



INFORMACIÓN  
BBK SAIOA  
GORABIDE  
INFORMAZIOA

**Bizkaiko  
baliabideen gida**  
Guía de recursos  
en Bizkaia

pg. 4-5 or.



**LGTB sexualitateari  
buruzko webinarioa**  
Webinario sobre  
sexualidad LGTB

pg. 7 or.



**Aldundiaren  
aitortza**  
Reconocimiento  
de la Diputación

pg. 8 or.

## 2022. urteko balantzea Balance del año 2022



**Vacaciones de pascua  
con Fevas e Imsero**

[pg. 6]

**Pazko oporrak Fevasekin  
eta Imserorekin**

[6. or.]



# Cerramos 2022 cumpliendo objetivos, a pesar de las incidencias adversas

Tenemos realizado o en curso el 90,57% de los planes previstos, en un año en el que se produjeron circunstancias que han afectado nuevamente al resultado del ejercicio

El año 2022 se caracterizó por tres claves: nuestro 60 aniversario, la recuperación de cierta normalidad en las actividades de los centros y servicios, y un resultado afectado tanto por los sobrecostes energéticos como por una persistencia pandémica que también obligó a mantener el sobreesfuerzo emocional y de gestión. En ese sentido, hay que continuar poniendo en valor y agradeciendo la gran implicación de nuestro colectivo de profesionales, en un contexto de negociación de convenio colectivo.

Finalizamos el año con el 90,57% del plan de gestión realizado o en curso, y alcanzamos el 72,7% de los objetivos en los indicadores planteados. Todo ello, a pesar de la convivencia de la persistencia pandémica con el despliegue de actividades estratégicas y la pretensión de avanzar hacia una paulatina recuperación de la normalidad.

## Cumplimiento de retos

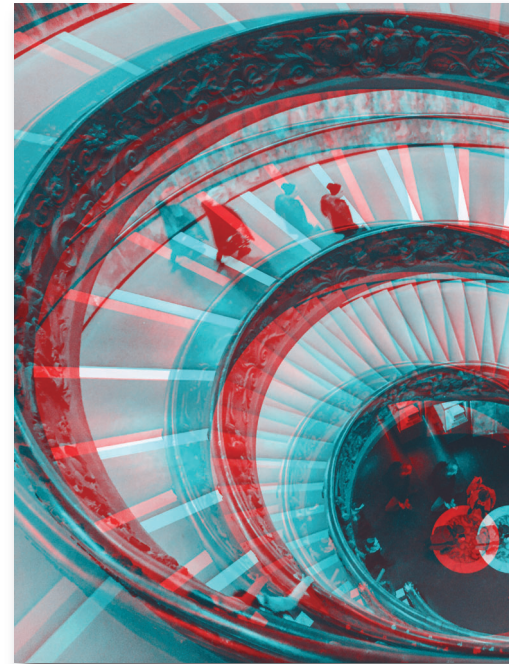
Por retos estratégicos, hemos realizado o está en curso el 100% de lo planificado en transformación social y en aportación de conocimiento; el 91,67% en respuesta a necesidades de personas usuarias y familias; el 90,91% en fortalecimiento asociativo y empoderamiento de personas con discapacidad intelectual; el 80,33% en desarrollo profesional; y el 84,62% en gestión avanzada y cumplimiento normativo.

## Hitos más relevantes

En el plano operativo, desplegamos acciones frente al uso inadecuado de redes sociales, y diseñamos un plan para mejorar las competencias de madres y padres que usan nuestro recurso de orientación infantojuvenil. También asumimos la gestión de un nuevo recurso de atención diurna y de promoción de la autonomía personal en Muskiz, hicimos el esfuerzo de aprobar un plan de inversiones para mejorar las infraestructuras de nuestros centros y servicios, y realizamos un diagnóstico para iniciar la necesaria transformación digital.

Igualmente, pusimos en marcha un nuevo plan de formación para profesionales, acordamos lanzar nuestro tercer plan de igualdad, y convocamos 70 nuevos puestos de trabajo indefinidos, para reducir la temporalidad y dotar de mayor estabilidad a nuestra plantilla.

En el año 2022, conseguimos hacer bastantes cosas que habíamos planeado. Lo más destacado fue nuestro 60 aniversario y volver a hacer actividades. Fue difícil, porque seguimos teniendo gastos por el covid, y la electricidad y el gas fueron mucho más caros. Ahora, tenemos el objetivo de mejorar esa situación.



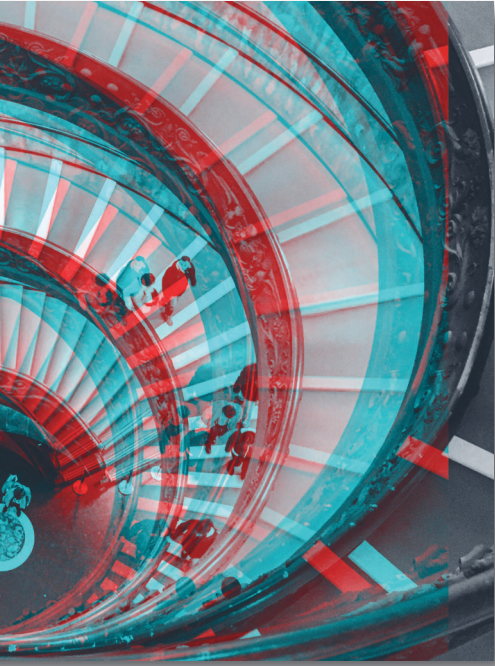
## Garantía de sostenibilidad

Por último, también se produjeron dos circunstancias que afectaron nuevamente a la diferencia entre ingresos y gastos. Por un lado, la persistencia de la pandemia obligó a mantener las medidas organizativas indicadas por las administraciones públicas competentes y generó sobrecostes en sustituciones de profesionales por covid. Y, por otro lado, se generaron importantes sobrepagos en la electricidad y el gas de las residencias, las viviendas y los centros de día que gestionamos

Ante ese resultado negativo previsto —a falta de concretar con el cierre contable—, tenemos marcado el objetivo de reequilibrar la situación y garantizar la sostenibilidad de nuestra asociación.

# Helburuak betez itxi dugu 2022a, kontrako jazoerak gertatu arren

Aurreikusitako planen % 90,57 eginda edo abian dugu, ekitaldiaren emaitzan berriro ere eragina izan duten inguruabarrak gertatu ziren urtean



2022 urtean hiru gertakari nagusi izan ziren: gure 60. urteurrena; zentro eta zerbitzuetako jarduerak nolabaiteko normaltasuna berreskuratzea; eta gainkostu energetikoek eta pandemiaren iraunkortasunak emaitzari eragin zioten. Horren ondorioz, esfortzu handia egiten jarraitu behar izan genuen emozioen zein kudeaketaren arloan. Zentzu horretan, gure profesionalen taldearen inplikazio handiaren garrantzia azpimarratu eta eskertu behar dugu, hitzarmen kolektiboa negoziatzen ari diren une honetan.

Urtearen amaieran, kudeaketa-plana %90,57 eginda edo abian genuen, eta helburuen %72,7 lortu genituen proposatutako adierazleetan. Hori guztia, nahiz eta iraunkortasun pandemikoa jarduera estrategikoen hedapenarekin eta normaltasuna

2022. urtean, planeatu gentuen nahiko gauza egitea loru genuen.

Gure 60. urteurrena eta jarduerak berriro egitea aipagarrienak ziren. Zaila izan zen, covid-gastuak genituelako oraindik ere eta elektrizitatea eta gasa askoz garestiagoak zirelako. Egoera hori hobetzeko helburua dugu orain.



pixkanaka berreskuratzeko asmoarekin batera gertatu.

## Erronken betetze maila

Erronka estrategikoetan, eraldaketa sozialaren eta ezagutza eskaintzean planifikatutakoaren %100 egin dugu edo abian da; erabiltzaileen eta familien beharrei erantzutean %91,67; elkarrekin sendotzearen eta adimen desgaitasuna duten pertsonen ahalduntzean %90,91; garapen profesionalan %80,33; eta kudeaketa aurreratuaren eta araudia betetzean %84,62.

## Gertakari garrantzitsuenak

Arlo operatiboan, sare sozialen erabilera desegokiari aurre egiteko ekintzak jarri genituen martxan, eta haurren eta gazteen inguruko gure orientazio-baliabidea erabiltzen duten gurasoen kompetentziak hobetzeko plan bat diseinatu genuen. Horrez gain, eguneko arretarako eta autonomia pertsonala sustatzeko baliabide

berri baten kudeaketaren ardura hartu genuen Muskizen, gure zentroetako eta zerbitzuetako azpiegiturak hobetzeko inbertsio-plan bat onartzeko ahalegina egin genuen, eta beharrezko eraldaketa digitala egiten has-teko diagnostiko bat egin genuen.

Era berean, profesionali zuzendutako prestakuntza-plan berri bat jarri genuen martxan, gure hirugarren berdintasun-plana aurkeztu genuen, eta 70 lanpostu mugagabe berri deitu genituen, behin-behinekotasuna murrizteko eta gure plantillari egonkortasun handiagoa emateko.

## Iraunkortasun-bermea

Azkenik, diru-sarreraren eta gastuen arteko aldeari berriz ere eragin zioten bi zirkunstantzia gertatu ziren. Bate-tik, pandemiaren iraunkortasunaren ondorioz, administrazio publiko eskudunek adierazitako antolaketa-neurriak mantendu behar izan genituen, eta horrek gainkostuak eragin zituen, covid-a zuten profesionalak ordezkatu behar izan genituelako. Eta, bestetik, gainprezio handiak sortu ziren kudeatzen ditugun egoitza, etxebizitzia eta eguneko zentroetako elektrizitateari eta gasari dagokienez.

Aurreikusitako emaitza negatibo horren aurrean —oraindik ere kontularitzaiko itxierarekin zehazteko dago—, egoera berriro orekatzea eta gure elkarrearen iraunkortasuna bermatzea da gure helburua.

# RECURSOS PARA DISCAPACIDAD INTELLECTUAL EN BIZKAIA

Guía de instituciones y entidades a las que dirigirse para planificar los apoyos presentes y futuros de las personas con discapacidad intelectual y sus familias. Nuestro equipo **BBK SAIOA GORABIDE** realiza un itinerario adaptado a cada persona.

**BBK SAIOA GORABIDE**  
administracionsaioa@gorabide.com

Tel. 94 453 90 86

# ADIMEN DESGAITASUNERAKO BALIABIDEAK BIZKAIA

Adimen desgaitasuna duten pertsonen eta beren familien egungo eta etorkizuneko laguntzak planifikatzeko nora jo behar den jakiteko elkarte eta erakundeen gida. Gure **BBK SAIOA GORABIDE** taldeak pertsona bakoitzaren arabera egokitutako ibilbidea diseinatzen du.

## Reconocimientos iniciales

Diputación Foral de Bizkaia.

- Reconocimiento de discapacidad que incluya valoración de movilidad y transporte.
- Valoración del grado de dependencia. - Familia numerosa.

## Lehenengo aitortpenak

Bizkaiko Foru Aldundia.

- Desgaitasunaren ebaluazioa, mugikortasunerakoa eta garraioa erabiltzekoa barne.
- Mendekotasun graduaren ebaluazioa. - Familia ugaria.

## Servicios

- Residencias y viviendas (estancias temporales y permanentes): Diputación Foral de Bizkaia, Gorabide y otras entidades.
- Centros de día (temporales o permanentes): Diputación Foral, Gorabide y otras entidades.
- Respiro familiar de fin de semana en CAD: Diputación Foral de Bizkaia y Gorabide.
- Ocupacionales y empleo: Diputación Foral, Lantegi Batuak y otros.
- Educación y formación: Gobierno Vasco y otras entidades.
- Salud: Osakidetza.
- Ocio y tiempo libre: Gorabide y otros.
- Ayuda a domicilio: Ayuntamientos.
- Teleasistencia: Gobierno Vasco (BetiON).
- Atención temprana: Diputación Foral de Bizkaia.
- Transporte adaptado: Bidaideak y otros.
- Programa Zainduz: Diputación y ayuntamientos.

## Zerbitzuak

- Egoitzak eta etxebizitzak (Aldi baterako egonaldiak eta egonaldi iraunkorrak): Bizkaiko Foru Aldundia, Gorabide eta beste entitate batzuk.
- Eguneko zentroak (aldi baterakoak edo etengabekoak): Aldundia, Gorabide eta beste batzuk.
- Eguneko zentroan asteburuetan familien atsedernaldia: Foru Aldundia eta Gorabide.
- Zereginetako eta enplegurako zerbitzuak: Foru Aldundia, Lantegi Batuak eta beste batzuk.
- Hezkuntza eta heziketa: Eusko Jaurlaritza eta beste entitate batzuk.
- Osasuna: Osakidetza.
- Astialdia eta aisia: Gorabide eta beste batzuk.
- Etxez etxeko laguntza: Udalak.
- Telelaguntza: Eusko Jaurlaritza (BetiON).
- Arreta goiztiarra: Bizkaiko Foru Aldundia.
- Garraio egokitua: Bidaideak eta beste batzuk.
- Zainduz Programa: Aldundia eta udalak.

## Formación familiar y participación asociativa

Gorabide y otras entidades.

## Familien prestakuntza eta elkartean partaidetza

Gorabide eta beste entitate batzuk.

## Grupos de autogestión

Gorabide y otras entidades.

## Autogestoreen taldeak

Gorabide eta beste entitate batzuk.

## Medidas institucionales de apoyo para el ejercicio de la capacidad jurídica

Futubide o Instituto Tutelar de Bizkaia.

## Gaitasun juridikoa gauzatzen laguntzeko neurri instituzionalak

Futubide edo Bizkaiko Tutoretza Erakundea.

## Movilidad

- Subsidio de movilidad, compensación por transporte, exención del impuesto de matriculación, reducción en el pago de IVA: Diputación Foral de Bizkaia.
- Exención del impuesto de circulación, tarjeta de OTA y tarjeta para la utilización de espacios de aparcamiento reservado: Ayuntamientos.
- Ventajas en el uso de medios de transporte público: Consorcio de Transportes, Bilbobus, Bizkaibus, Metro Bilbao y Renfe.

## Mugikortasuna

- Mugikortasun sorospena, garraio konpentsazioa, ibilgailuen matrikulazio zergaren salbuespena, **BEZ murrizketa**: Bizkaiko Foru Aldundia.
- Zirkulazio zergaren salbuespena, **TAO txartela eta erreserbatutako aparkaleku txartela**: Udaletxeak.
- Abantailak garraio publikoetan: Garraio Partzuergoa, Bilbobus, Bizkaibus, Metro Bilbao eta Renfe.

## Trámites jurídicos

Designación de medidas de apoyo para el ejercicio de la capacidad jurídica: Fiscalía y juzgados.

Protección patrimonial:

Escritura ante notario.

## Izapide juridikoak

Gaitasun juridikoa gauzatzeko beharrezko neurriak izendatzea:

Fiskaltza eta epaitegiak.

Ondarea babestea:

Notario aurreko eskritura.

## Recursos económicos

### AYUDAS

- Productos de apoyo (sistemas de comunicación, sillas de ruedas, prótesis...): Gizatek (Diputación Foral de Bizkaia) y Osakidetza.
- Conciliación de vida laboral y familiar: Gobierno Vasco.
- Desgravaciones/deducciones IRPF: Diputación Foral de Bizkaia.

### PENSIONES

- Invalidez (no contributiva) y Fondo de Bienestar Social: Diputación Foral de Bizkaia.
- Orfandad, jubilación, viudedad y en favor de familiares: Seguridad Social.

### PRESTACIONES

- Cuidado en el entorno familiar (dependencia), prestación vinculada a servicio (dependencia), asistencia personal (dependencia): Diputación Foral de Bizkaia.
- Por hijo o hija a cargo: Seguridad Social.

## Baliabide ekonomikoak

### LAGUNTZAK

- Laguntzeko produktuak (protesiak, gorpil-aulkiak, komunikazio sistemak...): Gizatek (Bizkaiko Foru Aldundia) eta Osakidetza.
- Lana eta familia bateragarri egiteko: Eusko Jaurlaritza.
- Desgrabazioak eta kenkariak PFEZ: Bizkaiko Foru Aldundia.

### PENTSIOAK

- Baliaezintasuna (kotizazio gabekoa) eta Gizarte-Ongizateko Fondoak: Bizkaiko Foru Aldundia.
- Zurtasuna, erretiroa, larguntza eta familiakoen aldekoa: Gizarte Segurantzza.

### PRESTAZIOAK

- Familiaren ingurunean zaintza (mendekotasuna), zerbitzu publikoari lotutako prestazioa (mendekotasuna) eta pertsonalerako laguntza (mendekotasuna): Bizkaiko Foru Aldundia.
- Seme-alaba kargura izateagatik: Gizarte Segurantzza.

## Servicios específicos de Gorabide

- Programas de comunicación eficaz, envejecimiento, sexualidad, duelo, calidad de vida familiar o discapacidad intelectual ligera.
- Orientación infanto-juvenil, apoyo social, psicológico y psiquiátrico.

## Gorabideko zerbitzu espezifikoak

- Programak: komunikazio eraginkorra, zahartzea, sexualitatea, dolua, familia-bizitzaren kalitatea edota adimen desgaitasun arina.
- Haur-gazteentzako orientazioa, laguntza soziala, laguntza psikologikoa eta laguntza psikiatrikoa.

# Vacaciones del Imserso

## Unas 38 plazas para viajar en pascua a Gijón o Zaragoza

Gracias a una subvención del Imserso para vacaciones de pascua, podemos ofrecer en torno a 38 plazas, incluidas en la oferta de vacaciones de Plena Inclusión España, a través de Fevas. Serán dos turnos: uno a Gijón y otro a Zaragoza. Para inscribirse en este programa, hay que ser mayor de 16 años, tener un grado de discapacidad igual o superior al 33% y entregar **presencialmente** en Gorabide la solicitud correctamente rellena, en plazo y

### Fecha de los viajes:

Del 11 al 16 de abril (6 días / 5 noches)

**Cuota por persona:** (transporte, manutención, alojamiento, seguro y coordinación) Cuando se conozca el importe de la subvención, se publicará en **gorabide.com**.

\* Descuentos por familia numerosa o unidad económica de convivencia con ingresos iguales o menores a la pensión no contributiva.

con **toda** la documentación necesaria. El impreso de solicitud y las instrucciones pueden descargarse en nuestra web. Como las plazas son limitadas, el Imserso y Plena Inclusión han establecido una baremación.

**Solicitud y documentación obligatoria a presentar presencialmente y dentro del plazo.** ► Descargarla de [gorabide.com](http://gorabide.com).

### MUY IMPORTANTE

- Solicitud **original**, imprimida en una hoja por las dos caras y **firmada**, con **todos** los documentos no caducados.
- **No se recogerán solicitudes que no tengan toda la documentación.**

# Imersoren oporrak

## Xixonen edo Zaragozan sei egun pasatzeko 38 plaza inguru

Imersok pazko asteko oporretarako emandako dirulaguntza bati esker, 38 plaza inguru eskain ditzakegu, Plena Inclusión Españako oporren eskaintzaren barruan, Fevasen bidez. Bi txanda izango dira: bat Xixonera eta, bestea, Zaragoza. Programan izena emateko, 16 urte baino gehiago eduki, %33ko edo gehiagoko desgaitasun maila izan eta Gorabiden eskaera behar bezala beteta entregatu beharko da, aurrez aurre eta epe barruan, beharrezkoa den dokumentazio guztiarekin batera. Gure webgunean deskarga daiteke inprimakia.

Tokiak mugatuak direnez, Imersok eta Plena Inclusión Españak ezarri dituzte irizpide hauek:

- Desgaitasun handiagoa=%20.
- Beharizan sozioekonomikoa=%15.

### Bidaien data:

Apirilaren 11tik 16ra (6 egun / 5 gau)

**Pertsona bakoitzeko kuota:** (garraioa, mantenu, ostatua, aseguru eta koordinazioa) Dirulaguntzaren zenbatekoa ezagutzen denean, **gorabide.com** webgunean argitaratuko da.

\* Familia ugaria edo kontribuziozkoa ez den pentsioen pareko edo hortik beherako diru-sarrerak dituen elkarbizitza-unitatea izateagatik deskontuak.

**Aurrez aurre eta epearen barruan aurkeztu beharreko eskaera eta derrigorrezko dokumentazioa.** ► Deskargatu [gorabide.com](http://gorabide.com) webgunean.

### OSO GARRANTZITSUA

- Jatorrizko eskaera, orri baten bi aldeetan inprimatuta eta sinatuta, eta dokumentu guztiak iraungi gabe.
- **Ez dira jasoko dokumentazio guztia ez duten eskaerak.**

### Plazo de solicitud

**Cuándo:** Del 1 al 15 de febrero.

**Horario:** De 9:00 a 17:30 (los viernes, de 9:00 a 15:00).

**Dónde:** Área de Ocio y Tiempo Libre de Gorabide. c/ Licenciado Poza nº 14, 2º - 48011 Bilbao.

**Comunicación de las solicitudes admitidas:** durante marzo.

### Criterios de baremación

- Mayor discapacidad=20%.
- Necesidad socioeconómica=15%.
- Familia numerosa=10%.
- No haber asistido a convocatorias anteriores=30%.
- Descanso familiar=10%.
- Participación en actividades de Ocio y Tiempo Libre=15%.

Convocatoria de Actuaciones de Turismo Imserso - Plena Inclusión España



- Familia ugaria=%10.
- Aurreko deialdietan parte hartu ez izana=%30.
- Familiaren atsedean beharizana=%10.
- Aisia eta Astialdiko jardueretan parte hartzea=%15.

### Eskatzeko epea:

**Noiz:** Otsailaren 1etik 15era.

**Ordutegia:** 9:00etatik 17:30etara (ostiralak, 9:00etatik 15:00etara).

**Non:** Gorabideko Aisia eta Astialdiko Arloa. Poza Lizentziatua 14, 2 48011 Bilbo.

**Onartutako eskabideen jakinarazpena:** martxoan.

# Sexualitateari buruzko webinarioa

Zurekin programaren web hitzaldi berri batek LGTB kolektiboko adimen desgaitasuna duten pertsonen ematen zaien babes landuko du

Otsailaren 16an, ostegunean, arratsaldeko 6etan, 'Aniztasun sexualak. LGTB kolektiboari lagunduz' webinarioa eskainiko dugu. Elkarrekin Partaidetza sailak Gorabideko familiei Zurekin programaren bidez zuzentzen dien prestakuntza-ekintzen barruan sartzen da ekintza, eta sexualitatearen arloan laguntzearen beharra nabarmentzen du. Web-solasaldi berri hau Javi Bengoa gure Sexubide programaren ardura duen psikologoak emango du.

Esperientzietatik abiatuta, zenbait kontzeptu ulertzen lagunduko du, hala nola identitate sexuala, orientazio sexuala edo erotikoa, besteak beste. Horrez gain, LGTB kolektiboko adimen-desgaitasuna duten pertsonen beren sexualitatea modu egokiagoan garatzen laguntzeko gakoak emango ditu, haien balioen eta beharren arabera, eta aintzatespenetik eta entzute aktibotik abiatuta. Webinario berri honetan interesa duten familiek [gorabide.com/charlas-web](http://gorabide.com/charlas-web) helbidean eman dezakete izena.

## Sexubide Programa

Adimen desgaitasuna duten pertsonen bizi-kalitaterako laguntza-programen barruan, Sexubide programari ekin genion 2012an. Helburua haiei laguntzea da, esparru horretan dituzten nahiez, desirez eta beharrez jabetzeko, eta beren sexualitatea ahalik eta gehien garatzeko laguntza ematea, duten bizi-proiektuaren arabera. Informazio gehiago eskuragarri [gorabide.com/sexubide](http://gorabide.com/sexubide) webgunean.



## Webinario sobre sexualidad

Una nueva charla web de nuestro Programa Contigo abordará el apoyo a las personas con discapacidad intelectual que pertenezcan al colectivo LGTB

El jueves 16 de febrero, a las 6 de la tarde, ofreceremos el webinario 'Diversidades sexuales. Acompañando al colectivo LGTB'. Se trata de una acción enmarcada en la oferta formativa que nuestra área de Participación Asociativa dirige a las familias de Gorabide, a través del Programa Contigo, y resaltando la importancia del acompañamiento en sexualidad. Esta nueva charla web correrá cargo de Javi Bengoa, psicólogo responsable de nuestro programa Sexubide.

A partir de experiencias, ayudará a entender conceptos como la identidad sexual, la orientación sexual o la erótica, entre otros. Además, facilitará las claves para acompañar a las personas con discapacidad intelectual del colectivo LGTB, en el desa-

rollo de su sexualidad de una manera más satisfactoria, de acuerdo con sus valores y necesidades, y desde el reconocimiento y la escucha activa. Las familias interesadas en este nuevo webinario pueden inscribirse en [gorabide.com/charlas-web](http://gorabide.com/charlas-web).

## Programa Sexubide

Dentro de nuestros programas de apoyo para la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual, iniciamos el programa Sexubide en 2012. Su objetivo es acompañarlas para tomar conciencia de sus aspiraciones, deseos y necesidades en este ámbito del ser humano, y procurar apoyos para el máximo desarrollo posible de su sexualidad de acuerdo con su proyecto vital. Más información en [gorabide.com/sexubide](http://gorabide.com/sexubide).

Gorabide irabazi-asmorik gabeko elkarte da, Bizkaiko adimen desgaitasuna duten pertsonen 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 Batuak (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).



**Gure laguntza indibidualen ereduak (Pertsonarengan Oinarritutako Plangintza) Bizkaiko Foru Aldundiaren iraupen luzeko zainketetan pertsonalizatzeko jardunbide egokien aintzatespenetako bat lortu du, 'Arreta eta bizitza pertsonalizatuko plana' kategorian.**

**Nuestro modelo de apoyos individuales (PCP) ha obtenido uno de los reconocimientos a las buenas prácticas de personalización en los cuidados de larga duración de la Diputación Foral de Bizkaia, en la categoría 'Plan de atención y vida personalizada'.**

## PARTAIDETZA ASOZIATIBOA

Otsailean, gure **Zurekin Programaren** barruan, familientzako **'Egoera gatazkatsuak kudeatzea'** tailerra eskainiko dugu. Elkarri laguntzeko **Kafeak Kideen Artean** ekimeneko hiru taldeekin jarraituko dugu: adineko pertsonen anai-arreba eta koinatuentzat eta persona helduen eta gazteen amentzat. Eta senideentzako tailerren bigarren edizioarekin ere jarraituko dugu **'Hariez harago ehuntzen'**. Jarduera guztiek jaso dute "la Caixa" Fundazioaren lankidetzatza.

Gainera, adimen desgaitasuna dutenen familiartekoen-tzako garapen eta ongizate pertsonalerako **Ongizate Programaren** seigarren edizioari ekingo diogu, Deustu-ko Unibertsitatearekin batera.

### Informazio gehiago eta izen-emateak:

Emma Ballús. Teléfonoa 94 443 12 10  
emmaballus@gorabide.com

### AUTOGESTIO PROGRAMA

- Asteazkena 15, 18:00etan. Barrainkua kalea, 5.

## PARTICIPACIÓN ASOCIATIVA

En febrero, dentro de nuestro **Programa Contigo**, ofrecemos el taller para familias **'Manejo de situaciones conflictivas'**. Continuamos con los tres grupos de ayuda mutua **Cafés en Compañía**: hermanas y cuñado de personas en edad avanzada, y madres de jóvenes y de personas adultas. Y también seguimos con la segunda edición del taller para familiares **'Tejiendo más allá de los hilos'**. Todas estas actividades cuentan con la colaboración de Fundación "la Caixa".

Además, iniciamos la sexta edición del **Programa Ongizate**, de desarrollo y bienestar personal para familiares de personas con discapacidad intelectual, que desarrollamos conjuntamente con la Universidad de Deusto.

### Más información e inscripciones:

Emma Ballús. Teléfono 94 443 12 10  
emmaballus@gorabide.com

### PROGRAMA DE AUTOGESTIÓN

- Miércoles 15, a las 18:00. c/ Barrainkua nº 5.