



Helduak
Zabaltzen



GIZARTE ZENTROAK ERALDATZEKO TRESNAK

KOMUNITATEA

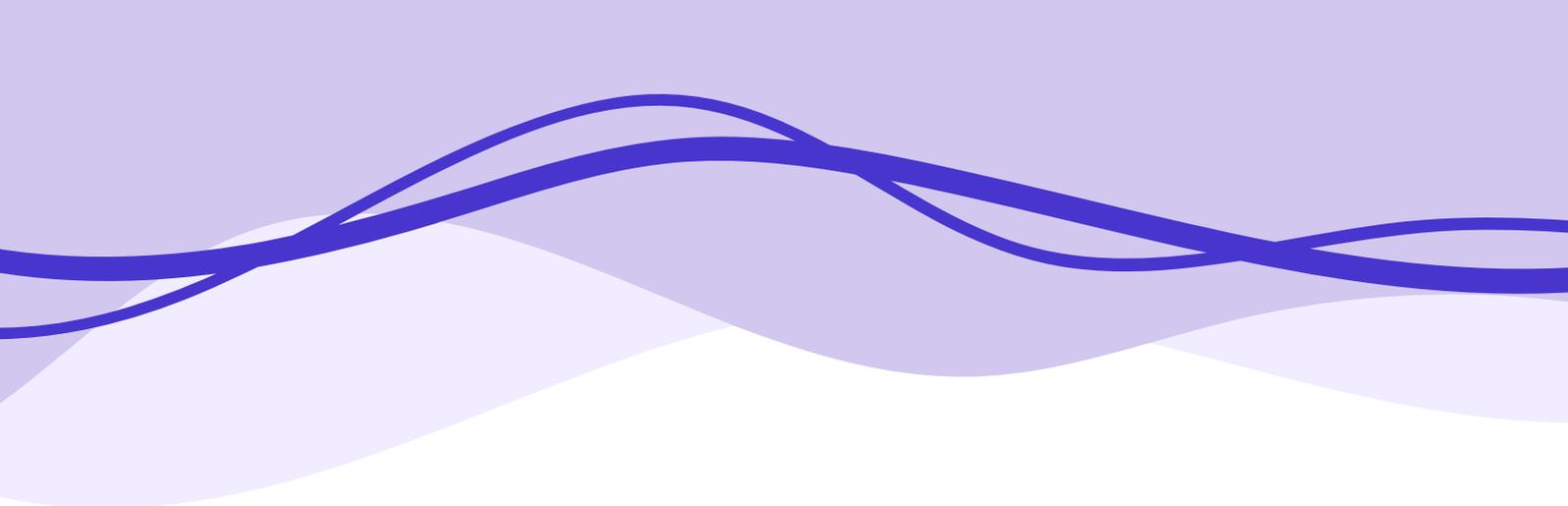
EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

ONGIZATE, GAZTERIA ETA
ERRONKA DEMOGRAFIKOAREN SAILA

DEPARTAMENTO DE BIENESTAR,
JUVENTUD Y RETO DEMOGRÁFICO



Gizarte zentroak eraldatzeko
tresnak:

KOMUNITATEA

NONDIK DATOR TRESNA HAU?

Eusko Jaurlaritzak eta Euskofederpenek bultzatutako ekimena da **Helduak Zabaltzen, eta adinekoen gizarte zentroyen** eredu eraldatu eta egokitzeko eta digitalizazioan laguntzeko sortu da. Haren helburu nagusia da zentroak egungo eta etorkizuneko adinekoen beharretara egokitzea.

Proiektuak **esperientzia pilotuak** jarri ditu abian **hiri inguruneetan (Eibarren eta Erandion) eta landa inguruneetan (Kanpezun eta Arratzun)**, Euskadin adinekoen gizarte zentroyen eredu berriak diseinatzea eta martxan jartzea helburu duen partaidetza prozesua aktibatuzko.

Tresna hau laugarren ezagutza multzoan sartzen da; horien bidez, proiektuan zehar eskuratutako ezagutza partekatu nahi da. Laugarren multzo hau KOMUNITATEAri buruzkoa da, eta adinekoen gizarte zentroyen komunitate rolari buruzko hausnarketa sustatzea du helburu.

Tresna hau egin ahal izateko, lankidetzan aritu dira **Helduak Zabaltzen ekimenaren laguntza jasotzen duten gizarte zentroyak, proiektuaren eraldaketa mahaia, BIZAN (Gasteizko adinekoentzako gizarte zentroyen sarea) eta taldeari lagundu dioten eta proiektuan parte hartu duten pertsona guztiak.**

GIZARTE ZENTROAK ERALDATZEKO TRESNAK: KOMUNITATEA

Egileak: Elisa Berrios eta Elena del Barrio
Lantaldea: Ainara Tomasena eta Laura Fernández
Ilustrazioak: Goretti TaPuntu
Maketazioa: Matia Comunicación
info@matiafundazioa.eus | <https://helduakzabaltzen.eus/>

© Donostia, 2025
Helduak Zabaltzen



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

ONGIZATE, GAZTERIA ETA
ERRONKA DEMOGRAFIKOAREN SAILA

DEPARTAMENTO DE BIENESTAR,
JUVENTUD Y RETO DEMOGRÁFICO

Material hau Matia Institutuak landu du, Eusko Jaurlaritzako Ongizate, Gazteria eta Erronka Demografikoaren Sailaren Helduak Zabaltzen proiektuaren esparruan.

AURKIBIDEA

4

ZER DA KOMUNITATEA?

- Gizarte zentroen komunitate rola
- Komunitatea eta belaunaldi arteko elkartasuna
- Esperientziak
- 1. Ariketa: Eragileekiko harremanak

16

NOLA LAN EGIN KOMUNITATEAREKIN

- Ohiko hutsegiteak
- Belaunaldien arteko programa bat abian jartzeko gakoak
- 2. Ariketa. Belaunaldi arteko programak
- Eragileen mapaketa

32

KANPO KOMUNIKAZIOA, KOMUNITATEAREKIN HARREMANETAN EGOTEKO BIDEA

- Zer da kanpo komunikazioa?
- Zergatik da garrantzitsua zentroetan?
- Zein dira kanpo komunikazioa hobetzen duten gakoak?
- Nola egin dute beste zentro batzuek?

39

BIBLIOGRAFIA ETA GOMENDATUTAKO IRAKURGAIK



**Zer da
komunitatea?**

Zer da komunitatea?

Definizio ugari daude komunitatea zer den adierazteko, eta guztiek ezaugarri jakin batzuk partekatzen dituzte, hala nola komunitate bat **leku edo lurralde berean** espazio bat partekatzen duten **pertsona** eta **eragileek** osatzen dutela. Hala ere, teknologiei esker, **xede komun** bat lortzeko **lankidetzan** diharduten komunitate birtualak sortu dira.

Pertsona horien berezkotasunean eta konpromisoan oinarrituta dauden eta **informalak** izan ohi diren gizarte lotura batzuetatik abiatuta sortzen da lankidetzaren hori.

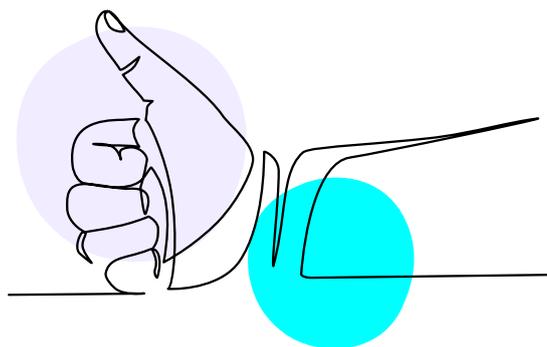
Komunitate bateko kideek, halaber, komunitate horretako **kide izatearen sentimendua** partekatu ohi dute, baita **elkarrekikotasun harremanen sare** batean gauzatzen den **kontzientzia kolektibo** bat ere.

