GORABIDE

Nº 301 Zk.
2021EKO AZAROA
NOVIEMBRE DE 2021

ADIMEN DESGAITASUNA | DISCAPACIDAD INTELECTUAL
BIZKAIA

INFORMACIÓN BBK SAIOA GORABIDE INFORMAZIOA

Desgaitasunaren aitorpena
Reconocimiento de discapacidad
pg. 4 or.

Lankidetza Lanestosan
Colaboración en Lanestosa
pg. 5 or.

Aste santuko egonaldiak
Estancias en semana santa
pg. 7 or.

Relevo en la gerencia

Txema Franco, anterior director general de Lantegi Batuak, coge el testigo de Pablo González, gerente durante los últimos 18 años, que se va a jubilar

Gerentzia erreleboa

Txema Francok, Lantegi Batuak-eko aurreko zuzendari nagusiak, azken 18 urteotan gerentea izan den Pablo Gonzalezen lekukoa hartu du

Neguko programak, martxan

[6. or.]

Los programas de invierno, en marcha

[pg. 6]

GORABIDE

ADIMEN DESGAITASUNA DUTEN PERTSONEN ALDEKO BIZKAIKO ELKARTEA
ASOCIACIÓN VIZCAINA EN FAVOR DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL
Licenciado Poza 14, 2 - 48011 Bilbao | Tel. 94 443 12 10 | gorabide@gorabide.com
gorabide.com | facebook.com/gorabide | twitter.com/gorabide | youtube.com/Gorabide | instagram.com/gorabide

Laguntzen du
Colabora

Bizkaia
foru aldundia
diputación foral

Relevo en la gerencia

Txema Franco, anterior director general de Lantegi Batuak, coge el testigo de Pablo González, gerente durante los últimos 18 años, que se va a jubilar

Tras 46 años vinculado a Gorabide, primero como voluntario, después desempeñando diferentes responsabilidades y finalmente como gerente, Pablo González ha pasado a contrato de relevo realizando labores de asesoría directiva, como paso previo a su jubilación en 2022. El relevo en la gerencia de nuestra asociación lo ha asumido Txema Franco, que ha sido director general de Lantegi Batuak durante los últimos 17 años.

Pablo González: “Sólo puedo decir que ha sido un honor, una satisfacción y una suerte haber podido ser una más entre las muchas personas que han contribuido a un proyecto que merece tanto la pena como Gorabide. A pesar de los momentos complicados, que también los ha habido, prima sobre todo el recuerdo de lo que hemos sido capaces de sacar adelante”.

Txema Franco: “Yo quiero darte las gracias expresamente porque me lo has puesto muy fácil en este proceso de relevo. Y reconocer tanto el nivel alcanzado en la gestión como el trabajo e implicación del equipo de profesionales que dejas, que también agradezco un montón. Ya conocía desde fuera las fortalezas de la asociación, pero desde dentro se hacen más patentes”.

PG: “Eso es lo bueno, al venir de dirigir Lantegi Batuak, que no llegas de nuevas ni al ámbito de la discapacidad intelectual ni a las responsabilidades de gerencia. Está siendo un relevo ordenado y tranquilo, y la transición la hemos hecho con eficacia”.

TF: “Está bien tenerte hasta la fecha de tu jubilación desempeñando funciones de asesoría para la junta directiva y la gerencia. Eso va a garantizar, aún más, que no se pierda nada del conocimiento que has generado durante toda tu trayectoria”.

PG: “He dicho en muchas ocasiones que los logros sociales son el resultado del trabajo de mucha gente durante mucho tiempo. Y, sin duda, tú también eres parte de eso. Así que sé que desde Gorabide vas a ser un valioso agente para seguir contribuyendo a mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual. Que, al fin y al cabo, es de lo que se trata todo esto”.

TF: “Sí, han sido 25 años trabajando en Lantegi Batuak, desde 2004 como director general, y entiendo lo que debes estar sintiendo tú porque Lantegi lo ha representado todo para mí, a nivel personal y profesional. Y me hace sentir orgulloso de los avances y logros conseguidos a favor de la inclusión social y laboral de las personas con discapacidad. Y tu contribución a ello también ha sido importante. Ya lo dijeron Conchi (Basabe), Susana (Gorbeña), Unai (Rementeria) Beatriz (Artolazabal) y Juan Mari (Aburto) en el Día Gorabide”.

PG: “Haber podido dedicar mi vida a una asociación que ha contribuido a que las personas con discapacidad intelectual sean cada vez más protagonistas de su vida es algo maravilloso. Sólo me queda desearte que lo disfrutes tanto como yo lo he hecho”.

TF: “Vengo con muchas ganas e ilusión, así que seguro que lo haré.

Pablo González era el gerente de Gorabide y se va a jubilar.
Txema Franco era el director general de Lantegi Batuak y ahora es el nuevo gerente de Gorabide.
Pablo está contento de haber trabajado en Gorabide, cree que Txema lo va a hacer muy bien y le desea que lo disfrute tanto como él.
Y Txema agradece el trabajo de Pablo y llega con ilusión.

Gerentzia erreleboa

Txema Francok, Lantegi Batuak-eko aurreko zuzendari nagusiak, erretiroa hartuko duen azken 18 urteotan gerentea izan den Pablo Gonzalezen lekukoa hartu du

Pablo Gonzalez Gorabideko gerentea zen eta erretiroa hartuko du. Txema Franco Lantegi Batuak erakundeko zuzendari nagusia zen eta orain Gorabideko gerente berria da. Pablo pozik dago Gorabiden lan egin duelako, bere ustez Txemak ongi egingo du eta berak adina goza dezala desio dio. Eta Txemak Pablok egindako lana eskertzen du eta ilusioz dator.

Gorabiderekin lotuta 46 urte eman ondoren, lehendabizi boluntario modura, ondoren ardura ezberdinak hartuz eta, azkenik, gerente gisa, Pablo González txanda-kontratura igaro da, zuzendaritzako aholkularitza lanak betez, 2022an erretiroa hartu aurretiko urrats modura. Gure elkarteko gerentzian Txema Francok hartu du txanda, azken 17 urtetan Lantegi Batuak erakundeko zuzendari nagusia izan denak.

Pablo González: “Gorabideren moduko proiektu batean beren ekarpena egin duten pertsona askoren artean beste bat izatea ohorea, harrotasuna eta zortea izan dela baino ez dezaket esan, halako proiektu bat garatzeak zinez merezi du eta. Une zailak igaro arren, halakoak ere izan baitira, aurrera ateratzeko gai izan garen horren oroitzapena beste gauza guztien aurretik gailentzen da”.

Txema Franco: “Nik espresuki eman nahi dizkizut eskerrak, izan ere, oso erraz ipini didazu txanda hartzeko prozesu hau. Eta kudeaketan erdietsitako maila zein utzi duzun lantalde profesionalaren lana eta inplikazioa aitortu behar ditut, hori ere asko eskertzen baitut. Kanpotik ezagutzen nituen elkartearen indarguneak, baina barnetik gehiago nabaritzen dira”.

PG: “Hori da kontua, Lantegi Batuak zuzentzetik etortzean, ez zara hasiberri gisa iristen ez adimen desgaitasunaren esparrura ezta gerentziako erantzukizunetara ere. Txanda-hartze antolatu eta txukuna izaten ari da, eta trantsizioa eraginkortasunez egin dugu”.

TF: “Ongi datorkigu oso erretiroa hartzen duzun egunera arte zuzendaritza-batzordearentzat zein gerentziarentzat aholkularitzarekin lotutako zereginetan aritzea. Horrek are gehiago bermatuko du zure ibilbide osoan zehar sortu duzun ezagutza ez galtzea, neurri txikienean ere”.

PG: “Sarritan aipatu dut sozietatearen lorpenak jende andanak denbora askoan egindako lanaren emaitza direla. Eta, zalantzarik gabe, zu horren parte zara. Beraz, badakit Gorabidetik balio handiko eragilea izango zarela adimen desgaitasuna duten pertsonen bizi-kalitatea hobetzeko ekarpena egiten jarraitzeko. Izan ere, azken batean, horixe da honen guztionen xedea”.

