



# DISEÑO DE LOS CONTENIDOS DE INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN (PRIMEROS AVANCES)

# ALTXOR 7.0





## INDICE:

1. OBJETIVO Y ESTRUCTURA DEL PROYECTO
2. EJES DE CONTENIDO.
  - 2.1. IBILBIDEA. El proceso-itinerario de elaboración del proyecto de vida.
  - 2.2. EDUKIAK. Los ámbitos de contenidos
  - 2.3. BALIOBIDEAK. Información, recursos y fuentes.

# A)

## IBILBIDEA



Begoña y Txema

Txema tiene 69 años y Begoña acaba de cumplir los 66, tienen dos hijas y una nieta a la que adoran.

Txema es un hombre con muchas inquietudes, ingeniero industrial que se prejubiló con 63 años. Quería *“disfrutar de la vida mientras estuviera bien”*, añoraba tener *“tiempo”*, para poder disfrutar de sus aficiones y de sus seres queridos: la montaña, la música y la cultura en general...sus hijas, su nieta.....

*“No planifiqué mi jubilación, porque sabía lo que quería hacer, pero se me olvidó tener en cuenta las muchas horas que tiene el día, y los muchos días que tiene el año, y los muchos años que me quedan por delante. Al principio, los dos primeros años, todo fue sobre lo que tenía previsto, hacía monte, paseos, senderismo, de vez en cuando mi mujer y yo íbamos a ver alguna obra de teatro, algún concierto de música...., sacar al perro, ayudar en las labores de casa....visitas a las hijas, pero aun así, pronto empecé a darme cuenta de que no era suficiente, no me imaginaba otros 20 o 30 años así. Los días se me empezaban hacer demasiado largos..., no quería llenar las horas sin más, y tenía demasiado tiempo para todo. El **“tiempo” que siempre me había faltado, ahora me sobra, y me generaba una enorme insatisfacción pensar que lo estaba desperdiciando**”.*

Necesitaba darle un nuevo sentido a mi vida.....

## Lourdes



Una enfermera de vocación, inquieta, moderna y con muchas ganas de vivir.

Se ha jubilado hace un año, recién cumplidos los 65, aunque los últimos tres años pidió una reducción de jornada para poder cuidar a su madre de 87 años enferma de Alzheimer.

La tarea de cuidado, y a pesar de su resistencia, está comenzando hacer mella en ella, no solo física, sino mental, social, y afectivamente.

Pensaba que con la jubilación, la tarea de cuidado de su madre iba a ser más llevadera, pero siente que aun es peor, está desconectada del mundo, cansada, y con pocas ganas de nada.

Para ella viajar era una de esas actividades que le cargaban las pilas del alma. Lleva más de cinco años sin moverse a más de 30 km de su madre.

Sabe que necesita hacer algo, porque la depresión acecha. Se ha desvinculado de sus amistades. Sus hijas trabajan fuera, una en Londres y la otra en Canarias. Enviudó a los 60, y se siente sola y sin rumbo como nunca lo había estado en su vida.

## 1. OBJETIVO

Ayudar a la persona que envejece a **autodiseñar su proyecto vital** desde el realismo de su situación, informándola, orientándola, asesorándola y acompañándola.



A)

## IBILBIDEA

**Cómo** vamos a acompañar a las personas a la elaboración del itinerario de su **PROYECTO DE VIDA**



PROCEDIMIENTO

B)

## EDUKIAK

**Qué** temas les preocupan e interesan. Sobre qué temas requieren asesoramiento



CONTENIDOS

C)

## BALIABIDEAK

Con qué información y recursos contamos para orientarlas y asesorarlas



FUENTES Y RECURSOS





# A) IBILBIDEA

**Cómo** vamos a acompañar  
a las personas a la elaboración  
del itinerario de su  
**PROYECTO DE VIDA**

## ITINERARIO DE ELABORACIÓN DEL PROYECTO DE VIDA

▪ ACOGIDA

▪ DIAGNÓSTICO Y PERFIL

▪ VISIÓN y OBJETIVOS VITALES

▪ DISEÑO ITINERARIO PROYECTO VITAL

▪ SEGUIMIENTO



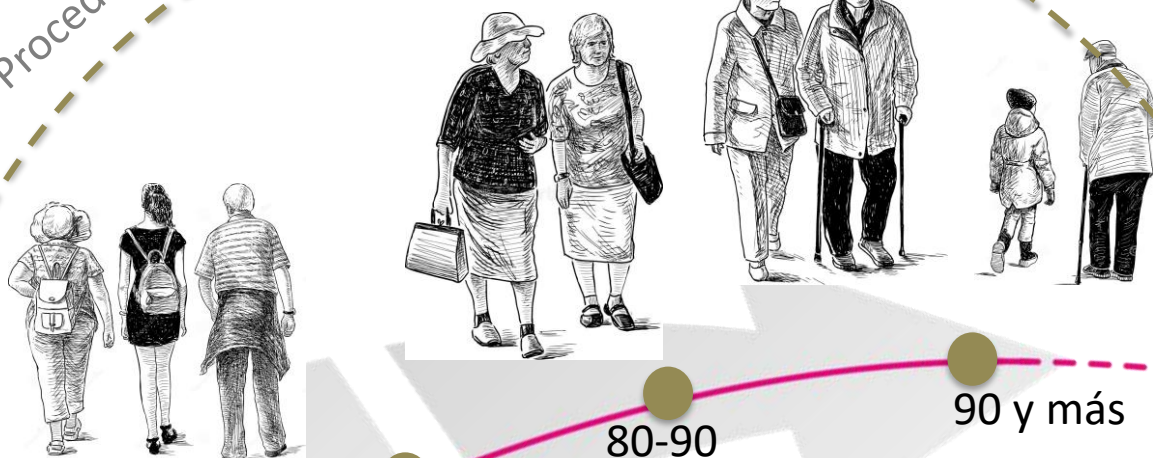
# IBILBIDEA

## Itinerario Vital

### A) ETAPA VITAL

Procedencia

Género



### B) SITUACIÓN VITAL

OCUPACIÓN

NIVEL DE AUTONOMÍA

NIVEL DE PROTECCIÓN

FINAL DE VIDA

Género

Procedencia



## B)

## EDUKIAK

Qué temas les preocupan  
e interesan.

Ciclo vital comprendido  
desde los 60 años, hasta el final de la vida.

## ETAPA VITAL

60-69

70-80

80-90

90 y más

## VIDA PLENA Y SIGNIFICATIVA

## NECESIDADES BASICAS :

Necesidades: fisiológicas, psíquicas y sanitarias/ de seguridad y protección / Naturaleza y Tecnología/ Sociales, afectivas y comunitarias / de Ocio, lúdicas, estéticas, artísticas /Autorrealización: necesidad de dar sentido a la vida

## CARÁCTERÍSTICAS PERSONALES

Carácter, nivel de instrucción, procedencia, competencias, preferencias, deseos, etc.

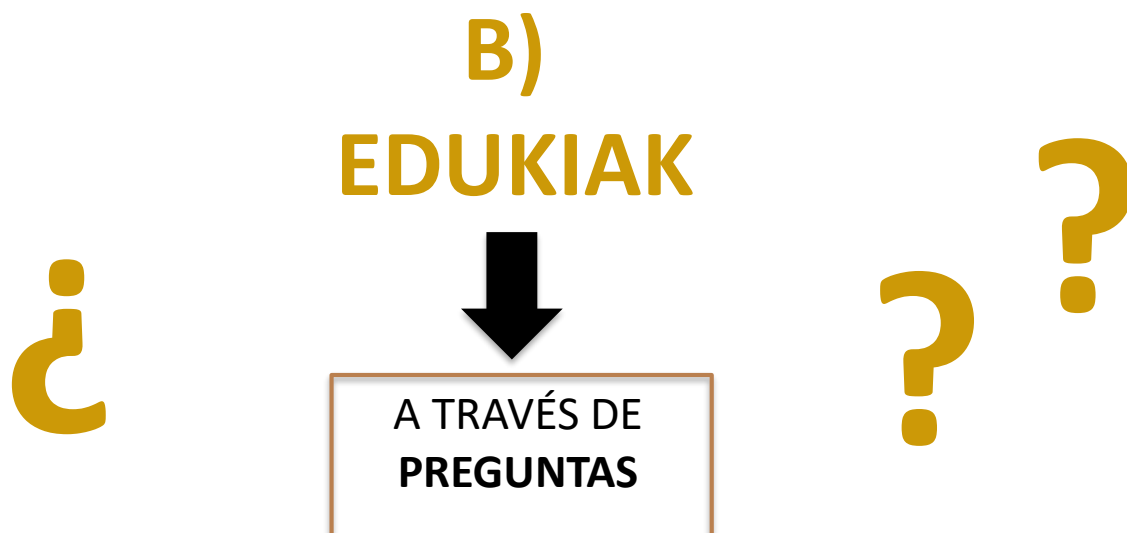
## SITUACIONES VITALES

- ✓ Laboralmente: activa, prejubilada y jubilada
- ✓ Autónoma
- ✓ Inicio fragilidad
- ✓ Dependencia grado 1
- ✓ Dependencia grado 2
- ✓ Dependencia grado 3
- ✓ Desprotección
- ✓ Discapacidad
- ✓ Exclusión
- ✓ Final de vida
- ✓ Etc.

## PERFILES-PROTOTIPOS

- ✓ Personas mayores objeto de cuidados y protección
- ✓ Personas mayores cuidadoras
- ✓ Personas mayores participativas, solidarias y comprometidas
- ✓ Personas mayores trabajadoras, emprendedoras
- ✓ Personas mayores consumidoras
- ✓ Personas mayores activas y planificadoras





**Se han identificado 6 perfiles-prototipos** de personas mayores, que ayudan a estructurar las temáticas de contenidos.

**\*\*\*Una persona mayor, puede contener más de un perfil, incluso contener todos los prototipos**

PERFIL PROTOTIPO	CONTENIDOS-TEMÁTICAS
1. PERSONA MAYOR <b>OBJETO DE CUIDADOS y PROTECCIÓN</b>	Fragilidad, dependencia, discapacidad, enfermedad, exclusión, final de vida, etc.
2. PERSONA MAYOR <b>CUIDADORA</b>	Prevención, respiro, ayuda, formación, recompensa, reconocimiento, cualificación, etc
3. PERSONA MAYOR <b>PARTICIPATIVA, SOLIDARIA Y COMPROMETIDA SOCIALMENTE.</b>	Asociacionismo, voluntariado, activismo, etc.
4. PERSONA MAYOR <b>TRABAJADORA,</b>	Jubilación, pre-jubilación, relevo generacional, talento, empleo, remuneración, emprendimiento, etc.
5. PERSONA MAYOR <b>CONSUMIDORA</b>	Resp.medioambiental, reciclaje, ahorro, reclamaciones, denuncias..
6. PERSONA MAYOR <b>ACTIVA y PLANIFICADORA</b>	Ocio, cultura, amor, aprendizaje, relaciones, tecnología, deporte, planificación.

## PERFILES-PROTOTIPOS-ROLES-FACETAS

(no excluyentes, una misma persona puede tener diferentes perfiles)

### 1. PERSONAS MAYORES OBJETO DE CUIDADOS Y PROTECCIÓN



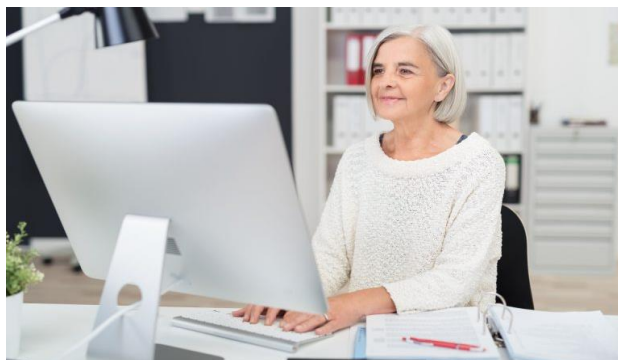
### 2. PERSONAS MAYORES CUIDADORAS



### 3. PERSONAS MAYORES PARTICIPATIVAS, SOLIDARIAS Y COMPROMETIDAS



### 4. PERSONAS MAYORES TRABAJADORAS, EMPRENDEDORAS



### 5. PERSONAS MAYORES CONSUMIDORAS



### 6. PERSONAS MAYORES ACTIVAS Y PLANIFICADORAS





# C)

## BALIABIDEAK

Con qué información y recursos  
contamos para  
orientarlas y asesorarlas



### FUENTES Y RECURSOS



### SURGEN DE BUSCAR RESPUESTAS

Pero para cubrir lo máximo posible de recursos existentes en diferentes ámbitos, que faciliten una vida plena, se están rastreando recursos y fuentes de información a partir de la clasificación de las necesidades básicas, que plantea “Bizitza Betea”.





1. Soy persona cuidadora, me encargo del cuidado de una persona cercana familiar que necesita mi **ayuda de forma continuada** ¿Qué recursos de apoyo existen para que yo pueda disponer con tranquilidad de tiempo para desarrollar mi proyecto de vida? **P.2**
2. Soy un persona con un cierto grado de discapacidad física y me preocupa mantener mi autonomía ¿Qué recursos de apoyo existen para que ello no me limite para el desarrollo de mi proyecto de vida? **P.1**
3. Como parte de mi proyecto de vida me planteo alguna alternativa de vivienda a mi domicilio a futuro, que me permita resolver las cuestiones básicas asociadas al domicilio y contar con ayuda y apoyo para cuando pierda autonomía y contar con una red social en la medida que yo necesite o desee. **P.6**
4. Necesito o preveo que voy a necesitar una solución habitacional . **P.6**
5. Me encargo del cuidado de una persona cercana familiar y necesito apoyo **por una situación especial** de la persona que cuido ¿Qué recursos de apoyo existen para que yo no tenga que renunciar a mis proyectos? **P.2**
6. Mi situación económica y mis recursos no me permiten acceder a recursos básicos **P.1**
7. No se utilizar herramientas digitales y de información como INTERNET, web, correo electrónico, whatsapp, apps) y me gustaría comenzar y aprender **P.6.**
8. Me interesa **mejorar** mi nivel de manejo de herramientas digitales y de información (INTERNET, web, correo electrónico, whatsapp, apps) **P.6**
9. ¿Qué ventajas y descuentos tenemos las personas mayores y/o jubiladas? **P.4.**
10. Qué apoyos y recursos específicos tengo a mi disposición como persona mayor que está interesada o necesita hacer ejercicio físico o deporte? **P.6**
11. Uno de mis intereses es el arte como espectador. ¿Qué recursos de apoyo tenemos las personas mayores para acceder a este tipo de manifestaciones? **P.6**
12. Me preocupa la situación legal y económica en la vayan a quedar mis familiares y las personas que de alguna manera dependen de mí cuando yo falte o NO tenga la capacidad de hacerme cargo ¿Qué opciones y herramientas puedo tener para organizar y prever esta situación **P.6**
13. Me preocupa que en mi entorno se generen conflictos a causa de la situación legal y económica en la vayan a quedar mis familiares y las personas que de alguna manera dependen de mí cuando yo falte o tenga la capacidad de hacerme cargo ¿Qué opciones y herramientas puedo tener para organizar y prever esta situación. **P.6**



14. Me gustaría realizar actividades de voluntariado en el extranjero en países en vías de desarrollo. **P.3**

15. He desempeñado una vida profesional activa y me gustaría ocupar parte de mi tiempo en labores de mentoring con jóvenes que inician su carrera profesional. **P.4**

16. He ejercido mi profesión en el ámbito de la economía y las finanzas y me gustaría emplear mis conocimientos para trabajar en alguna entidad sin ánimo de lucro, ayudando con la contabilidad, etc. **P.4**

17. ¿Dónde puedo encontrar actividades afines a mis aficiones?

18. ¿Qué colectivos afines a mis intereses existen?

19. ¿Qué cursos disponibles tengo para formarme en...?

20. Me gustaría colaborar con iniciativas sociales ¿Dónde puedo participar?

21. No estoy atravesando un buen momento ¿Dónde puedo acudir?

22. ¿Cómo puedo poner en marcha una asociación?

23. ¿Cómo puedo contribuir con mi tiempo libre para ayudar a otras personas? Me gustaría colaborar como voluntaria ¿Dónde puedo hacerlo?

23. Quiero seguir aprovechando mi talento profesional después de la jubilación ¿Cómo puedo hacerlo?

24. Quiero hacer nuevas amistades, quiero enamorarme ¿Cómo puedo encontrar a gente dispuesta a conocerme?

25. Me ha parecido interesante este tema ¿Cómo puedo saber más? ¿Cómo puedo mantenerme al día de la programación cultural?

Me gustaría aprender X ¿Dónde puedo apuntarme para aprender?

26. En mi entorno hay situaciones de maltrato y necesito ayuda para mí o para ayudar a personas que me importan ¿A dónde puedo acudir?

27. Me preocupa perder autonomía y capacidad de gestión de aspectos importantes de mi vida ¿Qué cuestiones debo tener en cuenta? ¿Cómo me puedo asesorar para prever los posibles problemas derivados de esta situación?

28. Me preocupa no tener conocimientos suficientes para tratar con empresas con procesos de contratación y facturas complejos como la factura de electricidad, telecomunicaciones, seguros, bancos ¿Qué recursos tengo para poder afrontarlos mejor?



## 2. SEGURIDAD Y PROTECCIÓN

**Economía (pensiones, prestaciones, ayudas...) Vivienda (Hogar, residencias, etc.) Entornos amigables (accesibilidad, movilidad...) Justicia (derechos, libertad, equidad...)**

EN EL HOGAR	SERVICIO TELEASISTENCIA (Betion)
	SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO
	SERVICIO DE COMIDA, LAVANDERÍA.. A DOMICILIO
	SERVICIOS DE LIMPIEZA
VIVIENDA	AYUDAS A LA MEJORA DE ACCESIBILIDAD AL EDIFICIO DE VIVIENDAS
	AYUDAS PARA LA ACCESIBILIDAD EN EL INTERIOR DE LA VIVIENDA
	AYUDAS PARA LA REPARACIÓN DE ELEMENTOS ESTRUCTURALES
	PRESTACIÓN COMPLEMENTARIA DE VIVIENDA (PCV)
	PRESTACIÓN ECONÓMICA DE VIVIENDA (PEV)
	VIVIENDAS COMUNITARIAS
	APARTAMENTOS TUTELADOS
	RESIDENCIAS (estancia permanente, corta estancia, estancia diurna, respiro)
	CENTRO DE DÍA PARA SITUACIONES DE DEPENDENCIA
	SERVICIO DE ATENCIÓN DIURNA PARA PERSONAS MAYORES
	CENTRO DE NOCHE
	CENTROS DE CONVALECENCIA/ o UNIDADES RESIDENCIALES SOCIO SANITARIAS Y PREST. ECONÓMICA PARA INGRESO
	VIVIENDA AMIGABLE (adecuación y reforma de vivienda)
	OTRAS ALTERNATIVAS: COHOUSING, ALQUILER, VIVIENDAS COLABORATIVAS (alojamiento de estudiantes-personas solas, intergeneracionales, etc.)
	SERVICIOS DE ACOGIDA NOCTURNA, EN PARTICULAR A PERSONAS TRANSEÚNTES Y A PERSONAS SIN HOGAR.
	SERVICIOS DE ALOJAMIENTO/VIVIENDA TUTELADA PARA PERSONAS EN RIESGO DE EXCLUSIÓN
CENTRO DE ACOGIDA NOCTURNA PARA ATENDER NECESIDADES DE INCLUSIÓN SOCIAL	
CENTROS RESIDENCIALES PARA PERSONAS EN SITUACIÓN DE EXCLUSIÓN Y MARGINACIÓN	
PRESTACIONES ECONÓMICAS	PENSIÓN NO CONTRIBUTIVA: Invalidez y jubilación
	PENSIONES DEL RÉGIMEN GENERAL Y ESPECIALES DE LA SS: jubilación, incapacidad permanente (total, absoluta y gran invalidez), fallecimiento,( viudedad, orfandad y a favor de familiares).
	SOVI (Seguro obligatorio de vejez e invalidez y viudedad)
	FONDO DE BIENESTAR SOCIAL
	BONO SOCIAL DE ELECTRICIDAD Y BONO SOCIAL TÉRMICO.
	AYUDAS ESPECIALES A SITUACIÓN DE NECESIDAD
	IMV/ RGI
AES (AYUDAS DE EMERGENCIA SOCIAL)	
AYUDAS TÉCNICAS	PRODUCTOS DE APOYO Y ADAPTACIÓN DEL MEDIO FÍSICO
	SERVICIO DE TRANSPORTE ADAPTADO



CUIDADO DE PERSONAS	SERVICIO DE APOYO A PERSONAS CUIDADORAS EN EL ÁMBITO FAMILIAR
	PRESTACIÓN ECONÓMICAS PARA CUIDADOS EN EL ENTORNO FAMILIAR (PECEF)
	PRESTACIÓN ECONÓMICA DE ASISTENCIA PERSONAL (PEAP)
	PRESTACIÓN ECONÓMICA VINCULADA AL SERVICIO (PEVS)
	SERVICIO DE INFORMACIÓN, VALORACIÓN, DIAGNÓSTICO Y ORIENTACIÓN
	SERVICIO DE VALORACIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA DEPENDENCIA, LA DISCAPACIDAD, LA EXCLUSIÓN Y LA DESPROTECCIÓN
	SERVICIO DE COORDINACIÓN A URGENCIAS SOCIALES
	SERVICIOS DE INTERVENCIÓN SOCIOEDUCATIVA Y/O PSICOSOCIAL CON FAMILIA
	SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA PARTICIPACIÓN Y LA INCLUSIÓN SOCIAL EN EL ÁMBITO DE LOS SERVICIOS SOCIALES.
SEGURIDAD CIUDADANA	POLICIA MUNICIPAL (atracos, robos, agresiones, etc.)
	ERTZAINTZA
	BOMBEROS
PALANCAS TECNOLÓGICAS	DOMÓTICA Y ROBÓTICA-INTELIGENCIA ARTIFICIAL
	CIBERSEGURIDAD Y CONFIANZA DIGITAL
BRECHA DIGITAL	GESTIONES ADMINISTRATIVAS ONLINE
	KZGUNES
BONIFICACIONES Y DESCUENTOS	TARJETA DE TRANSPORTE COLECTIVO
	CARNET ABONADO A POLIDEPORTIVOS
	OTROS: (Museos, Teatros, Equipamientos culturales...)
ORIENTACIÓN LEGAL/ JUSTICIA	SERVICIO DE ORIENTACIÓN JURÍDICA (Testamentos, Testamento Vital, Últimas Voluntades)
	CONSUMO
	SERVICIOS DE ATENCIÓN SOCIOJURÍDICA Y PSICOSOCIAL DE LAS SITUACIONES DE MALTRATO DOMÉSTICO y agresiones sexuales a mujeres, a personas menores de edad, a personas mayores y a personas con discapacidad
	SERVICIO INTEGRAL DE MEDIACIÓN FAMILIAR
	SERVICIO DE TUTELA PARA PERSONAS ADULTAS INCAPACITADAS

FORMACIÓN	<b>HÁBITOS SALUDABLES</b>
	PREVENCIÓN ACCIDENTES
	PRIMEROS AUXILIOS
	DEFENSA PERSONAL
	PREVENCIÓN- Timos, estafas
	CONSUMO
	USO DE HERRAMIENTAS TECNOLÓGICAS
OTRAS	COMEDORES SOCIALES: NO EXCLUSIVOS DE MAYORES.
	COMIDAS EN CRAD (Centros rurales de atención diurna)







#### 4.SOCIALES , AFECTIVAS y COMUNITARIAS

Participación, inclusión, redes sociales, familia, comunidad, etc.

SERVICIOS DE APOYO EMOCIONAL	SERVICIO INTEGRAL DE MEDIACIÓN FAMILIAR		
	SERVICIO DE ASISTENCIA PSICOLÓGICA		
	SERVICIO DE APOYO AL DUELO		
	ACOMPAÑAMIENTO A MUJERES QUE HAYAN SUFRIDO MALTRATO		
	ACOMPAÑAMIENTO a personas en soledad		
	TERAPIAS INNOVADORAS: con animales, música, etc.		
	PARTICIPACIÓN	ASOCIACIONISMO	TRÁMITES
CÓMO CREAR UNA ASOCIACIÓN			
ASOCIACIONES			REGISTRO DE ASOCIACIONES
			ASOCIACIONES VECINALES
			ASOCIACIONES DEPORTIVAS
			ASOCIACIONES DE MEDIO AMBIENTE Y NATURALEZA
			ASOCIACIONES DE MANUALIDADES
			ASOCIACIONES SOLIDARIAS
			ASOCIACIONES OCIO Y TIEMPO LIBRE
			ASOCIACIONES GASTRONÓMICAS
			ASOCIACIONES DE JUBILADOS/AS
ASOCIACIONES DE MUJERES			
ACTIVISMO		ACTIVISMOS POLÍTICO	
		ACTIVISMO RELIGIOSO	
		LUCHA DERECHOS HUMANOS	
		LGTBI	


**4.SOCIALES , AFECTIVAS y COMUNITARIAS**  
 Participación, inclusión, redes sociales, familia, comunidad, etc.
ESTADO  
VITAL

4.SOCIALES , AFECTIVAS y COMUNITARIAS		ESTADO VITAL	
Participación, inclusión, redes sociales, familia, comunidad, etc.			
PARTICIPACIÓN	VOLUNTARIADO	PORTALES DE BÚSQUEDA DE VOLUNTARIADO	
		VOLUNTARIADO CON JÓVENES E INFANCIA	
		VOLUNTARIADO CON COLECTIVOS VILNERABLES	
		VOLUNTARIADO MEDIO AMBIENTE Y NATURALEZA	
		VOLUNTARIADO CON ANIMALES	
		VOLUNTARIADO TELEFÓNICO	
		VOLUNTARIADO CON PERSONAS MAYORES	
		VOLUNTARIADO DE FORMACIÓN Y DIVULGACIÓN	
		VOLUNTARIADO CON COLECTIVO REFUGIADO	
		VOLUNTARIADO CON VÍCTIMAS VIOLENCIA DE GÉNERO	
		VOLUNTARIADO CON PERSONAS DISCAPACITADAS	
TALENTO	DETECCIÓN		
	APROVECHAMIENTO		
	DIFUSIÓN		
	EMPREDIMIENTO		
	BANCOS DE TIEMPO		
	COLEGIOS PROFESIONALES		
RELACIONES SOCIALES	PRESENCIAL	CENTROS DE PERSONAS MAYORES	
		CENTROS SOCIALES PROVINCIALES casa Extremadura, casa Andalucía	
		CASAS DE CULTURA	
		CLUBS DE TIEMPO LIBRE	
		GIMNASIOS- CLUBS DEPORTIVOS	
		BIBLIOTECAS-TEATROS-MUSEOS	
		CENTROS DE ENSEÑANZA, ACADEMIAS	
ONLINE, REDES SOCIALES	RELACIONES DE PAREJA		
	AMISTAD		
	AMISTAD INTERGENERACIONAL		



#### 4.SOCIALES , AFECTIVAS y COMUNITARIAS

Participación, inclusión, redes sociales, familia, comunidad, etc.

RELACIONES FAMILIARES	MEDIACIÓN FAMILIAR	SERVICIO INTEGRAL DE MEDIACIÓN FAMILIAR
FORMACIÓN	INTELIGENCIA EMOCIONAL	MINDFULNESS
		MEDITACIÓN
		AFECTIVO SEXUAL
		EMPODERAMIENTO
		GESTIÓN DE EMOCIONES
		RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS
		CAPACIDAD DE ADAPTACIÓN AL CAMBIO
		RELACIONES DE PAREJA
		RELACIONES FAMILIARES
		COMUNICACIÓN ASERTIVA
		GESTIÓN DEL TIEMPO
	FORMACIÓN EN MANEJO DE REDES SOCIALES	MANEJO CORREO ELECTRÓNICO
		REDES SOCIALES
		FOROS
	FORMACIÓN EN PARTICIPACIÓN	LIDERAZGO
		GESTIÓN DE GRUPOS
		FORMACIÓN PARA VOLUNTARIADO
	FORMACIÓN EN OCIO Y TIEMPO LIBRE	CURSO MONITOR
	FORMACIÓN EN PACIFICACIÓN Y NO VIOLENCIA	BULLING
		RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS
		VIOLENCIA DE GÉNERO
FORMACIÓN EN IGUALDAD Y JUSTICIA SOCIAL	FEMINISMO	
	EXCLUSIÓN SOCIAL	
	LGTBI	
FORMACIÓN EN DERECHOS HUMANOS		
FORMACIÓN EN MEDIO AMBIENTE	CERO DESPERDICIOS	
	RECICLAJE	
	CONSUMO SOSTENIBLE	
DIVULGACIÓN	REVISTAS ONLINE	
	MEDIOS DE COMUNICACIÓN: RADIO, PRENSA Y TV	
	PODCAST	
	LECTURAS RECOMENDADAS	

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

BERDINTASUN, JUSTIZIA  
ETA GIZARTE POLITIKETAKO SAILA

DEPARTAMENTO DE IGUALDAD,  
JUSTICIA Y POLITICAS SOCIALES

# ALTXOR 7.0