



**LA
TEULADA**
XARXA COOPERATIVA
DE TARRAGONA



EinESS

*Catàleg de propostes
educatives des de
l'economia social i
solidària*

Setembre 2024

Edita: La Teulada

Redacció del contingut: Cercle d'educació de La Teulada (Cuentropía, El Far, L'Escamot, Fundació Formació i Treball, Associació Quilòmetre Zero, Actua i Gamlab)

Maquetació: El Far Cooperatiu

Icones dels projectes: Ana Barceló

Impulsa:



Promou:



Finança:



01

Introducció

02

Per què aquest catàleg?

03

**Classificació i tipus
de propostes**

04

Propostes educatives

05

Com contractar-nos

ÍN DEX



1

INTRODUCCIÓ

La Teulada som la xarxa d'organitzacions de l'Economia Social i Solidària (ESS) de Tarragona.

Totes les entitats que formem part de La Teulada tenim en comú que ens hem construït d'acord amb els valors que promou el cooperativisme, com *l'equitat, la intercooperació, la democràcia, la vocació social, la solidaritat, l'ajuda mútua i l'interès per la comunitat.*

La Teulada som un ecosistema cooperatiu.

Els ecosistemes cooperatius són grups d'entitats, majoritàriament cooperatives, que s'organitzen en un territori al voltant d'un espai físic i que *desenvolupen dinàmiques d'intercooperació per a l'enfortiment de la seva viabilitat social i empresarial*, així com per donar cabuda a nous projectes col·lectius. Són nuclis d'enfortiment i creixement de les entitats que s'hi agrupen, agents catalitzadors d'iniciatives econòmiques i espais d'atracció de noves iniciatives col·lectives.

La Teulada va néixer el maig de 2021 amb l'objectiu de *potenciar la intercooperació a escala local* per facilitar la creació de *projectes conjunts i útils per la ciutat*, per sensibilitzar la ciutadania sobre el poder transformador de *l'Economia Social i Solidària*, per donar resposta a les necessitats de cadascuna de les entitats que en formen part, cercant sempre el *bé col·lectiu* i per ser una *organització interlocutora de referència* amb l'administració i altres agents de la ciutat que treballa per *afavorir l'aterratge de polítiques públiques* pel foment de l'ESS a Tarragona.

Formem part de La Teulada les associacions *Ariadna i Quilòmetre Zero*, la *Fundació Formació i Treball* i les següents cooperatives: *Cuentropía, El Far, Entra, Actua, Gamlab, Insta, l'Escamot i Soca-rel.*

La Teulada forma part de la Xarxa de Pols Cooperatius de Catalunya.



2

**PER QUÈ
AQUEST
CATÀLEG?**

Aquest catàleg neix amb la finalitat de posar en comú un dels eixos més presents en les entitats que conformem La Teulada: l'educació i la formació.

Cadascuna de les entitats que apareixen en aquest document, treballen en diferents àmbits i especialitats, però en tots els casos la formació és un dels pilars claus del seu dia a dia.

En aquest catàleg hi trobareu:

- Una llegenda que classifica les propostes formatives pel públic al qual estan destinades.
- L'oferta educativa (classificada per entitats) de les membres de La Teulada amb fitxes descriptives i una presentació de cadascuna d'elles.

Aquest document s'ha elaborat amb l'objectiu de:

- Donar a conèixer algunes de les entitats que formen part de La Teulada i posar de manifest les seves experteses.
- Donar valor i entitat a la proposta educativa que desenvolupen cadascuna d'elles.
- Unificar criteris d'execució en totes les propostes formatives.
- Mancomunar-ne la seva difusió per arribar a un públic més ampli.
- Seguir creant espais d'aprenentatge amb persones interessades en un tema concret i estimular-nos mútuament.

La garantia de les propostes de La Teulada. Les propostes educatives que trobareu en aquest catàleg estan liderades per entitats que formen part de La Teulada.

Sota el segell de La Teulada hi ha uns principis de treball que són compartits per totes elles i que, per tant, unifiquen la manera de definir qualsevol de les propostes educatives aquí representades.

És per aquest motiu que totes elles poden garantir una qualitat educativa en base a:

- Crear espais de confiança per facilitar l'expressió lliure de totes les persones participants.
- Generar situacions de respecte per la diferència (com a base de la nostra metodologia).
- Fomentar i acompanyar l'escolta activa de totes les participants.
- Rebutjar qualsevol tipus de discriminació i/o situació de violència (en qualsevol de les seves formes) en els espais formatius que oferim.
- Donar valor al fet que les experiències vitals de totes les persones sumen en el procés d'aprenentatge.
- Treballar des de la certesa que tot allò que no genera un impacte emocional cau en l'oblit.
- Potenciar que el temps formatiu vagi acompanyat de dinàmiques, debats i/o reflexions individuals i grupals.



3

CLASSIFICACIÓ I TIPUS DE PROPOSTES

Les diferents propostes educatives que trobareu en aquest catàleg estan classificades i representades amb una iconografia que facilita la cerca de formacions.

Aquesta classificació respon al tipus de col·lectiu al que es dirigeixen.



CIUTADANIA

Dirigida a persones amb interès per ampliar els seus coneixements en qualsevol dels àmbits aquí descrits.



ORGANITZACIONS

Grups de persones (constituïts o no) que treballen per uns objectius compartits i que tenen interès per a formar-se.



COMUNITAT EDUCATIVA

Dirigida a tots els agents que configuren la vida de les escoles: equip docent, alumnat i famílies.



