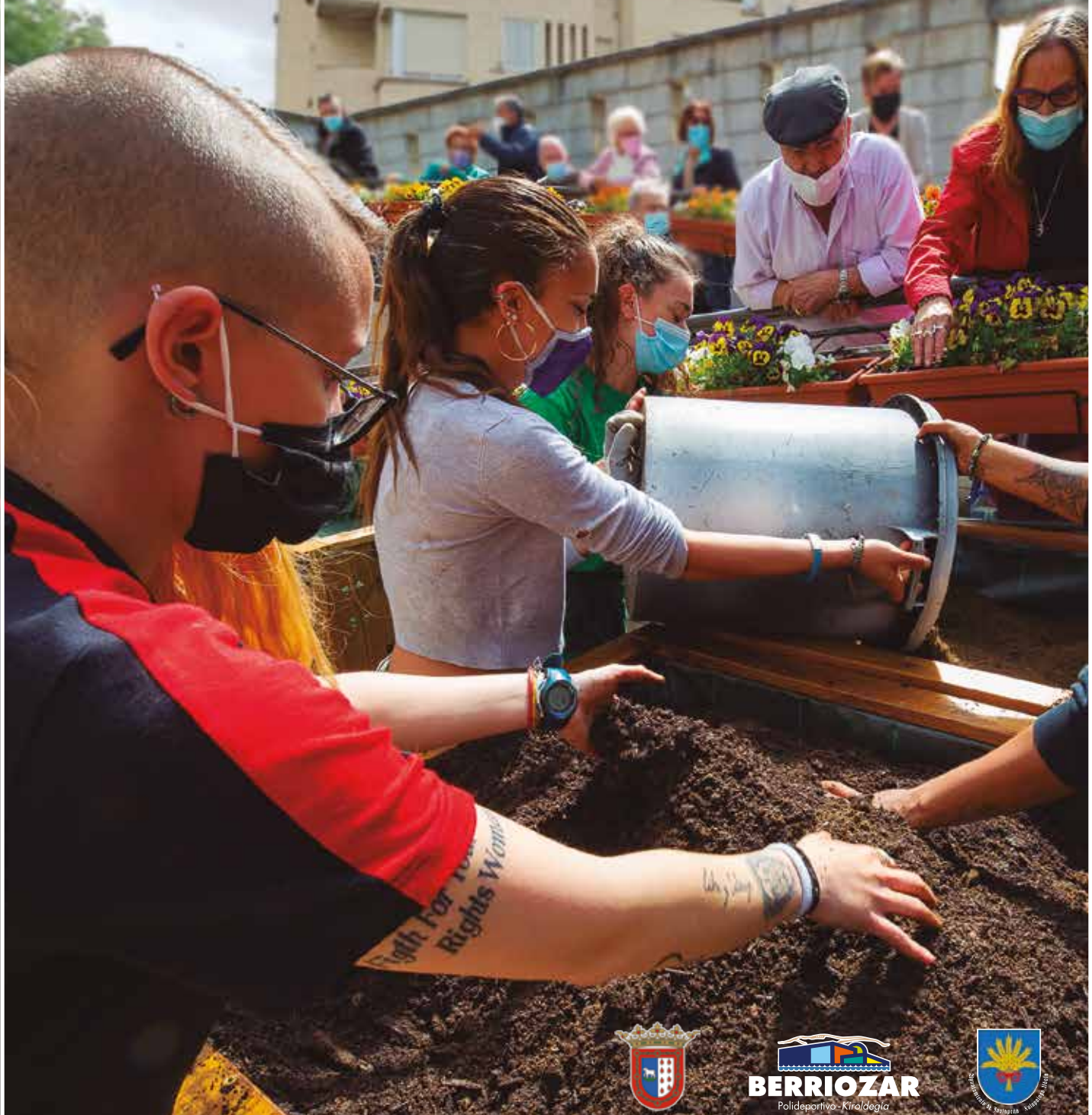


IZEN-EMATEAK IRAILAREN 5ETIK 9RA

# BERRIOZAR

ADINEKO PERTSONENTZAKO  
jardueren programa

2022 | 2023



# Editoriala



*Bizitzen ari garen garai hauek ez dira errazak, baina, hala ere, berriro ere kanpora begiratzeko unea iristen ari da, herritarrengatik kezkatzen den eta haiek zaintzen dituen herria izan gaitezen denon artean.*

*Bereziki adineko pertsonenganako, gure maitasun eta errespetu osoa merezi baitute.*

*Ez gara ongi egongo pertsona gisa, talde edo herri gisa ongi egon arte.*


*Hori dela-eta, hitz hauen bidez, jardueren zerrenda askotarikoa proposatu nahi dizuegu, eta helburu bakarra elkar ikustea da, harremana izatea, gainerakoen berri izatea eta haietaz kezkatzea, elkar zaintzeko, komunitateko zati aktibo sentitzeko konpromisoarekin.*

Nafarroako Gobernuarekin batera  
finantzatutako proiektuak

Nafarroako  **Gobierno**  
Gobernua **de Navarra**

## Izen-emateak irailaren 5etik 9ra

### Adineko Pertsonentzako jardueren aurrez aurreko izen-ematea, aholkuak emanez

 **Berriozarko Adineko Pertsonen Udal Zentroa, Iruñalde kalea, 3**

 **10:30etik 12:00etara eta 17:00etatik 18:30era**

Jarduera hauek arautzen dituzten alderdiak eta informazio zehatz guztia hemen ezagutu ahal izango dituzu:

- ▶ [www.berriozar.eus](http://www.berriozar.eus)
- ▶ [www.polideportivoberriozar.es](http://www.polideportivoberriozar.es)

Jardueren gaineko informazio guztia emateko lau gune egokitu dira (informazioa sistema digitalen bidez eskuratu ezin duten pertsonentzat):

- ▶ Udaletxea
- ▶ Kiroldegia
- ▶ Musika-eskola
- ▶ Haur-eskola

Argazkiak: Iñaki Vergara, Zesar Cebrián eta Berriozarko Udala.



# Bizimodu/zahartze aktiborako programa Adineko pertsonentzako jarduerak sustatzea (60 urtetik gora)

## Zahartze aktiboa sustatzea

### OROIMEN-TAILERRAK

Jolasak, jarduerak eta ariketak egitean oinarrituta. Xedea da gaitasun kognitiboari, garapen pertsonalari, oroimenari, eustea. Jarduera fisikoa ere egiten da, giharrak fresko edukitzeko, eta oroimen-ariketak, burua fresko edukitzeko.



### YOGA

Jarrera-, arnas- eta erlaxatze-tekniketan oinarritutako lana, gorputza, burua eta gogo-aldartea orekatzen eta normalizatzen laguntzen dutenak.

### INFORMATIKA

Ordenagailua erabiltzeko ezagutzak eskuratzea. Bakoitzak lehenik dauzkan ezagutzen araberako maila desberdinak. WhatsApp argazkiak egitea, sakelakoan Internet erabiltzea.



- ▶ **Hastapenak 1** (aurretiazko ezagutzarik gabe), **Tartekoa 2, Aurreratua 3.**
- ▶ **Sakelako telefonoak:** hartzen du sakelako telefonoak erabiltzeko oinarritzko ezagutza (Android).

### MANTENTZE-SOINKETA

Askotariko jarduera fisiko eta emozionaletan oinarrituta, gaitasun funtzionalari eta bizi-kalitateari eusteko eta haiek hobetzeko helburuarekin.

### MANTENTZE-SOINKETA ETA YOGA



### ARETOKO DANTZAK

Taldean dantzatzeko jarduera. Zenbait estilotako koreografiak egiten dira, eta taldeak berak eskatutako dantzak sartzen dira.



### NORK BERE BURUA ZAINTEA

Taldean lan egiteko saioak. Taldekideek proposatzen dituzten gaiak buruz hausnartzen da, psikologo batek dinamizatuta.

## AKTIBA ZAITEZ

Programa berritzailea eta elkartzeko. Oinarri didaktikoa teknologia berrien erabileran dago, eta bertan, izena emandako pertsonak, dinamizatzailerak, gaurkotasuneko edo interes orokorreko gaiak landuko dituzte, adituekin konpartituz hautatutako gaiak.



## BOLUNTARIOAK SUSTATZEA

Denbora, poztasunak eta tristurak komunitateko pertsona guztien artean partekatzen dituen da gizarte osasuntsu bat. Denak elkarrekin erlazionatuta gaude.

Udalak adineko pertsonekin herrian garatzen dituen programetan lagun egiten beren denboraren zati bat eman nahi duten pertsonentzat da ekintza hau. Programa horietarako kontratatutako profesionalekin batera gauzatuko dira zereginak eta eginkizunak.

## Udalak sustatutako jarduerak

**Norentzat:** 60 urtetik gorako pertsonentzat, edo beherakoentzat, baldin eta behar bereziren bat badute.

**Tasak/prezioak (60 urtetik gora):** errenta-aitorpenaren arabera.

	60 urtetik gorakoak (1 ordu edo 1 ½ ordu edo 2 ordu/asteko jarduerak)					
	1-PCE <5.000	2-PCE 5.001-8.000	3-PCE 8.001-10.000	4-PCE 10.001-15.000	5-PCE 15.001-20.000	6-PCE >20.001
<b>Erroldatua</b>	50 €	60 €	70 €	80 €	90 €	100 €
<b>Abonatua</b>	45 €	55 €	65 €	75 €	85 €	95 €
<b>Erroldatu gabea</b>	125 €					

**Ordaintzeko sistema:** bi ordainketatan zatitua (erdia azaroan + beste erdia urtarrilean).

**Jardueretan parte hartzen duten erakundeak:** Berriozarko Udala, Berrikilan enpresa publikoa, San Esteban erretirodunen kluba, Berriozarko Ohitura Osasungarrien Komunitate Programa, osasun-etxea eta Gizarte Zerbitzuen Mankomunitatea (**Nafarroako Gobernuak diruz lagundua**).



## Kultura jarduerak

### Kultura eskainitako jarduerak, adineko pertsonen arlokoak ere badirenak

Jarduera hauen gaineko interesa duten adineko pertsonak **irailaren 5a eta 9a** artean eman behar dute izena, 948 012 012 telefono-zenbakira deituta edo [www.berriozar.eus](http://www.berriozar.eus) webgunearen bidez eginda.

#### EHOZIRI-LANA

Teknika tradizional hau ikasteko ikastaroa. Xede nagusia zenbait jantzi, apaingarri eta osagarri egitea da.



#### ZURA LANTZEA

Eskuz lan egiteko teknika tradizionala, oinarria zura duena.



#### JANTZIGINTZA

Ikastaro honetan, zenbait jantzi eta arropa egiten ikasten da.



## Osasun jarduerak

### Errehabilitazioa, giharrak eta artikulazioak mugitzeko zailtasunak dituzten pertsonentzat

Berriozarko Udalar eta AFINA elkarteak (Fibromialgia duten pertsonen Nafarroako elkarte) jarduera fisikoa proposatu nahi dugu Berriozarren, giharrak eta artikulazioak mugitzeko zailtasunak dituzten pertsonentzat, besteak beste, fibromialgia dutenentzat.

### Podologia



Hurrengo urritik aurrera, podologia zerbitzua izango dugu.

Oinaren eta orkatilaren gaixotasunak diagnostikatu eta tratatzeko prestakuntza berezia duen profesionala da.

**Podologoa:** Olvido Anega (ZBK. 838310081).

- ▶ **Lekua:** Adineko Pertsonen Udal Zentroa, Iruñalde kalea, 3 - Lehen solairua
- ▶ **Informaziorako eta hitzorduetarako telefonoa:** 601 108 677



# San Esteban erretirodunen klubak

60 urtetik gorako pertsonak animatu nahi ditugu bazkideak izatera eta egiten ditugun jardueretan parte hartzera.

- ▶ **Helbidea:** Iruñalde kalea, 7 - Behealdea
- ▶ **Telefonoa:** 948 30 13 08
- ▶ **Bulegoko arreta:** astelehen, asteazken eta ostegunetan, 11:00etatik 13:00etara



## Xulapaingo Udalaren Informazioa

Berriozarko eta Xulapaingo udalek **lankidetzaz hitzarmen** bat dute izenpetuta, eta haren arabera, komunean jartzen dira kirol-jarduerak, kulturakoak, adinekoentzako jarduerak eta Berriozarko kirol-instalazioetarako sarbidea.

### Informazioa:

Xulapaingo Udala  
San Migel kalea, 1  
31193 Markalain  
948 302 055  
[ayuntamiento@juslapena.es](mailto:ayuntamiento@juslapena.es)



# Autonomia eta senitartekoen atsedena sustatzeko programa: Jubiloteka

## Xedea

- ▶ Eguneko zerbitzua, adineko pertsonentzat eta/edo autonomia-zailtasunak dituztenentzat.
- ▶ Jada badauden beste zerbitzu batzuen osagarria, adineko pertsonen behar berrietara egokitzeko asmoa duena.
- ▶ Pertsona horiek –autonomia-maila desberdinak dituzte– hainbat jolas-jarduera, jarduera fisiko eta osasungarri egiten dituzte taldean, eta jarduera horien guztien helburua gaitasunak eta ahalmenak berreskuratzea eta mendekotasuna prebenitzea da.
- ▶ Zaintzaileek atsedena hartzea ahalbidetzen du. Hartara, Berriozar herri zaintzailea da.

## Profilak

Gizarte Zerbitzuen programa desberdinetatik bideratutako pertsonak, osasun-etxetik bideratutakoak edo zerbitzua beren kabuz eskatu dutenak. Autonomiarekin lotutako zailtasunen bat izan dezakete, baina baliabidea aprobetxatzeko gai dira.

### MODULUAK



#### Bi egun astean:

astearte eta ostegunetan



#### Hiru egun astean:

astelehen, asteazken eta ostiraletan



#### Bost egun astean:

talde bat



#### Eskaintza, 30 plaza:

gehienez 10 pertsona profesional bakoitzeko



#### Ordutegiak:

10:00etatik 12:45era

## Tasak errentaren arabera (507 + 529 laukiak)

Egunak	Egoera/ Errenta	1-PCE <5.000	2-PCE 5.001-8.000	3-PCE 8.001-10.000	4-PCE 10.001-15.000	5-PCE 15.001-20.000	6-PCE >20.001
2 egun As./Og.	Erroldatua	12 €	16 €	20 €	28 €	40 €	50 €
	Erroldatu gabea	24 €	32 €	40 €	56 €	64 €	72 €
3 egun Al./Az./ Or.	Erroldatua	18 €	24 €	30 €	42 €	60 €	75 €
	Erroldatu gabea	36 €	48 €	60 €	84 €	96 €	108 €
5 egun	Erroldatua	30 €	40 €	50 €	70 €	100 €	125 €
	Erroldatu gabea	60 €	80 €	100 €	140 €	160 €	180 €

**2022/2023 ikasturtea: urriaren 3an hasiko da**



# Berriozarko Landa Eremuko Eguneko Zentroa

**ZERBITZU BERRIA**

## ADINEKO PERTSONENTZAKO EGUNEKO ARRETARAKO PROGRAMA

Eguneko erregimenean zabalik dagoen zentroa, non narriadura psikikoa eta gabezia funtzionalak dituzten adineko pertsoneri zainketa ematen zaien, Berriozaren, gizarte- eta familia-ingurunean, bizitzen jarraitzea luzatzeko helburuarekin.

**Hasiera batean, plazak Udaletik aterako ditugu, gero Nafarroako Gobernuarekin ituntzeko.**

### Zentroaren helburuak:

- ▶ Autonomia sustatzea eta mendekotasunari aurrea hartzea.
- ▶ Adineko pertsonak beren ohiko ingurunean (Berriozar) jarraitzea laguntzea.
- ▶ Babesa eta atsedena eskaintzea haiek zaintzen dituzten familiei.
- ▶ Zahartze aktiboa sustatzea.
- ▶ Mendekotasuna atzeratzea edo hari aurrea hartzea.
- ▶ Adineko pertsonak komunitatean integratzea eta parte hartzea bultzatzea.
- ▶ Autoestimua garatzea, eta egoera fisiko eta psikologiko egokia laguntzea.
- ▶ Bizikidetzaren espazio bat eratzea, gainera, premia-egoerak detektatzeko bidea emango duena.
- ▶ Aurre egitea bakartzeari eta pasibotasunari.
- ▶ Bizitzeko ohitura osasungarriak sustatzea.



**Landa Eremuko Eguneko Zentroa Berriozarko Udalaren jabetzakoa da, eta Berrikilan, S.L. sozietate publikoak kudeatzen du programa.**



**Lekua:** Iruñalde kalea, z/g, Berriozar (Nafarroa).

## ▣ Zerbitzuaren egutegia eta ordutegiak

- Zortzi ordu egunean: 07:30 eta 18:00 artean.
- Zerbitzua urteko egun guztietan egongo da zabalik, asteburuetan, jaiegunetan eta herriaren jaiegunean izan ezik.
- Abenduaren 24an eta 31n, zentroa bazkaldu ondoren itxiko da.

## ▣ Zerbitzuen katalogoa

Zentro irekia da, balioaniztuna, adineko pertsonentzako arreta integrala eskaintzen duena. Horretarako, prestazio hauek ditu:

- Informazioa, balorazioa, orientazioa, lagun-egitea eta jarraipena, pertsona bakoitzak bere bizi-proiektua garatu ahal izateko.
- Oinarrizko zainketa-zerbitzuak.
- Mantenu, arropa-garbiketa eta garbiketako oinarrizko zerbitzuak.
- Eguneroko bizitzako jardueretan esku hartzea eta gaitzea, pertsona bakoitzak garrantzitsutzat jotzen dituen arloetan daukan autonomia eta independentzia hobetu ahal izateko.
- Hezkuntza arloko esku-hartzea eta jarduera okupazionalak: aisialdia, hezkuntza- eta kultura-jarduerak, jarduera fisikoak.
- Esku-hartze psikosoziala, garatuz norberaren gaitasun eta baliabideak eta ingurunearen sostenguak.
- Lagun egitea gizartearen aurrean eta laguntza familiarra.

### Zainketa pertsonalak eta banakako arreta pertsonalizatua

Esku-hartze eredua: **pertsonan ardaztutako arreta**. Pertsonaren banakako eskubideak, bere intimitatea, duintasuna, independentzia eta aukeratzeko gaitasuna eta, jakina, gustuak eta lehentasunak errespetatzean garatzen da.





## ● Norentzat den, onuradunak

Sostengu-baliabiderik, gizarte- edo familia-sarerik ez duten adineko pertsonak, edo eguneroko bizimoduko oinarrizko zereginak egiteko zailtasunen bat dutenak.

Zentroaren lehentasunezko arretaren subjektuak dira:

- a. Bakarrik bizi diren adineko pertsonak, edo adineko beste pertsona batzuekin, non **ahulezia-egoerek** bat egiten duten.
- b. Adineko pertsonak, familiako beste kide batzuekin bizi badira ere, zainketa, lagun-egite eta abarreko funtzioetan haien babes behar dutenak.
- c. **Autonomia-maila aldakorra** duten adineko pertsonak, eguneroko bizimodurako oinarrizko jardueretarako autonomia izatetik jarduera horietakoren batean nolabaiteko zailtasunak izan arte, oso narriatuta ez dagoen egoera fisiko eta/edo psikikoa gabe.
- d. **Gabeziak** dituzten adineko pertsonak, beren narriadurarengatik eta/edo gizartetik baztertuta daudelako, sostengu-ezarengatik eta/edo gizarte-trebetasunen ezarengatik beren gizarte-harremanak, ingurunean integratzea eta gizartean parte hartzea mantentzeko, hobetzeko eta/edo areagotzeko.

# ERABILTZAILEAK ONARTZEA

## ▮ Sartzeko betekizunak

- a. **60 urteak** beteta izatea eta/edo erretiroa edo pentsioduna izatea.
- b. **Desgaitasun- edo mendekotasun-maila aitorturen bat** duten pertsona gazteagoen kasuak baloratuko dira, betiere Gizarte Eskubideen sailaren onarpenarekin.
- c. Eskera aurkezteko unean **Berriozarko Udal Erroldan** edo beren herritarrak zentro honetan sartzeko lankidetzaz hitzarmena izenpetu duten udaletako edozeinetan izena emanda egotea egiaztatzea.

Aipatutako betekizun horiez gain, erabiltzailearen **osasun-egoerak ez du beharko edo eskatuko laguntza jarraitua osasun-erakundeetan edo osasun publikoko neurriak hartu behar izatea**. Era berean, ez du izango zentroaren bizikidetzaz larriki asaldatzea ekar dezakeen portaera-nahasmendurik.

## ▮ Zentroan sartzeko prozedura

Eskaerak idatziz egingo dira eta zentroari zuzenduko zaizkio. Emango den eredu ofizial baten arabera egingo dira.

Ezarritako betekizunak betetzen direla justifikatzeko beharrezkoak diren dokumentuak aurkeztu beharko dira eskaerarekin batera:



1. Eskatzailearen **NAN**aren kopia.
  2. Eskatzailearen **bizikidetz**a-ziurtagiria, **eroldakoa**.
  3. **Azken ekitaldiko PFEZ**aren aitorpenaren kopia, edo jasotzen dituen diru-sarreraren ziurtagiria.
  4. Eskatzailearen **os**asun-egoerari **buruzko mediku-txostena**, ezarrita dagoen ereduaren arabera.
  5. **Mendekotasunaren balorazioa** egiaztatzen duen dokumentua, 39/2006 Legeak, autonomia pertsonala sustatzeari eta mendetasun-egoeran dauden pertsonak zaintzeari buruzkoak, xedatzen duenaren arabera.
- Landa eremuko eguneko zentroko gizarte-langileak eskaeren edukia egiaztatuko du, eta eskaera izapidetzeko beharrezkoak diren datuak eta txostenak eskatu eta lortu ahal izango ditu.
  - Egindako baremo soziala aplikatzearen bidez aztertuko dira zentroan plaza betetzeko eskaerak.
  - Eguneko zentroaren erabiltzaile izaera indarrean jarriko da Jarraipen Batzordeak behin betiko onartu duenean eskaera.
  - **Nafarroako Gobernu**ko **Gizarte Eskubideen Departamentuarekin plazak itunduz gero**, hitzarmen-sistemaren beraren baldintza teknikoen eta administratiboen agirietan eta kontratuan izenpetutakoa hartuko da aintzat.

## ● Zentroan hastea eta egokitze aldia

1. Zentroan sartzea onartu eta gero, gizarte-langilearekin adostutako egunean joan beharko da zentrora.
2. Zentroan dauden funtzionamendu-arauen berri emango dute.
3. 30 eguneko egokitze-aldi bat egongo da.
4. Zerbitzua ematea amaitu ahal izango da, gizarte-langileak aurretik txosten egokia egiten badu.

## ● Tasak

Asteko bost egunetan eta eguneko 8 ordutan egoteko jardunaldi osorako tarifa. Aukera partzialak proportzionalak izango dira.

Kontzeptua	2022
Egonaldi oso itundua	1.502,86 €/hil
Egonaldi partzial itundua, 2/3	1.001,91 €/hil
Egonaldi partzial itundua, 1/3	946,27 €/hil

**Plaza-eskatzaileek dirulaguntza eska diezaiokete Nafarroako Gobernuari zerbitzu honengatik, azkenean familientzako benetako kostua txikiagoa izatea lortzeko.**

## BERRIOZARKO LANDA EREMUKO EGUNEKO ZENTROAN SARTZEKO BAREMOA\*

1. **Adina:** Betetako urteak puntuatuko dira, gehienez ere 5 punturaino.
2. **Mendekotasunaren balorazio ofiziala:** Nafarroako Gobernuak ezarritako mendekotasunaren balorazio ofiziala puntuatuko da.
3. **Egoera ekonomikoa:** Familia-unitateko kide guztien hileko per capita errendimenduak baloratuko dira, gehienez ere 20 punturaino.
4. **Etxebizitza:** Edukitze-erregimena, bizigarritasun-baldintzak, etxebizitzaren irisgarritasuna eta ekipamendua baloratuko dira, gehienez ere 20 punturaino.
5. **Gizarte- eta familia-egoera:** Erabiltzaileen egoera baloratuko da beren familia- eta gizarte-sareari dagokionez, gehienez ere 35 punturaino.



### Plazak eskatzeko epea hurrengo irailaren 12etik aurrera zabalduko da

Lekua: Berriozarko Adineko Pertsonen Udal Zentroa.

Ordutegia: 10:00etatik 11:30era.

**Zerbitzua  
martxan jartzeko  
aurreikuspena:  
2022ko  
udazkena**

Nafarroako Gobernuak batera  
finantzatutako proiektuen barnean  
(ekipamenduak, altzariak, berritzeak...)

Gobierno de Navarra  Nafarroako  
Gobernua

\*Informazio zehatzagoa Zentroaren araudian.

## Jardueren gaineko argibide gehiagotarako

**Kulturako jarduerak:** Fermín  
948 301 656 / [cultura@berriozar.es](mailto:cultura@berriozar.es)

**Berdintasuneko jarduerak:**  
Izaskun/Amaia  
948 301 631 / [igualdad@berriozar.es](mailto:igualdad@berriozar.es)

**Kirol- eta gizarte-ongizateko jarduerak:** Iosu  
948 301 636 / [deportes@berriozar.es](mailto:deportes@berriozar.es)

**Igerilekuak Berrikilan:** Oscar  
948 301 719 /  
[poliberriozar@berrikilan.es](mailto:poliberriozar@berrikilan.es)

Antolatutako jardueraren batetan parte hartzeak datu pertsonalen tratamendua ekar lezake. Arduraduna: Berriozarko Udala. Xedea: jardueraren kudeaketa. Prezioen kobratzea. Eskubideak: sarbidea, zuzenketa eta ezabaketa. Informazio gehiagorako kontsultatu [www.berriozar.eus](http://www.berriozar.eus) web guneko datuen babeserako politika.



Autonomia eta Senitartekoen Atsedena Sustatzeko Programa, 2022ko inauteriak ospatzen