TF: “Bai, 25 urte izan dira Lantegi Batuak-en lan eginez, 2004az geroztik zuzendari nagusi modura, eta ulertzen dut zer sentitzen arituko zarean, Lantegi dena izan baita niretzat, pertsonalki zein profesionalki. Eta harro sentiarazten nau desgaitasuna duten pertsonen gizarteratze eta laneratzearen alde egin ditugun aurrerapenek eta erdietsitako lorpenek. Eta horretan ere zure ekarpena nabarmena izan da. Hala esan zuten Conchi (Basabe), Susana (Gorbeña), Unai (Rementeria) Beatriz (Artolazabal) eta Juan Marik (Aburto) Gorabide Egunean”.

PG: “Nire bizitza adimen desgaitasuna duten pertsonak gero eta protagonismo handiagoa izatearen alde bere ekarpena egin duen elkarte bati eman ahal izatea zoragarria da. Nik adina gozatu dezazula desiratzea baino ez zait geratzen”.

TF: “Gogo eta ilusio handiz nator, beraz, ziur egingo dudala.

information bbk SAIOA GORABIDE informazioa

Valoración y reconocimiento de la discapacidad

El reconocimiento del grado de discapacidad es un documento oficial (Orden Foral) emitido por la Diputación Foral de Bizkaia que acredita la discapacidad de una persona. El primer paso para obtenerlo es presentar una **solicitud** en el Servicio de Valoración y Orientación, donde un equipo de profesionales de los ámbitos psicológico, médico, de trabajo social, etc. determina la discapacidad y su grado, y si la persona tiene dificultades para utilizar los transportes públicos colectivos. Junto con la solicitud, deben aportarse los correspondientes **informes** médicos, psicológicos y/o sociales. La persona solicitante recibirá las **citaciones** para las consultas profesionales pertinentes, según sus condiciones de salud (puede que necesite acudir a varias). La Diputación, teniendo en cuenta los resultados realizados por los equipos de valoración y orientación, dictará y notificará una **resolución** en la que especificará: diagnóstico de la discapacidad, tipo y grado de discapacidad y, en su caso, la existencia de dificultades de movilidad para utilizar transporte público. En función de estos datos, la persona solicitante podrá tener **acceso** a servicios; pensiones y prestaciones; beneficios fiscales; tarjeta de estacionamiento; reducciones en medios de transportes; ventajas laborales; empleo protegido; jubilación; universidad, etc.

Es muy importante, además del grado, tener reconocido el **diagnóstico** o los diagnósticos de la forma más ajustada posible a la situación real, ya que esto es fundamental para poder a acceder a los recursos y servicios específicos que la persona necesita.

Existe la posibilidad de pedir la **revisión** de la discapacidad cuando hayan transcurrido un mínimo de dos años desde la resolución. El plazo mínimo no será necesario si se acredita error de diagnóstico o cuando se produzcan cambios notorios.

Es muy importante que este documento esté actualizado.

Desgaitasunaren balorazioa eta aitorpena

Desgaitasun-maila aitortzea dokumentu ofiziala da (Foru Agindua), Bizkaiko Foru Aldundiak emana, eta pertsona baten desgaitasuna egiaztatzen duena. Hori lortzeko lehen urratsa Balorazio eta Orientazio Zerbitzuan **eskaera** bat aurkeztea da. Bertan, psikologia, medikuntza, gizarte-lan eta abarretako arloetako profesionalen talde batek desgaitasuna eta haren gradua zehazten ditu, baita pertsonak garraio publiko kolektiboak erabiltzeko zailtasunak dituen ere. Eskaerarekin batera, dagozkion **txosten** medikoak, psikologikoak eta/edo sozialak aurkeztu behar dira. Eskatzaileak dagozkion kontsulta profesionaletarako **zitazioak** jasoko ditu, bere osasun-baldintzen arabera (baliteke batera baino gehiagotara joan behar izatea). Aldundiak, balorazio- eta orientazio-taldeek egindako emaitzak kontuan hartuta, **ebazpen** bat eman eta jakinaraziko du, honako hauek zehaztuz: desgaitasunaren diagnostikoa, desgaitasun-mota eta maila, eta, hala badagokio, garraio publikoa erabiltzeko mugikortasun-zailtasunak. Datu horien arabera, eskatzaileak zerbitzuak, pentsioak eta prestazioak, zerga-onurak, aparkatzeko txartela, garraiobideen murrizketak, lan-abantailak, enplegu babestua, erretiroa, unibertsitatea eta abar **eskuratu** ahal izango ditu.

Oso garrantzitsua da, mailaz gain, diagnostikoa edo diagnostikoak egoera errealera ahalik eta ondoen egokitzea, hori funtsezkoa baita pertsonak behar dituen baliabide eta zerbitzu espezifikoak eskuratu ahal izateko.

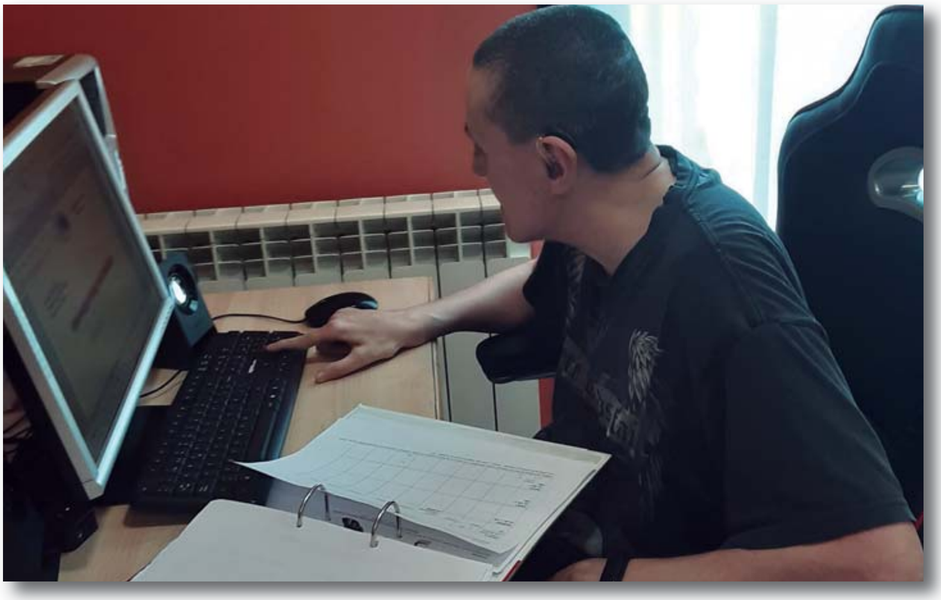
Desgaitasunaren berrikuspena eskatzeko aukera dago, ebazpena eman zenetik gutxienez bi urte igaro ondoren. Gutxieneko epea ez da beharrezkoa izango diagnostiko-akatsa egiaztatzen bada edota aldaketa nabarmenak gertatzen badira.

Oso garrantzitsua da dokumentu hau eguneratuta egotea.

Servicio
BBK SAIOA GORABIDE
Zerbitzua
Tel. 94 453 90 86
661 58 01 98

“Me siento bien ayudando al Ayuntamiento”

Santi Hueto, usuario de nuestra Residencia Isasti de Lanestosa, se encarga de facilitar al Facebook municipal las mediciones meteorológicas que recogen a diario en el centro



Desde mayo, la página de Facebook del Ayuntamiento de Lanestosa ofrece a diario la cantidad de lluvia y la temperatura máxima y mínima de la jornada anterior. Y detrás de esa información está Santi Hueto, usuario de nuestra Residencia Isasti, quien envía los datos que el resto de personas usuarias del centro obtiene de la estación meteorológica que gestionan para Aemet desde 2017.

“Cuando se recoge la medición de cada día, yo la meto en el ordenador y se la mando por Whatsapp”, explica. Es una labor de la que está orgulloso: “Me siento bien ayudando al Ayuntamiento. Así, la gente se entera de lo que llueve, de la temperatura... Y yo miro a ver si le dan a *Me gusta*”. Además, esta tarea tiene un aliciente extra: “Soy el único que maneja el ordenador en la resi”, destaca. “He ido mejorando poco a poco, y ahora me hago yo las plantillas y lo tengo bien ordenado. También voy a empezar a mandar la información a Aemet, y registro lo que reciclamos en la residencia”, añade.

Participación social

Esta iniciativa amplía nuestro Plan de Participación en la Comunidad, que favorece el papel activo de las personas con discapacidad intelectual en favor de la sociedad, alejado del rol de meras receptoras de apoyos.

“Ondo sentitzen naiz Udalari laguntzen”

Santi Hueto, gure Lanestosako Isasti Egoitzako erabiltzailea, zentroan egunero jasotzen diren neurketa meteorologikoak udaleko Facebookera bidaltzeaz arduratzen da

Maiatzetik aurrera, Lanestosako Udalaren Facebook orriak egunero eskaintzen ditu euri kantitatea eta aurreko eguneko tenperatura maximoa eta minimoa. Informazio horren atzean Santi Hueto dago, gure Isasti egoitzako erabiltzailea, eta zentroko gainerako erabiltzaileek Aemeterako 2017tik kudeatzen duten estazio meteorologikotik lortzen dituzten datuak bidaltzen ditu.

“Eguneroko neurketa jasotzen denean, ordenagailuan sartu eta Whatsapp baten bidez bidaltzen dut”, azaldu du. Harro dago lan horrekin: “Ondo sentitzen naiz Udalari laguntzen. Horrela, jendeak jakiten du zer euri ari duen, zer tenperatura... Eta nik *Gustatzen zait* ematen dioten begiratzen dut”.

Gainera, lan horrek aparteko pizgarri bat du: “Egoitzan ordenagailua maneiatzen duen bakarra naiz”, nabarmendu du. “Pixkanaka hobetzen joan naiz, eta orain nik egiten ditut ereduak eta ondo ordenatuta daukat guztia. Informazioa Aemetera bidaltzen ere hasiko naiz, eta egoitzan birziklatzen duguna erregistratzen dut”, gaineratu du.

Gizarte parte-hartzea

Ekimen honek gure Komunitateko Partaidetza Plana zabaldu egiten du, adimen desgaitasuna duten pertsonek gizartearen alde duten zeregin aktiboa bultzatzen baitu, laguntza jasotzen duten pertsona soilen roletik urrunduz.

Los programas de invierno, en marcha

Nuestro Servicio de Tiempo Libre ya ha iniciado los clubes y centros de ocio, actividades deportivas, los ensayos de Gorabide Korala y las salidas de día

El funcionamiento en las actividades de nuestro Servicio de Tiempo Libre está siendo progresivo tras la declaración del fin de la emergencia sanitaria. Aún no están cubiertos todos los días de la semana, pero ese es el objetivo si la situación epidemiológica lo permite.

Todos nuestros programas de invierno han arrancado ya: centros de ocio de las mañanas y de las tardes, clubes de fin de semana, salidas... Hay una nueva Kuadrilla en Barakaldo, Gorabide Korala ha retomado sus ensayos con la Sociedad Coral de Bilbao –con mascarilla especial, según su protocolo– y los equipos de rugby, fútbol sala y baloncesto también han reiniciado su actividad.

Nuevo grupo de baile

Además, existe la posibilidad de crear un grupo de baile o danza entre semana por las tardes en Bilbao. Las personas interesadas en esta actividad, pueden solicitarla llamando al teléfono 94 443 12 10 o escribiendo a tiempolibre@gorabide.com.

Neguko programak, martxan

Gure Astialdiko Zerbitzuak dagoeneko hasi ditu aisialdiko klubak eta zentroak, kirol jarduerak, Gorabide Koralaren entseguak eta egunean zeharreko irteerak

Gure Astialdiko Zerbitzuko jarduerak apurka-apurka ari dira martxan jartzen, osasun larrialdiko egoeraren amaiera deklaratu ostean. Oraindik ez daude asteko egun guztiak hartuta, baina hori da helburua egoera epidemiologikoak ahalbidetzen baldin badu.

Neguko gure programa guztiak abian dira dagoeneko: goizeko eta arratsaldeko aisialdirako zentroak, asteburutako klubak, irteerak… Barakaldon Koadrila berri bat dago, Gorabide Koralak bere entseguei berrekin die Bilboko Koral Elkartearekin –musuko bereziarekin, haien protokoloari jarraiki– eta errugbi, areto futbol eta saskibaloiko taldeek bere beren jarduera hasi dute berriro.

Dantza-talde berria

Gainera, Bilbon, astegun arratsaldetan dantza-talde bat sortzeko aukera dago. Jarduera horrekin interesa duten pertsonek egin dezakete eskaera, tiempolibre@gorabide.com helbidera idatziz edo 94 443 12 10 telefono-zenbakira deituz.

VOLUNTARIADO

La participación de las personas voluntarias es fundamental para realizar nuestros programas de ocio y tiempo libre. Por eso, os pedimos que animéis a colaborar a las personas de vuestro entorno más cercano que puedan tener interés en hacer voluntariado.

BOLUNTARIOTZA

Pertsona boluntarioen partaidetza funtsezkoa da aisialdiko eta denbora libreko gure programak garatzeko. Hori dela eta, zuen inguruan boluntario lanetan aritzeko interesa izan dezaketen pertsonak kolaboratzera adoretu ditzazuela eskatzen dizuegu.

Estancias en semana santa

Las solicitudes para acceder a una estancia temporal en la Residencia Ola en semana santa deben realizarse antes de que queden dos meses para la fecha de inicio de la estancia, según establece el decreto foral que regula la tramitación y la adjudicación de plazas. Por eso, nuestro servicio BBK SAIOA GORABIDE advierte: "Realizar la solicitud antes de esos dos meses, aunque no asegura contar con una plaza, evita quedar fuera de plazo y no tener opción en la adjudicación que realiza la Diputación Foral de Bizkaia". Algo que ocurre en períodos como semana santa, en los que suele haber más solicitudes que plazas disponibles.

> Ya se puede pedir plaza para pasar unos días en la Residencia Ola en semana santa. Si se pide ahora, no asegura la plaza, pero evita quedarse fuera de plazo y no poder ir.

Servicio BBK SAIOA GORABIDE
administracionsaioa@gorabide.com
Tel. 94 453 90 86

Egonaldiak aste santuan

Datorren urteko udan Ola Egoitzan aldi baterako egonaldia egiteko eskabideak egonaldia hasi baino bi hilabete lehenago aurkeztu behar dira, plazen izapide eta esleipena arautzen duen foru dekretuak ezartzen duenaren arabera. Horregatik, gure BBK SAIOA GORABIDE zerbitzutik hauxe jakinarazi dute: "Bi hilabete horiek baino lehenago eskaera eginez gero, plaza ez da ziurtatzen, baina epez kanpo geratu eta, Bizkaiko Foru Aldundiko esleipenetan aukerarik ez izatea ekiditen da". Horrelakoak udan eta gertatzen dira, plaza izateko eskaera gehien egoten den sasoietan.

> Dagoeneko, Ola Egoitzan aste santuan egun batzuk pasatzeko egonaldiak eska daitezke. Sasoiz ibiliz gero, plaza segurua izan ez arren, aukeratik gabe geratzea sahiesten du.

BBK SAIOA GORABIDE zerbitzua
administracionsaioa@gorabide.com
Tel. 94 453 90 86

LABURRAK BREVES

Ondarearen Europako Jardunaldiak

Urrian, 2021eko Ondareari buruzko Europako Jardunaldietan parte hartu dugu; ekitaldi irisgarriak eta inklusiboak eskaini dituzte, eta aktiboki parte hartzeko aukerak sortu dituzte. Ipuin kontalari bat eta bi bisita gidatu antolatu ditugu Itsasmuseumekin Bilbon, clown emanaldi bat Herribixirekin Ondarroan eta bisita gidatu bat Artzentaleseko Kultur Etxearekin.

Jornadas Europeas de Patrimonio

En octubre, hemos participado en las Jornadas Europeas de Patrimonio 2021 que han ofrecido eventos accesibles e inclusivos, generando oportunidades de participación activa. Hemos organizado un cuentacuentos y dos visitas guiadas con Itsasmuseum en Bilbao, un espectáculo de clown con Herribixi en Ondarroa y una visita guiada con la Casa de Cultura de Artzentales.

#DownParís2024 kanpaina

Mikel Garcia gure bazkideak, birritan T21 atletismo munduko txapelduna izan denak, kanpaina bat jarri du abian kategoria hori 2024ko Pariseko Joko Paralinpikoetan egon dadin: labur.eus/Mikel2024.

Campaña #DownParís2024

Nuestro socio Mikel García, bicampeón del mundo de atletismo T21, ha puesto en marcha una campaña para que esa categoría pueda estar presente en los Juegos Paralímpicos de París 2024. Puedes firmar en labur.eus/Mikel2024.

GORABIDE

NOVIEMBRE DE 2021 | Nº 301 Zk | 2021EKO AZAROA

Gorabide irabazi-asmorik gabeko elkartea da, Bizkaiko adimen desgaitasuna duten pertsonei eta haien familiei bizitzako asmoak garatzen laguntzen diena, horretarako laguntza eta berrikuntza eskaintzen die ikuspegi etikotik eta haien inklusioa sustatzen du gizarte bidezkoago eta solidarioago batean.
Lantegi Batuaken (1983) eta Futubideren (1991) erakunde sustatzailea.

Gorabide es una asociación sin ánimo de lucro orientada a contribuir a que las personas con discapacidad intelectual de Bizkaia y sus familias puedan desarrollar sus aspiraciones vitales, ofreciendo apoyos e innovación en las respuestas, desde una perspectiva ética y promoviendo su inclusión en una sociedad más justa y solidaria.
Entidad promotora de Lantegi Batuak (1983) y de Futubide (1991).

ARGAZKIA LA FOTO

Jon Vidal, gure Arteagoiti Egoitzako erabiltzailea, benetako artista da. 'Nire laguna eta ni' izeneko obra honetan, duela 14 urte zentrora iritsi zenetik Imanolekin bizi den beste erabiltzaile batekin duen adiskidetasuna islatu du.

Jon Vidal, usuario de nuestra Residencia Arteagoiti, es todo un artista. Ha plasmado su amistad con Imanol, otro usuario con el que vive desde que llegó al centro hace 14 años, en esta obra titulada 'Mi amigo y yo'.

AGENDA azaroa noviembre

gorabide.com/agenda

AUTOGESTIO TALDEAK

Gazteak: astelehena 29, 18:00etan. *(telematikoa)*

Indarra: asteartea 30, 18:00etan. *(telematkoa)*

Emakumeak: asteazkena 24, 18:00etan. *(telematikoa)*

GRUPOS DE AUTOGESTIÓN

Jóvenes: lunes 29, a las 18:00. *(telemática)*

Indarra: martes 30, a las 18:00. *(telemática)*

Mujeres: miércoles 24, a las 18:00. *(telemática)*

ZUREKIN PROGRAMA (web hitzaldiak)

► **Familian afekziozko harremanak izateko gakoak. Familian oihuak eta kontrol eza egoerak murrizteko proposamen bat.**
Lagungo Fundazioa, familia orientazio zentroa.
- Osteguna 11, 18:00etan.

► **Zaintzen zaituenaren zaintza**
Zaintzea, pertsona zaintzaileak laguntzeko udal zentroa.
- Osteguna 25, 18:00etan.

Informazio eta izen-emateak: gorabide.com/charlas-web

PROGRAMA CONTIGO (charlas web)

► **Claves para unas relaciones afectuosas en familia. Una propuesta para reducir los momentos de gritos y descontrol familiar.**
Fundación Lagungo, centro de orientación familiar.
- Jueves 11, a las 18:00.

► **El cuidado de quien cuida**
Zaintzea, centro municipal de apoyo a personas cuidadoras.
- Jueves 25, a las 18:00.

Información e inscripciones: gorabide.com/charlas-web

D.L./L.G. BI-394-2014