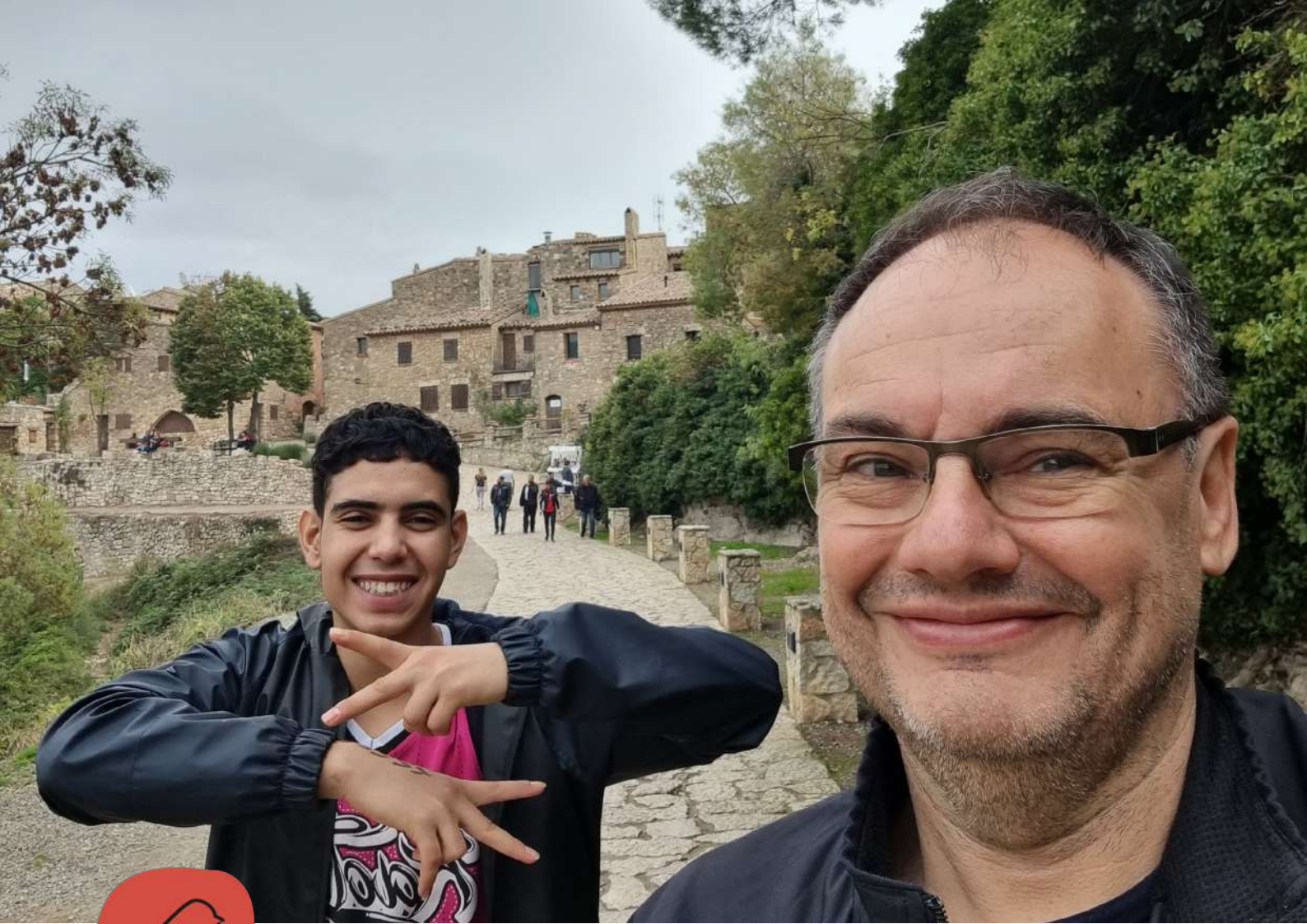
ÀMBIT SOCIOEDUCATIU

Dirigida a professionals vinculades a projectes de caire socioeducatiu.



4

PROPOSTES EDUCATIVES



ASSOCIACIÓ QUILÒMETRE ZERO



L'Associació Quilòmetre Zero és una entitat d'iniciativa social, sense ànim de lucre, que té com a missió abordar les desigualtats d'oportunitats entre infants, famílies i joves.

Es conforma de persones voluntàries que, dedicades a l'àmbit social, s'organitzen per donar resposta a nous reptes mitjançant el voluntariat, la mentoria i la innovació social.

Contacte



 608 685 581

 quilometrezero.cat

 associacio@quilometrezero.cat

 Via de l'Imperi Romà, 11 (Bettatur Serveis) 43003 Tarragona

FORMACIÓ EN MENTORIA SOCIAL PER A ENTITATS



Formació intensiva que ofereix els continguts teòrics i pràctics necessaris per implementar projectes de mentoria social i socioeducativa.

Objectius

Assolir els coneixements necessaris per iniciar un projecte de mentoria social tenint en compte què és la metodologia i com s'implementen les fases d'un projecte: Captació i formació del voluntariat, selecció d'emparellaments, seguiment de les parelles de mentoria amb els diferents agents participants, tancaments i avaluació.

Format Format presencial o virtual.	Durada 30 h	Dates a convenir.
---	-----------------------	-------------------

Persones destinatàries

Destinat a entitats que vulguin implementar projectes de mentoria social.

Perfil de les professionals

Equip directiu i tècnic de l'entitat Quilòmetre Zero, especialitzat en dur a terme projectes de mentoria social i socioeducativa al territori des de fa 10 anys.

FORMACIÓ INICIAL EN MENTORIA SOCIAL I SOCIOEDUCATIVA



Formació intensiva que ofereix els continguts teòrics i pràctics bàsics per participar com a persona mentora en un projecte de mentoria social o socioeducativa.

Objectius

Assolir els coneixements bàsics i necessaris per acompanyar a un infant/jove a través d'un projecte de mentoria social o socioeducativa.

Format Format presencial.	Durada 10 h
-------------------------------------	-----------------------



Persones destinatàries

Obert a tota la ciutadania que vulgui rebre formació inicial en mentoria.



