



8 Cursos gratuïts de curta durada adreçats **específicament** a empreses d'economia social i treballadors de les entitats, i en general, a persones interessades o que volen emprendre dins del sector cooperatiu i de l'economia social i solidària.

S'adjunta alhora altres cursos de formació d'interès disponibles al Centre de Promoció Econòmica, i organitzats per entitats i l'Ateneu cooperatiu del Baix Llobregat.

Organitza:



Ajuntament del
Prat de Llobregat



Impulsa:



Promou:



DESCRIPCIÓ DETALLADA DELS CURSOS

Sessió de Finançament Alternatiu per a empreses i entitats d'Economia Social

Data: 15 de març de 2021

Horari: 9:30-13:30h

Docent: Bàrbara Gómez i Rubén Bagüés (Cooperativa Heres Social)

Durada: 4 hores

Format online (Plataforma Zoom)

Preu per als alumnes: gratuït

DESCRIPCIÓ:

En aquesta sessió es mostraran les vies de finançament alternatiu actuals, més rellevants, coneixent el seu grau d'implantació i entenent com aplicar-les a les diferents entitats i projectes.

CONTINGUTS:

1. Eines de finançament alternatiu i la seva situació actual:

Mostrarem les vies de finançament alternatiu actuals més rellevants, i explicarem el seu context d'ús i el seu grau d'implantació en l'actualitat.

- Banques ètiques i cooperatives.
- Microfinances i serveis parabancaris ètics i socials.
- Finançament col·lectiu (Crowdfunding) i dintre d'aquest estarien:
 - Finançament col·lectiu de donació o recompensa
 - Finançament col·lectiu d'inversió (Equity crowdfunding)
 - Finançament garantit de préstec (Crowdlending)
- Àngels inversors i fons d'inversió d'impacte

2. Anàlisi i adequació de les eines de finançament a les nostres necessitats:

Analitzarem de forma pràctica, amb exemples, com s'estan utilitzant aquestes eines en l'àmbit de l'economia social i cooperativa i com aplicar-les a les entitats i projectes participants segons les seves necessitats.

3. Conclusions:

Resum del què hem vist i quins poden ser els pròxims passos per aplicar les eines de finançament alternatiu analitzades.

Taller “Gestió de la Incertesa en temps de Covid-19”

Data: 14 d'abril de 2021

Horari: 9:30-13:30h

Docent: Marta Ferrando i Miriam Martí (Associació Som La Canya)

Durada: 4 hores

Format online (Plataforma Zoom)

Preu per als alumnes: gratuït

DESCRIPCIÓ:

Sessió adreçada a treballadores d'organitzacions d'economia social i solidària i públic en general.

En els últims mesos ens hem vist obligats/des a conviure amb la incertesa generada arrel de la pandèmia. Emocions com la por, l'angoixa, el desànim, la tristesa, la pèrdua... se'ns fan ara més presents que mai i posen en evidència la nostra dificultat per gestionar aquests moments incerts.

Com em relaciono amb la incertesa? Quines eines i hàbits podria incorporar en el meu dia a dia per aprendre a gestionar-la millor? En aquest taller explorarem i donarem resposta a aquestes i altres qüestions.

OBJECTIUS:

- Conèixer com em relaciono amb la incertesa
- Identificar les meves fortaleces i debilitats
- Posar en pràctica eines per a una bona gestió emocional
- Entrenar la nostra proactivitat
- Determinar accions per aconseguir objectius

CONTINGUTS:

- Com reacciona el nostre cos davant la incertesa
- Podi competencial
- Les tres dimensions de l'ésser humà: cos, ment i emoció
- Què són i per a què serveixen les nostres emocions
- Pràctica de mindfulness per a la reducció de l'estrès
- El Cercle d'Influència
- Mètode OKR per a la definició d'objectius

Bones pràctiques d'emprenedoria d'economia social, cooperativa i solidària

Data: 6 de maig de 2021

Horari: 15 a 18h

Durada: 3h

Format virtual

Preu per als alumnes: gratuït

DESCRIPCIÓ:

Sessió oberta a emprenedores/rs i persones interessades que té com a objectiu conèixer experiències d'èxit en el món de l'emprenedoria social per aprendre un dels altres, amb format de participació oberta.

Organitza: Heres Social, Ajuntament del Prat i Ateneu Cooperatiu del Baix Llobregat.

Taller de comunicació: ESS! Viraliza't en temps de pandèmia!

cancel·lat

Data: 12 de maig de 2021

Horari: 9:30-13:30h

Docent: La Clara Comunicació

Durada: 4 hores

Format online

Preu per als alumnes: gratuït

DESCRIPCIÓ:

Jornada de formació sobre xarxes socials per a les entitats d'economia social. Com haig de ser present a les xarxes socials? Com ser un referent? Com viralitzar? Quines són les tendències del moment? Tinc opcions lliures i ètiques per a ser present a les xarxes? Totes aquestes qüestions es resoldran en una jornada que combinarà teoria, exercicis, debats i casos d'estudi. Apunta't i viralitza't només tancar l'ordinador!

CONTINGUTS:

- Xarxes: què són i qui hi ha
- Principals xarxes en ús: canals, públics i eines disponibles a cada xarxa
 - Facebook
 - Instagram
 - LinkedIn
 - Podcasts
 - Telegram
 - TikTok
 - Twitter
 - Youtube
 - WhatsApp
- Tendències actuals
- Contingut segons canals i públics: què postejo on?
- Storytelling
- La singularitat: ser un referent
- Influencers i Ads
- L'estratègia digital: canals, públics, timings, singularitats, objectius i eines de medició.
- Exercici final: l'estratègia digital de la teva entitat

Parlem del cohabitatge com una alternativa als models convencionals d'accés a l'habitatge

Data: 31 de maig de 2021

Horari: 18h a 19:30h

Docent: Marta Arnal (Voltes cooperativa d'arquitectura) i Maria Josep Lázaro (Perviure)

Durada: 1,5h

Lloc: Centre de Promoció Econòmica/Virtual

Preu per als alumnes: gratuït

DESCRIPCIÓ:

Sessió dirigida a veïns i veïnes o grups de persones que estan interessades en el cohabitatge i en alternatives d'accés a l'habitatge. Es tracta d'una sessió informativa sobre diferents models, centrant-nos principalment en el model de les cooperatives d'habitatge en cessió d'ús, que entén l'habitatge com un dret d'ús, un bé bàsic essencial i no una inversió. És un model col·lectiu impulsat per les futures persones usuàries que permet desenvolupar projectes de convivència socials de forma participativa. Es tracta d'un model que incideix en la transformació social generant noves xarxes de solidaritat i suport mutu, impulsant l'economia solidària i la sostenibilitat econòmica, ambiental i social, que posa la vida al centre.

OBJECTIUS:

- Explicar el context de la situació de l'habitatge a Catalunya i al Prat
- Informar sobre el model de cohabitatge: valors, objectius, procés...
- Impulsar el model del cohabitatge al territori del Prat
- Explicar el model de cooperatives d'habitatge en cessió d'ús

CONTINGUTS:

- Models alternatius d'accés a l'habitatge (cooperatives, masoveria, etc.)
- Promoció del model. Orientació sobre com impulsar els models de cohabitatge.
- Què és l'habitatge cooperatiu en cessió d'ús? (Característiques, valors, objectius...)
- Procés de creació d'una cooperativa d'habitatge en cessió d'ús. Punts claus i fases
- Presentació de grup Pota Grisa com a futura cooperativa d'habitatge sènior al Prat

Habilitats socials: treball en equip, comunicació i gestió de conflictes

Data: 15 i 22 d'octubre de 2021

Horari: 10:30-13h

Docent: Federació de Cooperatives de Treball de Catalunya

Durada: 5 hores, 2 sessions de 2,5 hores

Lloc: Centre de Promoció Econòmica/Virtual

Preu per als alumnes: gratuït

DESCRIPCIÓ:

Adreçada a treballadors/usuaris que formin part d'empreses d'economia social i cooperativa.

OBJECTIUS:

- Identificar, adquirir o millorar les pròpies competències en el treball en equip.
- Conèixer les característiques de la comunicació efectiva.
- Conèixer els diferents tipus de comunicació.
- Millorar la nostra capacitat de comunicar.
- Ser més efectius alhora d'expressar-nos.
- Reconèixer les dimensions i l'impacte dels conflictes en les organitzacions. Diferència entre
- conflicte i problema.
- Comprendre el conflicte, saber diagnosticar i prescriure intervencions coherents.
- Aprendre a afrontar els conflictes amb efectivitat, abordant-los en el moment oportú, reconeixent
- i gestionant les emocions implicades.

CONTINGUTS:

1.- Treball en equip

- Definició d'un equip de treball
- Del grup a l'equip
- Estils de treball en equip

2.- Comunicació eficaç

- Què és comunicar?
- Comunicació no verbal
- Comunicació verbal
- La preparació per la comunicació
- Les claus d'una bona persona comunicadora

3.-La gestió del conflicte

- Concepte i definició de conflicte
- Conflictes intrapersonals i conflictes interpersonals
- La confiança com a eix del clima organitzatiu

Taller “Com presentar-se a la contractació pública”

Data: 3 novembre de 2021

Horari: 9’30h-14h

Docent: Olga Castro i Francesc Peña, Cuestor Analistas i Departament de contractació de l’Ajuntament del Prat

Durada: 4’5h

Lloc: Centre de Promoció Econòmica / Virtual (Segons situació sanitària)

Preu per als alumnes: gratuït

DESCRIPCIÓ:

Jornada de formació sobre contractació pública per a les entitats d’economia social. Informació als assistents sobre què és una licitació, tipus de licitació, quines son les fases d’una licitació, com presentar-se, que cal complir i com es formalitza un contracte.

CONTINGUTS:

- **Llei de contractes del sector públic.**
Descripció del contingut de la llei i conceptes que s’han de tenir en compte
- **Fases d’una licitació.**
Detall de les fases d’una licitació des de que s’elabora l’expedient fins a que es formalitza el contracte
- **Requisits previs que cal complir per poder licitar.**
Explicació de que s’ha de complir per a poder-se presentar a una licitació
- **Dades clau a analitzar dels plecs.**
Descripció de les parts més importants que s’han d’analitzar dels plecs, tant administratiu com tècnic
- **Preparació de la plica a presentar.**
Idees claus per a la presentació de la plica
- **Document de classificació empresarial.**
Què és i com s’obté
- **Seguiment del procés de licitació.**
Pautas per fer el seguiment del procés de licitació
- **Formalització del contracte.**
Com es formalitza el contracte

Cuidar i cuidar-nos emocionalment en espais virtuals

Data: 25 de novembre de 2021

Horari: 9:30-13:30h

Docent: Sandra López i Myriam Félez, AmorosaMent Associació

Durada: 4 hores

Format virtual (Plataforma Zoom)

Preu per als alumnes: gratuït

DESCRIPCIÓ:

Prendre consciència de les noves i no tan noves necessitats emocionals en la nova normalitat, a on la virtualitat i la tecnologia han esdevingut part de la nostra quotidianitat personal i laboral. Aprendre a reconèixer-les i a gestionar-les de manera eficient, amb una mirada compassiva, integral i sistèmica, tant personal com grupalment, en contextos virtuals.

OBJECTIUS:

- Despertar l'autoconsciència com a eina bàsica per a l'èxit en qualsevol projecte emprenedor.
- Potenciar les competències comunicatives assertives, empàtiques i intrapersonals i grupals per a l'èxit personal i professional.

CONTINGUTS:

- Quines són les emocions humanes i com les podem reconèixer?
- Gestió eficient de les emocions intrapersonals i grupals en entorns virtuals.
- Comunicació afectiva en entorns virtuals.
- Els 4 pilars de la cura i l'autocura emocional en les relacions humanes.

Altres formacions d'interès

SOCServei d'Ocupació
de CatalunyaCentre
de Promoció Econòmica

#elpratocupació

CURSOS_{2020/2021}

ADREÇATS A PERSONES EN SITUACIÓ D'ATUR O EN ERTO

Cursos de formació per a l'ocupació 2020-2021 subvencionats pel Servei Públic d'Ocupació de Catalunya, el Ministeri de Treball i Economia Social i el Fons Social Europeu.

- > Organització i gestió de magatzems
- > Ofimàtica: Operacions d'enregistrament i tractament de dades i documents
- > Anglès A1
- > Anglès A2
- > Anglès B1
- > Alfabetització informàtica

El període de preinscripció als cursos ja està obert.

Les persones interessades poden adreçar-se al Centre de Promoció Econòmica de l'Ajuntament del Prat (carrer de les Moreres, 48, 08820, el Prat de Llobregat, tel. 93 478 68 78, àrea de formació) o bé preinscriure's en línia a:

online.elprat.cat, www.elprat.cat/empresa-comerc-i-ocupacio,
edfor@elprat.cat

ARA MÉS
QUE MAI,
EL PRATelprat.cat/economia
@elprateconomiaAjuntament del
Prat de Llobregat Generalitat
de Catalunya DEPARTAMENT DE TREBALL I ECONOMIA SOCIAL Unió Europea
Fons Social Europeu
CPER 2014-2020 en el teu futur

#**elpratocupació**

FORMACIÓ CONTÍNUA

Cursos per a treballadors
i treballadores en actiu
2020/2021

- Digitalització del teixit empresarial a través de la impressió 3D industrial
- Competències per a un teletreball efectiu
- Coaching 2
- Anglès B1C
- Anglès B1D
- MOS: Microsoft Office Excel I
- MOS: Microsoft Office Excel II
- Mindfulness

Inici dels cursos a partir del febrer de 2021.

El període de preinscripció als cursos ja està obert.

Les persones interessades poden adreçar-vos al Centre de Promoció Econòmica de l'Ajuntament del Prat (carrer de les Moeres, 48, 08820, el Prat de Llobregat, tel. 93 478 68 79 - àrea de formació) o bé podeu preinscriure-us en línia a:

online.elprat.cat, www.elprat.cat/empresa-comerc-i-ocupacio,
adfor@elprat.cat



ARA MÉS
QUE MAI,
EL PRAT

elprat.cat/economia
@elprateconomia



Ajuntament del
Prat de Llobregat



Generalitat de Catalunya
Consentiment per a la Formació Contínua
de Catalunya





Nuevos talleres para acompañar en la búsqueda de empleo

El Servicio Local de Orientación (SLO) del Centro de Promoción Económica, con el apoyo de la Diputación de Barcelona, inicia una nueva programación de talleres de acompañamiento a la búsqueda de empleo, donde se trabajan las competencias profesionales, herramientas y recursos para mejorar la ocupabilidad de las personas y favorecer el acceso al mercado de trabajo.

Estos talleres son gratuitos, y el único requisito para acceder es estar dado de alta en el SLO. La inscripción es obligatoria y se pueden realizar a través de online.elprat.cat, por correo electrónico: slo@elprat.cat, por teléfono: 934 786 878 o bien presencialmente en el Centro de Promoción Económica: C/ de les Moreres, 48 del Prat de Llobregat. (Cita previa).

Fecha	Título	Público	Contenido
5,9 y 11 de marzo (9:30 a 13:30 horas)	<i>Dones que ho podem tot: canvis i cerca de feina després dels 45</i>	Mujeres mayores de 45 años	Que me falta. Hacia donde voy. Mi CV. Mi plan de trabajo
15 de abril (9:30 a 13:30 horas)	<i>Linkedin: Crea la teva xarxa professional de contactes</i>	Personas que buscan trabajo con perfil activo en Linkendin	Linkedin como herramienta de selección
21 y 22 de abril (9:30 a 13:30 horas)	<i>Entrevista curricular versus entrevista per competències</i>	Personas en búsqueda de trabajo	Qué es y para qué sirve una entrevista curricular y una por competencias
17 de mayo (9:30 a 13:30 horas)	<i>Com superar una dinàmica de grup amb èxit</i>	Personas que quieran practicar dinámicas de grupo	Claves de éxito para superar dinámicas de grupo
14 de junio (9:30 a 13:30 horas)	<i>Practica la venda de tu mateix a través de l'Elevator Pitch</i>	Personas en búsqueda de trabajo	A través del método Elevator Pitch defender mi objetivo de futuro
13, 14 y 15 de septiembre (9 a 14 horas)	<i>Procés de recerca: El moment del càsting</i>	Personas que quieran adquirir conocimientos para superar un proceso de selección	El proceso de selección y sus características. Práctica de la entrevista dentro del proceso de selección
19 de octubre (9:30 a 13:30 horas)	<i>Com Trobar feina al nadal</i>	Personas en paro que buscan empleo	Sectores, portales y como preparar una entrevista
25, 27 y 29 de octubre (9 a 14 horas)	<i>Taller de creació d'un videocurriculum</i>	Personas en búsqueda de trabajo	Como hablar a cámara. Imagen y creatividad
9 de noviembre (9:30 a 13:30 horas)	<i>Linkedin: Crea la teva xarxa professional de contactes</i>	Personas que buscan trabajo con perfil activo en Linkendin	Linkedin como herramienta de selección

HIVERN 2021

Formació per a entitats i voluntariat

Cursos
gratuïts
online

Servei de Formació i Assessorament a Entitats

GENER

1 Justificacions de subvencions

Dijous 14 gener
De 18 h a 20 h
Fundació Catalana de l'Esplai

2 La COVID-19 en els conflictes quotidians

Dimarts 19 gener
18 h a 19.30 h
Servei de Mediació Aj. del Prat de Llobregat

3 Avaluació i elaboració de projectes

Dijous 28 gener
18 h a 20 h
Fundació Catalana de l'Esplai

FEBRER

4 Reunions virtuals efectives

Dimecres 10 febrer
18 h a 19.30 h
Facto Cooperativa

5 Com implicar més gent a la nostra entitat?

Dimarts 23 i dijous 25 febrer
18 h a 20 h
Etcèteres Cooperativa

MARÇ

6 Introducció a la perspectiva de gènere

Dimecres 3 març
18 h a 19.30 h
Spota Sinergies

7 Gestió emocional en l'acció voluntària

Dilluns 15, dimecres 17 i dilluns 22 març
17.30 h a 19.30 h
Laia Cortés. Assessora pedagògica

Més informació i inscripcions a:

CASES D'EN PUIG
Plaça de l'Agricultura, 4

elprat.cat/entitats
entitats@elprat.cat
93 379 00 50 ext. 5600

elprat.cat/entitats
f t i

Ajuntament del
Prat de Llobregat

DIFERENTS MODELS DE COOPERATIVES: FUNCIONAMENT I CARACTERÍSTIQUES

Càpsules formatives

Què és una cooperativa de treball associat?

Dimarts 9 i dijous 11 de febrer de 10h a 12h

Què és una cooperativa de consumidores i usuàries?

Dijous 18 i 25 de febrer de 10h a 12h

Què és una cooperativa de serveis?

Dijous 4 i 11 de març de 10h a 12h

SESSIONS PER ZOOM

Inscriu-te al mail:
info@gatsbaix.org

ORGANITZA:

CERCLE SUD



IMPULSAT PER:



economia
social
Ateneu Cooperatiu
Baix Llobregat

PROMOGUT PER:



Generalitat de Catalunya
Departament de Treball,
Afers Socials i Famílies

AMB EL FINANÇAMENT DE:



INTRODUCCIÓ A L'ESS I AL MODEL COOPERATIU

Càpsules formatives

Què és l'ESS, conceptes bàsics

Dijous 8 d'abril de 10h a 12h

La cooperativa, un model per al meu negoci?

Dijous 15 d'abril de 10h a 12h

Com funciona una cooperativa

Dijous 22 i 29 d'abril de 10h a 12h

Model associatiu

Dijous 6 i 13 de maig de 10h a 12h

SESSIONS PER ZOOM

Inscriu-te a:

info@gatsbaix.org

ORGANITZA:



IMPULSAT PER:



PROMOGUT PER:



AMB EL FINANÇAMENT DE:

