



CURSOS 2019 / ABRIL-JUNIO

EMEP

ESCUELA MUNICIPAL DE EMPODERAMIENTO Y PARTICIPACIÓN



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala



INDICE



ZENTRO

Espacio Colaborativo4



FORMACIÓN PERMANENTE6

01 EMPODERAMIENTO PERSONAL 8

02 EMPODERAMIENTO GRUPAL Y ORGANIZACIONAL 12

03 EMPODERAMIENTO SOCIAL Y COMUNITARIO20



FORMACIÓN CON ASOCIACIONES25



FORMACIÓN A LA CARTA PARA ENTIDADES SOCIALES26



CONFERENCIAS, JORNADAS, CONGRESOS Y ENCUENTROS27



CALENDARIO CONJUNTO DE TODOS LOS CURSOS28

ZENTRO

Espacio Colaborativo

ZENTRO SE ENMARCA EN EL ÁREA DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA Y EMPODERAMIENTO SOCIAL DEL AYUNTAMIENTO DE PAMPLONA.

Es un espacio dirigido a dar servicio de apoyo y capacitación en participación a los diferentes colectivos y agentes sociales del municipio, por medio de cinco servicios:

- Servicio de Información y Recursos.
- Biblioteca y Centro Documental.
- Servicio de Asesoría Técnica y Legal.
- Escuela Municipal de Empoderamiento y Participación.
- Observatorio Local de Democracia Participativa de Pamplona.

Además de estos servicios específicos, cuenta con el resto de servicios que prestan los/as técnicos/as de Participación Ciudadana.

FINALIDAD:

- Centralizar y facilitar el acceso de la ciudadanía y profesionales a los servicios de Participación Ciudadana.
- Fomento de la articulación social y de la ciudadanía activa.
- Fortalecimiento de las dinámicas de cooperación entre el Ayuntamiento, las entidades sociales y la ciudadanía comprometida con el desarrollo local.
- Desarrollo de procesos de capacitación en participación

y empoderamiento Social destinados a los diferentes agentes sociales del territorio.

- Generación de espacios de encuentro y reflexión de la ciudadanía activa y las entidades sociales.

DIRIGIDO A:

La sociedad civil (organizada o no), asociaciones, colectivos y entidades ciudadanas, el ayuntamiento y la administración pública (personal político y personal técnico), y a profesionales del sector socio-comunitario (socio-educativo, sociocultural, socio-sanitario, socio-ambiental, etc.).

UBICACIÓN Y CONTACTO:

Dirección: 2ª planta del Civivox Condestable (C/ Mayor, nº2).

Tel: 948 42 02 66

E-mail: emep@pamplona.es

Web: <http://participa.pamplona.es>
erabaki.pamplona.es

You tube: [participa.pamplona](https://www.youtube.com/c/participa.pamplona)

Facebook: [participa.pamplona](https://www.facebook.com/participa.pamplona)

Twitter: [@participa_pna](https://twitter.com/participa_pna)

Flickr: [participa.pamplona](https://www.flickr.com/photos/participa.pamplona/)

Horario: Lunes a Viernes de 9:00h a 14:00h – 17:00h a 20:00h

EMEP

La Escuela Municipal de Empoderamiento y Participación es una escuela activa, gratuita, permanente, abierta a la ciudadanía y a las necesidades del municipio



en relación con la participación ciudadana, la igualdad y el empoderamiento social.

Oferta 15 cursos para el trimestre de abril a junio del año 2019 impartidos en castellano y en euskera y agrupados en tres ejes temáticos:

1. EMPODERAMIENTO PERSONAL.

Espacios de aprendizaje para el desarrollo de competencias personales y sociales para la participación.

2. EMPODERAMIENTO GRUPAL Y ORGANIZACIONAL.

Espacios de aprendizaje para la facilitación grupal, la gestión asociativa, la comunicación interna y externa de nuestras organizaciones, la dinamización de equipos y grupos, etc.

3. EMPODERAMIENTO SOCIAL Y COMUNITARIO.

Espacios de aprendizaje para el trabajo en red, la coordinación interasociativa, la acción comunitaria, el desarrollo de metodologías, técnicas y tecnologías para la transformación social.

SERVICIOS Y PROGRAMAS DE LA EMEP:

La EMEP ofrece servicios de formación y promoción.

Programas de formación:

- Formación Permanente (trimestral).
- Formación a la carta (para entidades sociales).
- Formación con Asociaciones (a través de las Subvenciones a la Formación).

Actuaciones de promoción:

- Organización de jornadas, conferencias, foros de encuentro, etc.
- Difusión de los valores del voluntariado, la participación y la solidaridad a través de campañas, exposiciones, colaboración con medios de comunicación, etc.
- Elaboración de publicaciones propias.

CÓMO COLABORAR CON LA EMEP- BOLSA DE FORMADORES/AS Y PROPUESTA DE CURSOS

Desde la Escuela Municipal de Empoderamiento y Participación (EMEP) se pone en marcha la **bolsa de formadores/as y propuestas de formación**, de tal manera que aquellos/as profesionales o empresas que tengan interés en impartir actividades formativas y formar parte de profesionales formadores de la Escuela lo puedan hacer.

El procedimiento para formar parte de la Bolsa de personas formadoras de la escuela, es enviando su propuesta que debe incluir:

- Carta de presentación.
- Ficha de formador/a.
- Ficha de propuesta formativa.
- Curriculum Vitae.

*A emep@pamplona.es
o presencialmente en Zentro (Civivox
Condestable: c/Mayor nº 2, 2ª Planta)*

Más información en: Escuela Municipal de Empoderamiento y Participación (EMEP).

FORMACIÓN PERMANENTE

CURSOS ABRIL A JUNIO 2019

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

MATRÍCULA GRATUITA.

Dirigidos a personas mayores de 18 años, salvo en determinados cursos en cuyo caso se especificaría en la información de la actividad formativa.

Los plazos de preinscripción vienen especificados en cada uno de los cursos. Como criterio general **se abre la preinscripción en abril** y se cierra dos semanas antes del inicio del curso.

Se ofertan cursos en castellano y en euskera.

La preinscripción se formalizará necesariamente a través de la cumplimentación de una ficha por cada curso y se podrá realizar de forma:

ON-LINE: cumplimentando el formulario del curso que te interese, accediendo a la web participa.pamplona.es

PRESENCIAL:

Dirección: 2ª planta del Civivox Condestable (C/ Mayor, nº2).

Horario: Lunes a Viernes de 9:00h a 14:00h – 17:00h a 20:00h

Finalizado el plazo de preinscripción, se comunicará a todas las personas su admisión o no en la formación. **Las personas seleccionadas tendrán que confirmar su inscripción definitiva.**

Si te has inscrito pero finalmente no puedes asistir, háznoslo saber con anterioridad a la fecha de comienzo del curso. La baja en la actividad generará la

posibilidad de que otra persona pueda inscribirse en la plaza que dejas libre.

En el caso de existir en algún curso más solicitudes que plazas ofertadas, se seleccionará al alumnado según criterios específicos para cada curso **y se dará prioridad a las personas empadronadas en Pamplona.**

Se tendrá en cuenta para posteriores inscripciones las personas que no cumplan con el **90% de asistencia**. Así mismo se entregará un certificado de asistencia al alumnado que asista igualmente en ese porcentaje.

Los cursos que no alcancen el número mínimo de inscripciones podrán ser suspendidos.

MÁS INFORMACIÓN:

Servicio de Atención Ciudadana
010 948 42 01 00

EMEP

Escuela Municipal de Empoderamiento y Participación

Área de Participación Ciudadana y Empoderamiento Social.

Área de Alcaldía –Igualdad y LGTBQI-.

Zentro. Espacio Colaborativo.

Civivox Condestable.

Calle Mayor nº2, 2ª Planta.

Tel: 948 42 02 66

E-mail: emep@pamplona.es

Web: <http://participa.pamplona.es>
erabaki.pamplona.es

You tube: participa.pamplona

Facebook: participa.pamplona

Twitter: [@participa_pna](https://twitter.com/participa_pna)

Flickr: participa.pamplona



Cada año EMEP ofrece 3 programaciones de formación permanente, agrupados en los trimestres de enero a marzo, abril a junio y octubre a diciembre.

Más información: <http://participa.pamplona.es/>

01 EMPODERAMIENTO PERSONAL

01.1

La resiliencia: cómo salir fortalecido/a de las adversidades (12h)

01.2

Escucha creativa: procesos relacionales (12h)

01.3

Empodérate, se tu mismo/a (12h)

01.4

Claves para entender como nos relacionamos en los grupos (12h)

03 EMPODERAMIENTO SOCIAL Y COMUNITARIO

03.1

Gamificación para la participación y el compromiso (8h)

03.2

El teatro como herramienta de intervención social y empoderamiento individual y colectivo (36h)

03.3

Desprincesamiento (12h)

03.4

Agentes antirrumores y estrategias para trabajar con grupos (14h)

02 EMPODERAMIENTO GRUPAL Y ORGANIZACIÓN

02.1

POP- Psicología positiva aplicada a las organizaciones (12h)

02.2

La facilitación gráfica y estratégica de procesos colectivos (15h)

02.3

Hacia las raíces de la tecnología – taller de comunicación grupal y conocimiento crítico de la tecnología (12h, euskera)

02.4

La facilitación de grupos desde la perspectiva feminista (15h)

02.5

A tu asociación le interesa. Sesión informativa sobre recursos y herramientas municipales para las entidades sin ánimo de lucro (3h)

02.6

Ya está aquí la administración electrónica. Certificado y firma digital. Recursos gratuitos en la red (3h)

02.7

Pon en marcha tu proyecto: formas jurídicas y constitución de asociaciones (3h)

LA RESILIENCIA



01.1

CÓMO SALIR FORTALECIDO/A DE LAS ADVERSIDADES

La resiliencia es el arte de sortear las rocas inestables que nos encontramos en nuestro camino, de levantarnos cuando las condiciones son recias y descubrir, paso a paso, en cada caída, algo de nosotros mismos que nos refuerza, nos empodera para seguir soñando con una vida mejor.

Este taller servirá para estimular una actitud resiliente, mejorar los niveles de autoconocimiento frente a las adversidades y potenciar nuestras fortalezas.

CONTENIDOS:

- La noción de adversidad: adaptarse para transformarse.
- Tocado pero no hundido: el conflicto como oportunidad.
- Conexión con nuestras capacidades y sueños: la resiliencia como proceso.
- Tejiendo redes: construir un mundo de posibilidades.
- Viaje al centro de uno/a mismo/a y los sistemas que nos envuelven.
- Hablar y escuchar desde el cuerpo: sostener y respirar las dificultades.

OBJETIVOS:

- Reflexionar sobre el concepto de resiliencia e identificar los elementos que la propician.

- Desarrollar una mirada apreciativa frente a las adversidades.
- Explorar recursos personales para la gestión y promoción de la resiliencia.

 **DURACIÓN:** 12H

 **IDIOMA:** Castellano

 **FACILITA:** *María Méndez Barrio.*
Coach, mediadora y formadora en temas de gestión positiva del conflicto.

 **FECHA:** 7 y 8 de junio

 **HORARIO:** Viernes, 17:00-21:00; y sábado, 10:00-14:00 y 17:00-21:00

 **LUGAR:** Zentro. Sala 5 del Civivox Condestable (C/ Mayor 2, 1ª Planta)

 **PREINSCRIPCIÓN:**
Del 1 de abril al 24 de mayo

ESCUCHA CREATIVA



01.2

PROCESOS RELACIONALES

En este taller planteamos entrenar el cambio de la mirada a través de la capacidad creativa que todas las personas tenemos. Para ello nos serviremos de experiencias creadoras que estén vinculadas al cuidado, la escucha, la reflexión crítica y la transformación social.

En el taller nos acercaremos a la flexibilidad, la transformación y el cambio de la mirada a nuestro entorno a través de experiencias vivenciales basadas en la creación que están en relación con la autoescucha, con la sensibilidad, el cuidado y lo cotidiano.

La escucha creativa permite profundizar en el modo de mirar, de mover, de hacer, para calar en la reflexión y la sensibilidad de lo que se hace y poderlo modificar. Basándonos en los procesos relacionales que parten del cuidado, la igualdad, el equilibrio y la escucha interna y externa, para poder explorar modos de estar más abiertos, flexibles e integradores.

OBJETIVOS:

- Desarrollo de la creatividad y la capacidad transformadora.
- Facilitar la mejora de la escucha creativa, la flexibilidad y la apertura.
- Conectar los procesos creadores con lo cotidiano, lo social y lo educativo como herramienta para el cambio.

CONTENIDOS:

- Crear de la nada. Partir de la capacidad creadora interna.
- Cuidados. Escucha. Modos de estar.

- Lo performativo. La presencia.
- Procesos relacionales. Crear en relación.

METODOLOGÍA

Basada en la experiencia a partir de formato taller, reflexiones grupales y herramientas creativas.

 **DURACIÓN:** 12H

 **IDIOMA:** Castellano

 **FACILITA:** *Ana Rosa Sánchez.*
Licenciada en Bellas Artes.
Arteterapeuta profesional.
Emprendedora y colaboradora en proyectos de arteterapia, educación artística y arte social. Presidenta de la Asociación de Arteterapia en trama y miembro profesional de GREFART.

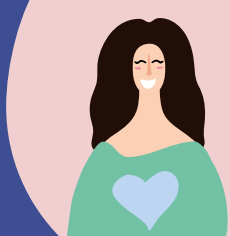
 **FECHA:** 14 y 15 de junio

 **HORARIO:** Viernes, 17:00-21:00; y sábado 10:00- 14:00 y 17:00-21:00

 **LUGAR:** Zentro. Sala 5 del Civivox Condestable (C/ Mayor 2, 1ª Planta)

 **PREINSCRIPCIÓN:**
Del 1 de abril al 31 de mayo

EMPODÉRATE, SÉ TU MISMO/A



01.3

PARA SER UNO/A MISMO/A, HAY QUE EMPEZAR POR CONOCERSE DE VERDAD

No es ser, el/la que te gustaría ser o el/la que crees que los/las demás esperan que seas.

Conocerse es el principio para amarse y aceptarse. Y cuando esto ocurre, se vive la libertad y el poder de vivir tu vida como tú quieras, Te responsabilizas de tu vida y aprendes a dar la respuesta genuina y satisfactoria a todas tus situaciones. Y cuando esto ocurre, te empoderas, porque no cabe responsabilidad sin poder y viceversa poder sin responsabilidad.

CONTENIDOS:

- El darse cuenta.
- Pensamiento, creencia y emoción.
- Creencias irracionales.
- Autoestima: concepto y fuentes.
- Aceptación / Resignación.
- El poder del ahora.

OBJETIVOS:

- Profundizar en el conocimiento personal.
- Reconocer y potenciar los propios recursos.
- Desarrollar nuevas herramientas personales.
- Eliminar tensiones.
- Mejorar la relación con uno/a mismo/a y con los/las demás.

METODOLOGÍA:

De carácter dinámico y vivencial que integra aspectos teóricos y prácticos centrándonos en estos últimos. Abierta y participativa aprovechando las experiencias de los/as integrantes del grupo, para generar nuevos aprendizajes.

DIRIGIDO A:

Personas que quieren dedicarse un tiempo a conocerse con mayor profundidad y sentirse mejor con ellos/as mismos/as y con los/as demás.

 **DURACIÓN:** 12H

 **IDIOMA:** Castellano

 **FACILITA:** *Ana Muñoz Aguirreurreta.*
Terapeuta gestalt/coach personal.

 **FECHA:** 7, 14, 21 y 28 de mayo y 4 y 11 de junio

 **HORARIO:** 17:00-19:00

 **LUGAR:** Zentro. Sala 5 del Civivox
Condestable (C/Mayor 2, 1ª Planta)

 **PREINSCRIPCIÓN:**
Del 1 de abril al 23 de abril

CLAVES PARA ENTENDER COMO NOS RELACIONAMOS EN LOS GRUPOS



01.4

LA MIRADA SISTÉMICA CONTRIBUYE A TENER RELACIONES MÁS FUNCIONALES Y SATISFACTORIAS

Este taller nos ayudará a comprender las variables que influyen en las dinámicas dentro los grupos, las familias, etc.

CONTENIDOS:

- Los patrones de relación y los roles.
- La importancia de la lealtad.
- Cómo se forma el vínculo y la pertenencia.
- Los entornos complejos y la importancia del orden (y del caos).
- El equilibrio entre dar y recibir.

OBJETIVOS:

- Identificar los patrones de relación en los que participamos.
- Aprender a situarse en el lugar adecuado en los grupos donde interactuamos.
- Relacionarse de manera satisfactoria.

METODOLOGÍA:

Es un taller práctico y vivencial, acompañado de breves píldoras teóricas.

 **DURACIÓN:** 12H

 **IDIOMA:** Castellano

 **FACILITA:** **Ander Mimenza.**
Coach, formador y consultor en desarrollo organizacional y de personas. Responsable de Bidera: Escuela de liderazgo y emprendimiento de la Fundación EDE.

Profesor de diversas universidades: Deusto, Mondragón, Chile...

 **FECHA:** 7 y 8 de junio

 **HORARIO:** Viernes, 17:00-21:00; y sábado, 10:00- 14:00 y 17:00-21:00

 **LUGAR:** Sala Calderería
(C/ Calderería nº11)

 **PREINSCRIPCIÓN:**
Del 1 de abril al 24 de mayo

POP- PSICOLOGÍA POSITIVA



02.1

POP- PSICOLOGÍA POSITIVA APLICADA A LAS ORGANIZACIONES

Conocer cómo la Psicología Positiva ha aportado a las estructuras organizacionales recursos y aplicaciones con el objetivo de favorecer dinámicas positivas para las personas, mejorar la eficacia e influir en el entorno. Busca potenciar ambientes equilibrados y el desarrollo máximo de las fortalezas personales. Para ello trabajaremos conceptos como la automotivación, el flow, la resiliencia, evaluaciones para crecer, liderazgo positivo, personas proactivas y comprometidas, gestión emocional en los equipos de trabajo...El curso está dirigido a personas que participan activamente o lideran estructuras profesionales o sociales.

CONTENIDOS:

- Acercamiento teórico a las organizaciones saludables.
- Automotivación y "flow".
- Liderazgo positivos.
- Recursos para mejorar la salud en los equipos.
- Gestión emocional en los equipos de trabajo.

OBJETIVOS:

- Conocer las aplicaciones de la Psicología Positiva a las organizaciones.
- Reflexionar sobre si nuestras organizaciones son saludables.
- Interiorizar recursos para aplicar en las organizaciones.

A QUIÉN VA DIRIGIDO:

El curso está dirigido a personas que participan activamente o lideren estructuras profesionales o sociales.

 **DURACIÓN:** 12H

 **IDIOMA:** Castellano

 **FACILITA:** *Raquel Ledesma Somovilla.* psicóloga, terapeuta y formadora de "Noralai, escuela de la Felicidad", centro de Psicología Positiva Aplicada. Experta en Inteligencia Emocional, psicología positiva, educación y gestión de equipos. Creativa, apasionada y curiosa.

FECHA: 15, 16 y 17 de mayo

 **HORARIO:** Miércoles, jueves y viernes de 17:00-21:00

 **LUGAR:** Zentro. Sala 5 del Civivox Condestable (C/ Mayor 2, 1ª Planta)

 **PREINSCRIPCIÓN:** Del 1 de abril al 30 de abril

LA FACILITACIÓN GRÁFICA Y ESTRATÉGICA DE PROCESOS COLECTIVOS



02.2

ACTIVAR LA INTELIGENCIA PARTICIPATIVA A TRAVÉS DEL VISUAL THINKING

Decía Paul Valéry que “la imagen hace presente a los ojos y a la memoria cosas ausentes”. Esta frase viene a sintetizar el poder de lo visual como instrumento para la comunicación, la comprensión y la permanencia en la memoria.

Las palabras no son las únicas herramientas del pensamiento ni las únicas herramientas para la comunicación: las imágenes significan y representan, denotan y connotan y al igual que el verbal, el lenguaje visual tiene un significado y unas reglas propias.

Por otra parte, cada vez es más necesario contar con miradas y enfoques que contribuyan a que las conversaciones que sostenemos en reuniones, encuentros, espacios participativos y colectivos, se diseñen pensando en dar riqueza a los resultados, a darles vida a las actas, memorias, y documentos que quedan como producto de esos espacios.

En este contexto, la facilitación gráfica, herramienta del pensamiento visual o Visual Thinking que utiliza el dibujo sencillo y las palabras para generar ideas y ayudar a comunicar con efectividad, constituye un eficaz instrumento para activar la inteligencia colectiva y para la cosecha estratégica en procesos participativos.

CONTENIDOS:

- **Sesión 1.** Introducción a la herramienta metodológica. Elementos claves de la comunicación visual fundamentos. El proceso del pensamiento visual.

- **Sesión 2.** Cómo y para qué hacer facilitación gráfica. Elementos básicos del dibujo de concepto y diferentes composiciones. La narrativa del dibujo de concepto. Metáforas y mundos visuales. Técnicas y herramientas. Diferentes utilidades.
- **Sesión 3.** La aplicación del Visual Thinking a los procesos colectivos. Qué es una cosecha estratégica y cómo diseñarla. Cosecha tangible e intangible. El rol del cosechador/a-facilitador/a gráfico/a. Cómo crear impacto. Facilitación visual y documentación gráfica (graphic recording): belleza vs utilidad y sistematización.

 **DURACIÓN:** 15H

 **IDIOMA:** Castellano

 **FACILITA:** *Mercedes Corretge Arrastia.* Licenciada en CC. De la Información, facilitadora y documentadora gráfica.

 **FECHA:** 31 de mayo, 1, 7 y 8 de junio

 **HORARIO:** viernes, 16:00-19:30; y sábado, 10:00-14:00

 **LUGAR:** Zentro. Sala 5 del Civivox Condestable (C/ Mayor 2, 1ª Planta)

 **PREINSCRIPCIÓN:** Del 1 de abril al 17 de mayo

HACIA LAS RAÍCES DE LA TECNOLOGÍA



02.3

TALLER DE COMUNICACIÓN GRUPAL Y CONOCIMIENTO CRÍTICO DE LA TECNOLOGÍA

A lo largo del día utilizamos el ordenador, principalmente para trabajar. A lo largo de todo el día, y sobre todo a partir de la tarde, utilizamos principalmente el móvil. En todo momento, nos conectamos a la red a través de uno u otro, ¿pero de verdad conocemos las herramientas que utilizamos, las razones que hay detrás, y las diferentes opciones?

Este curso se dirige a todo tipo de personas, sin miedo; trabajaremos los conceptos básicos, de manera teórica y práctica y desde un punto de vista crítico. ¿Qué hay dentro de nuestro ordenador? ¿Qué es un sistema operativo? ¿Qué es el software libre? ¿Cómo gestiono la privacidad desde mi teléfono móvil? ¿Cuál es la seguridad de las redes wifi? ¿Qué es la Nube? Plantearemos ese tipo de preguntas y las responderemos entre todos/as. También se realizarán ejercicios prácticos.

En la comunicación grupal se utilizan diferentes herramientas, pero muchas veces sin demasiada lógica: desconocimiento, costumbres, falta de tiempo... En este curso conoceremos algunas herramientas imprescindibles que nos serán útiles para la comunicación grupal:

- Listas de distribución/Boletines (Mailchimp).
- Telegram/Whatsapp/Signal (Telegram).
- Uso de las redes sociales (Twitter).

 **DURACIÓN:** 12H

 **IDIOMA:** Euskera

 **FACILITA:** *Gorka Julio Hurtado.* (Talaio Koop.), desarrollador, profesor, activista y colaborador de algunos medios de difusión, profesor #LEINN.

 **FECHA:** 23, 24 y 25 de abril

 **HORARIO:** 17:00-21:00

 **LUGAR:** Zentro. Sala 4 del Civivox Condestable (C/ Mayor 2, 1ª Planta)

 **PREINSCRIPCIÓN:**
Del 1 de abril al 17 de abril

LA FACILITACIÓN DE GRUPOS DESDE LA PERSPECTIVA FEMINISTA



02.4

LA FACILITACIÓN DE GRUPOS DEBE SER UNA PRACTICA FEMINISTA YA QUE ESTÁ AL CUIDADO TANTO DEL PROYECTO, DEL GRUPO Y DE LAS PERSONAS

La facilitación de grupos debe ser una práctica feminista ya que está al cuidado tanto del proyecto, del grupo y de las personas. Desde esta premisa, queremos repensar el trabajo colectivo desde una lógica feminista e interseccional, y analizar qué sucede en nuestros colectivos cuando muchas veces se reproducen dinámicas heteropatriarcales, muy a pesar nuestro.

Queremos afinar nuestra consciencia como facilitadoras de procesos grupales para poder reconocer cómo opera el género en los espacios colectivos, cómo se manifiesta y de qué manera podemos transgredirlo en pos de la sanación grupal y personal.

CONTENIDOS:

- La construcción de género y la interseccionalidad con otros ejes de opresión. El sistema sexo-género, la desigualdad de rango, y cómo afecta a la hora de participar en un grupo o comunidades. Cuestionándonos los roles y liderazgos.
- Formas de liderazgo colectivo. El poder-con.
- El cuidado en el centro. Trabajos de cuidados en contextos organizacionales.
- Trabajos mixtos y trabajos no mixtos para sanear un colectivo en cuanto al género.
- El patriarcado como proceso secundario de un colectivo.

- Formas de comunicación empáticas y conscientes. Comunicación no violenta.
- El uso del lenguaje con perspectiva de género.
- Gestión emocional en torno al género.
- Gestión de conflictos en torno a las violencias de género que se dan en el espacio colectivo.
- Cuando lo personal afecta a lo colectivo. Agresiones machistas dentro el colectivo.

OBJETIVOS:

- Reflexionar en torno a la facilitación, teniendo en cuenta la perspectiva de género y la interseccionalidad con otros ejes de opresión.
- Profundizar en la noción de poder y liderazgo colectivo como alternativa al poder hegemónico y patriarcal.
- Dar espacio para escuchar todas las voces desde la curiosidad y el respeto.
- Compartir vivencias o miedos que surjan desde nuestros colectivos, y probar a abordarlos desde la facilitación.
- Situar el cuidado y la ecología profunda en el centro del espacio colectivo.

METODOLOGÍA:

La propuesta es combinar un trabajo teórico, que nos invite a reflexionar sobre los temas anteriormente señalados, con otras dinámicas más prácticas y vivenciales, mediante las cuales seamos capaces de mirar de forma autocrítica, en un entorno seguro y libre de juicios.

Para ello, fomentaremos un espacio de charla y compartir, que nos permitan salir de lo "políticamente correcto" y trabajar con información real, que salga del propio grupo.

LA FACILITACIÓN DE GRUPOS DESDE LA PERSPECTIVA FEMINISTA



Mantendremos un equilibrio entre la mente y el cuerpo en nuestras propuestas como facilitadoras, permitiendo que además de nuestro razonamiento, se expresen también nuestras emociones y nuestro cuerpo.

Trabajaremos desde distintos métodos de facilitación como el trabajo de procesos, el teatro de las oprimidas, el forum, el trabajo que reconecta, la CNV (Comunicación no violenta)...



DURACIÓN: 15H



IDIOMA: Castellano



FACILITA: *Blanca Ruiz Arrugaeta.*

Ha enfocado su carrera profesional hacia la acción social, la educación y las aplicaciones terapéuticas del Arte. Además, se ha acreditado en Facilitación de grupos por el IIFACE y ha facilitado colectivos diversos. Entre otros proyectos, se dedica a diferentes iniciativas relacionadas con el Teatro de las oprimidas y ha difundido en el País Vasco esta metodología. Ha trabajado la opresión de género en varias obras teatrales interpellando al público a revisarse y también ha realizado diversos talleres en torno al tema.

Luis Corral Cárdenas desarrolla su carrera profesional en el ámbito de la educación social familiar-comunitaria, y trabaja y ha trabajado como facilitador de diversos colectivos y espacios institucionales y como tallerista, con temas relacionados con la facilitación de grupos, género, comunicación no violenta, masculinidades creadoras de igualdad...



FECHA: 3, 4 y 5 de mayo



HORARIO: Viernes 16:00-20:00, sábado 10:00-14:00 y 16:00-19:00 y domingo 10:00-14:00



LUGAR: Sala de Calderería (C/ Calderería N°11)



PREINSCRIPCIÓN:

Del 1 de abril al 19 de abril

A TU ASOCIACIÓN LE INTERESA



02.5

SESIÓN INFORMATIVA SOBRE RECURSOS Y HERRAMIENTAS MUNICIPALES PARA LAS ENTIDADES SIN ÁNIMO DE LUCRO

En este curso conoceremos qué recursos y herramientas municipales están a disposición de las entidades sin ánimo de lucro con el fin de hacer más sencilla la gestión y sostenimiento de las mismas.

CONTENIDOS:

- Zentro, espacio colaborativo: servicios, biblioteca, recursos.
- Recursos digitales: portal de asociaciones. Iruñategui. Web.
- Servicios de asesoramiento: asesoría jurídica, acompañamiento proyectos, subvenciones.

Participación ciudadana.

OBJETIVOS:

Informar a las entidades sin ánimo de lucro sobre las oportunidades y recursos municipales existentes a su disposición.

 **DURACIÓN:** 3H

 **IDIOMA:** Castellano

 **FACILITA:** *Ana Belén Alberó Díaz.*
Asesora Jurídica Asociaciones Zentro.

 **FECHA:** 26 de abril

 **HORARIO:** 17:00-20:00

 **LUGAR:** Zentro. Sala 4 del Civivox
Condestable (C/ Mayor 2, 1ª Planta)

 **PREINSCRIPCIÓN:**
Del 1 de abril al 25 de abril

YA ESTÁ AQUÍ LA ADMINISTRACIÓN ELECTRÓNICA



02.6

RECURSOS GRATUITOS EN LA RED

Conocer lo necesario entorno a la administración digital y la firma electrónica de las asociaciones.

CONTENIDOS:

- Identificación y firma de los interesados. Certificado digital de persona física y persona jurídica.
- Relaciones electrónicas obligatorias entre las administraciones públicas y las personas jurídicas, siendo opcional para las personas físicas.
- Notificaciones.
- Plazos.
- Recursos gratuitos en la red para entidades sin ánimo de lucro.

OBJETIVOS:

Conocer las novedades introducidas por las Leyes 39/2015 y 40/2015 que regulan, respectivamente, las relaciones entre las administraciones públicas y la ciudadanía y el funcionamiento interno de las diferentes administraciones públicas y el resto del Sector Público.

Orientar sobre los trámites a llevar a cabo para cumplir con los nuevos procedimientos electrónicos de relación con la Administración. Conocer los recursos gratuitos disponibles en la red para las asociaciones y entidades sin ánimo de lucro.

 **DURACIÓN:** 3H

 **IDIOMA:** Castellano

 **FACILITA:** *Ana Belén Alberó Díaz.*
Asesora Jurídica Asociaciones Zentro.

 **FECHA:** 24 de mayo

 **HORARIO:** 17:00-20:00

 **LUGAR:** Zentro. Sala 4 del Civivox
Condestable (C/ Mayor 2, 1ª Planta)

 **PREINSCRIPCIÓN:**
Del 1 de abril al 23 de mayo

PON EN MARCHA TU PROYECTO



02.7

FORMAS JURÍDICAS Y CONSTITUCIÓN DE ASOCIACIONES

A la hora de poner en marcha un proyecto muchas veces surgen dudas sobre qué forma jurídica se adapta mejor a las necesidades del mismo. En este curso abordaremos las distintas opciones existentes con el fin de tomar una decisión adecuada.

CONTENIDOS:

- Tipos de empresa.
- Trámites.
- Organismos e instituciones de apoyo.
- Fiscalidad.
- Financiación.

OBJETIVOS:

- Conocer las principales formas jurídicas existentes.
- Informar sobre los trámites de constitución y desarrollo de las mismas.
- Facilitar datos sobre los organismos e instituciones de apoyo y posibles ayudas.



DURACIÓN: 3H



IDIOMA: Castellano



FACILITA: *Ana Belén Albero Díaz.*
Asesora Jurídica Asociaciones Zentro.



FECHA: 14 de junio



HORARIO: 17:00-20:00



LUGAR: Zentro. Sala 4 del Civivox
Condestable (C/ Mayor 2, 1ª Planta)



PREINSCRIPCIÓN:

Del 1 de abril al 13 de junio

GAMIFICACIÓN PARA LA PARTICIPACIÓN Y EL COMPROMISO



03.1

ESTAMOS VIVIENDO UNA TRANSFORMACIÓN DE LA SOCIEDAD

Las reglas del juego han cambiado. Estamos viviendo una transformación de la sociedad. En este contexto de cambio, la Gamificación es una pieza útil y eficaz para generar compromiso y crear nuevas experiencias de participación a partir de técnicas y estrategias basadas en el juego.

DESCUBRE / ¿SE PUEDE DISEÑAR LA DIVERSIÓN?

Al contrario de lo que pueda parecer, el juego se ha convertido en una de las posibles claves para encender la llama de la participación y el compromiso en la sociedad. El taller comienza presentando los fundamentos que unen videojuegos y sociedad.

- Crisis de participación y compromiso en la sociedad.
- ¿Que tienen que ver los videojuegos y la sociedad?
- El poder de las mecánicas de juego.
- ¿Se puede diseñar la diversión?
- Factores de motivación humana.
- Retroalimentación, progreso y maestría.
- Motivaciones, deseos y actitudes.

APLICA / CREA PARTICIPACIÓN Y COMPROMISO

Has acertado, en este taller vas a aplicar tu propia experiencia. Comenzarás prototipando un juego en menos de 20 minutos, para finalmente sacar ese

diseñador/a de juegos que llevas dentro y crear tu propio diseño de Gamificación con un retorno claro y medible.

CONTENIDOS:

- Taller de prototipado de juegos “Los átomos del juego”.
- Taller de soluciones basadas en juego “game Thinking”.
- Game Thinking y participación y compromiso.
- Marcos de trabajo y herramientas para el diseño de gamificación.
- Taller de diseño de Gamificación.
- Taller de niveles.



DURACIÓN: 8H



IDIOMA: Castellano



FACILITA: *Iñaki Huarte Gorraiz.*

(Ouiplay), Co-fundador y Director de OUIPLAY, consultora especializada en la creación de experiencias basadas en el juego: gamificación. A su vez, ha desempeñado una importante labor en la producción de proyectos audiovisuales en cine, televisión e Internet, y sucesivamente ha trabajado en otros ámbitos profesionales como el marketing, la comunicación, o el desarrollo de videojuegos, entre otros.



FECHA: 31 de mayo y 1 de junio



HORARIO: Viernes, 17:00-21:00; y sábado 10.00- 14.00



LUGAR: Zentro. Sala 5 del Civivox Condestable (C/ Mayor 2, 1ª Planta)



PREINSCRIPCIÓN:

Del 1 de abril al 17 de mayo

EL TEATRO COMO HERRAMIENTA



03.2

EL TEATRO COMO HERRAMIENTA DE INTERVENCIÓN SOCIAL Y EMPODERAMIENTO INDIVIDUAL Y COLECTIVO

“ Creo que el teatro debe traer felicidad, debe ayudarnos a conocer mejor nuestro tiempo y a nosotros/as mismos/as. Es una forma de conocimiento y debe ser también un medio de transformar la sociedad... Actores o actrices somos todos/as nosotros/as, el/la ciudadano/a no es aquel/lla que vive en sociedad: ¡es aquel/lla que la transforma! ”

Esta cita de Augusto Boal, actor y dramaturgo brasileño creador del “Teatro del Oprimido”, sintetiza bien lo que se propone con el presente taller: un encuentro donde crear un espacio de bienestar para disfrutar y gozar libremente, jugar, reírnos, divertirnos... trabajando nuestro aparato corporal y vocal, los cinco sentidos, la desmecanización, la confianza, el contacto, la creatividad, la expresión y las emociones, entre otros.

El teatro, además, también nos sirve para conocernos, analizar la realidad e intentar modificar aquello que creemos ha de ser transformado.

Realizaremos dinámicas con el fin de crear un espacio de confianza en el que después podamos identificar temas de interés que surjan en el grupo y ahondar en ellos, con ánimo de reflexionar y debatir, “ensayando” otras formas posibles de hacer o de enfrentarnos a diferentes situaciones de nuestra vida y sociedad.

Crearemos pequeñas piezas de teatro-foro o escenas foro que mostraremos al público para participar en un diálogo abierto que se extienda a más ciudadanos y ciudadanas y que huirá de la verbalización y se abordará a través del teatro y la acción.

Se espera también que las personas participantes se lleven vivencias y herramientas teatrales, tal vez para poder rescatar y apropiarse de algunas y multiplicar a posteriori en sus respectivos colectivos, asociaciones y/o lugares de trabajo o de acción, o simplemente para su vida.

CONTENIDOS:

Ejercicios de calentamiento, relajación y otros: articulaciones y músculos,

- movimiento, des-mecanización, entrenamiento corporal, dicción, trabajo de los cinco sentidos, el contacto, la atención, la expresión, la emoción y la confianza.

Movimiento, juegos expresivos y dramáticos.

- Improvisación. - Técnicas de Teatro Imagen.
- Teatro espontáneo.
- Introducción a técnicas del Teatro del Oprimido (llamado también ahora en
- algunos contextos Teatro de las Oprimidas) y algunas del Teatro Terapéutico.

Otras técnicas de fuentes diversas dependiendo de las necesidades/

- demandas/peticiones del grupo.

Creación de escenas e intervenciones.

-

EL TEATRO COMO HERRAMIENTA



 **DURACIÓN:** 36H

 **IDIOMA:** Castellano

 **FACILITA:** *Eider Sainz de la Maza.*
Filóloga y actriz profesional, docente y facilitadora en proyectos/talleres de teatro para la transformación social.

 **FECHA:** 10, 11, 17, 18, 24 y 25 de mayo. El 26 de mayo domingo se presentará una obra de Teatro Foro, o en su defecto, diferentes “escenas foro”, como resultado del proceso de creación del taller. En ellas, se invitará a debatir en torno a los temas de conflicto planteados en escena a través de la participación activa y actoral de quien proponga distintas vías de resolución (los/las espectACTores/trices), evitando atascarnos en la verbalización.

 **HORARIO:** Viernes, 17:00-21:00 y sábados, 10:00-14:00 y 16:00-20:00

 **LUGAR:** Los días 10 y 17 en la sala 4 de Civivox Condestable (C/ Mayor nº2, 1ª Planta) y los días 11, 18, 24 y 25 en la Sala de Calderería (C/ Calderería Nº11)

 **PREINSCRIPCIÓN:**
Del 1 de abril al 26 de abril

DESPRINCESAMIENTO



03.3

EN EL SIGLO XXI LAS MUJERES YA NO PASAN LA VIDA EN UNA TORRE, ESPERANDO QUE UN PRÍNCIPE LES RESCATE...

Pero aún existen muchas dinámicas sociales que deben ser revisadas: la imposición de un canon de belleza imposible, la construcción de una idea de amor romántico reproduce las desigualdades, la visión de la soltería de las mujeres como un estado carencial, la subordinación de sus deseos a los de las otras personas, la falta de reconocimiento de su trabajo en casa y en el mercado...

En el taller, se trabajará cómo afectan estas dinámicas a las vivencias de las mujeres de lo que significa ser "mujeres" y planteará herramientas para que cada cual tenga la libertad de ser la mujer que quiera ser.

OBJETIVOS:

Reconstruir el rol que se ha asignado a las mujeres como eternos complementos pasivos.

- **Contribuir al empoderamiento individual y colectivo de las mujeres**, a través del análisis de las estrategias de desigualdad que se esconden detrás de los estereotipos de género y de los roles sociales.
- **Ofrecer referentes femeninos** que permitan construir una memoria colectiva de las mujeres.

CONTENIDOS:

1. El ideal de belleza que se impone a las mujeres, y los intereses ocultos que hay detrás de él, así como las consecuencias personales y sociales de la imposibilidad de alcanzarlo.

2. La construcción sociocultural del amor romántico, que hace entender la

complementariedad como excusa para la desigualdad y que genera relaciones que restan autonomía personal y libertad.

3. La división sexista del trabajo, que responsabiliza desde la culpa de las tareas de cuidados, las menos valoradas y peor remuneradas.

4. La relación con el deseo y la sexualidad, y la incapacidad impuesta para reconocer y satisfacer los propios deseos de las mujeres en contraposición con la tendencia a adelantarse a la satisfacción de los deseos ajenos.

METODOLOGÍA:

Complementar las explicaciones teóricas con el trabajo práctico, de aplicación de lo trabajado a la experiencia vital.

 **DURACIÓN:** 12H

 **IDIOMA:** Castellano

 **FACILITA:** *Irantzu Varela Urrestizala*. Periodista, experta en Feminismo, comunicación y violencia contra las mujeres, y coordinadora de Faktoria Lila.

 **FECHA:** 14 y 15 de junio

 **HORARIO:** Viernes, 16:00-20:00; y sábado 10.00- 14.00 y 17:00-21:00

 **LUGAR:** Sala de Conferencias del Civivox Condestable (C/ Mayor 2, 2ª Planta)

 **PREINSCRIPCIÓN:**
Del 1 de abril al 31 de mayo



AGENTES ANTIRRUMORES Y ESTRATEGIAS PARA TRABAJAR CON GRUPO

03.4

¡QUE NO TE PONGAN DE MAL RUMOR!

¿Sientes incomodidad cuando escuchas comentarios ofensivos hacia personas de otros orígenes? ¿Te sulfuras y pierdes los papeles intentando rebatirlos sin éxito?

Esta formación tiene como objetivo despertar una conciencia crítica sobre las falacias que sustentan los estereotipos, prejuicios y rumores sobre determinados colectivos sociales y las consecuencias reales que tienen sobre la vida de las personas.

Más allá de poner en evidencia por qué nos creemos y difundimos los rumores, hablaremos sobre las estrategias de respuesta que se pueden dar para desmontarlos o, como mínimo, hacer dudar. Estrategias, todas ellas, que pretenden mejorar nuestras capacidades de diálogo y conseguir un mejor resultado.

En definitiva, se trata de formarnos, de una manera práctica, como agentes antirrumores para contribuir en desmontar los rumores que día a día escuchamos en nuestro entorno y que son, en muchas ocasiones, la base para la discriminación.

Y además poder trabajarlo en grupos de nuestro entorno más cercano: cuadrilla, familia...o en nuestras entidades y colectivos.

CONTENIDOS:

Sesión 1: Contextualización (Rubén las Heras e Izaskun Andueza, UPNA y Red Antirrumores).

Sesión 2: ¿Pero qué me estás contando? Estrategias comunicativas y emocionales para la gestión de los rumores (Raquel Moreno, D-CAS).

Sesión 3: La aventura de la facilitación en la Estrategia Antirrumores (Virginia Pañeda Sanz).

Sesión 4: Herramientas vivenciales para la reflexión intercultural: conocer los propios estereotipos desde la práctica. (La Xixa Teatre).

 **DURACIÓN:** 14H

 **IDIOMA:** Castellano

 **FACILITA:** *Rubén Lasheras e Izaskun Andueza*. Profesores e investigadores del Departamento de Sociología y Trabajo Social de la UPNA.

Red Antirrumores de Navarra. Red creada en 2016 con más de 28 entidades y colectivos sociales, instituciones y personas a título individual preocupadas por los discursos discriminatorios que obstaculizan la convivencia en la sociedad.

Raquel Moreno (D-CAS). Licenciada en Sociología y especialista en participación social (Postgrado en Participación y Desarrollo Sostenible en la UAB)

Virginia Pañeda Sanz (Youropia). Formadora y facilitadora con experiencia en las áreas de participación, género, convivencia intercultural e intervención inclusiva.

Adrian Crescini (La Xixa Teatre). Director de La Xixa Teatre. Desarrollo de proyectos en diversidad e intervención comunitaria. Experto en Teatro del Oprimido y trabajo de procesos.

 **FECHA:** Martes 7, Jueves 9, Miércoles 15 y jueves 16 de mayo.

 **HORARIO:** Martes y viernes 17:00 - 20:00 y jueves, 17:00 - 21:00

 **LUGAR:** Martes 7 y Jueves 16 de mayo Casa de la Juventud (Calle Sangüesa 30), Miércoles 15 y Jueves 9 de mayo Zentro. Sala 4 y 5 respectivamente, Cívico Condestable (Calle Mayor nº2, 1ª planta)

 **PREINSCRIPCIÓN:** Del 1 de abril al 23 de abril



ASOCIACIONES SIN ÁNIMO DE LUCRO- SUBVENCIONES A LA FORMACIÓN

El Ayuntamiento de Pamplona anualmente abre la convocatoria de subvenciones destinada a entidades sin ánimo de lucro para la realización de proyectos formativos.

La próxima convocatoria de ayudas de 2019 se publicará a principios de año. Os animamos a los colectivos y asociaciones a que presentéis vuestras propuestas formativas.



FORMACIÓN A LA CARTA PARA ENTIDADES SOCIALES

Servicio que consiste en la detección de necesidades formativas en materia de participación ciudadana, la igualdad y el empoderamiento social tanto de los colectivos como de los diferentes procesos que se desarrollan en el municipio.

En esta modalidad formativa, las entidades o colectivos sociales presentan de manera detallada la necesidad y el Ayuntamiento organiza la acción formativa. En la formación a la carta los cursos son abiertos igualmente pero se dirigen de manera más específica al colectivo o proceso que lo demanda.



¿SERÁ LA DEMOCRÀCIA LA PRIMERA VÍCTIMA DEL SIGLO XXI?

Vivimos desconcertados, observando como el nuevo milenio está arrasando nuestras viejas certidumbres. Y no parece que estemos canalizando adecuadamente este desconcierto. Parece, más bien, que respondemos con angustia y con ira, con el miedo y la rabia que desactiva cualquier posibilidad de respuesta constructiva. Muchos de nuestros valores de referencia se tambalean y, desde la lógica política, se impone la aparición de nuevos populismos y cuasi fascismos.

La democracia –entendida como “aquello que nos permite vivir juntos cuando somos diferentes- debería permitirnos salir del atolladero, aunque quizá sea la primera víctima del desconcertante escenario que ha abierto el siglo XXI. Una víctima que no se ha visto superada por sus adversarios externos sino por sus enemigos internos y por el uso instrumental que de ella hacen los desfiguradores de la democracia.

Para argumentar estas ideas nos referiremos a la tensión entre las dimensiones redentoras y pragmáticas de la democracia; pero también a las invocaciones a unas formas de democracia directa que florecen a la sombra de los liderazgos populistas. Lo hemos visto en el Bréxit, pero también en el proceso catalán y sus invocaciones al “esto va de democracia.

-
-  **FECHA:** 5 de abril de 19.00 a 20.30
 -  **LUGAR:** Salón de Actos de Civivox Condestable
 -  **PONENTE:** Quim Brugué
 -  **MODERA:** Susana Erroz (periodista)

Quim Brugué. Es doctor en Ciencia Política y de la Administración, y catedrático del Departamento de Ciencia Política y Derecho Público de la Universidad Autónoma de Barcelona. Fue director del Instituto de Gobierno y Políticas Públicas (IGOP) y entre 2003 y 2008 Director general de Participación Ciudadana en el Gobierno de la Generalitat de Catalunya. Ha desarrollado su actividad docente e investigadora en los ámbitos de la gestión pública, el gobierno local, la participación ciudadana y el análisis de políticas públicas.

CALENDARIO CONJUNTO DE TODOS LOS CURSOS

01 EMPODERAMIENTO PERSONAL

02 EMPODERAMIENTO GRUPAL Y ORGANIZACIÓN

03 EMPODERAMIENTO SOCIAL Y COMUNITARIO

ABRIL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23 CURSO 02.3	24 CURSO 02.3	25 CURSO 02.3	26 CURSO 02.5	27	28
29	30					

MAYO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
		1	2	3 CURSO 02.4	4 CURSO 02.4	5 CURSO 02.4
6	7 CURSO 01.3 CURSO 03.4	8	9 CURSO 03.4	10 CURSO 03.2	11 CURSO 03.2	12
13	14 CURSO 01.3	15 CURSO 02.1 CURSO 03.4	16 CURSO 02.1 CURSO 03.4	17 CURSO 02.1 CURSO 03.2	18 CURSO 03.2	19
20	21 CURSO 01.3	22	23	24 CURSO 02.6 CURSO 03.2	25 CURSO 03.2	26
27	28 CURSO 01.3	29	30	31 CURSO 03.1		

JUNIO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
					1 CURSO 03.1	2
3	4	5	6	7 CURSO 01.1 CURSO 01.4 CURSO 02.2	8 CURSO 01.1 CURSO 01.4 CURSO 02.2	9
10	11	12	13	14 CURSO 01.2 CURSO 02.7 CURSO 03.3	15 CURSO 01.2 CURSO 03.3	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



CURSOS 2019 / ABRIL-JUNIO

EMEP

ESCUELA MUNICIPAL DE EMPODERAMIENTO Y PARTICIPACIÓN



FORMULARIO
DE INSCRIPCIÓN



Ayuntamiento de
Pamplona

Iruñeko
Udala