Perfil de les professionals

- Equip directiu i tècnic de l'entitat Quilòmetre Zero, especialitzat en dur a terme projectes de mentoria social i socioeducativa al territori des de fa 10 anys.
- Persones formadores externes especialitzades en psicologia, antiracisme i educació en el lleure.

Data

La formació es realitza en diferents moments de l'any. En cas d'estar interessada, contacta'ns i t'informem amb més detall.



FUNDACIÓ FORMACIÓ I TREBALL



Treballa per a la formació i inserció laboral de persones amb risc d'exclusió social. Al servei d'aquest objectiu s'emmarca tant l'oferta de formació ocupacional com la realització d'activitats econòmiques que persegueixen un triple impacte: la inserció laboral de persones vulnerables, la millora mediambiental i la satisfacció d'una necessitat social.

Contacte



 977 39 62 91

 formacioitreball.org

 tarragona@formacioitreball.org

 C. Alemanya, 3-4 Pl Constantí 43120

TÈCNIQUES DE RECERCA DE FEINA EFICAÇ

Conèixer la situació del mercat de treball actual, així com les eines i estratègies existents per a realitzar una cerca de feina eficient i afrontar una entrevista de feina amb èxit.

Objectius

- Assolir el coneixement del mercat laboral actual.
- Reconèixer les eines i estratègies existents per realitzar una cerca de feina eficient i afrontar una entrevista de feina.



Format Presencial	Durada 20 h	Dates a convenir
Persones destinatàries Qualsevol persona interessada en rebre aquesta formació.		Perfil de les professionals Tècniques especialitzades (inserció, prospecció i formació) i persones formadores externes i expertes en la matèria.

SENSIBILITZACIÓ EN LA IGUALTAT D'OPORTUNITATS

Conèixer què és la igualtat d'oportunitats entre dones i homes, per poder contribuir al desenvolupament de la societat, a través de l'accés en condicions d'igualtat al mercat laboral.

Objectius

- Reconèixer la igualtat entre homes i dones.
- Fomentar l'accés al mercat laboral amb una igualtat de condicions.



Format Presencial	Durada 20 h	Dates a convenir
-----------------------------	-----------------------	------------------

Persones destinatàries

Qualsevol persona interessada en rebre aquesta formació.

FORMACIÓ EN COMPETÈNCIES PERSONALS PER A L'OCUPACIÓ

Conèixer els elements que condicionen i dificulten les incorporacions al mercat laboral, així com reconèixer aquelles competències més demandades, reflexionar sobre elles, i establir les mesures necessàries per desenvolupar i augmentar així l'ocupabilitat.

Objectius

- Conèixer les dinàmiques del mercat laboral actual.
- Identificar els nínxols d'ocupació del mercat laboral actual.
- Desenvolupar estratègies per fomentar l'ocupabilitat



Format Presencial	Durada 20 h	Dates a convenir
Persones destinatàries Qualsevol persona interessada en rebre aquesta formació.		Perfil de les professionals Tècniques especialitzades (inserció, prospecció i formació) i persones formadores externes i expertes en la matèria.

ATENCIÓ INTEGRAL I CENTRADA EN LA PERSONA PER A PROFESSIONALS D'ATENCIÓ CONTINUADA EN CENTRES I DOMICILIS

Aplicar el model d'atenció integral i centrada en la persona, en l'atenció continuada tant en els centres de serveis socials com en l'atenció domiciliària.

Objectius

- Aprendre les bases i fonaments de l'atenció integral i centrada en la persona.
- Atenció continuada a la persona.
- Rols professionals d'atenció continuada.
- Espais físics en centres i domicilis.

Format Presencial	Durada 180 h	Dates a convenir
-----------------------------	------------------------	------------------

Persones destinatàries

Qualsevol persona interessada en rebre aquesta formació.

Perfil de les professionals

Formadores externes, professionals del sector.



APRENDRE A APRENDRE

Organitzar el propi aprenentatge i gestió del temps de forma eficaç, ja sigui individualment o en grup, aplicant estratègies que s'ajustin a les pròpies necessitats i característiques per aconseguir les pròpies fites de l'aprenentatge.

Objectius

- Conèixer les característiques de l'entorn professional.
- Conèixer les estratègies de l'aprenentatge individual.
- Conèixer les estratègies d'aprenentatge en grup.
- Utilitzar les TIC com a eina d'aprenentatge.
- Fomentar l'autoavaluació

Format Presencial	Durada 60 h	Dates a convenir
Persones destinatàries Qualsevol persona interessada en rebre aquesta formació.		Perfil de les professionals Tècnics especialitzats de l'entitat.





L'ESCAMOT



És la cooperativa que acompanya el Camp de Tarragona en la necessària transformació del seu model de mobilitat i de desenvolupament local. Treballa per un model territorial que aposti per la mobilitat activa i per l'economia social i solidària. Ho fa a través de la generació i dinamització de projectes i polítiques tant per administracions, col·lectius i empreses, com per a vianants i ciclistes.

Contacte



 693 818 326

 escamot.cat

 info@escamot.cat

 C. Pin i Soler, 22 43002 Tarragona

PEDALADA POPULAR



Sortida en bicicleta per a públic general, amb voluntat de ser inclusiva per al públic infantil.

La pedalada serà alhora lúdica i reivindicativa. Ens ho passarem bé mentre ens apropiem de l'espai públic i reivindicuem que sigui un espai amable, acollidor, en especial per als infants, i que fomenti la convivència entre totes les persones que l'utilitzen.

Pot desenvolupar-se tant en un entorn urbà com rural.

La durada i el desnivell es pactaran amb les persones o entitats que contractin l'activitat, per tal d'escollir la ruta òptima per als participants d'acord amb els criteris que s'hagin establert.