"Espazio bat eta interes, balio edo jarduera batzuk partekatzen dituzten pertsonen osatutako taldea da komunitatea. Arrazoi geografiko, kultural, sozial eta abarren ondorioz sor daiteke. Komunitatearen barruan, **kideek lankidetzan dihardute, elkarri laguntzen diote eta bizikidetzaren eta ongizate kolektiboa sendotzen duten loturak sortzen dituzte.**"



Komunitate baten parte izateak **onura** ugari dakartza, adibidez:

- **Bizi asmo bat.** Pertsona bat ingurune sozial, kultural edo emozional batean onartua, baloratua eta ulertua sentitzen denean sortzen da. Sentimendu horrek identitatea, autoestimua eta ongizatea sendotzen ditu, segurtasuna eta babesa eskaintzen baititu, baita esperientzia, balio eta helburu komunak partekatzeko aukera ere. Kide izatearen sentimendua sendoa denean, pertsonak, aktiboki inplikatur, taldearen garapenean laguntzen dute eta asmoaren eta gogobetetasunaren zentzu handiagoa izaten dute.
- **Laguntza emozionala eta soziala.** Bakardadea arintzen laguntzen duen harreman sarea da komunitatea.
- **Kide izatearen zentzua.** Identitatea eta gainerako pertsonetikiko lotura indartzen ditu.
- **Lankidetzak eta elkartasuna.** Elkarlana eta baliabideen eta elkarrekiko laguntzaren trukea errazten ditu.
- **Garapen pertsonal eta kolektiboa.** Ikaskuntza, sormena eta elkarrekiko hazkundera sustatzen ditu.



- **Inklusioa eta aniztasuna.** Ikuspegi eta belaunaldi desberdinetako pertsonen arteko bizikidetzak eta errespetua sustatzen ditu.
- **Segurtasuna eta ongizatea.** Kideentzako ingurune seguru eta erosoagoak sortzen ditu.
- **Parte hartze aktiboa.** Komunitatearekin zerikusia duten erabakietan eragitea eta parte hartzea ahalbidetzen du.
- **Erresilientzia eta babesa krisietan.** Erronkei indar handiagoarekin aurre egiten laguntzen dute. Krisialdian, komunitatea funtsezko zutabe bihurtzen da, eta babesa, elkartasuna eta aurrera egiten jarraitzeko eta zailtasunak gainditzeko gaitasuna indartzen duten baliabideak eskaintzen ditu.
- **Sozializatzeko aukerak.** Loturak, adiskideak eta pertsonen arteko harremanak sortzeko aukera errazten du.
- **Jasangarritasuna eta tokiko garapena.** Inguruneko ekonomia, kultura eta bizi kalitatea bultzatzen ditu.

Gizarte zentroen komunitate rola

Adinekoen gizarte zentroek funtsezko zeregina dute komunitatean, topaketarako, integratiorako eta ongizaterako espazio bat eskaintzen baitie pertsonari. Adinekoei sozializatzeko; jolas, hezkuntza eta kultura jardueretan parte hartzeko, eta laguntza zerbitzuetara jotzeko aukera ematen dieten erreferentzia puntu moduan funtzionatzen dute. Nolanahi ere, adinekoekin lan egiteaz gain, ahalmen handia dute dauden auzoan edo ingurunean komunitatea sustatzeko. Gizarte zentroek gizarte kohesioa indartzen dute; izan ere, parte hartze aktiboa eta belaunaldien arteko trukea sustatzen dituzte, eta udalerraren barruan dinamismoa eta inklusioa bultzatzen laguntzen dute.

Udalerri batean adinekoen gizarte zentroen komunitate rola sustatzeko, hainbat estrategia ezar daitezke, hala nola:

PARTE HARTZE AKTIBOA SUSTATZEA

Adinekoak inplikatzera motibatzen dituzten jarduerak antolatzea, hala nola lantegiak, boluntariora taldeak eta zentroko edo auzo nahiz udalerriko beste baliabide batzuetako kultura, jai edo kirol ekitaldiak.

BESTE ENTITATE BATZUEKIKO LANKIDETZA

Tokiko elkarteekin, ikastetxeekin, enpresekin eta administrazio publikoekin aliantzak ezartzea, baliabide eta parte hartzeko aukera gehiago izateko.

LAGUNTZA ETA ONGIZATE PROGRAMAK

Aholkularitzako, laguntzako, osasuneko eta ongizate emozionaleko zerbitzuak eskaintzea, zentroak auzoko pertsonentzako zaintza eta erreferentzia espazio gisa betetzen duen zeregina sendotzeko

TEKNOLOGIAREN ETA KOMUNIKAZIOAREN ERABILERA

Zentroaren jarduerak eta onurak sare sozialen, tokiko hedabideen eta buletinen bidez zabaltzea, haiek erabiltzeko aukera pertsona gehiagori erraztea eta zentroak komunitatean duen eragina agerian jartzea.

BELAUNALDI ARTEKO SAREAK INDARTZEA

Belaunaldi desberdinetako pertsonekin eta komunitateko beste talde batzuekin elkartzeko espazioak sortzea, ezagutzak eta esperientziak trukatzeko, eta inklusioa eta elkarrekiko ikaskuntza sustatzea.

Ekintza horien bidez, komunitatea aberasten duten eta bizitza betea eta aktiboki eta sozialki konektatutako zahartzea sustatzen dituzten espazio bizi eta integratzaile gisa finka daitezke zentroak.





Komunitatea eta belaunaldi arteko elkartasuna

Komunitateak adin eta esperientzia desberdinak dituzten pertsonak biltzen dituzenez, **belaunaldien arteko elkartasunerako ingurune aproposa** sortzen du. Belaunaldi arteko elkartasuna gazteek, helduek eta adinekoek esperientziak, ezagutzak eta baliabideak partekatzen dituztenean eta ongizate kolektiboa sendotzen duten loturak sortzen dituztenean agertzen da. Interakzio horrek elkarrekiko ikaskuntza, enpatia eta errespetua sustatzen ditu, eta komunitate kohesionatuagoa, inklusiboagoa eta erronka komunei aurre egiteko prestatuagoa sortzen du.

Gizarte zentroak funtsezko eragileak izan daitezke belaunaldien arteko elkartasuna sustatzeko, honako hauek baliatuz:



JARDUERA PARTEKATUAK

Adin orotako pertsonak parte hartzeko lantegiak eta kultura eta kirol ekitaldiak antolatzea eta elkarrekiko ikaskuntza eta esperientzien trukea sustatzea.



MENTORETZA PROGRAMAK

Adineko pertsonak eta gazteak hezkuntza, arte edo lan jardueretako mentore edo gidari gisa inplikatzeko, eta, horretarako, duten ezagutza eta esperientzia baliatzea, elkarrekikotasun harremanetatik abiatuta



BELAUNALDIEN ARTEKO TOPAGUNEAK

Ikastetxe, institutu eta gazte elkarteekin lankidetzak proiektuak egiteko aukera erraztea, eta haurrak, gazteak eta adinekoak elkarrekin egoteko eta lankidetzan aritzeko aukerak sortzea.



