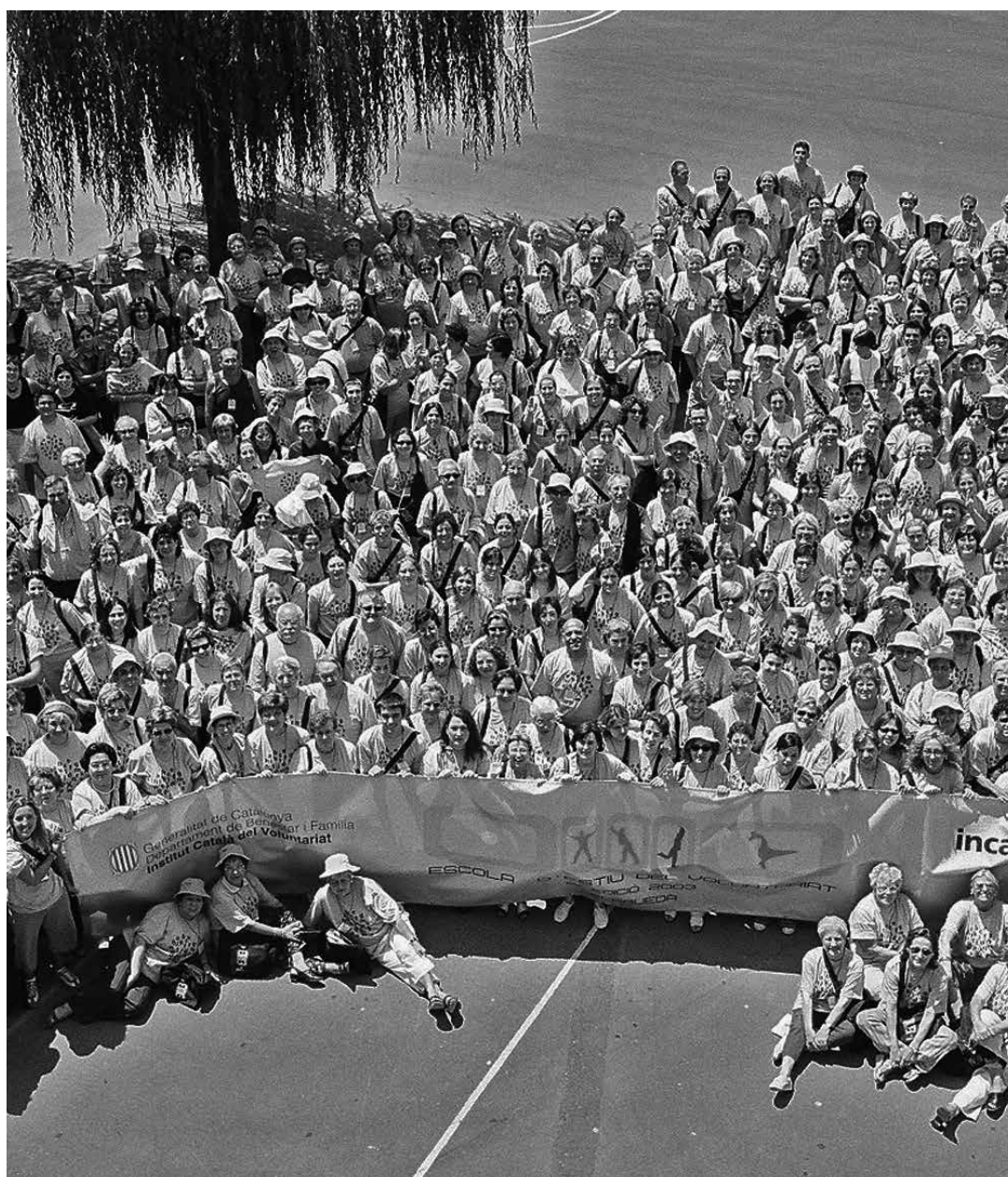
#EEV2017

La present edició de 2017 de l'EEV és un punt d'inflexió respecte les darreres edicions, especialment per la seva nova proposta formativa, amb un marcat caràcter pràctic.

36 cursos repartits en 3 modalitats; més de 1.440 places per a alumnes; entorn a 30 professors altament qualificats; una varietat pel que fa als continguts del programa que abasta les disciplines més importants per a les entitats sense ànim de lucre; i la possibilitat de rebre certificats de competències adquirides per la realització de cada curs, donen a aquesta proposta formativa un

rang difícil de trobar en les diverses ofertes educatives dins de Catalunya.

Una de les apostes d'aquesta edició és la promoció i comunicació, amb la suma de la participació activa de diferents agents com els Punts Locals de Voluntariat o les entitats formadores del PFAVC.



DATES

PF: Píndola formativa (3 hores)

TA: Taller (6 hores)

Curs d'iniciació al voluntariat (12 hores)

AMPOSTA

P6	TA "Educar als joves en relacions afectivo-sexuals"	12 i 13 de juliol
P7	TA "Coaching social"	20 i 21 de setembre

BARCELONA

P8	Curs d'iniciació al voluntariat	28/29 de juny i 5/6 de juliol
P9	PF "Com comunicar-nos amb la base social?"	11 de juliol
P10	PF "Finances bàsiques per a no financers"	11 de juliol
P11	PF "Big data per a associacions"	11 de juliol
P12	TA "Mindfulness"	12 i 13 de juliol
P13	TA "L'assertivitat una forma de relacionar-te eficaç"	12 i 13 de juliol
P14	TA "Resolució de conflictes en equips de voluntaris"	12 i 13 de juliol
P15	Curs d'iniciació al voluntariat	13/14/20/21 de setembre
P16	PF "El llenguatge corporal per a la comunicació"	19 de setembre
P17	PF "El poder de la infografia"	19 de setembre
P18	PF "Gestió de l'estrès"	19 de setembre
P19	TA "Tècniques de coaching"	20 i 21 de setembre
P20	TA "Eines per comunicar els actes de la teva entitat"	20 i 21 de setembre
P21	TA "Gestió d'equips de voluntariat"	20 i 21 de setembre

GIRONA

P22	Curs d'iniciació al voluntariat	28/29 de juny i 5/6 de juliol
P23	TA "La creativitat en projectes de lleure educatiu"	12 i 13 de juliol
P24	TA "Com gestionar les emocions en el voluntariat"	20 i 21 de setembre

GRANOLLERS

P25	TA "Mindfulness. Tècniques corporals i expressives"	12 i 13 de juliol
P26	Curs d'iniciació al voluntariat	13/14/20/21 de setembre
P27	TA "Captació de fons a les entitats"	20 i 21 de setembre

LLEIDA		
P28	TA "Gestió de petites associacions"	12 i 13 de juliol
P29	TA "Gestió de les emocions"	20 i 21 de setembre
P30	Curs d'iniciació al voluntariat	13/14 de set, i 20/21 de set
MANRESA		
P31	TA "Dinamització de jocs en l'espai públic"	12 i 13 de juliol
P32	PF "La teva entitat passaria una ITV?"	19 de setembre
P33	TA "Comunicació emocional en la gestió de voluntaris"	20 i 21 de setembre
SABADELL		
P34	TA "Coaching de vida"	12 i 13 de juliol
P35	TA "Lideratge des de la innovació"	20 i 21 de setembre
TARRAGONA		
P36	Curs d'iniciació al voluntariat	28/29 de juny i 5/6 de juliol
P37	TA "Eines per comunicar els actes de la teva entitat"	12 i 13 de juliol
P38	TA "Foment de la intel·ligència emocional"	20 i 21 de setembre
AULA VIRTUAL		
P39	"Comunica millor amb infografies"	28 de juny (12 hores)
P39	"Bullying: detecció, eines i recursos per afrontar-ho"	28 de juny (30 hores)
P39	Curs d'iniciació al voluntariat	28 de juny (18 hores)

DEDICA EL TEU ESTIU A FORMAR-TE PER CANVIAR EL MÓN!

TALLER

EDUCAR ALS JOVES

en relacions afectivo-sexuals



Com educadors, voluntaris o monitors que treballem amb adolescents i joves en algun moment ens trobem amb la situació d'haver d'abordar com tractar les relacions afectivo-sexuals.

Aquest curs et permetrà dotar-te d'eines en l'orientació per l'educació afectivo-sexual dels joves. Així com obtenir eines i recursos per fer front a actituds i consultes sexuals dels joves.

Contingut:

- Educació de la sexualitat.
- Reconèixer i valorar el propi cos.
- El vincle i les relacions entre els joves.
- Preguntes i respostes, les seves curiositats.
- Tallers de dinamització per joves.

Escola de formació:

Fundació Pere Tarrés

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Consell Comarcal del Montsià. Pl. Lluís Companys, s/n, Amposta

**Durada
6 hores**

TALLER

COACHING SOCIAL

Conèixer les bases del coaching social com a eina de reflexió i canvi en un entorn social.

Aplicar tècniques de coaching a espais de joves i de participació comunitària.

Què és el coaching? A qui va dirigit?

- El desenvolupament del/la responsable com a gestor/a d'equips.
- Estratègies per l'aprenentatge social i emocional.
- El responsable coach: aquell/a qui fa créixer.
- Gestió del coneixement i de les emocions.

Escola de formació:

Fundació Pere Tarrés

**Durada
6 hores**

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Consell Comarcal del Montsià. Pl. Lluís Companys, s/n, Amposta

CURS D'INICIACIÓ AL

VOLUNTARIAT



Contingut:

1. El voluntariat.
 - 1.1. Definicions.
 - 1.2. Característiques i valors de l'acció voluntària.
 - 1.3. Àmbits de l'acció voluntària.
 - 1.4. Entorn i context històric.
2. La persona voluntària.
 - 2.1. Què ens motiva a fer voluntariat?
 - 2.2. El perfil de la persona voluntària.
 - 2.3. La participació: element fonamental de l'acció voluntària.
 - 2.4. Drets i deures de la persona voluntària.
3. L'organització del voluntariat.
 - 3.1. Coneixement de l'entitat i del seu ideari

- i/o projecte d'acció.
- 3.2. Compromís amb l'entitat.
- 3.3. Articulació entre la persona remunerada i la persona voluntària.
- 3.4. El procés de participació en l'entitat.
- 3.5. El treball en equip.

Escola de formació:
Adhara

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Rda. Sant Pau, 80, Barcelona

Durada
12 hores

PÍNDOLA FORMATIVA

COM COMUNICAR-NOS

amb la base social?



La base social és l'element indispensable de les organitzacions. Comunicar-s'hi amb agilitat és imprescindible per a mantenir-la informada i fidelitzar el seu suport, tant a la pròpia entitat com a la seva tasca.

A través d'aquest taller coneixerem de manera eminentment pràctica les possibilitats que ofereixen algunes eines d'enviament de correus electrònics gratuïtes. **Aprofundirem especialment en el funcionament i les potencialitats de Mailchimp per a comunicar-nos de forma fàcil amb els diferents públics que té la nostra entitat (mitjançant butlletins periòdics, campanyes específiques, invitacions a esdeveniments, etc.).**

Contingut:

- Introducció: la comunicació com a element clau de la sostenibilitat associativa.
- Potencialitats i diferències entre cada eina.
- Com obrir un compte de Mailchimp i com crear llistes per a fer-hi enviaments.
- Com crear campanyes.
- Conèixer l'impacte del nostre enviament.
- Com pot ajudar-nos Mailchimp.

Escola de formació:
Observatori del Tercer Sector

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Av. del Cardenal Vidal i Barraquer, 30, Barcelona

Durada
3 hores

PÍNDOLA FORMATIVA

FINANCES BÀSIQUES

per a no financers



A vegades, els números de l'entitat es converteixen en una dificultat. En aquest taller es donen indicacions clares per tal que les persones puguin entendre els comptes de l'entitat i prendre decisions adequades a la realitat de l'entitat. En un llenguatge fàcil i accessible per a tothom, sense necessitats de coneixement comptables o financers previs.

Farem un repàs dels principals elements imprescindibles per tal d'entendre els comptes de l'entitat.

Contingut:

- Balanç: Què ens explica i parts que el componen.
- Compte de resultats.
- Control pressupostari i de tresoreria.

Escola de formació:
Observatori del Tercer Sector

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Av. del Cardenal Vidal i Barraquer, 30, Barcelona

Durada
3 hores

PÍNDOLA FORMATIVA

BIG DATA

per a associacions



La informació disponible a les entitats és molta, i moltes organitzacions tenen problemes per identificar la informació rellevant, organitzar-la i analitzar-la de manera útil, és a dir, per detectar noves necessitats, conèixer més als usuaris o millorar els serveis. En definitiva, aconseguir que la informació es converteixi en un aliat de l'entitat per la seva millora.

Els objectius del taller són reflexionar sobre el potencial de l'anàlisi de les dades per millorar l'activitat associativa i donar pistes sobre la recollida, gestió i anàlisi bàsic de les dades a una associació.

Contingut:

- Introducció: per què volem gestionar i analitzar dades?
- Bases de dades.
- Mètodes de recollida de la informació.
- Anàlisi de la informació.
- Presentació de resultats.
- Ús de les dades.

**Durada
3 hores**

Escola de formació:
Observatori del Tercer Sector

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Av. del Cardenal Vidal i Barraquer, 30, Barcelona

TALLER

MINDFULNESS



En aquesta formació, es treballaran tècniques per augmentar els nivells d'atenció i relaxació a través de la pràctica de la consciència plena o Mindfulness.

Contingut:

- Consciència emocional: relaxar-se i deixar anar.
- Com fer una relaxació corporal.
- Aprèn i ensenya a meditar en la vida quotidiana.
- Identificació de l'estrès i com superar-lo.
- Identificació de les emocions.
- La gestió de les emocions a través de la consciència plena.

Durada
6 hores

Escola de formació:
Centre de Formació de Fundesplai

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: carrer d'en Llàstics, 2, Barcelona

TALLER

L'ASSERTIVITAT

UNA FORMA DE RELACIONAR-TE EFICAÇ



L'assertivitat és una capacitat que l'ésser humà és capaç de desenvolupar, aquesta té nombrosos beneficis en les persones, ja que, a partir del seu domini som capaços de millorar l'autoestima i el nostre autoconcepte a través d'una observació introspectiva. Aquest fet ens permet gaudir plenament de les relacions amb els altres així com aprendre a comunicar-te de manera assertiva.

En aquest curs repassaràs i analitzaràs els tres estils de comportament, seràs capaç de conèixer a les persones assertives a partir del seu comportament. A part, a partir del treball que realitzaràs amb els casos pràctics, podràs identificar les conductes tant assertives com no assertives a partir de la fonamentació teòrica treballada en aquest curs.

Contingut:

- Test d'assertivitat.
- Els drets de la persona assertiva.
- Com reconèixer una persona assertiva.
- La relació de l'autoestima i assertivitat.
- Tècniques per comunicar-nos de forma assertiva.

**Durada
6 hores**

Escola de formació:
Fundació Pere Tarrés

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Facultat Pere Tarrés-URL. c.
Santaló, 37, Barcelona

TALLER

RESOLUCIÓ

DE CONFLICTES EN EQUIPS DE VOLUNTARIS



Quan treballem amb persones, voluntaris, monitors o infants poden sorgir diferents tipus de conflicte. **Saber gestionar-los ens permetrà treballar i educar millor, i fer del conflicte una eina també de treball i aprenentatge.** A través del conflictes poden existir tot un seguit de possibilitats educatives. Aquest curs t'oferirà la possibilitat d'explorar, treballar i aprendre a gestionar els conflictes.

Contingut:

- El concepte de conflicte.
- La resolució de conflictes i les seves fases.
- Les habilitats socials: empatia i assertivitat.
- La comunicació en les relacions interpersonals.
- Diferents concepcions educatives del conflicte.
- Estratègies per a la resolució del conflicte: l'arbitratge, la negociació, la mediació, el consens.
- La mediació i els factors que intervenen.
- El paper del/la mediador/a i les seves característiques necessàries.

Durada
6 hores

Escola de formació:
Fundació Pere Tarrés

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Facultat Pere Tarrés-URL. c.
Santaló, 37, Barcelona

CURS D'INICIACIÓ AL VOLUNTARIAT



Contingut:

1. El voluntariat.
 - 1.1. Definicions.
 - 1.2. Característiques i valors de l'acció voluntària.
 - 1.3. Àmbits de l'acció voluntària.
 - 1.4. Entorn i context històric.

2. La persona voluntària.
 - 2.1. Què ens motiva a fer voluntariat?
 - 2.2. El perfil de la persona voluntària.
 - 2.3. La participació: element fonamental de l'acció voluntària.
 - 2.4. Drets i deures de la persona voluntària.

3. L'organització del voluntariat.
 - 3.1. Coneixement de l'entitat i del seu ideari i/o projecte d'acció.
 - 3.2. Compromís amb l'entitat.
 - 3.3. Articulació entre la persona remunerada i la persona voluntària.
 - 3.4. El procés de participació en l'entitat.
 - 3.5. El treball en equip.

Escola de formació:
Adhara

Durada
12 hores

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Rda. Sant Pau, 80, Barcelona

PÍNDOLA FORMATIVA

EL LLENGUATGE

CORPORAL PER A LA COMUNICACIÓ



El llenguatge corporal és una manera de comunicació que comprèn tot el que té a veure amb el llenguatge no verbal: amb els gestos, postures, moviments, i que transmeten i informen alguna cosa que va més enllà de les pròpies paraules, del llenguatge verbal. Tenir coneixement del propi llenguatge corporal i de la seva pròpia expressió, col·labora entre altres coses, a la identificació de les pròpies emocions: on s'allotgen aquestes emocions en el nostre cos, quins són les sensacions, com ajudo al meu propi cos a gestionar les emocions. **Tenir present l'expressió del nostre propi cos permet que la perspectiva de l'abordatge en la relació amb els altres sigui més integral i que la comunicació estigui més d'acord amb allò que sentim.**

Contingut:

- Prendre consciència del propi llenguatge corporal.
- Identificar les pròpies emocions a través del cos: on s'allotgen, com les exprés corporalment. I aprendre què necessito fer amb aquestes emocions a través del cos.
- Identificar els propis bloquejos corporals i aprendre a realitzar un acompanyament dels mateixos a través de la respiració i de determinades tècniques posturals.
- Utilitzar el joc com a porta d'entrada al nostre llenguatge corporal i com podem usar-ho com a via per relacionar-nos amb altres.

**Durada
3 hores**

Escola de formació:

ABD

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: c. Quevedo, 2, baixos, Barcelona

PÍNDOLA FORMATIVA
EL PODER

DE LA INFOGRAFIA

BARCELONA



Per les entitats és bàsic comunicar. I al segle XXI, amb les xarxes socials, les formes de comunicar estan canviant: les dades es converteixen en infografies per poder transmetre idees de manera viral. **Al taller es donaran pistes per fer infografies relacionades amb la missió i activitat de l'entitat per difondre a les xarxes socials.** Descobreix la forma de comunicar que està canviant la manera de transmetre missatges a la societat.

Contingut:

- Què és una infografia?
- Utilitats de les infografies.
- Per on comencem? Plantejar la infografia.
- El disseny de la infografia.
- Eines per elaborar infografies.
- Difusió de les infografies.

Escola de formació:
 Observatori del Tercer Sector

Durada
3 hores

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Av. del Cardenal Vidal i Barraquer, 30, Barcelona

PÍNDOLA FORMATIVA
**GESTIÓ
DE L'ESTRÈS**



En aquesta formació es vol proporcionar a les persones participants, eines i tècniques per a la reducció de l'estrès , per tal de poder-lo afrontar, en les situacions quotidianes, al treball o en la seva tasca com a voluntaris/es.

Contingut:

- Què és l'estrès?
- Factors estressants.
- Reconeixement de símptomes de manifestació d'estrès.
- Tècniques per al control de l'estrès.
- Tècniques de Visualització.
- Tècniques de Relaxació i respiració.

Escola de formació:
Centre de Formació de Fundesplai

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: carrer d'en Llàstics, 2, Barcelona

Durada
3 hores

TALLER

TÈCNIQUES DE COACHING



En aquest curs es vol donar a conèixer el coaching com a **eina per a poder treballar les habilitats bàsiques per desenvolupar el potencial individual i com a instrument per gestionar els conflictes** i les dificultats en les relacions amb el altres aportant el millor d'un mateix.

Contingut:

Introducció: Què és el coaching?

1. Les definicions personals.

2. La visió sistèmica.

- La persona com a sistema.
- Llenguatge.
- Cos.
- Emocions.

- La roda de la vida.
- La roda del treball.

3 El canvi.

- El sistema de creences possibilitador.
- Importància del fet lingüístic-emocional-corporal.
- Lideratge d'un mateix.
- Proactivitat i reactivitat.

**Durada
6 hores**

Escola de formació:

Centre de Formació de Fundesplai

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: carrer d'en Llàstics, 2, Barcelona

TALLER

EINES

PER COMUNICAR ELS ACTES DE LA TEVA ENTITAT



A partir d'un cas pràctic **treballarem les claus per millorar la comunicació dels actes que les entitats organitzen**. A través d'eines senzilles, que estan a l'abast de tothom, aprendrem com podem maximitzar la difusió dels esdeveniments que tenim programats per tal que arribin a un màxim nombre de persones.

Es tracta d'un curs eminentment pràctic, dirigit a entitats que volen potenciar la comunicació dels seus actes i no coneixen les eines bàsiques.

Contingut:

- Què tenim en compte al comunicar un acte?
 - *Públic Objectiu.
 - *Missatge.
 - *Quan comuniquem: abans, durant i després.
- Eines per difondre un acte.
 - *Creació de material gràfic i/o audiovisual
- Canals de difusió.

Escola de formació:
Federació Catalana de Voluntariat Social

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Aula formació Voluntaris.cat.
c. Grassot, 3, planta baixa, Barcelona

Durada
6 hores

TALLER

GESTIÓ D'EQUIPS

DE VOLUNTARIAT



Els objectius d'aquest taller són dotar de recursos per a la creació, gestió i avaluació d'equips de treball per a una optimització de la feina i dels resultats en els equips. I analitzar els aspectes que possibiliten una major motivació i implicació dels voluntaris i voluntàries.

Contingut:

- Com preparar i crear equips de treball.
- Distribucions de tasques en els equips de treball.
- Funcionament d'equips de treball.
- La relació en els equips de treball.

Escola de formació:
Fundació Pere Tarrés

Durada
6 hores

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Facultat Pere Tarrés-URL. c.
Santaló, 37, Barcelona

CURS D'INICIACIÓ AL **VOLUNTARIAT**



Contingut:

1. El voluntariat.

- 1.1. Definicions.
- 1.2. Característiques i valors de l'acció voluntària.
- 1.3. Àmbits de l'acció voluntària.
- 1.4. Entorn i context històric.

2. La persona voluntària.

- 2.1. Què ens motiva a fer voluntariat?
- 2.2. El perfil de la persona voluntària.
- 2.3. La participació: element fonamental de l'acció voluntària.
- 2.4. Drets i deures de la persona voluntària.

3. L'organització del voluntariat.

- 3.1. Coneixement de l'entitat i del seu ideari i/o projecte d'acció.
- 3.2. Compromís amb l'entitat.
- 3.3. Articulació entre la persona remunerada i la persona voluntària.
- 3.4. El procés de participació en l'entitat.
- 3.5. El treball en equip.

Escola de formació:
Escola de l'Esplai de Girona

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: c. Antic Roca, 38, 3r, Girona

Durada
6 hores

TALLER

LA CREATIVITAT

EN PROJECTES DE LLEURE EDUCATIU



Taller on s'ofereiran i es treballaran diferents propostes per tal de **innovar creativament en espais i activitats de lleure educatiu**.

Desenvolupar eixos d'animació, aplicar i desenvolupar tècniques creatives amb els infants i joves, incorporar el fet creatiu en la pràctica educativa.

Contingut:

- Conèixer tècniques d'animació, expressió i creativitat.
- Descriure tècniques creatives aplicables al context de les activitats temàtiques de lleure infantil i juvenil.
- Valoració de la creativitat en el disseny de

l'oferta d'activitats de lleure.

- Tècniques i recursos per a fomentar la creativitat.
- Descobrir la creativitat com a mitjà d'expressió.
- Aprendre estratègies metodològiques.
- Conèixer diferents tècniques i suports per cultivar i desenvolupar la creativitat.

**Durada
6 hores**

Escola de formació:
Escola de l'Esplai de Girona

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: c. Antic Roca, 38, 3r, Girona

TALLER

COM GESTIONAR

LES EMOCIONS EN EL VOLUNTARIAT



Fer voluntariat genera moltes emocions que a la vegada influeixen en l'acció voluntària. **Saber identificar aquestes emocions i aprendre a gestionar-les és l'objectiu fonamental d'aquesta càpsula que vol dotar a les persones que fan voluntariat d'eines pràctiques de gestió de les emocions que siguin totalment aplicables a la seva acció voluntària.**

Contingut:

- Les emocions en l'acció voluntària.
- L'educació emocional.

Escola de formació:
Federació Catalana de Voluntariat Social

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Hotel d'Entitats La Rutlla. c. la Rutlla, 20-22, Girona

**Durada
6 hores**

TALLER MIND- FULLNES

TÈCNIQUES CORPORALS I EXPRESSIVES

El curs consisteix en un espai de treball continuat en el què prendrem CONSCIÈNCIA de nosaltres mateixos: de com som, com vivim, com ens tractem i com ens relacionem.

La finalitat és viure d'una forma més conscient, en l'aquí i ara, evitant els automatismes i tots aquells hàbits que no ens afavoreixen sinó que ens limiten.

Millorarem la nostra autoestima, detectant les nostres potencialitats per tal d'enfocar-nos en aquelles àrees que desitgem millorar per a aconseguir objectius personals, una major qualitat de vida i una millora de les nostres relacions interpersonals.

Contingut:

MÓDUL 1: Tècniques gestàltiques i mindfulness.

- La importància de viure en el present: l'aquí i ara.
- L'Atenció plena: Mindfulness.
- Meditació vipassana i meditacions actives.
- Awareness: l'adonar-se (dels meus recursos i potencialitats).
- Eneagrama de la personalitat: descobrint el nostre caràcter (com a eina d'autoconeixement).
- Responsabilitat.

MÓDUL 2: Tècniques corporals i expressives i Moviment.

- Aquí i ara = cos i emoció.
- Les 4 emocions bàsiques.
- Emoció permesa, emoció fixada, emoció censurada.
- Cicle de necessitats.



Escola de formació:
Fundació Pere Tarrés

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Punt de Voluntariat Granollers
Can Jonch. Centre de Cultura per la Pau. c. del Rec, 19, Granollers

Durada
6 hores

CURS D'INICIACIÓ AL

VOLUNTARIAT



Contingut:

1. El voluntariat.
 - 1.1. Definicions.
 - 1.2. Característiques i valors de l'acció voluntària.
 - 1.3. Àmbits de l'acció voluntària.
 - 1.4. Entorn i context històric.

2. La persona voluntària.
 - 2.1. Què ens motiva a fer voluntariat?
 - 2.2. El perfil de la persona voluntària.
 - 2.3. La participació: element fonamental de l'acció voluntària.
 - 2.4. Drets i deures de la persona voluntària.

3. L'organització del voluntariat.
 - 3.1. Coneixement de l'entitat i del seu ideari i/o projecte d'acció.
 - 3.2. Compromís amb l'entitat.
 - 3.3. Articulació entre la persona remunerada i la persona voluntària.
 - 3.4. El procés de participació en l'entitat.
 - 3.5. El treball en equip.

Escola de formació:
Adhara

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Punt de Voluntariat Granollers
Can Jonch. Centre de Cultura per la Pau. c. del Rec, 19, Granollers

Durada
12 hores

TALLER

CAPTACIÓ DE FONDS

A LES ENTITATS



En aquest taller farem una recerca participativa de tots aquells aspectes -no només els econòmics- relacionats amb la captació de fons: a partir de l'anàlisi d'allò que tenim i oferim, arribarem a allò que ens ofereix el nostre entorn i, per tant, les oportunitats que podem aprofitar i les estratègies que podem adoptar, amb especial atenció al treball en xarxa.

Contingut:

1. El pla de captació de fons privat.
2. El "secret" de la captació de fons privats.
3. Estratègies per accedir a empreses.
4. Estratègies per accedir a donants particulars.
5. El captador de fons.

Durada
6 hores

Escola de formació:
Centre de Formació de Fundesplai

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Centre Cívic Nord. c.
Lledoner, 6, Granollers

TALLER

GESTIÓ DE PETITES

ASSOCIACIONS



Conèixer el món de les organitzacions sense ànim de lucre i especialment en el món de l'associacionisme, així com realitzar un estudi dels aspectes essencials que s'han de tenir en compte per dur a terme una bona gestió d'una associació.

Contingut:

Introducció.

1. Concepte d'associació.
2. Punts forts i febles de l'associacionisme.
3. Tipus d'associacions.

Recursos de l'associació i la seva gestió.

1. Recursos personals: la massa social, voluntariat i professionals.
2. Recursos econòmics: el pressupost i

altres vies de finançament de l'associació.
3. La gestió social i econòmica dels recursos: les obligacions fiscals i laborals de l'associació.

Escola de formació:

**Escola de l'Esplai de Lleida –
Fundació Verge Blanca**

**Durada
6 hores**

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: c. Acadèmia, 17, Lleida

TALLER

GESTIÓ DE LES EMOCIONS



T'agradaria adquirir coneixements bàsics sobre educació emocional i com aplicar aquests coneixements a la nostra vida quotidiana?

Contingut:

1. Intel·ligència emocional.
2. Consciència emocional: concepte d'emoció, tipus d'emocions, components.
3. Regulació emocional. Estressos i estratègies d'afrontament.
4. Autoestima.
5. Habilitats socioemocionals. La comunicació en les relacions interpersonals.
6. Habilitats de vida. Presa de decisions.
7. Característiques de les persones emocionalment intel·ligents.

Escola de formació:
Escola de l'Esplai de Lleida –
Fundació Verge Blanca

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: c. Acadèmia, 17, Lleida

Durada
6 hores

CURS D'INICIACIÓ AL VOLUNTARIAT



Contingut:

1. El voluntariat.
 - 1.1. Definicions.
 - 1.2. Característiques i valors de l'acció voluntària.
 - 1.3. Àmbits de l'acció voluntària.
 - 1.4. Entorn i context històric.
2. La persona voluntària.
 - 2.1. Què ens motiva a fer voluntariat?
 - 2.2. El perfil de la persona voluntària.
 - 2.3. La participació: element fonamental de l'acció voluntària.
 - 2.4. Drets i deures de la persona voluntària.
3. L'organització del voluntariat.
 - 3.1. Coneixement de l'entitat i del seu ideari i/o projecte d'acció.
 - 3.2. Compromís amb l'entitat.
 - 3.3. Articulació entre la persona remunerada

- i la persona voluntària.
- 3.4. El procés de participació en l'entitat.
- 3.5. El treball en equip.

**Durada
12 hores**

Escola de formació:
Federació Catalana de Voluntariat Social

Hora: 17.00 - 20.00

Lloc: Espai Salut. c. Henry Dunant, 1, Lleida

TALLER

DINAMITZACIÓ DE JOCS

EN L'ESPAI PÚBLIC



El valor i potencial del joc és ben sabut per tothom. Tan com a un instrument educatiu, com a un element cultural i d'identitat col·lectiva, com una alternativa d'oci.

En aquest taller parlarem de la dinamització i animació de jocs al carrer amb la finalitat també de reivindicar temps i espais per al joc, sobretot en els espais públics, carrers i places.

Contingut:

- El valor educatiu del joc.
- El joc com element cultural i d'identitat col·lectiva.
- La dinamització d'espais públics a través de jocs.
- El paper del voluntari/ària.
- Tipologia de jocs.
- Elements organitzatius i de gestió de l'espai. Recull de recursos lúdics.

**Durada
6 hores**

Escola de formació:
CAE

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: CAE. Plaça Milcentenari, s/n,
Manresa

PÍNDOLA FORMATIVA

LA TEVA ENTITAT

PASSARIA UNA ITV?

Amb aquesta formació et proposem fer un chek list de diferents temes –legals, documentals, fiscals, etc.– i fer una mínima explicació de cadascun per tal que com entitat puguis valorar si aquell punt el tenen ben resolt o no.

Contingut:

- Obligacions associatives.
- Obligacions fiscals.
- Obligacions derivades de les persones.
- Obligacions derivades de la gestió i l'activitat.
- Conclusions.
- Recursos.

Escola de formació:

CAE

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: CAE. Plaça Milcentenari, s/n,
Manresa

Durada
3 hores

TALLER

COMUNICACIÓ

EMOCIONAL EN LA GESTIÓ DE VOLUNTARIS

MANRESA



Saps reconèixer la teva capacitat de lideratge?

Des de quines emocions et comuniqués amb els altres?

Saps que el que arriba primer de tu als altres són les teves emocions?

Saber gestionar les teves emocions i sentiments et pot ajudar a viure d'una forma més positiva, enfrontar-te millor als conflictes i gestionar millor els equips de voluntaris.

Contingut:

- Model de competències emocionals.
- Consciència emocional.
- Regulació emocional.
- Autonomia emocional.
- Competència socioemocional.
- El lideratge emocional en la gestió d'equips de voluntaris.
- Habilitats de vida i benestar.

Escola de formació:

CAE

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: CAE. Plaça Milcentenari, s/n, Manresa

**Durada
6 hores**

TALLER

COACHING DE VIDA



Les persones, no ens mantenim en estàtiques al llarg de la vida, busquem l'evolució i el canvi en tots els àmbits de la nostra vida. Per tal de desenvolupar habilitats, la persona ha de ser capaç de dotar-se d'eines per tal de realitzar aquestes accions que permetin, en essència, poder evolucionar.

Gràcies al coaching existencial, la mateixa persona és capaç de marcar-se uns objectius i unes accions que permetran la consecució del que vol.

En aquest curs, se centrarà en aquest tipus de coaching, on es recollirà una sèrie d'eines que faran possible l'aplicació a qualsevol situació.

Contingut:

- Què és el coaching? Història.
- Roda o ecologia de vida.
- Què vull? Cap a on vaig? Com ho aconseguixo? Què necessito?
- Formulació d'objectius i pla d'acció.
- Recursos, Obstacles i evidències.
- Creences limitants vs Creences potencials.

Escola de formació:
Fundació Pere Tarrés

Durada
6 hores

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Centre Cívic de la Creu Alta
- Cal Balsach. Ctra. de Prats de
LLuçanès, 16, Sabadell

TALLER LIDERATGE

DES DE LA INNOVACIÓ



En aquesta formació, treballarem la gestió dels equips de treball i les eines i recursos pràctics que ens ajuden a organitzar, motivar i formar equips de treball.

Amb una **metodologia participativa**, **descobrirem les característiques del bon lideratge**, així com les particularitats de la gestió d'equips en les entitats no lucratives, estratègies de comunicació, de motivació, etc.

Contingut:

1. El treball en equip.
2. Els rols en l'equip de treball.
3. El lideratge de l'equip.
4. La motivació.
5. La gestió de la comunicació.
6. La resolució de conflictes.

**Durada
6 hores**

Escola de formació:
Centre de Formació de Fundesplai

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Centre Cívic de la Creu Alta
- Cal Balsach. Ctra. de Prats de
LLuçanès, 16, Sabadell

CURS D'INICIACIÓ AL **VOLUNTARIAT**



Contingut:

1. El voluntariat.
 - 1.1. Definicions.
 - 1.2. Característiques i valors de l'acció voluntària.
 - 1.3. Àmbits de l'acció voluntària.
 - 1.4. Entorn i context històric.
2. La persona voluntària.
 - 2.1. Què ens motiva a fer voluntariat?
 - 2.2. El perfil de la persona voluntària.
 - 2.3. La participació: element fonamental de l'acció voluntària.
 - 2.4. Drets i deures de la persona voluntària.

3. L'organització del voluntariat.
 - 3.1. Coneixement de l'entitat i del seu ideari i/o projecte d'acció.
 - 3.2. Compromís amb l'entitat.
 - 3.3. Articulació entre la persona remunerada i la persona voluntària.
 - 3.4. El procés de participació en l'entitat.
 - 3.5. El treball en equip.

**Durada
12 hores**

Escola de formació:
Federació Catalana de Voluntariat Social

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Casa de Concilis. c. de les Coques, s/n, Tarragona

TALLER EINES PER COMUNICAR

ELS ACTES DE LA TEVA ENTITAT



A partir d'un cas pràctic **treballarem les claus per millorar la comunicació dels actes que les entitats organitzen**. A través d'eines senzilles, que estan a l'abast de tothom, aprendrem com podem maximitzar la difusió dels esdeveniments que tenim programats per tal que arribin a un màxim nombre de persones. Es tracta d'un curs eminentment pràctic, dirigit a entitats que volen potenciar la comunicació dels seus actes i no coneixen les eines bàsiques.

Contingut:

- Què tenim en compte al comunicar un acte?

*Públic Objectiu.

*Missatge.

*Quan comuniquem: abans, durant i després.

- Eines per difondre un acte.

*Creació de material gràfic i/o audiovisual

- Canals de difusió.

Escola de formació:
Federació Catalana de
Voluntariat Social

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Casa de Concilis. c. de les
Coques, s/n, Tarragona

Durada
6 hores

TALLER

FOMENT

DE LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL



En els últims anys les emocions han acaparat l'atenció dels investigadors i de la societat en general.

El concepte d'Intel·ligència Emocional és útil per descriure un conjunt d'habilitats i competències que esdevenen claus per a la vida quotidiana.

Aquest curs pretén proporcionar eines i recursos eficaços per aprendre a reconèixer les pròpies emocions i les dels/de les altres, així com fomentar l'expressió adequada fent ús de determinades habilitats personals i socials.

Contingut:

- Què són les emocions?
- Característiques i utilitats de les emocions.
- Aprenent a fomentar la gestió emocional.
- Efectes sobre l'autoestima i el benestar.

**Durada
6 hores**

Escola de formació:

Creu Roja

Hora: 18.00 - 21.00

Lloc: Avinguda Principat d'Andorra,
61, Tarragona



COMUNICA MILLOR AMB INFOGRAFIES

Escola de formació: el TEB.

Contingut:

1. El valor de la infografia, conceptes bàsics de la informació visual.
2. Eines gratuïtes per fer infografies.
3. Construïm una infografia.
4. Difusió de la infografia.
5. Anàlisi d'impacte amb xarxes socials.

BULLYING: DETECCIÓ, EINES I RECURSOS PER AFRONTAR-HO

Escola de formació: Centre de Formació de Fundesplai.

Contingut:

- Definició de bullying. Classificació dels diferents tipus de maltractaments entre iguals.
- Mites i realitats entre l'abús de poder entre iguals.
- Estratègies de detecció i prevenció de maltractaments entre iguals.

- Models i estratègies d'intervenció.
- Recursos per a la intervenció.

CURS D'INICIACIÓ AL VOLUNTARIAT

Escola de formació: Fundació Pere Tarrés.

Contingut:

Dotar als i a les participants del coneixements bàsics necessaris per a comprendre l'entorn del voluntariat i els diferents contextos d'actuació així com les seves implicacions i principis organitzatius, posant especial èmfasi en el seu caràcter participatiu i comunitari.

Mòdul 1: «El voluntariat»

Mòdul 2: «La persona voluntària»

Mòdul 3: «L'organització del voluntariat»

ORGANITZA:



Generalitat de Catalunya
**Departament de Treball,
Afers Socials i Famílies**

WWW.VOLUNTARIAT.ORG

AMB EL SUPORT DE:



I la col·laboració de les escoles de formació:

ABD
Adhara, escola d'educadors en el lleure
CAE
Centre de Formació de Fundesplai
Creu Roja
El Teb
Escola de l'Esplai de Girona
Escola de l'Esplai de Lleida - Fundació Verge Blanca
Federació Catalana de Voluntariat Social
Fundació Pere Tarrés