Objectius

- Promoure la mobilitat activa i sostenible a través de l'ús de la bicicleta.
- Realitzar una activitat saludable, divertida i reivindicativa.
- Fomentar que l'espai públic esdevingui un lloc amable per als infants i per a tot tipus de públic.

Format	Durada	Persones destinatàries
Presencial	A establir amb les entitats o persones contractants	Ciutadania en general

Perfil de les professionals

Persones expertes en mobilitat amb experiència en aquest tipus d'accions (coneixements de mecànica, de conducció de grups, etc.).

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants

CAMINS ESCOLARS



Sessions de treball i debat amb l'alumnat del centre educatiu per tal de promoure la mobilitat activa en el desplaçament cap a l'escola/institut i de tornada a casa. Es duran a terme sessions dins de l'aula, amb l'anàlisi de plànols, l'elecció de les rutes òptimes, etc., i també sessions fora de l'aula, per a l'apropiació de l'espai públic, la identificació d'elements rellevants a la via pública, la reflexió sobre l'urbanisme, etc.

Objectius

- Fomentar l'autonomia dels infants en el desplaçament fins a l'escola.
- Promoure la mobilitat activa i sostenible.
- Assolir ciutats més segures, inclusives i amables.

Format	Data	Persones destinatàries
Presencial.	Segons disponibilitat del centre educatiu.	Alumnat de centres de primària i secundària

Perfil de les professionals

Persones expertes en mobilitat amb experiència en aquest tipus d'accions.

Durada

1 sessió de 2 h (dins de l'aula) + 1 sessió de 3 h (fora de l'aula)

TALLERS DE MECÀNICA

S'ofereixen diversos tipus d'accions formatives vinculades a la mecànica de bicicletes:

- 1) Formació de mecànica bàsica on s'explicaran de manera general les accions necessàries per poder dur a terme un manteniment continuat i exhaustiu dels diferents components de la bicicleta.*
- 2) Manteniment bàsic de la bicicleta. Especial transmissió. Formació de mecànica de bicicleta amb temàtica especial de transmissió. S'explicaran les accions necessàries per poder dur a terme un manteniment continuat, els problemes més comuns i les seves especificitats. Aspectes com ajustar bé un canvi, cadena, eix pedalier...*
- 3) Manteniment bàsic de la bicicleta. Especial rodes.*
- 4) Manteniment bàsic de la bicicleta. Especial frens.*

Objectius

- Afavorir l'ús de la bicicleta a través de l'empoderament de les persones usuàries.
- Ampliar el públic ciclista de la ciutat.
- Fomentar la cultura de la reparació i la reutilització.
- Promoure la mobilitat activa i sostenible.

Format	Durada	Persones destinatàries
Presencial	Sessions de 2 h	Persones usuàries de la bicicleta, dels 0 als 99 anys.

Perfil de les professionals

Persones expertes amb formació en mecànica i experiència en aquest tipus d'accions formatives.

Dates

Segons voluntat de les entitats o persones contractants

APRENDRE A ANAR EN BICI. NIVELL 1, 2 I 3. METODOLOGIA 1BICI+

Sessions per aprendre a anar en bici. Inclou l'aprenentatge inicial (Nivell 1), aprendre a circular (Nivell 2), i circular en entorn urbà (Nivell 3). Les sessions es fan dins i fora del centre educatiu, amb l'acompanyament de persones expertes en la matèria. Seguim la metodologia 1bici+, de Factoría de Ciclistas.

Objectius

- Aprendre a circular en bici en un entorn urbà de forma segura.
- Ampliar el públic ciclista de la ciutat.
- Reflexionar sobre l'impacte de la mobilitat en el nostre entorn.

Format	Durada	Data
Presencial.	3 sessions de 2-3 h	Segons disponibilitat del centre educatiu.

Persones destinatàries

Alumnat de centres de primària i secundària

Perfil de les professionals

Persones expertes i formades en la metodologia 1bici+, amb experiència en aquestes accions formatives.





Accions d'acompanyament per a la posada en marxa d'un Bicibús escolar.

Inclou les sessions de sensibilització amb les famílies i l'alumnat, les sessions de presa de contacte entre les persones impulsores de la iniciativa, sessions formatives sobre conducció de grups i l'acompanyament en el primer dia de desenvolupament de la iniciativa.

Objectius

- Promoure la mobilitat activa i sostenible en el desplaçament fins a l'escola, especialment l'ús de la bicicleta.
- Crear una xarxa de persones impulsores que propiciïn la consolidació de la iniciativa.
- Sensibilitzar al conjunt de la població del barri/poble/municipi sobre l'impacte de les decisions individuals en matèria de mobilitat.
- Reivindicar l'espai públic com un lloc amable per als infants.

Format

Semi (virtual i presencial segons tipologia de sessió i disponibilitat de les persones participants).

Durada

Diverses sessions d'entre 1 i 2 h

Persones destinatàries

Alumnat i famílies de centres de primària i secundària.

Data

Segons disponibilitat de les famílies.

Perfil de les professionals

Persones expertes en mobilitat amb experiència en aquest tipus d'accions.

SESSIÓ SOBRE DRET A LA CIUTAT



Activitat formativa a l'aula per alumnat d'escola o institut.

La sessió planteja reflexió i debat entre el grup al voltant del concepte de dret a la ciutat, com ens relacionem i quins usos fem de la ciutat, com es construeixen les relacions socials i com les podem fomentar, quines desigualtats es poden generar en el marc de les ciutats, etc.

Objectius

- Promoure la reflexió al voltant de les ciutats.
- Fomentar l'esperit crític de l'alumnat.
- Afavorir el debat col·lectiu en relació a com volem que siguin les ciutats del present i del futur.

