

# Tokiko proiektu parte-hartzaileak garatzeko gida

# TTPI-TTAPA



#EUSKADIBERRIA



**EUSKO JAURLARITZA**  
**GOBIERNO VASCO**

OSASUN SAILA  
DEPARTAMENTO DE SALUD

Argitaraldia: 1.a, 2026ko apirila

© Euskal Autonomia Erkidegoko Administrazioa Osasun Saila

Ale-kopurua: 300 ale

Argitaratzailea: Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia  
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco  
Donostia-San Sebastian, 1 - 01010 Vitoria-Gasteiz

Egileak: Osasun Saila. Osasun Publikoaren eta Adikzioen Zuzendaritza.

Diseinua eta maketazioa: EPS Comunicación e Impresión, S.L.

Inprimaketa: xxxxx

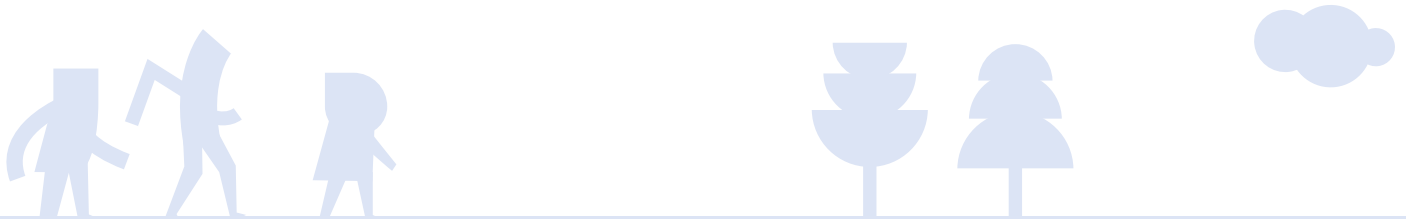
ISBN: xxxxxx

L-Gordailua: xxxxxx



Tokiko proiektu parte-hartzaileak garatzeko gida

# TTIPI-TTAPA



## Zer da Ttipi-Ttapa?

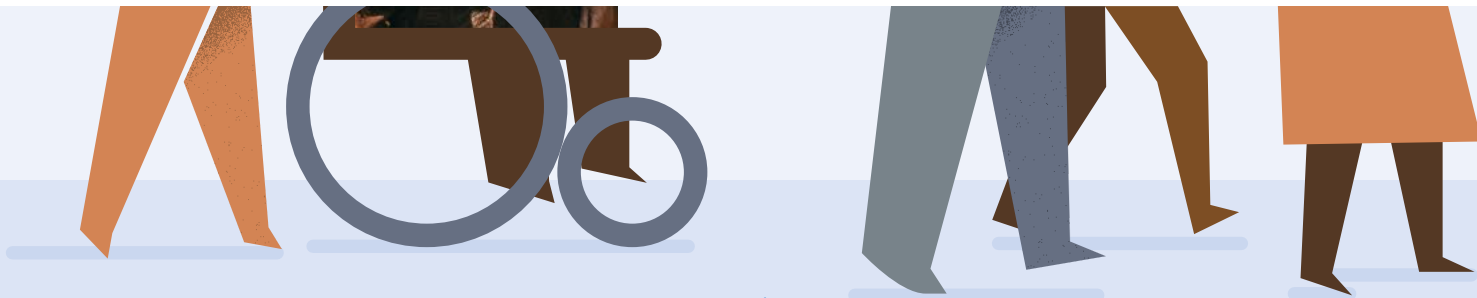
Ttipi-Ttapa proiektuak pertsonen arteko konexioa sustatzen duten proiektu komunitarioak dira, elkarrekin ibiltzea bezain egunerokoa den ekintza baten bidez. Haren helburua gizarte-loturak indartzea eta komunitate bateko jendeak harremanak izateko eta jarduerak elkarrekin egiteko guneak sortzea da, haien bizi-kalitatea hobetzeko.

Baina, zer esan nahi du **komunitateak**? Testuinguru horretan, toki berean bizi eta jarduten duten pertsona, talde eta erakunde guztiei egiten die erreferentzia komunitateak, beren eguneroko bizitzan parte hartuz eta beren ongizatean eragina duten erabakiak hartuz.

Ttipi-Ttapa proiektu batek funtziona dezan, udalerriko eragileen arteko harremanak sortu eta indartu behar dira: erakundeak, elkarteak, kolektiboak eta, jakina, Udala, zeinen **konpromisoa eta lidergoa** funtsezkoak baitira.

Ttipi-Ttapa proiektuek komunitate osoari egiten diote mesede, **parte-hartzea, integrazioa, belaunaldien arteko harremanak** eta **gizarte-kohesioa** sustatzen baitituzte. Parte-hartzea funtsezkoa da komunitate batean osasuna eta ongizatea sustatzeko eta osasun arloko desberdintasunak murrizten laguntzeko.

Gida hau Ttipi-Ttapa proiektuak urteetan garatu dituzten udalerrien esperientzian oinarritzen da. Proiektuak abian jartzeko funtsezko urratsak eta elementuak erakustea eta udalerrri bakoitzaren berezitasunetara egokitzea du helburu.



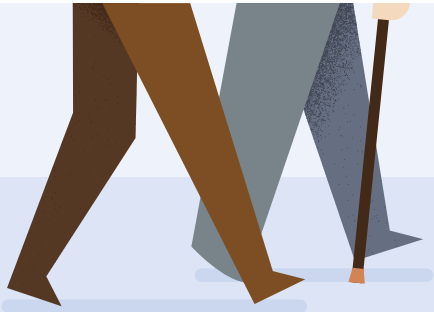
# Partaidetza.

## Ttipi-Ttaparen osagai-gakoa eta -motorra

Ekintza komunitarioa Ttipi-Ttapa proiektuen funtsezko eta ezinbesteko elementua da. Lan parte-hartzaileak baliabide publikoak, pribatuak eta pertsonalak mobilizatzen ditu, premia komunitarioen azterketa sakonagoa egiteko aukera ematen du eta konponbide eraginkorragoak eta adostuagoak lortzen ditu.

Parte-hartze prozesuek, Ttipi-Ttaparen kasuan bezala, ekintza komunitarioarako funtsezko hiru printzipio hartzen dituzte kontuan:

- **Aniztasuna:** Tokiko komunitatearen aniztasuna bermatzea taldeak osatzean eta erabakiak hartzean.
- **Autonomia eta autokudeaketa:** Komunitateek beren burua antolatzeke eta beren beharrak kudeatzeko duten gaitasuna sustatzea, haien independentzia indartuz.
- **Enpatia eta konfiantza:** Konfiantzazko giroa sortzea lankidetzaren eraginkorrerako.



# Ttipi-Ttaparen onurak

Ttipi-Ttaparen onurak proiektuan parte hartzen duten pertsona guztiei eragiten die, bai dinamizatzaileei, bai ibilaldietan parte hartzen dutenei

Udalerriko edozein pertsonak, taldek, elkartek edo erakundek du espazio bat Ttipi-Ttapan.

Elkarrekin ibiltzean, interakzio soziala eta komunitatean integratzea indartzeaz gain, beste hainbat onura ere lortzen da:

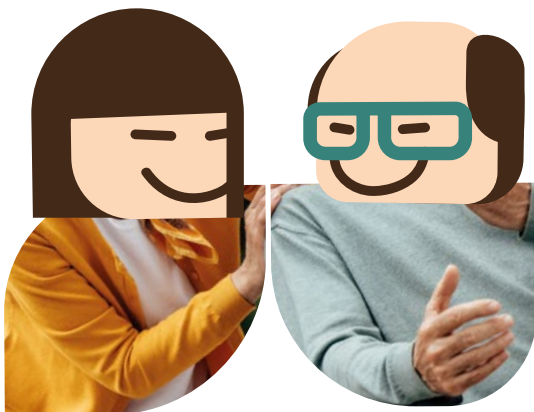
## Adineko pertsonengan:

- **Baieztapen pertsonala:** Etxetik edo ohiko ingurunetik irteteak autoestimua indartzen du eta balio-sentsazioa sustatzen du, aldartea eta bizitasuna hobetuz.
- **Bakardadea txikitzea:** Lotura sozialak sortzen laguntzen du, isolamendua saihestuz eta kontaktu-sarea handituz.
- **Autonomia handitzea:** Jarduera fisikoa sustatzen du, funtsezkoa baita independentzia pertsonala mantentzeko eta hobetzeko.
- **Aisia aberasgarria:** Aisialdiaz gozatzea sustatzen du, eta adin eta kultura desberdinetako pertsonekin esperientziak partekatzeko interesa pizten du.
- **Osasuna eta ongizatea:** Erregulariki ibiltzeak hainbat gaixotasun prebenitzen eta bizi-kalitatea hobetzen laguntzen du.

## Herriko ikastetxeetako ikasleengan:

- **Ikaskuntza errealista:** Eskolako ikaskuntzaren eta eguneroko bizitzaren errealitatearen arteko lotura errazten du.
- **Belaunaldi-trukea:** Adineko pertsonen jakinduriatik eta esperientziatik ikasteko eta partekatzeko aukera ematen du, haien trebetasunak eta ezagutzak baloratuz.
- **Adinkeriari aurre egitea:** Zahartzaroari lotutako estereotipo negatiboak ezabatzen ahalegintzen da, belaunaldien arteko elkartasuna sustatuz eta adinekoen ikuspegi positiboagoa eta askotarikoagoa eskainiz.



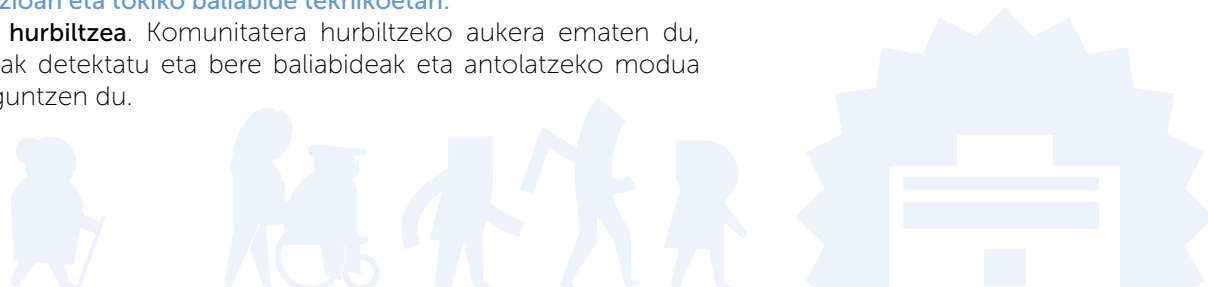


### Gizarte-sarean:

- **Elkartzeko eta konektatzeko espazioa:** Udalerriko pertsonak elkar ezagutzeko eta konektatzeko espazioak sortzen ditu, batasun- eta onarpen-sentimendua sortuz.
- **Inklusioa eta aniztasuna:** Ingurune inklusiboa eskaintzen du desgaitasuna duten pertsonentzat. Inklusioan lan egiteak aurreiritziak eta estereotipoak murrizten laguntzen du, konfiantza eta autoestimua areagotuz, eta horrek ongizate emozionala handitzen du.
- **Kultura-trukea:** Esperientziak eta kulturak partekatzea errazten du, pertsona etorkinei harrera egiten eta integratzen lagunduz, kide izatearen sentimendua handituz eta komunitatea aberastuz.
- **Komunitatearekiko konpromisoa:** Erakundean aktiboki inplikatzekak ongizate kolektiboari ekarpen zentzu sendoa ematen dio.

### Toki-administrazioan eta tokiko baliabide teknikoetan:

- **Komunitatera hurbiltzea.** Komunitatera hurbiltzeko aukera ematen du, honela premiak detektatu eta bere baliabideak eta antolatzeko modua ezagutzen laguntzen du.



# Nola garatu Ttipi-Ttapa proiektu bat

## Eragileak konektatzea

### Udalaren konpromisoa. Talde dinamizatzaile bat finkatzea.

Proiektua udal konpromisoarekin hasten da, bai maila politikoan bai teknikoan. Osasunarekin eta ongi-zatearekin lotura handiena duten arlo teknikoek, hala nola oinarrizko gizarte-zerbitzuek edo jarduera fisiko- eta kirol-arloak, interes handiagoa agertu ohi dute ekimenean. Era berean, ohikoa da osasun-arloko profesionalak parte hartzea, bereziki udalerriko osasun-zentroko profesionalak.

**Hasierako muin** hori udalerriko funtsezko elkarteak, taldeak eta pertsonak identifikatzeaz eta haiekin harremanetan jartzeaz arduratzen da, proiektua dinamizatzeko partaidetza-gune bat sortzeko. Erreferente komunitarioak identifikatzea funtsezkoa da askotariko pertsonen eta taldeen parte-hartzea sustatzeko.

## HASIERAKO MUINA



### UDAL ZERBITZUA

Alkatetza.  
Zinegozitza.  
Zerbitsu teknikoak.



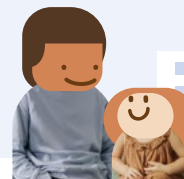
### OSASUN ARLOA

Garrantzitsua da erreferentziazko pertsona bat izendatzea, ahal dela udalekoa, barneko zein kanpoko informaziorako eta komunikaziorako harremanetarako gune gisa jardun dezan. Pertsona hori arduratuko da proiektuaren funtsezko alderdiak koordinatzeaz, hala nola bileren deialdia, aktak edo materialaren kudeaketa.

Dinamizazio-talde hori izango da proiektuaren benetako motorra, eta proiektua abian jartzea eta denboran zehar garatzea bultzatuko du. Udalerrian Ttipi-Ttaparekin bat datozen profilak dituen partaidetza-espazioren bat badago, egokiena talde horrekin harremanetan jartzea da, bere lan- eta komunikazio-dinamikak baliatzeko.

Funtsezkoa da talde dinamizatzailearen osakerak udalerrriaren aniztasuna islatzen duela bermatzea eta profil teknikoak nahiz udalerriko herritarren elkarte eta kolektiboen ordezkariak barne hartzen dituela.

## DINAMIZATZAILE- MUINA



### PERTSONA NAGUSIEN ELKARTEAK

Pertsona nagusien elkarteak  
Adineko pertsonen zentroak.  
Eguneko zentroak.  
Egoitzak.  
Nagusilan.  
etab.

### OSASUN-ARLOKO ELKARTEAK

Gaixorik dauden pertsonak.  
Odol-emaileak.  
Gurutze Gorria.  
DYA.  
etab.

### GIZARTE-ARLOKO ELKARTEAK

Erakunde komunitarioak (emakumeak,  
pertsona etorkinak, merkatariak).  
Elikagaien bankua.  
Erlijio-erakundeak.  
Banakako pertsonak.  
.../...

### HEZKUNTZA-ARLOA

Ikastetxeen zuzendaritzak.  
Irakasleak.  
Ikasleak  
Gurasoen elkarteak

## Parte hartzeko gune bat sortzea

Talde dinamizatzaile hori Ttipi-Ttaparen partaidetza-gunea da, eta espazio hori zaindu egin beharko da, irekita eta aktibo egon dadin.

Horrek esan nahi du taldearen sarrera eta irteera malgutasunez erraztea eta taldea osatzen duten pertsonen inplikazio-mailan aldaketak onartzea.

Gainera, taldearen funtzionamendu ona eta taldekideen ongizatea bermatzeko, funtsezkoa da taldea osatzen dutenen rolak eta konpromiso-maila definitzea. Akordio horiek jasotzea lagungarria izango da taldea antolatzeko eta proiektuaren iraunkortasunerako.

Ez da beharrezkoa gune hori osatzen duten pertsonen trebetasun sozialak edo taldeak kudeatzeko trebetasunak izatea. Funtsezkoena haiek proiektuan sinestea da.



## Proiektua definitzea - Elkarlana

### Ibilbideak diseinatzea

Udalerrri beraren barruan, ohikoa da proiektuaren xede diren pertsonen gaitasun eta beharretara egokitutako ibilbide desberdinak diseinatzea. Diseinuan, garrantzitsua da honako alderdi hauek lekuan bertan baloratzea:

- Segurtasuna eta irisgarritasuna.
- Hornikuntza erabilgarriak; bankuak, komunak, iturriak, etab.

### Proiektuari nortasuna ematea

Ohikoa da udalerriek proiektuari tokiko nortasunari lotutako izen bat eta logotipo bat esleitzea. Horrek erraztu egiten du komunitateak ekimenarekin duen lotura, eta indartu egiten du parte-hartzaileen kidetasun-sentimendua.



## Irteeren egutegia ezartzea

Ttipi-Ttarentzat ezinbestekoa da elkarrekin adostea asteko eguna, ordua, irteera-puntua eta urteko egutegia.

Bertaratzea errazteko, komeni da aztertzea asteko zein egun den egokiena ibilaldirako, kontuan hartuta udalerrian egon daitezkeen beste ekitaldi batzuk eta kontziliazioa hobekien errazten duten ordutegiak.

Irteeren egutegian irteera egunero antolatzeaz arduratuko den eragilearen esleipena ere gehitu behar da.



## Ibilaldien logistika errazten duten elementuak kudeatzea

Irteerek behar bezala funtzionatzeko, beharrezkoa da laguntza-elementu batzuk izatea, hala nola:

- Ibilbideak eta elkargunea markatzeko seinaleak
- Antolatzaileak bereizteko txaleko islatzaileak
- Trafikoan esku hartzeko seinaleak, beharrezkoa bada
- Oinarrizko botika-poltsa

Gainera, komeni da behar bereziak dituzten parte-hartzaileei paseoa laguntzeko prest dauden pertsonak egotea.

Parte-hartzea eta proiektuarekiko konpromisoa sustatzeko estrategia bat "fidelizazio-txartelak" ematea da, parte-hartzaile bakoitzaren irteerak zigilatzeko. Irteeren erregistro pertsonal hori pizgarri bat da ibilaldiei eusteko.

Sozializazioa bultzatzeko eta komunitate-sentimendua indartzeko beste modu bat da, paseoa amaitzean, parte-hartzaileen arteko topagune bat sortzea, hamaiketako edo askari bat eskainiz (ura, salda, etab.)



## Jarduera osagarriak antolatzea

Esperientzia aberasteko, komeni da ibilaldien jarduera osagarrien plangintza egitea, esaterako:

- Saioaren hasieran beroketa-ariketak egitea.
- Egun bereziak ospatzea jarduera desberdinekin, hala nola olinpiar jokoak, danborradak, mozorroak, bisita kulturalak udalerrian, beste Ttipi-Ttapa proiektu batzuekin trukea egitea, etab.
- Eguraldi txarra dagoen egunetarako espazio estaliak aurreikustea, ibilaldiaren ordezkotako jarduerak egin ahal izateko, hala nola jolasak, gimnasia egokitua, dantza, kantua...

## Proiektua ezagutzera ematea

Proiektuaren komunikazio eraginkorra egiten dela bermatzeko, garrantzitsua da hainbat material lagungarri prestatzea, adibidez kartelak, triptikoak, infografiak eta ibilbideen planoak. Material horiek prestatzean hizkera inklusiboa erabili behar da, komunitatearen hizkuntza-aniztasuna kontuan hartu behar da eta denoi begira formatu irisgarrietan aurkeztu behar dira.

Banatu aurretik, komeni da material horiek proiektuan inplikaturako udalerriko taldeekin berrikustea, esaterako adinekoekin, atzerritar jatorriko pertsoekin, bigarren hezkuntzako ikasleekin edo emakume-taldeekin. Baliozkotze horrek materialen argitasuna, irisgarritasuna eta eraginkortasuna ziurtatuko du.



Proiektuaren irismena zabaltzeko, hainbat komunikazio-estrategia erabil daitezke, besteak beste:

- **Informazioaren banaketa estrategikoa** osasun-zentroetan, farmazietan, gizarte-zerbitzuetan, tokiko sal-tokietan edo kultu-lekuetan.
- **Elkargunea seinaleztatzea**, proiektua azalduko duen informazio-panel baten bidez.
- **Irteerak jakinaraztea** udal-bandoen, tokiko jardueren agenden edo informazio-hitzaldien bidez.
- **Udaleko komunikabideak eta sare sozialak erabiltzea**, jende desberdin gehiagorengana iristeko.
- **Gonbidapen pertsonalizatua funtsezko kolektibo**ei, parte hartu eta zabalkundean lagundu dezaten.
- Ekimenarekiko konpromiso politikoa islatuko duen **inaugurazio-ekitaldi bat antolatzea**. Ibilaldien hasierako egunean, aurkezpen bat egin daiteke udaletxean, prentsa, udal-gobernuko ordezkariak, erakundeak eta eragile laguntzaileak bertan direla, eta, ondoren, lehen ibilaldia has daiteke.

Ekintza horien bidez, proiektuari buruzko informazioa emateaz gain, komunitatearen parte-hartzea, kide izatearen sentimendua eta ekimenarekiko konpromisoa sustatu nahi dira.



## Proiektuen jarraipena egitea

Ebaluazioa proiektuaren asmoa gogoratzeko eta norabide egokian aurrera egiten ari den egiaztatzeko tresna izan behar da. Ttipi-Ttapa proiektuen helburua gizarte-integrazioa, parte-hartzea eta gizarte-kohesioa sustatzea da, eta, proiektu horien kasuan, ebaluazioak aukera ematen du komunitateek loturak sortzeko duten gaitasunari buruz hausnartzeko eta haien bizi-kalitatea hobetuko duten ekimenetan laguntzeko, betiere ikuspegi komunitario batetik.

Gainera, prozesu horrek gertatutakoari buruzko hausnarketa errazten du eta funtsezko informazioa ematen du aurrera egiten jarraitzeko. Ez da prozedura konplexua izan behar; nahikoa da azterketa simple bat egitea, proiektua etengabe hobetzeko datu garrantzitsuak emango dituen.

Horretarako, funtsezkoa da ibilaldietan parte hartzen duten pertsona eta eragile guztiei aldizka entzutea, Ttipi-Ttaparen kontakizun kolektiboa eraikitzen laguntzeko.

### Jarraipenerako funtsezko galderak:

- Plangintzan ezarritakoa ari al da betetzen?
- Ezarritako helburuak ari al dira betetzen?
- Parte-hartzaileek islatzen al dute komunitatearen aniztasuna?
- Nola hartzen dira proiektura hurbiltzen direnak?
- Proiektuak lortu al du komunitatean autonomia izatea eta finkatzea?
- Sortu al da harreman berririk parte-hartzaileen artean?
- Nolakoa da inplikaturako pertsonen arteko interakzioa?

### Datu-bilketa

Jarraipen egokia egiteko, baliagarria da irteera bakoitzeko informazioa erregistratzea eta aztertzea, hala nola:

- Parte-hartzaileen kopurua
- Adin-tartea eta generoa
- Parte hartu duten kolektiboak

Era berean, iritziak inkesta edo formularioen bidez biltzeak aukera emango du proiektuaren garapenari buruz hausnartzeko eta hobetu daitezkeen arloak hautemateko.

## Irteerak antolatzea - *Ibilaldiak taldean*

Ibilaldi bakoitza behar bezala garatzen dela bermatzeko, funtsezkoa da **irteerak koordinatuko dituzten arduradunak eta boluntarioak nor diren jakitea.**

Egunero, talde dinamizatzailerak ezarritako egutegiaren arabera, eragile batek bere gain hartuko du ibilaldia koordinatzeko ardura, aldez aurretik definitutako boluntarioen laguntzarekin.

Pertsona horiek normalean peto bereizgarri bat daramate ezagutzeko, eta honako zeregin hauetaz arduratzen dira:

- Eguraldi-bandintzen arabera, eguneko jarduera ibilaldia edo ordezkko jarduera izango den erabakitzea.
- Fitxak zigilatzeke eta parte-hartzea erregistratzeko lekua kudeatzea, horrek proiektuaren jarraipena egitea erraztuko baitu.
- Parte-hartzaileei ibilbidean zehar laguntzea eta arreta ematea.
- Hamaiketakoa edo programatutako beste edozein jarduera osagarri antolatzea.

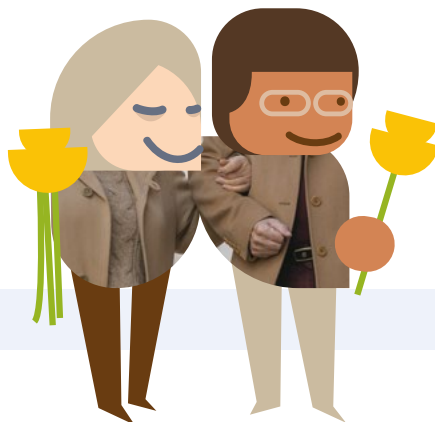
Egitura honen bidez, ibilaldietan parte hartzen duten pertsona guztientzat esperientzia segurua, antolatua eta aberasgarria izatea bermatu nahi da.



# Proiektua zaintzea – Komunitate- sarea mantentzea



Behin proiektua abian jartzen denean, hura zaintzeko, hasierako gogo biziari eusteko eta komunitate-sarea indartzeko eta hazteko ahaleginak batzen jarraitzeko konpromisoa ere sortzen da.



## Informazio gehiago

Informazio gehiago nahi baduzue bisitatu [Página Web del Departamento Osasun Sailean](https://www.euskadi.eus/rutas-saludables-ttipi-ttapa/web01-a3osakom/es/).

<https://www.euskadi.eus/rutas-saludables-ttipi-ttapa/web01-a3osakom/es/>

Orrialde honetatik, [Euskadi Aktiboa](#) osasun-aktiboen datu-basera ere sar daiteke. Bertan, udalerrietan sortutako ibilbide osasungarriak jasotzen dira.