PROIEKTU KOMUNITARIOAK

Adin desberdinetako pertsonen beren ingurunea hobetzeko elkarrekin lan egitea ahalbidetuko duten gizarte ekimenak garatzea, eta kide izatearen eta erantzukizunaren zentzu partekatua sortzea (adibidez: Euskadi Lagunkoia)



BOLUNTARIOTZA GURUTZATUA

Adinekoengandik gazteenganako boluntariotza zein gazteengandik adinekoenganakoa sustatzea, elkarrekotasunaren ikuspegitik.



AHOZKO TRADIZIOAK ETA KONTAKIZUNAK

Istoriak eta tradizioak partekatzeko jarduerak sustatzea eta identitate komunitarioa eta tokiko historiarekiko errespetua sendotzea.



Ekintza horien bidez, gizarte zentroak belaunaldiak lotzeko benetako zubiak izan daitezke, eta gizarte kohesioa eta ongizate kolektiboa sendotu ditzakete.

Esperientziak

Esperientzia komunitario eta belaunaldi arteko programa asko daude. Hemen, Helduak Zabaltzen ekimeneko udalerrri pilotuen, BIZAN Sarearen eta Osasunaren Mundu Erakundeak egindako bilketaren barruan nabarmentzen diren batzuk aipatuko ditugu.

Erandio

Erandion, Alzaga gizarte zentroak oso inplikazio maila handia du komunitatearekin, eta udalerrian egiten diren ekimenetan eta ekintzetan parte hartzen du, hala nola herri jaietan, udal batzordeetan (berdintasun batzordean, adibidez) eta udalerriko beste elkarte batzuekin batera garatutako proiektuetan. Horrela, beraz, denbora, espazioa eta bizipenak partekatzen ditu adin eta errealitate desberdinetako pertsonekin. Azken urtean, hainbat elkartetako emakumeen solasaldiak egiteko Eguzkimore proiektuaren garapena izan da horren adibide bat.

Kanpezu

Kanpezuko udalerrian, herritar guztiei zuzendutako belaunaldi arteko jarduera bat egin zen, espazio publikoa eta udako egunak aprobetxatuta: jolas eguna. Jarduera horren bidez, belaunaldi desberdinetako pertsonentzako jolas

tradizionalen jardunaldi bat egin nahi izan zen, jolas horiek gazteei ezagutarazteko eta adinekoei gogora ekartzeko. Guztira, 7 jolasgune gaitu ziren, eta haietako bakoitza Adinekoen Elkarteko boluntario batek dinamizatu zuen. Jardunaldia antolatzeko, Kanpezuko herritarrek aktiboki lagundu zioten Gizarte Zentroari, jarduerak arrakasta izan zezan. Hori dela eta, jardunaldia zentroaren jardueren egutegian txertatzea eta urtero antolatzea erabaki dute.

Arratzu

Arratzuko udalerriak esperientzia pilotu gisa hartu zuen parte Helduak Zabaltzen ekimenean, eta komunitatearen barruko belaunaldien arteko harremanak sendotzeko ikuspegi berezia sartu zuen eraldaketa fasean. Belaunaldi arteko kafe solasaldi baten bidez, adinekoak azken belaunaldiko gazteekin lotzeko estrategiak identifikatu ziren, eta ezagutzen eta esperientzien transmisioa sustatu zen. Horren ondorioz, belaunaldi arteko ohiko mendi ibilia berreskuratu zen. Bertan, adin guztietako 91 pertsonak hartu zuten parte, eta bizikidetzaren eta komunitatearen zentzua sustatu ziren. Ekimen horiei esker, belaunaldi ezberdinetako pertsonen arteko elkarreragina sustatu da, eta gizarte loturak sendotu dituzte.

Ispaster

Bizi elkarteak, Ispasterko Eskolak eta Guraso Elkarteak belaunaldien arteko transmisioan dihardute esperientziak eta ezagutzak partekatzearen bidez. Aldi berean, belaunaldien arteko elkartasuna eta inklusio eta kohesio soziala lantzen dituzte. Horretarako, urtero jarduerak diseinatzen dituzte guztien artean, ondorengo hiru hilekoetan egiteko. Hona hemen jarduera horietako batzuk: talo lantegia, «amonaren janariaren» lantegia, informatika lantegia eta paseoak, inguruneari buruzko ezagutza modu natural eta hurbilean eskaintzeko.

Gasteizko adinekoentzako gizarte zentroen sarea

BIZAN sareak adin desberdinetako pertsonen (adinekoen, helduen, gazteen eta haurren) arteko harremanak eta jarduerak sustatzen ditu belaunaldien arteko ikastaro eta lantegien, sare komunitarioetako belaunaldi arteko jardueren eta herritarrentzat irekitako ikastaro eta ekintzen bidez.

BIZAN sarea belaunaldien arteko hezkuntza bermatuko duen esparrua sortzeko ari da lanean. Horretarako, Euskal Herriko Unibertsitatearekin lankidetzan dihardu hainbat ikerlanen bidez.

Ikerlan horien artean, hauxe azpimarra daiteke: Belaunaldiak elkarren ondoan: belaunaldien arteko esperientzien alorrean Gasteizko Udalak egin duen apustua nabarmenduz. Ikerlan horretan, alde batetik, aztertutako belaunaldi arteko esperientzien oinarriak aurkezten dira, eta, bestetik, belaunaldi arteko jardunbide egokiak identifikatzen. Haien artean, esperientzia hauek nabarmentzen dira: «Eskola laguntza», «Belaunaldiartekotasunetik kulturartekotasunera bidean», «Artearen bidez adinkerari aurre egiten», «Harremanak ehuntzen» eta «Belaunaldien arteko auzolandegiak adinekoekin eta askatasunaz gabetutako pertsonekin».

Era berean, pertsonak ezagutzeko eta, aldi berean, auzoaren alde lan egiteko topagune bat eskaintzen duen «Piztu zure auzoa» programa jarri du abian BIZAN sareak. Adineko pertsonekin batera sortutako eta diseinatutako ekimena da. Programa horrek harremanak sortzen ditu zaurgarritasun eta/edo ahulezia egoeran bizi diren pertsonen artean, eta herritarrak inplikatzeko dituzten bakardadeari aurre egiteko zereginean.

Informazio gehiago:

<https://bit.ly/4mpkFfc>



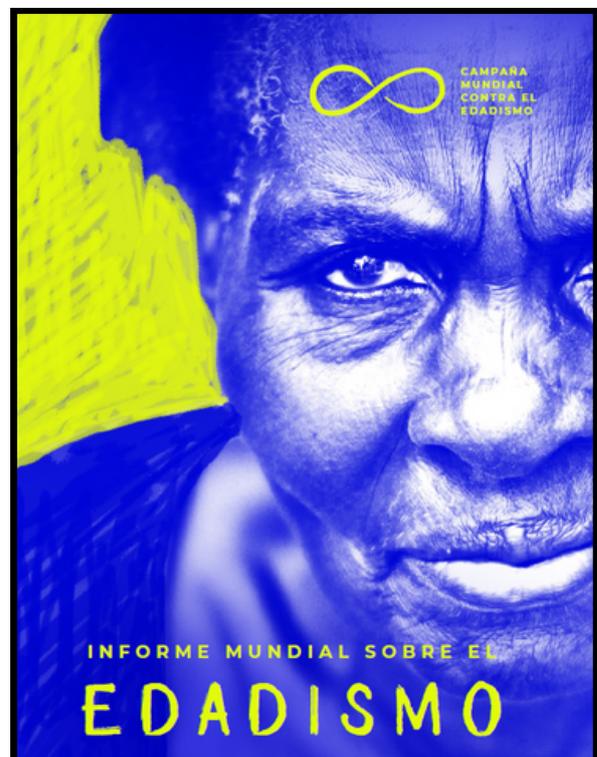
Osasunaren Mundu Erakundea

OMEk Connecting generations: planning and implementing interventions for intergenerational contact gida atera zuen 2023. urtean. Gida horretan, belaunaldi arteko programa bat abian jartzeko gakoez eta tresnez gain, mundu osoko hainbat lurralde eta herrialdetako belaunaldi arteko programak jasotzen dira.

Gida hori Adinkeriari buruzko mundu mailako txostenean jasotako frogetan oinarrituta dago. Froga horien arabera, adinean oinarritutako diskriminazioari aurre egiteko eraginkorrak diren hiru estrategietako bat dira belaunaldien arteko harremanetara bideratutako esku hartzeak. Gidaren amaieran, gaien arabera sailkatuta dauden eta erreplikatzeko moduari buruzko informazio metodologikoa biltzen duten belaunaldi arteko 40 programa daude jasota.

Informazio gehiago:

<https://bit.ly/4kwF6Fr>



1. Ariketa: Eragileekiko harremanak

Komunitateko lana eta haren onurak zehaztu ondoren, gizarte zentroak dituen harremanei buruz gogoeta egitea proposatzen dugu.

Gizarte zentroak harremanak inguruko zer pertsonarekin edo eragilerekin eta zertarako dituen pentsatzean datza ariketa:

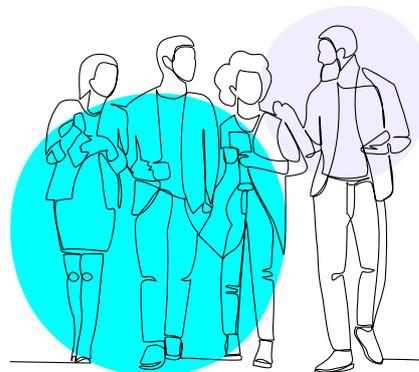


Tipologia	Pertsonak/Entitatea Nork?	Jarduera Zertarako?
<i>Elkarteak</i>		
<i>Udala</i>		
<i>Enpresak</i>		
<i>Beste batzuk</i>		



Nola lan egin komunitatearekin

Nola lan egin komunitatearekin



Komunitatea zer den eta harekin lan egitea zein garrantzitsua den azaldu ondoren, komeni da dinamika horiek errazteko oinarrizko gako batzuk aipatzea:

Identifikatutako behar errealei erantzutea

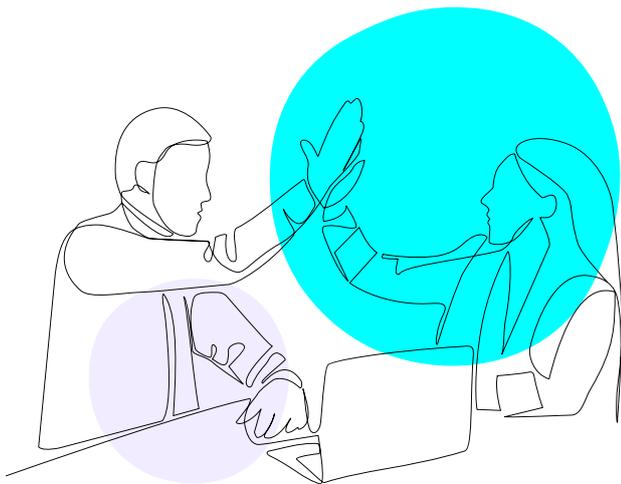
Komunitatearekin harremanetan jartzeko ekintzak eta beste ekintza mota batzuk abian jartzeko, gizarte zentroaren ingurunerik hurbilekoenaren beharrak eta errealitatea hartu behar dira kontuan. Horri esker, errazagoa izango da jardueraren egokitasuna bermatzea eta partaidetza eta gogobetetasuna lortzea.

Informazio hori jasotzeko, hainbat iturri balia daitezke:

- **Aldez aurreko diagnostikoak.** Zenbait udalerritan, udalerriko edo biztanleriaren sektore jakin bateko herritarren beharrak jasotzeko diagnostikoak egin dituzte.

- **Edozein kolektiboren beharrak.** Kolektibo jakin batzuen beharrak ezagunak izan daitezke herritarrentzat, eta beste behar batzuk ezagutzeko, berriz, kontsulta egin behar da. Kontsultak egiteko hainbat modu daude (inkestak, galdeketak eta abar), eta kolektibo jakin batzuen beharrak ezagutzeko aukera ematen dute.
- **Jarduera esanguratsuak.** Pertsonen eguneroko bizitzari zentzua ematen diotenak eta garrantzitsutzat jotzen direnak dira jarduera esanguratsuak. Jarduera sinpleak eta egunerokoak izan daitezke.

Lan egin nahi den komunitateari buruzko informazio guztia kontuan hartzea funtsezkoa da, harreman hori, komunikazio eta zabalkunde kanpainak, diseinatzen diren jarduerak eta abar egokitzeko.



Sarean lan egitea

«Komunitatearekin» ez ezik komunitatean ere lan egiteko, hainbat entitaterekiko lankidetzari erreparatu behar zaio. Horren bidez, sareko lana sortuko da, noranzko bikoia eta bateratua.

Komunitatea sare bat dela eta sare horretan eragileak, era batera edo bestera, konektatuta daudela ulertzen badugu, errazagoa izango da harremanak sare horren bidez sortzea, banaka edo alde bakarrez sortzea baino. Beraz, interakzioa sareko lanaren ikuspegi batetik sustatzeak erraztu egingo du harreman berriak sortzeko aukera, eragile batekiko harremanak beste eragile batengana eramanez baitezake. Hortaz, ikuspegi horretan oinarrituta lantzen den guztia errazago zabalduko da, eta errazago iraungo du.

Programa egoki kudeatzea eta planifikatzea

Gako horrek mota guztietako ekintzetarako balio du, baina are garrantzitsuagoa da zentroaz kanpoko beste eragile batzuekiko koordinazioa behar duten ekintzen kasuan. Kudeaketa eta plangintza hobetzeko, aholku hauek bete daitezke:

- Ekintza/programa/jarduera ahalik eta gehien xehatzea. Mezua zenbat eta zehatzagoa eta garbiagoa izan, orduan eta errazagoa izango da interakzioa egokiagoa izatea eta emaitza hobeak lortzea.
- Belaunaldi arteko zerbait bada, komeni da galdetzea ea zehazten duten oinarrizko irizpideak betetzen diren ala ez:
 - Belaunaldi desberdinetako pertsonak hartzen dute parte? (Ez da nahitaezkoa haur eta nerabeekin soilik egin beharreko jarduerak izatea; badaude belaunaldi gehiago ere).
 - Badago lankidetzarik, interakziorik eta trukerik belaunaldi horien artean? Jarduera jakin batean elkarrekin aritzeaz gain, interakzioa eta harremanak ezarri behar dira parte hartzen duten pertsonen artean.
 - Badakar onurarik pertsonentzat eta komunitatearentzat?

Rolak zehaztea

Aurrekoarekin lotuta, parte hartuko duten pertsoneri rolak banatu behar zaizkie plangintzarekin batera. Partaide bakoitzak bere zeregina zein den garbi izateak operatibotasun eta arintasun handiagoa ematen du, eta nahasketa edo gaizki-ulertu gutxiago.

Horretarako, honako hauek egin daitezke alde zurretik:

- Inplikazio maila desberdineko hainbat zeregin identifikatu eta zehaztu.
- Rol horiek beren gain hartu nahi dituzten eta beren gain har ditzaketen pertsonak identifikatu.
- Rolak pertsonen interes eta gaitasunetara egokitu.

Programa ebaluatzea

Aurrekoa bezala, gako hau gizarte zentroak egiten dituen ekintza guztietara estrapola daiteke, eta bereziki garrantzitsua da beste eragile batzuekiko koordinazioan. Horretarako, beharrezkoa da:

- Helburuak alde zurretik zehaztea.
- Ebaluazioa helburuetara egokitzea.



Harremanak sustatzea

Komunitatean eta beste eragile batzuekin lan egiten denean, komenigarria da kontuan izatea abian jarri beharreko ekintzen helburua dela parte hartzen duten pertsonak, elkartzeaz gain, harremanetan eta elkarreraginean jartzea.

Ez da koexistentzia bilatzen, bizikidetza baizik. Hau da, helburuak ez du jarduera edo espazio jakin bat partekatzerara mugatu behar, harremanak bilatu behar ditu.

Ekintzen iraunkortasuna bultzatzea

Zenbaitetan ekintza puntualak planteatzen badira ere, alegia errepikatzen ez direnak (agian zentzurik ez duelako) eta une jakin bati erantzuteko egiten direnak, oro har komeni da ekintzen mantentzean eta iraunkortasunean pentsatzea.

Ekintzei denboran eustekak aukera ematen du, ekintza horiek behin baino gehiagotan ebaluatzeko eta, beraz, beharrezkotzat hartzen diren alderdiak hobetzeko. Gainera, errepikatuz ikasi egiten da; hau da, errazagoa izaten da behin baino gehiagotan egin den ekintza bat ezartzea, ekintza berri bat abiaraztea baino. Bestalde, horri guztiari esker, errazagoa da iraunkortasuna bermatzea.

Beraz, jarduera iraunkorrak sortuz gero, errazagoa da jarduera horiek inpaktu handia izatea.



Ohiko hutsegiteak

Ilido horretan bertan, zein dira komunitatearekin jardutean egin ohi diren hutsegiteak?

Ondoren, hutsegiterik ohikoenetako batzuk laburbilduko ditugu:



Belaunaldien arteko programa bat abian jartzeko gakoak

Belaunaldi arteko programak aukera egokia dira adin desberdinetako pertsonen, urruntzen dituzten ezaugarriak (askotan errealitatearekin bat ez datozen kategorien ondoriozkoak) ez ezik, batzen dituzten ezaugarriak ere ezagutu ditzaten. **Asmo partekatua** ere **aukera** ona da adinekoek eta gazteek elkarrekin esperimendatuz guztientzako zerbait garatzeko eta, horren bidez, egungo gizarteetan belaunaldien artean sortu diren distantziak murrizten laguntzeko.

Belaunaldi arteko programa bat abian jartzeko, egin ohi diren hutsegite batzuk hartu behar dira kontuan, halakorik ez egiteko:

1

Helburuekin ez da inprobisatu behar: aldez aurretik jakin behar da zer lortu nahi den. Kontua ez da, besterik gabe, belaunaldi desberdinetako pertsonak elkartzea.

2

Adin guztietako pertsonen **interesak eta beharrak egokitu** behar dira, asmo komunaren bilaketatik abiatuta.

3

Liskar ideologikoak, paternalismoa, infantilizazioa eta dirigismoa **saihestu** behar dira.

4

Programa egiteko **lekuak eta espazioak egokiak eta erosoak** izan behar dute adin guztietako pertsonentzat.

5

Programa jorratzeko, **belaunaldi guztiak** eta haien **ekarpenak, beharrak eta talentuak** hartu behar dira aintzat.

Gainera, zenbait printzipio beti hartu behar dira kontuan, belaunaldi arteko programak diseinatu eta abian jartzeko garaian:



PARTE HARTZEA

Belaunaldi desberdinetako pertsonak inplikatu egin behar dute, eta fase guztietan parte hartzeko aukera izan behar dute, asmatzen eta diseinatzeko denetik ebaluazioa egiten den arte.



EKITATEA

Pertsona guztiak berdinean tratatzea, baina aniztasuna kontuan hartuta, pertsona bakoitzak programa garatzeko behar dituen baliabideak izan ditzan.



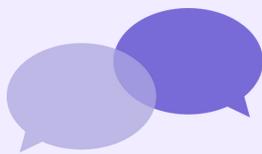
ANIZTASUNA

Adineko edo gazte «tipikorik» ez dagoela eta pertsona bakoitzak trebetasun eta behar desberdinak dituela aitortzea.



ELKARREKIKO ETA ELKARRENGANAKO ONURA

Programa parte hartzen duten pertsona guztientzat onuragarria izan dadin bultzatzea.



HARREMANA

Ekintzara mugatuko ez diren gizarte harremanak sortzeko mekanismoak bultzatzea.



EBIDENTZIETAN OINARRITUA

Emitzak kontrastatzea eta eraginkortasuna ebaluatzea.

Iturria: geuk egin, honako honetatik egokituta: WHO: Connecting generations: planning and implementing interventions for intergenerational contact (2023). Geneva: World Health Organization. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO

2. Ariketa.

Belaunaldi arteko programak

Aztertu berri ditugun printzipioetan oinarrituta, gizarte zentroak egiten dituen belaunaldi arteko jarduerak edo programek printzipio horiek betetzen dituzten aztertzea proposatzen da.

Taula belaunaldi arteko jarduera edo programa bakoitzarekin bete behar da, printzipioak betetzen dituen baloratzeko.

Jarduera: _____		
Printzipioak	Betetzen du printzipioa?	
	Bai	Ez
PARTE HARTZEA: belaunaldi desberdinetako pertsonena, fase guztietan.	Bai	Ez
ANIZTASUNA: belaunaldi desberdinetako pertsonen aniztasuna aitortzen da.	Bai	Ez
HARREMANA: parte hartzaileen arteko harremanak sustatzen dira.	Bai	Ez
EKITATEA: pertsona bakoitzari behar duena ematen zaio	Bai	Ez
ELKARREKIKO ETA ELKARRENGANAKO ONURA: parte hartzen duten guztientzat da onuragarria.	Bai	Ez
EBIDENTZIETAN OINARRITUA: jardueraren emaitzak eta parte hartzen duten pertsonengan duen eragina ebaluatzen dira.	Bai	Ez

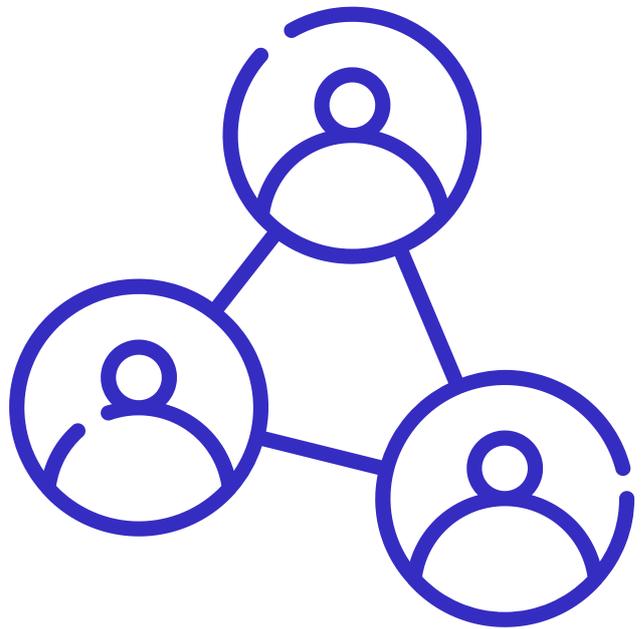
Eragileen mapaketa

Komunitatean lan egiteko, inguruneko eragileak ezagutu behar dira. Horretarako, hainbat tresna daude, eta, haien artean, mapaketa.

Ikaskuntza grafiko bat eta garapenerako eta plangintzarako tresna bat dela esan daiteke, pertsonak eta haiek bizi diren lekuak lotzen dituen (Lydon, 2007), komunitate bateko baliabide ukigarriak eta ukiezinak erregistratuz garatzen dena (Kerka, 2003), eta pertsonak, egitura fisikoak, baliabide naturalak, erakundeak, enpresak, erakunde informalak eta abar biltzen dituen (Berkowitz eta Wadud, 2003).

Hauek dira mapaketaren helburu nagusiak:

- Pertsonen beharrak eta lehentasunak identifikatzea, haientzat garrantzitsuak diren espazioetan eta komunitatearekin lotuta errutina esanguratsuak egin ahal izateko.



- Beharrei erantzun diezaieketen ekimenak eta entitateak zein espazio garrantzitsuak identifikatzea eta ageriko egitea.
- Zentroaren eta komunitateko beste eragile batzuen artean lankidetzan aritzeko eta parte hartzeko aliantzak eta aukerak sortzea.

Mapaketa egiteko prozesua malgua da, eta gizarte zentroari lotutako hainbat faktoreren arabera izango da. Ondoren, «Etxean bezala» proiektuan oinarrituta sortutako eta gizarte zentroetara egokitutako metodologian (Matia Fundazioa, 2024) oinarrituta mapaketa egiteko urratsak azalduko ditugu.

AURREMAPAKETA - AURRETIKO FASEA

A.- Identifikatzea:

- Beharrak, harremanak, errutinak, espazio esanguratsuak.
- Komunitateko eragile formal eta informalak.
- Gizarte zentroak komunitateari eskain diezazkiokeen zerbitzuak edo aukerak.

B.- Mapaketa egiteko saioa prestatzea.

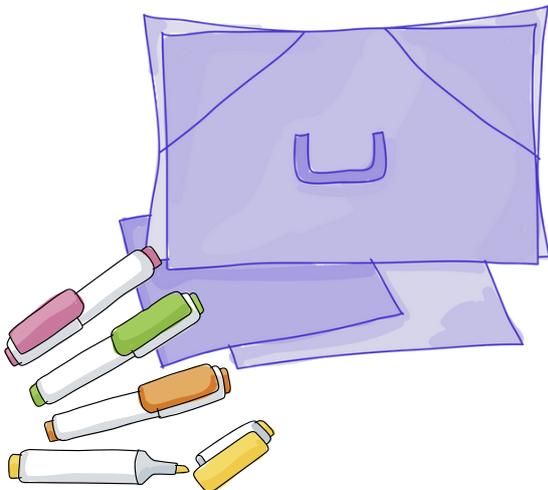
- **Taldea osatzea.** Mapaketa egiteko elkarrekin lan egingo duten pertsonak identifikatzea. Oro har, 15-20 pertsonako taldeak izan ohi dira (gehiago izanez gero, bi taldetan egin daiteke lan). Funtsezkoa da taldeak hainbat profil izatea, ahots guztiak jasotzeko eta ikuspegi desberdinak izateko. Hau da, gizarte zentroyen kasuan, interesgarria izango litzateke talde horretan bazkideak, zuzendaritza batzordeko kideak (halakorik badago), profesionalak eta abar ordezkaturak egotea.



- **Bideratzailearen figura eta rola esleitzea.** Komeni da saioa eraginkorra izateko bideratzaile bat (edo bi) izendatzea. Horri esker, errazagoa izango da denborak kontrolatzea eta hitz egiteko txandak betetzen direla eta pertsona guztiei entzuten zaiela ziurtatzea.
- Saioa egiteko **espazioa prestatzea.** Komeni da espazioa zabala, eroso eta beroa izatea. Pertsoneri, beharrezkoa izanez gero, mugitzeko aukera eman behar die, eta materiala horman ipintzeko beharrezkoa den lekua izan behar du.

• Materiala prestatzea

- Lehen puntuan jasotako informazioaz gain, udalerriko edo inguruko mapa inprimatu bat behar da. Pertsona guztiek ikusteko eta bertan pegatinak edo txintxetak ipintzeko bezain handia izan behar du mapak.
- Mapan ipintzeko txintxetak edo pegatinak.
- Saioan ateratzen den guztia eta aipatzen diren eragileen izenak idatziz jasotzeko errotuladoreak.
- Jaiegunak eta ekitaldi esanguratsuak jasotzen dituen egutegia. Informazio horrekin, errazagoa izan daiteke eragile jakin batzuek gogoratzea eta haien kokatzea, jaiegun edo urteko garai jakin bati lotuta badaude.



MAPAKETA

1.- Taldeari **ongiectorria** egin ondoren, pertsonak aurkeztu behar dira eta taldean egingo den zeregina azaldu behar da. Hasteko, gogoeta egin daiteke. Lehenik eta behin, aurreko fasean identifikatu diren beharrei buruzko gogoeta egin behar da. Irakurketa eta gogoeta horrek informazioa argitzea eta hurrengo urratsak taldean egiteko kohesio espazio bat sortzea ahalbidetzen du.

2.- **Informazioa mapan iraultzea.** Mapan honako hauek identifikatzea, koloretako pegatinekin, orratzekin edo txintxetekin (materialik egokienarekin):

- Zentroarekin harremanak dituzten eta ez dituzten **inguruko eragileak eta ekimenak** (toki entitateak, erakundeak, komunikabideak eta abar). Koloreak erabil daitezke kategorien arabera bereizteko.
- Topaguneak direlako, haietan harremanak sortzen direlako edota pertsona jakin batzuentzat erreferentziako espazioak direlako interesekotzat hartzen diren **espazio edo leku** zehatzak.

3.- **Iraulitako informazioa aztertzea.** Horretarako, urrats hauek egin daitezke:

- **Harremanak koloretako sokekin edo lerroekin adierazi:** ezarrita daudenak, aldatu edo sendotu nahi direnak eta ezarrita ez daudenak. Gogoeta hori lagungarria da ezarrita dauden harremanak zehazteko (puntualak edo jarraituak diren, zer jarduera mota egiten den eta abar), baita ezarri nahi direnak zehazteko ere.
- **Mapan markarik gehien dituzten eremuei buruz gogoeta egitea.** Urrats hori lagungarria da interakzio eremuak edo puntu esanguratsuak identifikatzeko.
- **Mapan markarik gutxien dituzten eremuei buruz gogoeta egitea.** Udalerriko zenbait eremutan dagoen eta bertan baliabide edo eragile gutxiago egotea eragiten duen irisgarritasunik eza baloratzen lagundu dezake.

- **Taldearen nahiak identifikatzea eta jasotzea.** Zer harreman berri eduki nahi diren edota harreman horiek nolakoak izan daitezkeen pentsatzeaz gain, beste behar edo nahi batzuk ere kontuan har daitezke. Informazio hori jasotzeak ondorengo ekintzetan pentsatzen laguntzen du.
- **Ekintzak operatibizatzea.** Egin daitezkeen eta aurretik jasotako guztiari erantzungo dioten ekintzetan pentsatzea.



MAPAKETA OSTEKOA

Saioan landutako informazio guztia biltzea da urrats horren helburu nagusia. Tresna bizia dela kontuan hartuta, komeni da beharrezkoa denean aldatzeko aukera emango duen euskarri digital bat erabiltzea.

Dena bildu eta digitalizatu ondoren, beharrezkoa da bidezko hartzen denarekin partekatzea eta zabaltzea. Zabaltzea lagungarria izan daiteke, informazioa aberasteko eta informazio berria biltzeko.

Urrats horiek egin ondoren, gizarte zentroak lokalizatuta izango ditu berarekin harremana duten edo harremanetan jarri nahi duten inguruko eragileak. Horri esker, errazagoa izango da eragileekin harremanetan jartzea eta komunitatean sarean lan egitea.



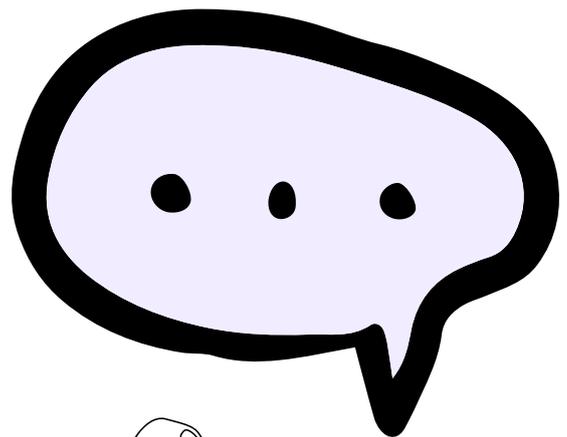


**Kanpo
komunikazioa,
komunitatearekin
harremanetan
egoteko bidea**

Kanpo komunikazioa, komunitatearekin harremanetan egoteko bidea

Komunitatearekin lan egiteko beharra baloratu ostean edota gizarte zentroak lankide izan nahi dituen eragileak identifikatu ondoren, urrats hau egin behar da: komunitatearekin eta eragileekin komunikatu.

Helduak Zabaltzen ekimenak argitaratutako materialetako Pertsonak gidan, barne komunikazioa lantzeko atal bat jorratu da. Kasu honetan, komunitatearekiko lana aipatzean, kanpo komunikazioa adieraziko dugu; hau da, gizarte zentroak kanpoko eragileekin (elkartekin, auzoarekin, entitateekin eta abarrekin) duen komunikazioa.

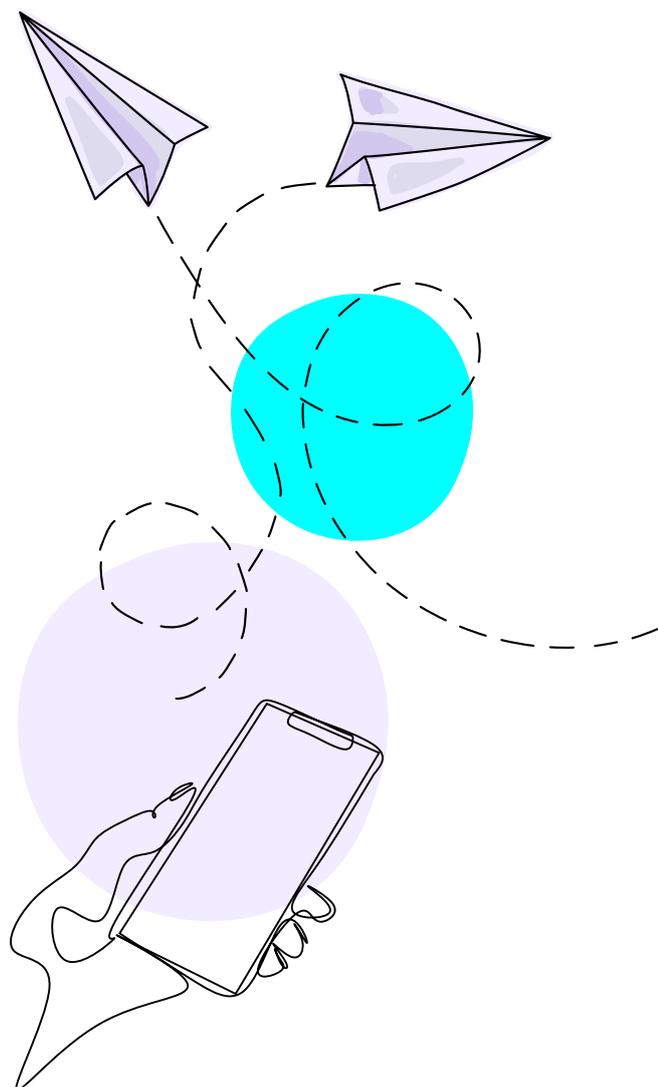


Zer da kanpo komunikazioa?

Gizarte zentroaren informazioa kanpoko pertsonekin partekatzeko egiten diren ekintza guztiak direla esan daiteke. Hortaz, komunikatzeko bideak eta fluxuak sortzen dira, eta, haien bidez, informazioa partekatzeaz gain, harremanak ezartzen dira kanpoarekin.

Barne komunikazioa bezala, gauzak gerta daitezen lortzeko bitarteko bat da. Hau da, komunitatearekiko loturak sustatzea edo belaunaldi artean harremanak izatea bada Gizarte Zentroaren helburua, helburu horiek betetzeko bidea da kanpo komunikazioa.

Gainera, zentroa kanpoan ezagutarazteko bitartekoa da, eta, hein batean, zentroa komunitatean agertzeko modua zehazten du. Horrek, aldi berean, komunitatean betetzen duen rola baldintza dezake.



Zergatik da garrantzitsua zentroetan?

Garbi eduki behar da parte hartzea hertsiki lotuta dagoela komunikazioarekin. Pertsona desberdinen arteko parte hartzea lortzeko, beharrezkoa da komunikazioa. Komunitatearekiko parte hartzearen kasuan, hori bereziki garrantzitsua da, eragile gehiagoren arteko komunikazioa baita, eta, beraz, aniztasun handiagokoa.

Gainera, komunikazioa komunitatearekin harremanak sortzeko eta zentroa ezagutarazteko bidea dela ulertzen badugu, eraldatzeko funtzioa ematen diogu, gizarte zentroak sustatzen duen kanpo komunikazioak zentroa modu batera edo bestera ezagutzea eragingo baitu.

Ildo horretan, zentroan «Nola nahi dugu ezagutu gaitzaten?» galdera sortzen bada, balioetsi beharko da zentroa nahi bezala ezagutaraztea sustatzen den ala ez kanpo komunikazioan. Adibidez, kanpo komunikazioa estereotipoak apurtzeko edo adinkeriarri aurre egiteko bidea izango da.

Hortaz, kanpo komunikazioa lantzeak dakartzan onuren artean, honako hauek nabarmentzen dira:

- Komunitatearekiko eta ingurunearekiko harremana errazten eta hobetzen du.
- Komunitateko eta inguruneko eragileekiko sareko lana errazten du.
- Gizarte zentrorra pertsona berriak hurbiltzea ahalbidetzen du.
- Gizarte zentroyen ikuspegi errealago bat sustatzen du, estereotipoak apurtzen ditu eta adinkeriarri aurre egiten dio.
- Zentroa komunitatean txertatzea eta bertan betetzen duen rola zehaztea errazten du.
- Behar jakin batzuei erantzuteko baliabideen bilaketa bizkortzen du.
- Ingurunea hobeto ezagutzen eta, horren bidez, ekintzak errealitatera egokitzen laguntzen du.

Zein dira kanpo komunikazioa hobetzen duten gakoak?



Komunikatzeko hainbat modu (kartelez bestelakoak) abian jartzea

Kartelak komunikaziorako oinarritzko elementuetako bat dira, baina haien bidez informazioa ez da beti nahi denarengana iristen. Beste komunikazio bide batzuk ere badaude: triptikoak, liburuxkak, sare sozialak, plataformak eta abar.



Beste eragile komunitario batzuen babesa bilatzea

Arestian aipatu dugunez, sareko lanak desberdintasun bat sortzen du eta abantaila dakar. Komunikazioaren kasuan, errazagoa izango da partekatu nahi den informazioa sare baten bitartez zabaltzea indibidualki zabaltzea baino, eta informazio hori pertsona gehiagorengana iritsiko da. Adibidez, zenbait eragilek elkarrekin lan egiten dutelako harremanetan daudela badakigu, errazagoa izango da informazioa haien artean zabaltzea, formatu indibidualean zabaltzea baino.



Rolak zehaztea eta erantzukizunak banatzea

Plangintza egokirako rolen eta funtzioen banaketak duen garrantzia aipatu dugu arestian. Komunikazioarekin gauza bera gertatzen da. Hau da, pertsona bat edo talde bat kanpo komunikazioaz arduratzeari esker, errazagoa da modu operatiboan eta irizpide garbi batekin jokatzea. Horretarako, komenigarria da zeregin horiek bete nahi dituzten eta bete ditzaketen pertsonak identifikatzea.



Funtsezko eragileak identifikatzea

Komunikazio planak garatzeko, zentroaren barruko pertsonak identifikatzeaz gain, onuragarria da zentrotik kanpokoak ere identifikatzea. Alde batetik, zer eragilerekin jarri nahi den harremanetan zehaztu behar da, eta, bestetik, elkarreraginean jarduteko pertsona zehatzak identifikatu behar dira.

Nola egin dute beste zentro batzuek?

Ondoren, hainbat helburu betetzeko asmotan komunikazio kanpainak abiarazi dituzten gizarte zentro batzuen esperientzien berri emango dugu:

Eibar

Eibarko udalerriko gizarte zentroek eskuliburu bat sortu zuten, eta zentroei buruzko informazio guztia bildu zuten bertan: funtzionamenduaren eta antolamenduaren azalpena, jarduerak, ordutegiak, harremanetarako pertsonak eta abar.

Erandio

Erandioko gizarte zentroak komunikazioari lotutako hainbat ekintza egin zituen. Ekintza horiek, alde batetik, zentroa udalerrian edo inguruan ezagutarazi zuten, eta, bestetik, zentroaren irudi errealagoa eta ez hain estereotipatua eskaini zuten.

Halaber, webgune bat sortu zen, zentroari buruzko informazio guztia partekatzeko. Horren bidez, nahi duenak egunekotasunez eta eroso eskura dezake informazioa.

Gainera, hainbat eragileri gizarte zentroaren inguruko bizipenen berri emateko aukera eman zien podcast bat grabatu zen. Ingurunearekin partekatzeko formatu berritzaileagoa da.

Arratzu

Egindako ekintza bat informazio materiala sortzea eta zabaltzea izan zen. Goikuri elkarteari agerikotasun handiagoa emateko eta pertsona berrien parte hartzea sustatzeko, bi zabalkunde material landu dira:

- **Informazio liburuxka.** Goikuri elkarteak landutako eta Arratzuko herritar guztiei zuzendutako liburuxka honetan, elkartearen jarduerak, onurak eta parte hartzeko moduak nabarmentzen dira. Arratzuko Udala arduratu zen **liburuxka** udalerriko **postontzietan banatzeaz**.
- **Liburuxka bideo formatuan.** WhatsApp bidez zabaltzeko diseinatua, jende gehiagorengana iritsi ahal izateko.

Gasteizko adinekoentzako gizarte zentroen sarea

BIZANek webgune bat du, zentroei buruzko informazio guztiarekin. Webgune horrez gain, erabiltzen dituen irudiak eta diseinua nabarmentzen dira, adinekoen inguruko estereotipoak apurtzen baitituzte.

BIZANek, halaber, hainbat komunikazio kanpaina egin ditu askotariko formatuetan. Adibidez, zentroak aurkezteko bideo batzuk sortu ditu. Bideo horietan, protagonistak adinekoak dira, eta eurek azaltzen dute zertan dautzan zentroak.

Informazio gehiago:
<https://bit.ly/4dP2xYA>



Coslada

Cosladako udalerrian, casting bat egin zen adinekoen udal zentroetan, tokiko lagunkoitasun proiektuaren irudiak sortzeko. Horren bidez, zentroen irudi errealagoa, ez hain estereotipatua eta pluralagoa eman nahi zen. Horretarako, kanpaina bat egin zen sareetan, hashtag honekin: #orgullodeenvejecer. Aurkeztu ziren kartelek ere adinekoen inguruko estereotipoak apurtzen zituzten.



Ciudad Amigable con las Personas Mayores
Participa y construye ciudad

COSLADA

#OrgullodeEnvejecer

MÁS INFORMACIÓN
CENTRO DE SERVICIOS SOCIALES Y MAYORES
Avda. Príncipes de España, 12
mayores@ayto-coslada.es // 91 6278200
www.coslada.es



Bibliografia eta gomendatutako irakurgaiak

Bibliografia

- Berkowitz, B., & Wadud, E. (2003). Identifying community assets and resources (Community Tool Box, Chap. 3, Sec. 8). Retrieved from Work Group on Health Promotion and Community Development at the University of Kansas website: <https://bit.ly/3ZMhhRZ>
- Kerka, S. (2003). Community Asset Mapping, Trends and Issues Alert, 47.
- Lydon, M. (2007). Mapping our common ground. A community and green mapping resource guide. Common Ground. Recuperado 11 de noviembre de 2022, de https://www.greenmap.org/greenhouse/files/Mapping_Our_Common_Ground_2007_low.pdf
- Matia Fundazioa, 2024. Doako ikastaroa Matia Eskolan: Mapa komunitarioak eraikitzekeo prozesua. <https://bit.ly/455Q7ci>
- OME gida: belaunaldi arteko programak. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240070264>

Eraldaketarako gidak



<https://bit.ly/3G8117f>



Helduak Zabaltzen

GIZARTE ZENTROAK ERALDATZEKO TRESNAK

ASMOA

ELUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO
OSASUNDE, GAITURRA ETA ERROKHA DEMOKRATIZAZIAREN SALA DEPARTAMENTO DE BIENESTAR, JUVENTUD Y FIEITO DEMOCRATICO

<https://bit.ly/4k2ultD>



Helduak Zabaltzen

GIZARTE ZENTROAK ERALDATZEKO TRESNAK

PERTSONAK

ELUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO
OSASUNDE, GAITURRA ETA ERROKHA DEMOKRATIZAZIAREN SALA DEPARTAMENTO DE BIENESTAR, JUVENTUD Y FIEITO DEMOCRATICO

<https://bit.ly/3HBW5YF>



Helduak Zabaltzen

GIZARTE ZENTROAK ERALDATZEKO TRESNAK

PARTAIDETZA ETA GOBERNANTZA

ELUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO
OSASUNDE, GAITURRA ETA ERROKHA DEMOKRATIZAZIAREN SALA DEPARTAMENTO DE BIENESTAR, JUVENTUD Y FIEITO DEMOCRATICO

<https://bit.ly/3SZHN6M>



Helduak Zabaltzen

GIZARTE ZENTROAK ERALDATZEKO TRESNAK

KOMUNITATEA

ELUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO
OSASUNDE, GAITURRA ETA ERROKHA DEMOKRATIZAZIAREN SALA DEPARTAMENTO DE BIENESTAR, JUVENTUD Y FIEITO DEMOCRATICO



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

ONGIZATE, GAZTERIA ETA
ERRONKA DEMOGRAFIKOAREN SAILA

DEPARTAMENTO DE BIENESTAR,
JUVENTUD Y RETO DEMOGRÁFICO