Format

Presencial

Durada

1:30 h – 2 h

Persones destinatàries

Alumnat d'escola o institut

Perfil de les professionals

Persones expertes en urbanisme

Data

Segons voluntat del centre educatiu contractant



CUENTROPÍA



Cuentropía és una cooperativa que desenvolupa projectes d'educació social transformadora amb l'objectiu de fomentar la lectura i l'acompanyament emocional respectuós. Realitza tallers, assessoraments i formacions lúdiques i creatives amb els llibres com a recurs socioeducatiu.

Contacte



📞 621 186 584

🌐 hola@cuentropia.com

✉️ cuentropia.com

📍 C. Pin i Soler, 22 43002 Tarragona

EL CONTE COM A EINA SOCIOEDUCATIVA

Amb aquesta formació volem oferir una mirada nova en relació a la literatura infantil i juvenil. Durant les sessions donarem eines per a poder treballar en contextos de vulnerabilitat, des d'una mirada respectuosa i amb els llibres com a eina per a la intervenció directa.

Objectius

- Analitzar com ens relacionem amb la literatura.
- Conèixer els diferents nivells de lectura.
- Descobrir recursos literaris (per a diferents edats i temàtiques).
- Jugar amb les diferents possibilitats que ens ofereix un llibre.
- Conèixer estratègies i recursos per a poder treballar a través dels contes.
- Connectar amb la literatura infantil i juvenil des de la mirada adulta.

Format

Presencial

Data

Segons disponibilitat

Durada

6 hores (3 sessions de 2 hores i 2 sessions de 3 hores)

Perfil de les professionals

Educadores socials (amb formació complementària en periodisme i sexualitat humana respectivament) amb més de 15 anys d'experiència en recursos d'atenció directa amb col·lectius d'alta vulnerabilitat.

Persones destinatàries

Professionals del món socioeducatiu (educadors/es socials, docents, treballadors/es socials, psicòlegs/gues, pedagogs/gues...)



EDUCACIÓ EMOCIONAL A TRAVÉS DE LA LITERATURA

L'objectiu d'aquesta formació és facilitar coneixements sobre la intel·ligència emocional i les seves competències principals, proporcionant estratègies d'identificació i gestió oferint diverses activitats i recursos basats en la literatura infantil i juvenil.

Objectius

- Fomentar l'educació emocional a través de la literatura.
- Conèixer què és la intel·ligència emocional.
- Conèixer i identificar les 5 competències bàsiques de la intel·ligència emocional.
- Identificar la manifestació de cadascuna de les emocions.
- Proporcionar estratègies, recursos literaris i activitats per a ajudar a gestionar les emocions.
- Aprendre a empatitzar amb les emocions dels infants i saber donar resposta a aquestes.
- Aprendre a reconèixer les nostres pròpies emocions i millorar la gestió d'aquestes davant la desregulació.
- Conèixer els títols de la literatura infantil i juvenil adequats per treballar la intel·ligència emocional i la seva gestió.

Format

Presencial

Durada

6 hores (3 sessions de 2 hores i 2 sessions de 3 hores)

Data

Segons disponibilitat

Perfil de les professionals

Educadores socials (amb formació complementària en periodisme i sexualitat humana respectivament) amb més de 15 anys d'experiència en recursos d'atenció directa amb col·lectius d'alta vulnerabilitat.

Persones destinatàries

Professionals del món socioeducatiu (educadors/es socials, docents, treballadors/es socials, psicòlegs/gues, pedagogs/gues...)



COM FOMENTAR LA LECTURA EN L'ERA DIGITAL

Que estem en un context social on les noves tecnologies estan agafant molt de pes és innegable, però no tenim per què entregar-nos a elles sense reflexionar ni buscar alternatives. La lectura forma part de la vida, del creixement i del traspàs de informació. Ens vols acompanyar a buscar estratègies per a trobar l'equilibri entre l'era digital i la cultura tradicional?

Objectius

- Conèixer el context social/històric en el que ens trobem.
- Analitzar com ens relacionem amb la literatura.
- Conèixer els diferents nivells de lectura.
- Descobrir recursos literaris (per a diferents edats i temàtiques).
- Jugar amb les diferents possibilitats que ens ofereix un llibre.
- Descontextualitzar la lectura i buscar noves formes de relació amb la literatura.

Format

Presencial

Durada

- 3 hores (1 sessió o 2, d'1 h 30' cadascuna)
- 6 hores (3 sessions de 2 h)

Data

Segons disponibilitat

Perfil de les professionals

Educadores socials (amb formació complementària en periodisme i sexualitat humana respectivament) amb més de 15 anys d'experiència en recursos d'atenció directa amb col·lectius d'alta vulnerabilitat.

Persones destinatàries

- Professionals del món socioeducatiu (educadors/es socials, docents, treballadors/es socials, psicòlegs/gues, pedagogs/gues...)
- Adultes de referència (mares i pares, tutors/es legals...)



COM ACOMPANYAR LA SEXUALITAT A LA INFÀNCIA?

En aquest taller oferim un espai per a compartir, reflexionar i aprendre sobre la sexualitat i com podem acompanyar-la d'una manera respectuosa i amb la que ens puguem sentir còmodes. A través dels llibres generarem diàleg, debat i resoldrem dubtes.

Objectius

- Generar un espai de confiança on poder resoldre dubtes i compartir.
- Trencar mites i tabús respecte la sexualitat.
- Parlar amb naturalitat del cos.
- Contextualitzar de què parlem quan ens referim a "educació sexual i educació afectiva".
- Conèixer les diferents etapes del desenvolupament infantil a nivell afectivo-sexual.
- Normalitzar la idea de desig i de plaer.
- Conèixer llibres i eines socioeducatives sobre la temàtica.

Format

Presencial

Durada

- 3 hores (1 sessió o 2, d'1 h 30' cadascuna)
- 6 hores (3 sessions de 2 h)

Data

Segons disponibilitat

Perfil de les professionals

Educadores socials (amb formació complementària en periodisme i sexualitat humana respectivament) amb més de 15 anys d'experiència en recursos d'atenció directa amb col·lectius d'alta vulnerabilitat.

Persones destinatàries

- Professionals del món de l'educació (educadors/es socials, docents...)
- Adultes de referència (mares i pares, tutors/es legals...)
- Persones interessades en entendre el desenvolupament de la sexualitat humana





EL FAR COOPERATIU



El Far Cooperatiu és una agència de comunicació cooperativa que treballa des d'una òptica social i participativa amb l'objectiu de fer visibles col·lectius que habitualment no tenen veu. Ofereixen els seus serveis tenint en compte la petjada ecològica, l'enfortiment de la xarxa d'economia social, solidària i cooperativa i la proximitat.

Contacte



 617 791 270

 elfarcooperatiu.cat

 cristina@elfarcooperatiu.cat

 C. Pin i Soler, 22 43002 Tarragona

PRIMERS AUXILIS PER A UNA COMUNICACIÓ ESTRATÈGICA



Taller pràctic per aprendre a desplegar un pla estratègic de comunicació per al vostre projecte. Durant la sessió aprendrem a concretar objectius comunicatius i analitzarem a quines persones cal fer arribar els nostres missatges i a través de quins canals.

El pla estratègic defineix les accions concretes de comunicació a realitzar i el calendari, com per exemple, campanyes, canals propis de comunicació, etc. sense perdre de vista el públic objectiu i els valors del projecte.

Objectius

- Conèixer el procés de disseny d'una estratègia de comunicació.
- Desplegar els principals punts que conformen el pla de comunicació.
- Adquirir eines i recursos d'anàlisi per al disseny d'una estratègia de comunicació.
- Generar sinergies i espais d'intercanvi de coneixements i experiències entre els i les participants.

Format	Durada	Data
Presencial	3 h	Segons voluntat de les entitats o persones contractants.

Perfil de les professionals

Periodista especialitzada en comunicació social i participativa.

Persones destinatàries

Membres d'organitzacions o col·lectius.

EMPRENDRE DE FORMA CREATIVA



Explicació breu del mètode de treball de la cooperativa – espais participatius i creatius – i creació conjunta de prototips d'idees que tenen un impacte positiu en la comunitat.

Una vegada explicats els passos del mètode de treball d'El Far crearem un espai pràctic on, per grups, totes les persones podran crear una primera proposta d'acció emprendora creativa amb impacte social i ambiental.

Ser creatives en l'àmbit professional també col·labora en sentir-nos millor a la nostra feina perquè s'ajusta als nostres interessos.



Objectius

- Descobrir el procés creatiu que segueix El Far per impulsar els seus projectes.
- Tenir eines pràctiques per crear espais creatius i participatius d'indagació col·lectiva per emprendre i generar impacte positiu en l'entorn.

Format	Durada	Persones destinatàries
Presencial	1 h o 2 h. Es pot adaptar.	Comunitat educativa.

Perfil de les professionals

Pedagoga especialitzada en processos participatius i creativitat.

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants.

FEM-NOS MÉS VISIBLES A LES XARXES SOCIALS. CREAR UN PLA DE CONTINGUTS



Construir relat i marca a través dels canals propis de comunicació. Un taller pràctic per concretar un pla de continguts per a les xarxes socials del vostre projecte sense perdre de vista la vostra essència i estil. Un bon pla de continguts ens estalvia temps i ens ajuda a focalitzar millor els esforços que dediquem a la comunicació.

Objectius

- Descobrir quin és el valor marca del projecte i com connectar-lo racionalment i emocional amb les persones per crear vincles de confiança i fidelització a través de les xarxes socials.
- Conèixer alguns consells per a tenir més presència a les xarxes socials.
- Adquirir eines i recursos per a la creació d'un pla de continguts per a les xarxes socials.

Format

Virtual o presencial.

Durada

2 h

Persones destinatàries

Membres d'organitzacions o col·lectius.

Perfil de les professionals

Comunicadora audiovisual especialitzada en canals corporatius d'organitzacions i col·lectius.

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants.

EMPODERAMENT INDIVIDUAL I COL·LECTIU PER A ORGANITZACIONS



Jornada de treball per abordar hàbits convivencials dins d'entorns grupals i evitar situacions d'abús de poder i/o assetjament. A través de diferents dinàmiques es facilita la creació d'un espai de confiança on poder analitzar els mecanismes contextuais de poder i privilegi que generen situacions d'opressió dins els grups.

Objectius

- Conèixer el marc teòric bàsic sobre poder, rang i privilegis en el context grupal.
- Analitzar els privilegis i opressions que s'esdevenen dins el grup.
- Compartir exemples, models i estratègies d'afrontament en situacions d'abús de poder i/o assetjament.
- Generar cohesió grupal per afavorir respostes col·lectives d'afrontament que empoderin el grup.

Format

Presencial.

Durada

3 h

Persones destinatàries

Membres d'organitzacions i col·lectius.

Perfil de les professionals

Pedagoga especialitzada en facilitació de processos grupals.

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants.

QUÈ FER I QUÈ NO FER QUAN CREEM CARTELLS

Taller pràctic per identificar el que funciona i el que no funciona gràficament quan creem materials de comunicació. Descoberta d'eines i de consells bàsics perquè qualsevol persona pugui crear cartells o altres materials senzills per comunicar.



Objectius

- Descobrir eines senzilles de disseny.
- Identificar els errors habituals que es cometien quan creem materials de comunicació i trobar alternatives.

Format Presencial.	Durada 2 h	Persones destinatàries Membres d'organitzacions i col·lectius.
------------------------------	----------------------	--

Perfil de les professionals

Dissenyadora gràfica especialitzada en processos participatius.

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants.

ACTITUD COMERCIAL PER VENDRE AMB VALORS

Si la tasca comercial és un tema pendent de la vostra organització, si no sabeu ni per on començar, aquest taller us pot ajudar. Volem perdre-li la por a vendre i treballar per la sostenibilitat dels vostres projectes.



Objectius

- Resignificar la figura de la persona comercial afegint la mirada de l'economia social i solidària.
- Adquirir eines bàsiques per planificar l'estratègia comercial del nostre projecte i atrevir-nos a sortir i vendre.

Format Presencial.	Durada 3 h	Persones destinatàries Membres d'organitzacions de l'ESS.
------------------------------	----------------------	---

Perfil de les professionals

Especialista en direcció i administració d'empreses de l'ESS.

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants.



Eines per arrencar la comunicació de l'organització o col·lectiu.

Objectius

- Disposar d'eines pràctiques per generar espais creatius i participatius per planificar la comunicació i generar un impacte positiu en la comunitat.

Format

Presencial.

Durada

Mínim 2 h

Persones destinatàries

Projectes que comencen o que mai han comunicat.

Perfil de les professionals

Periodista especialitzada en comunicació social i participativa.

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants.



ACTUA



Cooperativa d'iniciativa social amb professionals del camp socioeducatiu

Actua dissenya i duu a terme projectes d'intervenció socioeducativa a nivell individual, grupal i comunitari. Actuen en els àmbits de la prevenció, de la protecció i de l'emancipació, generant oportunitats per la millora de la vida de les persones, amb compromís ferm cap a l'economia social i solidària.

Contacte



 93 224 71 88 // 687 775 267

 actua.coop

 egtarragona@actua.coop

 Passatge d'Andorra, 7 43002 Tarragona

SEXUALITATS: SALUT AFECTIVOSEXUAL I DIVERSITAT

La salut sexual és un estat de benestar físic, mental i social en relació a la sexualitat. Requereix un enfocament positiu i respectuós de la sexualitat i de les relacions sexuals, així com la possibilitat de tenir experiències sexuals plaents i segures, lliures de tota coacció, discriminació i violència.



Objectius

- Proporcionar eines perquè els/les joves desenvolupin hàbits, actituds i conductes saludables entorn la sexualitat
- Treballar la sexualitat en totes les seves dimensions (plaer físic, emocions i sentiments, relacions i conductes de risc).
- Explorar els concepte de sexe/plaer/desig en sentit ampli: desmuntar la concepció coitocèntrica i centrada en l'orgasme i els mites de la pornografia.
- Fomentar l'establiment de relacions sexo-afectives de respecte i basades en el consentiment.
- Treballar els conceptes de sexe- gènere, expressió del gènere i orientació sexual.
- Desenvolupar una actitud normalitzadores vers la diversitat.
- Afavorir el diàleg per donar resposta a les inquietuds de l'alumnat.

Format

Presencial

Durada

Dues sessions de 2h

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants.

Perfil de les professionals

Psicòlegs/psicòlogues del programa psicosocial de la cooperativa Actua amb formació i experiència específica a en l'àmbit d'intervenció.

Persones destinatàries

Destinat a tots els cursos d'ESO, Escola d'Adults i PFI, el taller s'adapta a les diferents franges d'edat així com a les demandes específiques de cada grup.

JO CONTROLO...NO? FOMENTANT UN ÚS CONSCIENT DE LES PANTALLES

Quants de nosaltres ens hem vist immersos molta estona fent scroll, quan només havíem desbloquejat el mòbil per respondre un missatge? Quants de nosaltres recorrem a mirar alguna xarxa social mentre esperem a l'autobús, al metge o a la cua del supermercat? Sembla que nosaltres decidim quan i quant volem connectar-nos, però és realment així? Aquests fenòmens tan comuns i normalitzats avui dia, tenen un explicació neurocientífica i el més significatiu, uns efectes a curt, mitjà i llarg termini, dels que actualment no en som del tot conscients. Les pantalles s'han convertit en un element indispensable de la nostra vida actual, sobretot, per la generació dels "nadius digitals". És precisament per aquest motiu, que és necessari conèixer i conscienciar tot el que engloba l'ús de les pantalles i fomentar un ús conscient i regulat.



Objectius

- Fomentar un ús conscient de les pantalles.
- Prendre consciència del propi ús.
- Conscienciar dels efectes de l'ús excessiu de les pantalles, a nivell emocional, conductual i cerebral.
- Reflexionar vers els aspectes positius i negatius de les pantalles, per tal de potenciar-ne els positius i prevenir els negatius.
- Proporcionar eines perquè els i les joves puguin regular-ne l'ús.

Format

Presencial

Durada

Una sessió de 2 h

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants.

Perfil de les professionals

Psicòlegs/psicòlogues del programa psicosocial de la cooperativa Actua amb formació i experiència específica a en l'àmbit d'intervenció.

Persones destinatàries

Destinat a tots els cursos d'ESO, Escola d'Adults i PFI, així com a entitats juvenils. El taller s'adapta a les diferents franges d'edat així com a les demandes específiques de cada grup.

CONNECTA AMB TU MATEIX: HABILITATS EMOCIONALS PER CRÉIXER

Aquest taller està dissenyat per acompanyar joves de secundària en la descoberta i la gestió de les seves emocions, així com en la construcció d'eines per afrontar els reptes del dia a dia. A través d'activitats pràctiques, reflexions individuals i dinàmiques de grup, els participants aprendran a reconèixer, expressar i gestionar les seves emocions per fomentar una millor relació amb ells mateixos i amb els altres.

