

OINARRIZKO GIZARTE ZERBITZUA

ARANGUREN IBARREKO UDALAREN INFORMAZIO BULETINA

OTSAILA 2023 / 61. ZK.

Nabarmentzekoak...

ENPLEGU PLANA

▶ LAN AURREKO TAILERRA

- LOREZAINZARI BURUZKO
OINARRIZKO IKASTAROA

▶ ZIURTAGIRI PROFESIONALA

- 1. MODULUA: HODIAK
JARTZEA

▶ LAN POLTSA

HAURRAK ETA FAMILIA

▶ HAURTZAROARI ETA FAMILIA-HARRERARI BURUZKO JARDUNALDIA

▶ INAUTERIETAKO TAILERRA

▶ FAMILIENDAKO TAILERRAK

- "FAMILIA KONTZIENTEAK"
- "LAGUNTZA EMOZIONALA"
- "DOLUARI BEGIRA GURE SEME-ALABEKIN BATERA"

▶ 14 ETA 35 URTE BITARTEKO GAZTEENDAKO AHOLKULARITZA PSIKOLOGIKOA

ADINEKO PERTSONAK

▶ TAILERRA: OSASUN KARPETA, CL@VE-A ETA BESTE APPAK

BESTE ZERBITZU ETA JARDUERAK

▶ INTERESATZEN AHAL ZAIZU...

- TAILERRA: HEZUR-OSASUNA HELDUAROAN
- TALILERRA: AURRETIAZKO BORONDATEAK

Aranguren Ibarreko Udaleko OGIren Informazio Buletina posta elektronikoz jaso nahi baduzu, msanpedro@aranguren.es helbidera mezu elektronikoa bat bidaliz eska dezakezu, eta adierazi izena, abizenak, telefonoa eta zein helbideretan jaso nahi duzun buletina.

Modu horretan, Buletina e-postaz jasoko duzu eta Gizarte Zerbitzuko Arloari dagokion guztiari buruzko berri izanen duzu, eta garaiz.



MUTILOA PLAZA Z/G – MUTILOA
ORDUTEGIA: ASTELEHENETIK
OSTIRALERA
9:00ETATIK 14:00ETARA
TEL: 948151382

Jardunaldia: haurren eta nerabeen eskubideak eta harrera familiarra



Ba al dakizu nola hazi daitekeen zure familia? Gustatuko al litzaizuke Harrera Familia gisa haztea?

Nafarroako Gobernuak Eskubide Sozialetako Departamentuak eta Aranguren Ibarreko Udalak **Jardunaldi hau** antolatu dute **Haurren eta Nerabeen Eskubideez eta Harrera Familiarraren sustapenez** adingabekoen artean. Horretarako, hizlarien artean, **MAGALE elkarte**a etorriko zaigu (Harrera Familien Nafar Elkarte) Harrera Familiarra zertan datzan azaltzera; horrez gain, jardunaldian, familien esperientzia interesgarriak entzuten ditugu.

Adingabeekiko esperientzia ikusirik, argi eta garbi esan dezakegu familia biologikoaren-

gandik bereizi behar izan dituzten adingabeek (familiek behar bezala artatu ezin izan dituztelako) eta, ondoren, Harrera Familia batean aldi baterako hartu dituztenek, ego-kiago garatzen dituztela beren gaitasun pertsonalak eta hobeki daudela prestatuak helduarorako, zentro babestuetan hazten direnak baino.

Dakigunez, haurra fisikoki eta emozionalki garatuko bada, nork maitatua izan behar du, eta gainera, zaintzak, elikadura eta hezkuntza egokia jaso behar ditu. Bada, jatorrizko familiak hori emateko zailtasunak dituenean, Harrera Familien unea da haur horiei laguntzeko.

Jardunaldian, halaber, Haurren eta Nerabeen Eskubideen berri emanen da, Haurren Eskubideen Konbentzioaren arabera, Nafarroako Foru Legedi onetsi berriarekin batera. Halaber, Nafarroako Gobernuak abiarazitako "12 hilabete, haurren eta nerabeen 12 eskubide" proiektua azalduko da. Aranguren Ibarreko Udala otsail honetan ari da proiektuan parte hartzen.

Haurtzaroan Tratu Ona sustatzeko interesa duen jendearendako jardunaldia da, bai eta Harrera Familiarrari buruzko informazioa jaso nahi duten pertsonendako ere.

JARDUNALDIAREN EGUNA ETA LEKUA

Otsailaren 23a, osteguna, 19:00etan, Aranguren Ibarreko Udalaren erabilera anitzeko aretoan (sarrera atzeko atetik).

JARDUNALDIKO HIZLARIAK

Jardunaldiaren irekiera: **Carmen Maeztu** (Eskubide Sozialetako kontseilaria, Nafarroako Gobernu) eta **Manuel Romero Pardo** (Aranguren Ibarreko Udaleko alkatea).

Haur eta nerabeen eskubideei buruzko erakusketa: **Maidar Gabilondo** (UNICEF).

Erakusketa "12 hilabete, Haurren eta Nerabeen 12 eskubide": **Nacho Iriarte Aristu** (Nafarroako Gobernuak idazkari orokor teknikoa).

Harrera Familiarra: **Helena Escalada** (MAGALEko presidentea).

Oharra: Informazioa "12meses12derechos.navarra.es" webgunean dago

LAN AURREKO TAILERRA

Ikastaroa diruz lagundua dago (5€ orduko) eta Aranguren Ibarrean erroldatuta dauden langabeentzat da, betiere Aranguren Ibarreko lan poltsan izena emanik eta indarrean egon behar dute. Lehenetsuna izanen dute, aurreko baldintzak beterik, Enplegu Planak antolatutako lan aurreko **tailer bakar batean parte hartu ez duten pertsonak**, bai eta Oinarrizko Gizarte Zerbitzuak lehenetsunezkoztat jotzen dituen kasuek ere.

LOREZAINZARI BURUZKO OINARRIZKO IKASTAROA

50 ordu: teorikoak eta praktikoak



Lorezaintzari buruzko ikastaro honetan, metodo, teknika eta erabilera batzuk erakutsiko dira: sasi-garbitzeko makina, jorra, belarra mozteko esku-makina, loreen landaketa, etab.

Datak: apirilaren 17tik 28ra

Ordutegia: 9:30etik 14:30era, astelehenetik ostiralera

Lekua: CNOI (Ilundain Aukera Berrietarako Zentroa), Mutiloa

Maileg: Ilundain Fundazioa

Tokiak: gehienez 15 lagun

ZIURTAGIRI PROFESIONALA

Ikastaroa Aranguren Ibarrean erroldatutako jende langabearentzat da nagusiki, betiere Aranguren Ibarreko lan poltsan izena emanik eta indarrean egon behar dute.

Profesionaltasun modulueta eta ziurtagiri osoetara bertaratzea diruz lagundua egonen da joan-etorri bakoitzeko, hots, 2€ ikastarora joandako egun bakoitzeko.

Astean 13 orduz baino gehiagoz lan egiten dutenek modulueta bat egin nahi badute, aukera izanen dute baina dirulaguntzarik jaso gabe.

1. MODULUA:

HODIAK JARTZEA. (170 ordu)



Ikastaro honen bidez, **1. mailako Ziurtagiri Profesionalaren MF1154 prestakuntza-modulua eskuratuko da: Etxeko iturgintza eta berotze-klimatizazio lanak.**

Datak: Maiatzetik aurrera.

Ordutegia: 9:30etik 14:30era, astelehenetik ostiralera

Lekua: CNOI (Ilundain Aukera Berrietarako Zentroa), Mutiloa

Maileg: Ilundain Fundazioa

Tokiak: gehienez 15 lagun

Modulu honen prestakuntza diruz lagundua egonen da, hots, 2€ modulura joandako egun bakoitzeko.

IZEN-EMATEA: LAN AURREKO TAILERRAK ETA MODULU PROFESIONAL ZIURTATUAK

EGUNAK: Martxoak 8 eta 9 • **NOLA?:** 948 012 012ra deituz 8:00etatik 18:00etara

Aranguren Ibarreko udaleko lan poltsa



ZERTAN DATZA LAN-POLTSA?

- ◆ Aranguren Ibarrean erroldatutako pertsonen curriculum-bilketa.
- ◆ Enpresen eta partikularren (etxeko lanak) lan-eskaintzak eta eskaerak jasotzea.
- ◆ INTERESA PLANeko enplegua eta autoenplegua sustatzeko Udalaren diru-laguntzei buruzko informazioa.

NORENTZAKO?

- ◆ Aranguren Ibarrean erroldatuta dauden eta langabezian edo enplegu hobekuntzan dauden pertsonentzat.
- ◆ Enpresentzat bitartekotza zerbitzua eskaintzen da, langile beharrak asetzeko, eta eskatutako profileko hautagaien aurre-hautaketa egiteko.

NOLA EMAN DEZAKEZU IZENA?

Lan poltsan izena emateko, Udaleko Oinarrizko Gizarte Zerbitzura jo behar da (lehen solairua). Bertan zure curriculum eguneratua eta Nafarroako Enplegu Zerbitzuaren enplegu eskariaren edo hobekuntzaren egiaztatagiria (DARDE) aurkeztu behar dira. Azken agiri hori ez baduzu, aski izanen da berritze data.

- ▶ Zure profil profesionala duen fitxa bat sortuko da sor daitezkeen eskaintzetarako, eta Datuak Babesteko dokumentua sinatuko da.
- ▶ Inskripzio honek 6 hilabeteko iraupena izango du gehienez. Denbora hori igaro ondoren lan-egoera aldatu ez bada eta enplegu-poltsan jarraitu nahi baduzu, Gizarte Zerbitzuarekin harremanetan jarri beharko duzu, berritu ahal izateko; bestela, lan-poltsan baja emango zaizu.
- ▶ Zure profila edo lan egoera aldatuz gero, Gizarte Zerbitzuari jakinarazi beharko diozu, zure fitxan egin beharreko aldaketak egin ditzan.

Non gaude? → Aranguren Ibarreko Oinarrizko Gizarte Zerbitzua
Mutiloa plaza z/g. Lehenengo solairua 31192 Mutiloa.
Telefonoa: 948 15 13 82

Ordutegia: astelehenetik ostiralera, 9:00etatik 14:00etara.
Posta elektronikoa:
msanpedro@aranguren.es

INAUTERIETAKO TAILERRA

(2011 eta 2019 bitartean, biak barne, jaiotakoentzako)

“Funtzioa has dadila”



EGUNAK	ORDUTEGIA	LEKUA	PREZIOA	IZEN EMATEAK ETA ORDAINKETA
1. Aukera: Otsailaren 20tik 24era (5 egun: astelehenerik ostiralera)	9:00etatik 14:00etara	SAN PEDRO IKASTETXE PUBLIKOA (Mutiloa)	ERROLDATUAK: 1. Aukera: 30 € haurra 2. Aukera: 12 € haurra	OTSAILAK 14, ASTEARTEA, eta 15, asteazkena, erroldatuentzat *OTSAILAK 16, osteguna, erroldatu gabeak *(BETI ERE PLAZA GUZTIAK ERROLDATUTAKO HAURREKIN BETE EZ BADIRA) (012 telefonora deituaz 8:00etatik 18:00etara, deiaaren kostua 0,34 €, doakoa tarifa finkoa duten telefonoentzat 948 012 012ra dei eginez
2. Aukera: Otsailak 20 eta 21 (2 egun: astelehen eta asteartea)			ERROLDATU GABEAK: 1. Aukera: 60 € haurra 2. Aukera: 24 € haurra	Tailerrean izena ematen duen 3. seme-alabatik aurrera, %25eko beherapena

ONARTUTAKOEN ORDAINKETA: IZENA EMATEKO MOMENTUAN, VISA TXARTELAREN BIDEZ, OTSAILAREN 14 ETA 15EAN ERROLDATUEK ETA OTSAILAREN 16AN ERROLDATU GABEEK



JARDUERA:

Musikaz, antzerkiz, arte plastikoz, mozerro-jantziz... beteriko egunak daude gure zain. Zatoz eta gozatu sorkuntza artistikoa. Izan ere, Einsteinek esan zuen bezala: “sormena adimena da primeran pasatuz”.

Zatoz eta parte hartu!! Zain gauzazu!!

HIZKUNTZA, AUKERAN: GAZTELANIA EDO EUSKARA.

- Adina, 3 urtetik 7ra
- Adina, 8 urtetik 12ra

OHARRA:

Deia egiten duen pertsonak soilik familia unitate bereko haurren izenak eman ahalko ditu.

TAILERRETAN BAJA IZATEKO ARRAZOIAK:

- Behin tailerra hasita, Oinarritzko Gizarte Zerbitzuan (948151382 telefonoan 9:00etatik 14:00etara) aurretik ez jakinarazitako ez bertaratzeak haurren baja automatikoa ekarriko du eta ez da dirua itzuliko.
- Familiaren bat matrikula egin ondoren baja izango balitz edota Udalarena ez den arrazoiengatik Tailerrera joaten ez bada, ez zaio ordaindutako dirua itzuliko (ezinbesteko arrazoiengatik izan bada izan ezik; adibidez, haurren edota gurasoen ospitaleratzea).

FAMILIENDAKO TAILERRAK

“FAMILIA KONTZIENTEAK”



Tailerra nagusiki 0tik 18 urtera bitarteko seme-alabak dituzten familiei dago zuzendua eta doakoa da.

Hazkuntzaren oinarritzko alderdiez gogoeta egitera gonbidatzen zaituztegu, bai eta zuen seme-alaben heziketaz hausnartzera ere. Kontua da arreta jartzea funtzionatzen duten gauzetan, gauza horiek sustatzeko, eta etxean izan nahi dugun bizikidetzatik urruntzen gaituztenak non dauden antzemateko. Ikertuko dugu nola funtzionatzen duen helduak, eta nola funtzionatzen duen haurrak edo nerabeak etxean; hori gure jarduketara aukeratzeko gure abiapuntua izanen da.

Data: martxoak 2, osteguna.

Ordutegia: 18:30-20:00

Izen-ematea: otsailaren 20tik 26ra, 8:00etatik 18:00etara 012ra deituz (deiaaren kostua 34 €, edo 948 012 012ra deituz, doakoa baita tarifa laua duten telefonoetarako).

Lekua: Irulegi ikastetxe publiko berria (Irulegi Mendia kalea).

Emalea: Sandra López, lizentziaduna INEFen eta masterduna familia, haur eta gaztendako Coachingean. Kontziliazio zerbitzua izanen da, aurrez izena ematean adierazita.

“LAGUNTZA EMOZIONALA”



Tailer hau nagusiki 0tik 18 urtera bitarteko seme-alabak dituzten familiei dago zuzendua eta doakoa da.

Nahitaezkotzat jotzen dugu jakitea nola egon gure seme-alaben ondoan haien bizitzaren une guztietan, haiei lagun eginez, baita gainezka egiten diguten egoera haietan ere, hala nola erantzun txarra ematen digutenean, edota guraso gisa ulertzen ez dugun haserrealdi baten aurrean gaudenean, edo desagerrarazi nahiko genukeen atsekabe baten aurrean, haiek ez sufritzeko, etab

Hau da, haien ondoan era kontzientean egonen bagara eta lagun egiten jakinen badugu, geure emozioei egin beharko diegu arreta eta, horretan oinarriturik, gure baretasunaren eta adimenaren bidez, hori haiekin egoteko gure abiapuntua izanen da.

Gure seme-alabak horretaz txikitatik ohartzea oparirik onenetako bat da bai haientzat, baita guretzat ere.

Data: martxoak 9, osteguna.

Ordutegia: 8:30etik 20:00etara.

Izen-ematea: otsailaren 27tik martxoaren 6ra, 8:00etatik 18:00etara 012ra deituz (deiaaren kostua 34 €, edo 948 012 012ra deituz, doakoa baita tarifa laua duten telefonoetarako).

Lekua: Irulegi ikastetxe publiko berria.

Emalea: Sandra López, lizentziaduna INEFen eta masterduna familia, haur eta gaztendako Coachingean.

Kontziliazio zerbitzua izanen da, aurrez izena ematean adierazita.

DOLU TAILERRA

“DOLUARI BEGIRA GURE SEME-ALABEKIN BATERA”



Nagusiki, seme-alaba adingabeak dituzten familiei dago zuzendua.

Tailerrean heriotza izanen dugu mintzagai, eta nola hitz egin horretaz hurrei, nolakoa den haien bizipena, edo familiako haurren ibilbidea eta sentiera dolu prozesuaren aurrean.

Prestakuntza-gune honetan, informazioa emanen da lagun maiteen galera gertatzen denean zure seme-alabak nola lagundu jakiteko, bai eta dolu prozesuan eginen duten bidean eta bizitzaren normalizazioan ere.

Data: martxoak 7 eta 14, asteartea.
Orduetgia: 18:00etatik 20:00etara
Lekua: Irulegi ikastetxe publikoa.
Emaileria: Goizargi elkarteke terapeutak.

Izen-ematea: martxoaren 1era arte, 948 012012ra 8:00etatik 18:00etara deituz Kontziliazio zerbitzua izanen da (aurrez izena ematean adierazita).

Aholkularitza psikologikorako zerbitzua doan



Aholkularitza Psikologikorako Zerbitzua Aranguren Ibarrean erroldatutako 14tik 35 urtera bitarteko gazteentzat da.

Zerbitzua lagungarria da familia eta gizarte harremanak hobetzeko, aholkularitza ematen du autoestimua, gizarte trebetasunez, estresaz eta antsietateaz, beldurrez, depresio-egoerez, aldaketarekiko egokitzapenez, elikadura nahasmenduez, adikzioez, etab...



ZERBITZUA OSTIRALETAN EMANEN DA, 17:00ETATIK 19:00ETARA.
 ZERBITZURA JOATEKO, AURREZ HITZORDUA ESKATU BEHARRA DAGO ARANGUREN IBARREKO ARANETXEA-GAZTE LEKUAN. KALE NAGUSIA, 2 BIS. TELEFONOA: 948 23 75 58.

60 URTETIK GORAKOEN DAKO TAILERRA (lehentasunez)

“OSASUN KARPETA PERTSONALA: hitzorduak, txertoak... nola eskuratu aurrez cl@ve-a eta haren erabilerak, mugikorraren beste aplikazio batzuk”



Tailer honek behar diren baliabideak eskaintzen ditu gailu eta tresna teknologikoen erabileran autonomoagoak izateko.

Honelako zalantzak dituzten pertsonen dago zuzendua: nola sartu Osasun Karpeta, nola kontsultatu txostenak, hitzorduak, emandako medikazioak, txertaketa; nola eskatu Cl@ve iraunkorra eta zertarako erabil dezakedan; sarbidea administrazioaren beste alor batzuetara, hala nola Gizarte Segurantzara, Ogasunera; eta beste aplikazio mugikor interesgarri batzuen erabilerak.

Tailer hau 60 urtetik gorako pertsonen dago zuzendua (lehentasunez).

Tailerrean, batez ere, praktikoa izanen da, eta parte-hartzaileek gailua ekarri behar dute (mugikorra, tableta edo ordenagailua), harekin praktikatzeko.



DATAK: MARTXOAK 1, 8 ETA 15, ASTEAZKENA. **ORDUTEGIA:** 11:15ETIK 13:15ERA
IZEN-EMATEA: OTSAILAREN 18TIK 26RA, 948 151 382 RA
DEITUZ: rgarralda@aranguren.es **POSTAN**
LEKUA: ERRETIRATUEN ELKARTEKO JARDUERA GELAN, LEHEN SOLAIRUAN
KOKATUA. MUTILOA PLAZA 5. **EMAILEA:** COCOKIDS

Bestelako zerbitzuak

INTERESATZEN AHAL ZAIZU... HERRITAR GUZTIENTZAT, ORO HAR

TAILERRA

Hezur-osasuna helduaroan



Data: martxoak 16, osteguna.

Orduetgia: 19:00-20:00

Lekua: Mutiloako Kultur Etxeko 10. gela. Eguzki plaza

Emaileria: Begoña Cano (Mutiloako Osasun Etxeko medikua)

Izen-ematea: 012, martxoaren 1etik 14ra. (Kontziliazio zerbitzua izanen da, aurrez izena ematean eskatuta).

TAILERRA

Aurretiazko borondateak



Data: martxoak 23, osteguna.

Orduetgia: 19:00-20:00 h.

Lekua: Mutiloako Kultur Etxeko 10. gela. Eguzki plaza.

Emaileria: Begoña Cano eta Irantzu Izeta (Arangurengo Osasun Etxeko medikua eta gizarte langilea).

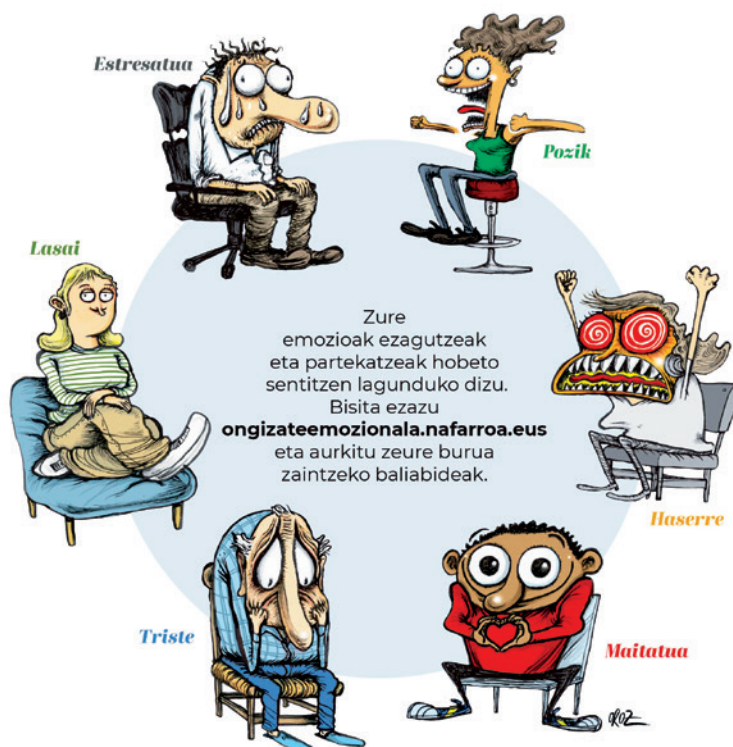
Izen-ematea: 012, martxoaren 6tik 21era.



Biblioteca Pública del Valle de Aranguren
Aranguren Ibarreko Liburutegi Publikoa

Autozainketa eta ongizatea Irakurketa gida

Nola sentitzen naiz?



Sentitu, eseri eta kontatu

Gobierno de Navarra Nafarroako Gobernua



Aranguren Ibar Zoriontsua proiektuan Aranguren Ibarreko Udaleko hainbat arlo lantzen dira (Ingurumena, Berdintasuna, Gizarte Zerbitzuak) eta Aranguren Ibarreko herritarren bizi-kalitatea hobetzea du helburu.

Irakurketa gida honek ongizate pertsonalari, auto-zainketari, konfiantzari, erresilientziari, garapen pertsonalari eta abarri buruzko material bibliografikoak eskaintzen ditu. Material horiek Aranguren Ibarreko liburutegian daude eskuragarri, Mutiloako Kultur Etxean, Eguzki plazan.



Estar bien aquí y ahora
Luis Rojas Marcos
HarperCollins, 2022
Signatura: 159.94 ROJ



El arte de persistir
David Bueno
RBA, 2021
Signatura: 159.95 BUE



Las pequeñas alegrías
Marc Augé
Ático de los Libros, 2019
Signatura: 159.942 AUG



Me quiero, te quiero
María Esclapez
Bruguera, 2022
Signatura: 159.942 ESC



Deshacer la ansiedad
Judson Brewer
Paidós, 2022
Signatura: 616.89 BRE



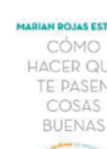
Todo lo que tienes que saber sobre la vida
Enrique Rojas
Espasa, 2020
Signatura: 159.923 ROJ



El poder de confiar en ti
Curro Cañete
Planeta, 2019
Signatura: 159.923 CAÑ



El lenguaje de la felicidad
Luis Castellanos
Paidós, 2019
Signatura: 159.923.2 CAS



Cómo hacer que te pasen cosas buenas
Marian Rojas Estapé
Espasa, 2019
Signatura: 159.942 ROJ