Objectius

- Reconèixer i comprendre les emocions pròpies i dels altres.
- Desenvolupar habilitats per a una gestió emocional saludable.
- Millorar l'autoestima i fomentar l'autoconeixement.
- Potenciar la comunicació assertiva i les relacions interpersonals.
- Proporcionar eines per gestionar sensacions de malestar (l'estrès, l'ansietat, l'estat d'ànim baix...).

Format Presencial	Durada Dues sessions de 2 h	Data Segons voluntat de les entitats o persones contractants.
-----------------------------	---------------------------------------	---

Perfil de les professionals

Psicòlegs/psicòlogues del programa psicosocial de la cooperativa Actua amb formació i experiència específica a en l'àmbit d'intervenció.

Persones destinatàries

Destinat a tots els cursos d'ESO, Escola d'Adults i PFI, així com a entitats juvenils. El taller s'adapta a les diferents franges d'edat així com a les demandes específiques de cada grup.



RECONCILIANT-NOS AMB L'ANSIETAT: COMPRENENT L'ANSIETAT I COM GESTIONAR-LA

L'ansietat és un estat que afecta i incòmoda al jovent actual, portant-los a viure amb malestar i preocupació. Però és l'ansietat quelcom del que hem de fugir? És perillosa? Sembla que sentir ansietat ha esdevingut un problema i resulta important comprendre quina funció té l'ansietat quan apareix a la nostra vida, per així, poder relacionar-nos amb ella i trobar i desenvolupar estratègies que ens ajudin a gestionar-la i transitar-la més còmodament. Així com saber detectar quan viure amb ansietat es torna un problema greu i com poder actuar davant aquesta situació.

Objectius

- Comprendre que és l'ansietat, com es manifesta i quina és la seva funcionalitat.
- Despatologitzar l'ansietat funcional.
- Adquirir eines per gestionar i transitar l'ansietat funcional.
- Establir senyals indicadors d'ansietat disfuncional o patològica.
- Conèixer els plans d'actuació davant els senyals d'ansietat patològica.

Format

Presencial

Durada

Una sessió de 2 h

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants.

Perfil de les professionals

Psicòlegs/psicòlogues del programa psicosocial de la cooperativa Actua amb formació i experiència específica a en l'àmbit d'intervenció.

Persones destinatàries

Destinat a tots els cursos d'ESO, Escola d'Adults i PFI, així com a entitats juvenils. El taller s'adapta a les diferents franges d'edat així com a les demandes específiques de cada grup.





LA TEULADA



La Teulada compta amb un equip tècnic de perfils professionals diversos especialitzats en diferents temàtiques que faciliten l'acompanyament, l'assessorament i la formació d'aquelles organitzacions que es troben en procés de creació, transformació o consolidació.

Contacte



722745596



lateulada.cat



hola@lateulada.cat



C. Pin i Soler, 22, baixos 43002
Tarragona



El sector de l'economia social és especialment apropiat per fomentar projectes amb vocació de servei públic.

La formació permetrà entendre els diferents mecanismes de subvenció, conèixer els processos administratius, els formularis, preparar el pressupost, redactar un projecte i justificar-lo.



Objectius

- Conèixer la via de finançament d'ESS que suposen les subvencions.
- Procés administratiu públic i privat.
- El certifica digital.
- Els formularis.
- La redacció d'un projecte.
- El pressupost.
- L'execució d'un projecte.
- La justificació.

Format

Presencial o semipresencial.

Durada

1 dia de 4 h seguides

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants.

Perfil de les professionals

Persones tècniques que tenen relació amb associacions o projectes a l'entorn de l'ESS.

Persones destinatàries

- Persones que realitzen projectes en una organització i que volen formar-se sobre el procés complet de la configuració d'un projecte.
- Tècniques de projectes.
- Administratives.
- Direcció d'entitats..

EINES DE PARTICIPACIÓ COMUNITÀRIA AMB PERSPECTIVA ANTIRACISTA

Itinerari formatiu per a professionals que acompanyen a joves en situació de vulnerabilitat.

Objectius

- Identificar el racisme, com afecta i saber com fer-li front
- Identificar els rols de poder que ens podem trobar quan treballem acompanyant a joves amb vulnerabilitat
- Conèixer el marc teòric bàsic sobre poder, rang i privilegis en el context grupal.
- Analitzar els privilegis i opressions que s'esdevenen dins el grup.
- Identificar metodologies participatives i processos comunitaris
- Conèixer els recursos comunitaris que existeixen en el territori i aprendre dels models comunitaris que existeixen i motivar als joves a participar-hi
- Promoure la reflexió al voltant de la participació dels joves a les ciutats i l'ús dels espais públics de les mateixes
- Identificar el públic objectiu que conforma la base social

Format

Presencial

Durada

10 hores (es podria ajustar en cas de que fos necessari, però està programada per a aquesta durada)

Data

Segons voluntat de les entitats o persones contractants.

Perfil de les professionals

Professionals de La Teulada amb diferents experteses imparteixen aquest itinerari de manera completa, transversal i des de diferents mirades i experiències laborals.

Cadascuna de les formacions està liderada per una professional experta en la temàtica concreta.

Persones destinatàries

Professionals que acompanyen a joves en situació de vulnerabilitat (joves migrants, pisos tutelats, centres d'acollida, processos d'emancipació i cerca de treball, etc)





5

**COM
CONTRACTAR-NOS**

Per a poder demanar informació,
resoldre dubtes o contractar qualsevol
de les formacions aquí presentades, us
heu de posar en contacte amb l'equip
tècnic de La Teulada a través del correu
educacio@lateulada.cat.

El present catàleg és una mostra de
les propostes formatives que tenim
disponibles però si teniu alguna
necessitat especial que creieu que
podem cobrir o si busqueu una
formació concreta que aquí no heu
trobat no dubteu a contactar-nos.



@la_teulada

lateulada.cat

c. Pin i Soler, 22, baixos
43002 Tarragona

Organitza:



Promou:



Finança:

