

PROGRAMES DE **VOLUNTARIAT**



2024 - 2025

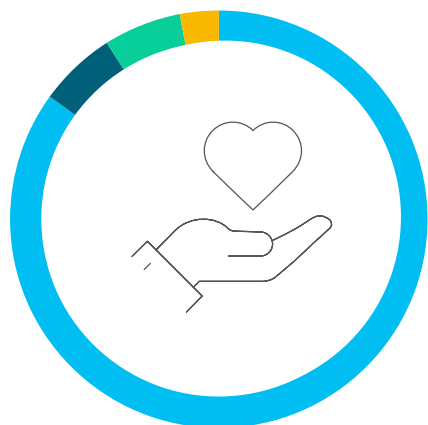
VOLUNTARIAT CAIXABANK, UNA ENTITAT AMB HISTÒRIA I EXPERIÈNCIA

EL 2005 NEIX
L'ASSOCIACIÓ

+ 372.000
PERSONES BENEFICIADES EL 2023

Amb l'objectiu de contribuir junts a un món millor i més just, que ofereixi oportunitats a les persones que més ho necessiten i promogui accions que protegeixin el planeta i en tinguin cura.

17.240 VOLUNTARIS
EN ACTIU



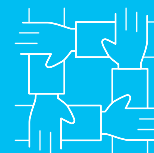
84 %
Empleats Grup

5 %
Clients

7 %
Amics o familiars

4 %
Exempleats

DADES A 31/12/2023



UNA ALIANÇA ENTRE CAIXABANK,
LA FUNDACIÓ "LA CAIXA" I MICROBANK



PRESÈNCIA LOCAL

A TRAVÉS D'UNA SÒLIDA XARXA DE DELEGACIONS D'ÀMBIT NACIONAL



MODEL DE GOVERN CONSOLIDAT

- > Comitès locals
- > Relació amb les Entitats Socials de l'entorn
- > Pressupost propi assignat a cada Delegació

DELEGACIONS LOCALS QUE FORMEN L'ASSOCIACIÓ DE VOLUNTARIS CAIXABANK



VOLUNTARIAT PER A TOTS QUE PRETÉN MILLORAR ELS REPTES SOCIALS DEL PAÍS

Voluntariat CaixaBank ofereix alternatives per a totes aquelles persones que vulguin fer **activitats o iniciatives** que els ajudin a desenvolupar el seu compromís i la seva voluntat de contribuir en qüestions d'impacte social.



MÉS
DE **25.000** EL 2023



48 %

PROGRAMES ESTRATÈGICS

Responen a la voluntat de donar solucions a necessitats relacionades amb l'educació, l'acompanyament, la lluita contra la bretxa digital i el canvi climàtic

49 %

ACTIVITATS LOCALS

Accions que donen solució a iniciatives de proximitat i que estan promogudes per les delegacions locals que Voluntariat CaixaBank té a tot el territori nacional.

3 %

SITUACIONS EMERGÈNCIA

Respostes proactives davant de situacions de necessitat puntuals o recurrents, que afecten de manera particular un important nombre de persones, com ara la col·laboració en la tasca del Banc d'Aliments, les actuacions davant de desastres naturals, com la DANA o el terratrèmol del Marroc, i la integració de refugiats a Espanya a conseqüència de la guerra d'Ucraïna.

ACTIVITATS LOCALS

Des de totes les delegacions que Voluntariat CaixaBank té distribuïdes pel territori espanyol, es promouen **activitats socials de proximitat en col·laboració amb entitats socials, institucions, associacions...** del seu entorn, amb l'objectiu de donar solució a les necessitats que es detecten.

És a partir d'aquestes activitats que neixen les iniciatives de programes que després s'implementen a escala nacional.



SITUACIONS D'EMERGÈNCIA

Fets i situacions que requereixen una resposta immediata perquè afecten un gran nombre de persones de forma fortuïta.

Col·laborar amb el Banc d'Aliments, donar suport als afectats de la DANA o contribuir en l'acollida de persones refugiades que provenen de la guerra a Ucraïna són algunes de les accions en què es bolca el voluntariat.



PROGRAMES ESTRATÈGICS

Amb què s'han fet, durant el 2023...

+12.000

ACTIVITATS DE VOLUNTARIAT

Programes dissenyats per a diferents col·lectius per tal de **potenciar les seves habilitats i coneixements** per millorar el seu benestar i les seves capacitats.

i tenen un impacte real en...

+200.000

PERSONES BENEFICIADES

EDUCACIÓ

EDUCACIÓ FINANCERA

- › Educació financera bàsica per a adults
- › Educació financera bàsica per a persones amb discapacitat intel·lectual
- › Finances per a joves

ACOMPANYAR EN LA LECTURA I REFORÇ ESCOLAR

A PROP DE LA GENT GRAN

- › Cicle de xerrades d'Educació Financera

ACOMPANYAMENT

IMPULS PROFESSIONAL

- › Inserció laboral
- › Emprenedoria
- › Mentoring
- › Acompanyament a Entitats Socials

COL-LABORACIÓ AMB ONCE

COL-LABORACIÓ EN PROGRAMES D'ACCIÓ SOCIAL

- › El Projecte de Tots
- › Terra d'Oportunitats
- › L'Arbre dels Somnis

A PROP DE LA GENT GRAN

- › Adopta un avi
- › Apropa cultura

DIGITALITZACIÓ

CONeixEMENTS BÀSICS

- › Iniciació al Word, PowerPoint i Excel
- › Navegació per internet: aprèn allò que és bàsic
- › Google: coneix les apps essencials
- › Xarxes socials d'ús personal
- › Certificat Digital i "La meua carpeta ciutadana"

COMPETÈNCIES DIGITALS

- › PowerPoint i Excel
- › Xarxes socials d'ús professional
- › Eines de comunicació d'ús professional
- › Conceptes bàsics per a la creació de pàgines web

A PROP DE LA GENT GRAN

- › L'ordinador
- › Iniciació a l'ús de WhatsApp
- › Aplicacions útils per al teu mòbil

MEDI AMBIENT

TINGUES CURA DEL TEU PLANETA

- › Activitats en el medi natural
- › Activitats relacionades amb el món animal
- › Esport sostenible
- › Activitats de sensibilització

A QUI S'ADRECEN ELS PROGRAMES ESTRATÈGICS?

Els programes estratègics neixen de la necessitat d'un col·lectiu de persones determinat, però molts **es poden adaptar a altres col·lectius en situació de vulnerabilitat**.



	GENT GRAN	INFÀNCIA	JOVENTUT	ADULTS EN SITUACIÓ DE VULNERABILITAT	PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL	PERSONES AMB DISCAPACITAT SENSORIAL**	TÈCNIC D'ENTITATS SOCIALS
EDUCACIÓ FINANCERA BÀSICA							
Gestiona la teva economia	V		V	V		V	
El teu banc i tu	V		V	V		V	
Eina d'economia familiar			V	V			
Administrar els nostres diners					V		
Al Banc. Compres i seguretat					V		
L'Emma i els diners					V		
CICLE DE XERRADES D'EDUCACIÓ FINANCERA							
Planificació de l'economia domèstica	V		V	V		V	
Seguretat financera a internet	V		V	V		V	
Planificació de l'herència	V			V		V	
Solucions per planificar els meus ingressos. Productes financers	V			V		V	
FINANCES PER A JOVES							
Administrant els teus diners *			* V				
Endeutar-se? Amb sensatesa! *			* V				
Inversió intel·ligent *			* V				
Finances per a la vida *			* V				
ACOMPANYAR EN LA LECTURA I REFORÇ ESCOLAR							
		V			V		

* Només es pot impartir en centres escolars pactats amb les Conselleries d'Educació de cada CA

** Els programes per a persones amb discapacitat sensorial es poden intentar adaptar a les seves necessitats

A QUI S'ADRECEN ELS PROGRAMES ESTRATÈGICS?

	GENT GRAN	INFÀNCIA	JOVENTUT	ADULTS EN SITUACIÓ DE VULNERABILITAT	PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL	PERSONES AMB DISCAPACITAT SENSORIAL**	TÈCNIC D'ENTITATS SOCIALS
INSERCIÓ LABORAL							
Canals de cerca de feina			V	V		V	
Curriculum vitae			V	V	V	V	
Entrevistes de feina			V	V	V	V	
El contracte laboral			V	V		V	
Com interpretar la nòmina i baixa laboral			V	V		V	
Autoreflexió			V	V		V	
EMPRENEDORIA							
Pla de negoci. Microcrèdits. Llista de morositat.			V	V			
Autònoms			V	V			
Societat limitada			V	V			
Conceptes financers bàsics per gestionar el meu negoci			V	V			V
MENTORING							
ACOMPANYAMENT A ENTITATS SOCIALS							
PROGRAMA DE COL·LABORACIÓ AMB ONCE							
COL·LABORACIÓ EN PROGRAMES D'ACCIÓ SOCIAL							
Projecte de Tots	V	V	V	V	V	V	
Terra d'Oportunitats				V			
L'Arbre dels Somnis		V					
ADOPTA UN AVI							
APROPA CULTURA							
	V				V		



* Els programes per a persones amb discapacitat sensorial es poden intentar adaptar a les seves necessitats

A QUI S'ADRECEN ELS PROGRAMES ESTRATÈGICS?

	GENT GRAN	INFÀNCIA	JOVENTUT	ADULTS EN SITUACIÓ DE VULNERABILITAT	PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL	PERSONES AMB DISCAPACITAT SENSORIAL**	TÈCNIC D'ENTITATS SOCIALS
DIGITALITZACIÓ: CONEIXEMENTS BÀSICS							
Iniciació al Word, PowerPoint i Excel	V		V	V	V		V
Navegació per internet: aprèn allò que és bàsic	V		V	V	V		V
Google: coneix les apps essencials	V		V	V	V		V
Xarxes socials d'ús personal	V		V	V	V		V
Certificat Digital i "La meua carpeta ciutadana"	V		V	V	V		V
L'ordinador	V		V	V	V		
Iniciació a l'ús de WhatsApp	V		V	V	V		
Aplicacions útils per al teu mòbil	V		V	V	V		
DIGITALITZACIÓ: COMPETÈNCIES DIGITALS							
PowerPoint i Excel			V	V			V
Xarxes socials d'ús professional			V	V			V
Eines de comunicació d'ús professional.			V	V			V
Conceptes bàsics per a la creació de pàgines web.			V	V			V
MEDI AMBIENT	V	V	V	V	V	V	V



* Els programes per a persones amb discapacitat sensorial es poden intentar adaptar a les seves necessitats

EDUCACIÓ

1

FI
DE LA POBRES



4

EDUCACIÓ
DE QUALITAT



Accions de voluntariat que fomentin el fet de **compartir coneixement entre les persones voluntàries** i els col·lectius vulnerables amb l'objectiu que puguin aprendre o reforçar conceptes financers bàsics en el cas d'adults, i també **ajudar a la millora de la comprensió lectora i el reforç escolar en els nens**.



EDUCACIÓ

EDUCACIÓ FINANCIERA

EDUCACIÓ FINANCERA BÀSICA PER A ADULTS

- › Gestiona la teva economia
- › El teu banc i tu
- › Eina d'economia familiar

EDUCACIÓ FINANCERA BÀSICA PER A PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL

- › Administrar els nostres diners
- › Al banc. Compres i seguretat
- › L'Emma i els diners

FINANCES PER A JOVES

- › Administrant els teus diners
- › Endeutar-se? Amb sensatesa!
- › Inversió intel·ligent
- › Finances per a la vida

ACOMPANYAR EN LA LECTURA I REFORÇ ESCOLAR

A PROP DE LA GENT GRAN

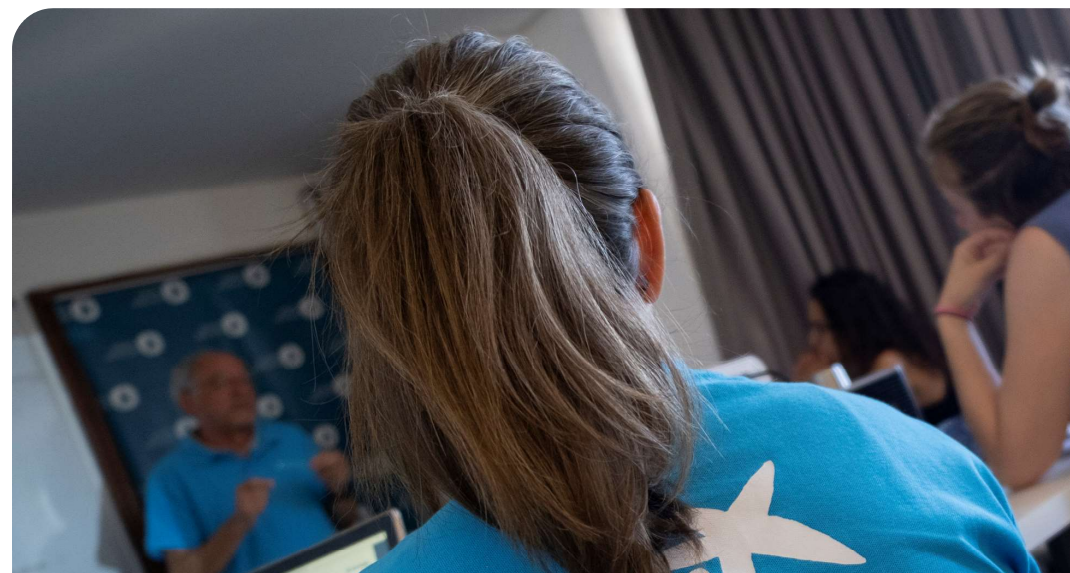
CICLE DE XERRADES

- › Planificació de l'economia domèstica
- › Seguretat financera a internet
- › Planificació de l'herència
- › Solucions per planificar els meus ingressos. Productes financers.

EDUCACIÓ FINANCERA BÀSICA PER A ADULTS

Eines per millorar, tant **els coneixements de conceptes financers bàsics com la presa de decisions financeres**, a persones en situació de vulnerabilitat.

Mitjançant format de **taller**, s'aborden diferents temes per **facilitar el dia a dia d'aquestes persones**.



TALLERS

GESTIONA LA TEVA ECONOMIA

**2 h**

- > Pressupost familiar
- > Estalvi
- > Endeutament

Són sessions amb una part teòrica i una altra pràctica, que inclouen exercicis i dinàmiques participatives. **Es recomana fer els dos per tenir una visió més global.**

EL TEU BANC I TU

**2 h**

- > Comptes corrents
- > Targetes
- > Préstecs

EINA D'ECONOMIA FAMILIAR

NIVELL BÀSIC

**1 h 30'**

Es forma els assistents perquè siguin capaços d'utilitzar l'eina desenvolupada per tal de tenir **un control dels ingressos i les despeses per poder gestionar la seva pròpia economia domèstica i fer un pressupost.**

NIVELL AVANÇAT

**1 h 30'**

TOTS ELS TALLERS ES FAN EN FORMAT
PRESENCIAL I ONLINE

EDUCACIÓ FINANCERA BÀSICA PER A PERSONES AMB DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL

Conceptes financers bàsics que ajudin les persones amb discapacitat intel·lectual a millorar la seva autonomia i a fer un ús responsable dels diners.

El material desenvolupat permet **practicar i millorar la capacitat de comprensió dels participants**, tant si són persones que gestionen diners de butxaca com una nòmina o prestació.



TALLERS

ADMINISTRAR ELS NOSTRES DINERS

 1 h 30' – 2 h

- > El valor de les coses
- > El pressupost
- > L'estalvi

AL BANC. COMPRES I SEGURETAT

 1 h 30' – 2 h

- > Al banc
- > Compres i seguretat
- > La nòmina i l'aval

Són tallers senzills, i pràctics, **amb exercicis que garanteixen la participació de tots els assistents**, amb suport de material didàctic. S'utilitza material visual, com ara diners falsos i fitxes.

L'EMMA I ELS DINERS

 1 h

És una sessió complementària per ensenyar i practicar amb exemples **els pagaments i els canvis en les compres**.

CICLE DE XERRADES D'EDUCACIÓ FINANCERA. A PROP DE LA GENT GRAN

PLANIFICACIÓ DE L'ECONOMIA DOMÈSTICA



1 h

1. Tranquil·litat
2. Pressupost
3. Estalvi
4. Endeutament

Ofereix la informació necessària per donar a conèixer els avantatges d'entendre els conceptes bàsics per permetre **viure l'economia diària amb tranquil·litat**.

SEGURETAT FINANCERA A INTERNET



1 h

1. Banca digital
2. Contrasenyes
3. Phishing
4. Compres en línia

S'explica la forma d'**operar a través d'internet** minimitzant els possibles riscos.

PLANIFICACIÓ DE L'HERÈNCIA



1 h

1. Planificar
2. Fer testament
3. Impostos
4. Testament vital i poder preventiu

Permet als assistents prendre consciència de la **importància de fer un testament i planificar la seva herència**.

SOLUCIONS PER PLANIFICAR ELS MEUS INGRESSOS. PRODUCTES FINANCERS



1 h

1. Planificació.
Què necessitaré els pròxims anys?
2. Solucions per a l'estalvi
3. Periodificar la seguretat dels ingressos

Ofereix una informació neutral sobre les **diferents alternatives per planificar i estalviar**, sense tractar-se d'un assessorament financer.



TOTES LES XERRADES ES FAN EN FORMAT
PRESENCIAL I ONLINE

FINANCES PER A JOVES

Programa per dotar els joves d'eines, recursos i competències que els permetin, en un futur immediat, **prendre millors decisions financeres**.

Dirigit a estudiants de 4t d'ESO dels centres educatius seleccionats per les Conselleries d'Educació de les comunitats autònomes que formen part del projecte.

ACTUALMENT, EL PROGRAMA S'IMPARTEIX A LES COMUNITATS AUTÒNOMES DE:



EFECE

"A LA COMUNITAT AUTÒNOMA DE CATALUNYA, ES COL·LABORA AMB EL PROGRAMA EFECE (EDUCACIÓ FINANCERA A LES ESCOLES DE CATALUNYA) DE L'INSTITUT D'ESTUDIS FINANCERS."

TALLERS

IEF Instituto de Estudios
Financieros

Consta de 4 tallers, elaborats per l'**Institut d'Estudis Financers**, el qual, a més, proporciona la formació necessària als voluntaris.

ADMINISTRANT ELS TEUS DINERS



- > Mostrar a l'alumne com fer un pressupost, maneres de planificar i controlar les despeses quotidianes.
- > Gestionar els diners de manera responsable i sostenible.

INVERSIÓ INTEL·LIGENT



- > Que l'alumne conegui el risc dels actius d'inversió i, així, mostrar-li com prendre les millors decisions en el futur.

ENDEUTAR-SE? AMB SENSATESA!



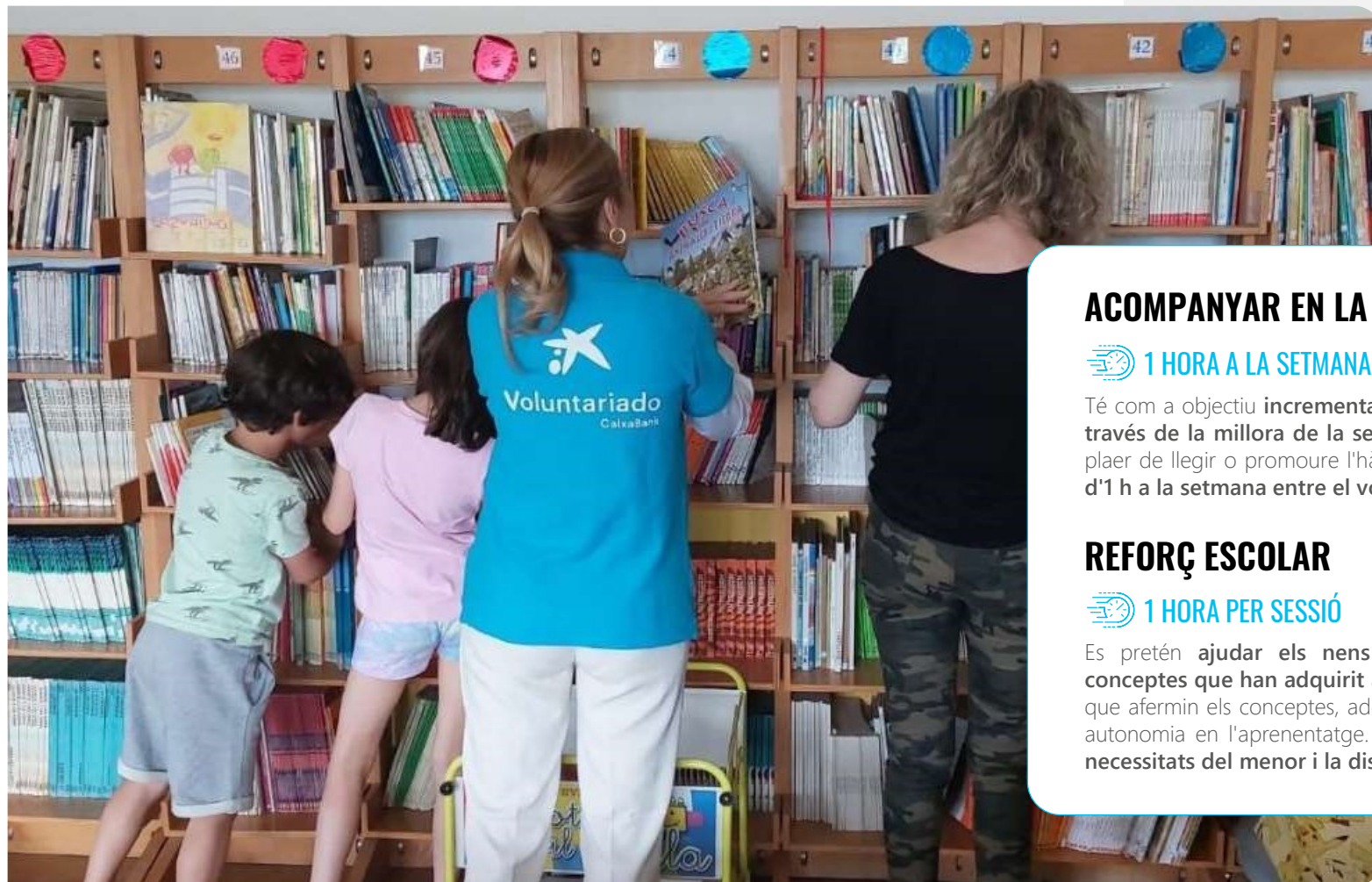
- > Ensenyar els diferents tipus d'endeutament, i reflexionar sobre el consum responsable i sostenible per evitar caure en endeutaments no raonables.

FINANCES PER A LA VIDA



- > Iniciar els joves en la planificació financera al llarg de la vida, posant en relleu els objectius vitals i mostrant que aquests solen comportar decisions financeres.

ACOMPANYAR EN LA LECTURA I REFORÇ ESCOLAR



ACOMPANYAR EN LA LECTURA

 **1 HORA A LA SETMANA DURANT EL CURS ESCOLAR**

Té com a objectiu incrementar l'èxit educatiu dels nens d'entre 9 i 12 anys a través de la millora de la seva comprensió lectora, a més de transmetre'ls el plaer de llegir o promoure l'hàbit de lectura. Consisteix en sessions de lectura d'1 h a la setmana entre el voluntari i el menor durant el curs escolar.

REFORÇ ESCOLAR

 **1 HORA PER SESSIÓ**

Es pretén ajudar els nens amb dificultats escolars repassant tots els conceptes que han adquirit a les aules i que no han arribat a consolidar, a fi que afermin els conceptes, adquireixin habilitats per a l'estudi i desenvolupin una autonomia en l'aprenentatge. Consisteix en sessions d'1 h, en funció de les necessitats del menor i la disponibilitat del voluntari.

ACOMPANYAMENT



Voluntariat CaixaBank aposta per les diferents formes d'acompanyar. Una acció que implica ser al costat d'algú per donar-li suport, per compartir i per **donar-los un grau més elevat d'autonomia i els millors nivells de qualitat de vida possibles, creant així una estreta vinculació.**

Activitats orientades a solucionar el sentiment de soledat o oblit que d'algunes persones grans, conseqüència de la seva situació personal i familiar. Contribueixen a reforçar el seu sentiment de benestar personal.

Capacitar persones en situació de vulnerabilitat que volen incorporar-se al món laboral ajudant-los en aspectes com la preparació d'una entrevista de feina o el desenvolupament del seu currículum, o bé persones que volen emprendre el seu propi negoci.

Aliances amb organitzacions per acostar la solidaritat del voluntariat CaixaBank a col·lectius amb necessitats específiques.

ACOMPANYAMENT

IMPULS PROFESSIONAL

INSERCIÓ LABORAL

- › Canals de cerca de feina
- › Currículum
- › Entrevistes de feina
- › El contracte laboral
- › Com interpretar la nòmina i baixa laboral
- › Autoreflexió

EMPRENEDORIA

- › Pla de negoci. Microcrèdits. Llistes de morositat
- › Autònoms
- › Societat limitada
- › Conceptos financieros básicos para gestionar mi negocio

MENTORING

ACOMPANYAMENT A ENTITATS SOCIALS

COL-LABORACIÓ AMB ONCE

COL-LABORACIÓ EN PROGRAMES D'ACCIÓ SOCIAL

EL PROJECTE DE TOTS TERRA D'OPORTUNITATS L'ARBRE DELS SOMNIS

A PROP DE LA GENT GRAN

ADOPTA UN AVI APROPA CULTURA



INSERCIÓ LABORAL

Tallers per integrar, acompanyar i ajudar a incorporar al mercat laboral aquells col·lectius de persones que, per la seva situació socioeconòmica, estiguin en risc d'exclusió social i tinguin més dificultats per accedir a un lloc de treball segons els seus coneixements, necessitats i habilitats.



TALLERS

CANALS DE CERCA DE FEINA



1 h

- > Tipus de canals
- > Portals de feina genèrics
- > Metacercadors
- > Borses de treball
- > Empreses de treball temporal
- > Autocandidatura
- > Cercadors de talent
- > Aplicacions per a mòbils

EL CONTRACTE LABORAL



1 h

- > El contracte laboral (1 h)
- > L'entrevista de feina, un pas previ
- > Què és el contracte de treball?
- > Les parts contractants
- > Tipus de contracte
- > Contingut del contracte
- > El rebut de salari
- > La rescissió
- > L'acomiadament
- > La prestació per atur
- > Consells

ENTREVISTES DE FEINA



1 h

- > Introducció i preparació de l'entrevista
- > Durant l'entrevista
- > Dinàmica Role play

CURRÍCULUM VITAE



1 h

- > Currículum Vitae (1 h)
- > Introducció i claus
- > Regles bàsiques
- > Contingut
- > Tipus de CV
- > Xarxes socials
- > Autoreflexió

COM INTERPRETAR LA NÒMINA I BAIXA LABORAL



1 h

- > El rebut de la nòmina
- > El nostre salari
- > Contingut del rebut
- > Les meritacions
- > Les deduccions
- > Com percebre el salari
- > La "vida laboral"
- > Recomanacions
- > La baixa laboral. Com gestionar-la
- > Percepció estant de baixa
- > Finalització de l'estat de baixa

EMPREDORIA

TALLERS

PLA DE NEGOCI. MICROCRÈDITS. LLISTES DE MOROSITAT

2 SESSIONS D'1 h CADASCUNA

- > Idea de negoci
- > Pla econòmic
- > Anàlisi DAFO
- > Préstec estàndard i microcrèdit
- > Alternatives de finançament
- > Fitxers de morositat

AUTÒNOMS

1 h

- > Recursos i tràmits
- > Alta Seguretat Social
- > Alta Hisenda
- > IRPF / IVA / IAE

SOCIETAT LIMITADA

1 h

- > Introducció i característiques de l'S. L.
- > Tràmits
- > Comparativa entre S. L. i Societat Individual (autònom)

CONCEPTES FINANCERS BÀSICS PER GESTIONAR EL MEU NEGOCI

NIVELL BÀSIC

1 h

- > Preguntes i conceptes claus
- > Conceptes bàsics: ingressos, despeses, comptabilitat, tresoreria, amortització, IVA...
- > Eina Excel

NIVELL AVANÇAT

1 h

- > Iniciació a la comptabilitat financera
- > Anàlisi (Ràtios)
- > Eina Excel

La finalitat del programa és formar sobre determinades qüestions relacionades amb el món de l'emprenedoria a persones en situació de vulnerabilitat, que estan iniciant el seu negoci o es plantegen com dur-lo a terme.



MENTORING

A través d'un intercanvi de coneixements, habilitats i experiència, es fomenta el **desenvolupament personal o professional** entre un mentor i un mentorat.

En Mentoring per a Emprenedors s'afavoreixen **la consolidació i el creixement d'aquestes persones**, que han creat la seva empresa a través del programa Incorpora de la Fundació "la Caixa". El programa té una durada de **sis mesos, durant els quals el voluntari i l'emprenedor es troben, almenys, un cop al mes**.

Mentories com l'acompanyament a **dones en situació de vulnerabilitat que busquen feina** o joves que s'han d'incorporar al món professional són altres formes de participar en aquest programa.



1 HORA/MES DURANT UN PERÍODE DE 6 MESOS

ACOMPANYAMENT A ENTITATS SOCIALS

Facilitar als empleats i tècnics de les Entitats Socials conceptes bàsics i **eines que els ajudin en la gestió diària** i la presentació de projectes socials a través dels quals puguin rebre ajudes **per impactar de forma positiva en els seus col·lectius i millorar la seva situació**.

TALLERS

XERRADA BÀSICA DE GESTIÓ D'ENTITATS SOCIALS

 **1 SESSIÓ DE 2 h**

- > Organització general de l'associació
- > Equip de treball / Treball en equip
- > Estratègies de captació i comunicació

PRESENTACIÓ DE SOL·LICITUDS D'AJUDA A PROJECTES SOCIALS

 **SESSIÓ D'1 h 30' - 2 h**

- > Definició del Projecte social
- > Aspectes generals i presentació
- > Diagnòstic i justificació
- > Objectius i metodologia
- > Recursos i pla d'avaluació

COL-LABORACIÓ AMB

Ajudar persones amb discapacitat visual a enfrontar-se a reptes quotidians del dia a dia, a través de diferents activitats:

- > Acompanyament presencial
- > Acompanyament telefònic
- > Gossos guia
- > Accés a la informació
- > Tallers d'Educació Financera o Digitalització



COL-LABORACIÓ AMB PROGRAMES D'ACCIÓ SOCIAL

EL PROJECTE DE TOTS **#ElProyectedeTodos**

A través d'aquesta iniciativa, els empleats de l'entitat tenen l'oportunitat d'impulsar el projecte d'una fundació, associació o ONG amb la qual mantinguin una implicació personal i col·laborin com a voluntaris habitualment.

TERRA D'OPORTUNITATS **#TierradeOportunidades**

Crear ocupació fomentant l'emprenedoria i fixant població en l'entorn rural.

L'ARBRE DELS SOMNIS **#Árbolde los Sueños**

Gràcies a l'ajuda de clients i empleats, es fan realitat els somnis de nens en situació de pobresa cada Nadal.

A PROP DE LA GENT GRAN

ADOPTA UN AVI



Voluntariat CaixaBank col·labora amb Adopta un avi, formant part de la inclusió social de la gent gran que pateixen de soledat no desitjada.

Brindar-los suport emocional perquè se sentin reconfortades, escoltades, acompanyades i estimades.

APROPA CULTURA



Facilitar l'accés a la cultura, tant a la gent gran com en general, a persones en situació de vulnerabilitat, de la mà d'Apropa Cultura a la comunitat autònoma de Catalunya.

Teatres, auditoris, festivals, espais singulars i museus obren les portes perquè aquests col·lectius tinguin accés a la seva programació habitual, acompanyats pels voluntaris de CaixaBank.



A MÉS D'AQUESTES COL·LABORACIONS, ES FAN ACTIVITATS D'ACOMPANYAMENT A GENT GRAN A TOT EL TERRITORI ESPANYOL, DE LA MÀ DELS VOLUNTARIS DE LES DIFERENTS DELEGACIONS JUNTAMENT AMB LES ENTITATS SOCIALS I RESIDÈNCIES DEL SEU ENTORN PROPER.



DIGITALITZACIÓ

4

EDUCACIÓ
DE QUALITAT



8

TREBALL DECENT I
CREIXEMENT
ECONÒMIC



Continguts que ajuden en l'aprenentatge de les **principals eines d'informàtica, l'ús de xarxes socials i l'ús del telèfon mòbil**. L'objectiu és que les persones que reben aquests tallers puguin sortir-se'n en una societat en què el domini d'aquestes eines contribueix a poder estar més integrats.

DIGITALITZACIÓ

CONeixEMENTS BàsICS

- Iniciació al Word, PowerPoint i Excel
- Navegació per internet: aprèn allò que és bàsic
- Google: coneix les apps essencials
- Xarxes socials d'ús personal
- Certificat Digital i "La meua carpeta ciutadana"

A PROP DE LA GENT GRAN

- L'ordinador
- Iniciació a l'ús de WhatsApp
- Aplicacions útils per al teu mòbil

COMPETÈNCIES DIGITALS

- PowerPoint i Excel
- Xarxes socials d'ús professional
- Eines de comunicació d'ús professional.
- Conceptes bàsics per a la creació de pàgines web.



TOTS ELS TALLERS ES FAN EN FORMAT PRESENCIAL I ONLINE



CONEIXEMENTS BÀSICS

Eines per adquirir o perfeccionar les habilitats en aquests àmbits i, així, **acostar la tecnologia a les persones i reduir la bretxa digital existent.**

TALLERS

INICIACIÓ A MICROSOFT WORD

 **1,30 h / 2 h**

- > Per a què utilitzem Word?
- > Fulls, comandaments i controls
- > Descripció de la barra d'eines
- > Configuració del full
- > Introduir text
- > Aplicar formats
- > Aplicar estils
- > Cercar i reemplaçar
- > Inserir
- > Salts de pàgina
- > Treballar amb plantilles
- > Revisió ortogràfica
- > Desar, desar com a i imprimir

INICIACIÓ A MICROSOFT POWERPOINT

 **1,30 h / 2 h**

- > Conceptes bàsics
- > Treballar amb text
- > Treballar amb imatges
- > Disseny de la presentació
- > Presentació

INICIACIÓ A MICROSOFT EXCEL

 **1,30 h / 2 h**

- > Per a què utilitzem Excel?
- > Canvis Excel 2016 vs. Excel 2010
- > Llibres, fulls i cel·les
- > Files i columnes
- > Descripció de la cinta d'opcions
- > Introducció de dades
- > Treballar amb dades
- > Aplicar format-cel·les
- > Eliminar línies de quadrícula
- > Revisar l'ortografia
- > Organitzar i imprimir fulls
- > Funcions desar i desar com a



TALLERS

NAVIGACIÓ PER INTERNET: APRÈN ALLÒ QUE ÉS BÀSIC

 2 SESSIONS D'1,30 h / 2 h

- > Introducció. Què és Internet? Preguntes i objectiu
- > Navegadors i cercadors
- > Navegació: Accés a Internet i interpretar resultats
- > Ciberseguretat
- > Conceptes bàsics (detall)
- > Tipus de cerques: Web, Imatges, Vídeo, Shopping, Maps
- > Exercici pràctic

GOOGLE APPS: CONEIX LES APPS ESSENCIALS

 1 h 30'

Chrome

- > Instal·lació i crear compte
- > Aplicacions
- > Sincronització

Gmail

- > Crear un compte
- > Funcions útils
- > Calendari

Altres apps útils

- > Fotos
- > Vols
- > Altres apps no Google

Google Traductor

- > Traducció textos
- > Traducció textos en veu
- > Traducció pàgines web
- > Traducció documents i imatges

Hangouts i Google Duo

- > Introducció. Iniciar sessió
- > Missatges
- > Trucades i videotrucades

Google Drive

- > Baixar-iniciar
- > Funcions
- > Baixar-compartir arxius

Google Maps

- > Baixar. Iniciar
- > Navegació. Trànsit
- > Llocs a prop teu
- > Street view





TALLERS

XARXES SOCIALS D'ÚS PERSONAL

 1 h 15'

LinkedIn

- > Registrar-se
- > Crear un perfil
- > Crear una xarxa de contactes
- > El dia a dia

Instagram

- > Crear un compte
- > Ús d'Instagram

Facebook

- > Registrar-se
- > Ordinador vs. mòbil
- > El perfil
- > Inici
- > Grups de Facebook

bans Twitter

- > Registrar-se
- > Crear un perfil
- > Com funciona X?
- > Coneixem X?

CERTIFICAT DIGITAL I “LA MEVA CARPETA CIUTADANA”

 2 SESSIONS D'1,30 h

Certificat Digital

- > Mètodes d'identificació digital
- > Certificat digital o electrònic
- > Sistema Cl@ve

La meva carpeta ciutadana

- > Que és, com funciona i perquè serveix
- > Estructura i funcionament de l'app
- > Calendari

COMPETÈNCIES DIGITALS

Eines per adquirir o perfeccionar les habilitats en aquests àmbits i, així, **acostar la tecnologia a les persones i reduir la bretxa digital existent.**

Adreçat tant a **persones usuàries de les Entitats Socials com als tècnics i professionals** que hi treballen per millorar el seu dia a dia.



TALLERS

MICROSOFT POWERPOINT

 2 h

- > Revisió dels conceptes bàsics
- > Afegir més contingut (taules, enllaços, vídeos)
- > Disseny de la presentació
- > Presentació

MICROSOFT EXCEL

 2 h

- > Gràfics
- > Taules dinàmiques
- > Formulació

XARXES SOCIALS D'ÚS PROFESSIONAL

 1 h 15'

LinkedIn

- > Crear una pàgina d'empresa
- > Gestió de la pàgina
- > El dia a dia

Instagram

- > Crear un perfil
- > Compte professional
- > Eines
- > El dia a dia
- > Vendre productes

Facebook

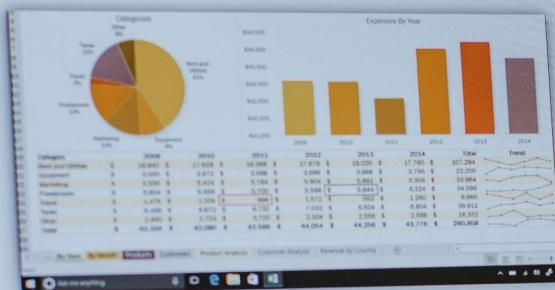
- > Crear una pàgina d'empresa
- > Gestió de la pàgina
- > El dia a dia

Amazon

- > Crear un compte
- > Vendre un producte

1.1. ¿Para qué usamos Microsoft Excel?

Se trata de una herramienta para procesar **hojas de cálculo**, en las que se introducen datos y se relacionan entre sí y se analizan.



Los **datos** pueden ser números, valor moneda, etc.

- Es una herramienta muy útil para empresas y su toma de decisiones.
- Se trata de una buena opción para llevar la economía doméstica.
- Además, se pueden organizar listados personales, realizar trabajos escolares, gráficos, así como tantas otras cosas que nos ayudarán a diario.

TALLERS

CONCEPTES BÀSICS PER A LA CREACIÓ DE PÀGINES WEB

 **2 SESSIONS D'1,30 h / 2 h**

- › Introducció i conceptes generals
- › Opcions de creació de pàgines web
- › Creació de pàgina web amb plantilla
- › Plataforma de pagaments
- › Enllaçar pàgina web amb xarxes socials
- › Gestió pàgina web

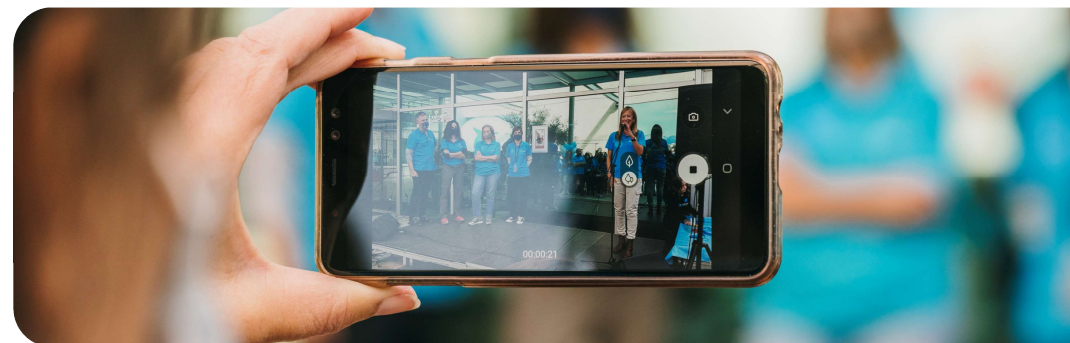
EINES DE COMUNICACIÓ D'ÚS PROFESSIONAL

 **1,30 h / 2 h**

- › Skype PC
- › Skype mòbil
- › Zoom PC
- › Zoom mòbil

A PROP DE LA GENT GRAN

Acostar la tecnologia a la gent gran, **mitjançant formació en l'ús de l'ordinador o el mòbil**, amb l'objectiu de millorar la seva qualitat de vida **a través de la seva inclusió** en les noves competències digitals.



TALLERS

L'ORDINADOR



- > Introducció i connexions de l'ordinador
- > El ratolí, teclat
- > Sistemes d'emmagatzematge i sistema operatiu
- > Programes / Aplicacions
- > Navegadors i cercadors a Internet
- > Seguretat: Antivirus
- > Arxius / Carpetes / Finestres

INICIACIÓ A L'ÚS DE WHATSAPP



- > Missatges
- > Trucada i videotrucada
- > Estats

APLICACIONS ÚTILS PER AL TEU MÒBIL



- > WhatsApp
- > Navegació per internet
- > Aplicacions de Google

MEDI AMBIENT

6 AIGUA NETA I
SANEJAMENT



7 ENERGIA ASSEQUIBLE
I NO CONTAMINANT



13 ACCIÓ
PEL CLIMA



14 VIDA
SUBMARINA



15 VIDA
D'ECOSISTEMES
TERRESTRES



TINGUES CURA DEL TEU PLANETA

Voluntariat CaixaBank promou activitats **vinculades a la cura del nostre planeta**, de manera local i en funció de l'entorn geogràfic i les diferents necessitats que s'identifiquin a tot el territori.



ACTIVITATS EN EL MEDI NATURAL

- › Neteja, restauració i conservació de:
 - › Platges
 - › Rius
 - › Fons marins
 - › Parcs
 - › Muntanyes
 - › Boscos...
- › Repoblar i reforestar
- › Espigolar
- › Manteniment d'horts

ACTIVITATS RELACIONADES AMB EL MÓN ANIMAL

- › Conservació i protecció d'espècies
- › Acompanyament a animals

ESPORT SOSTENIBLE

- › Rutes solidàries i senderisme
- › Jornades d'esport inclusiu

ACTIVITATS DE SENSIBILITZACIÓ

- › Tallers d'educació mediambiental
- › Visites a exposicions de medi ambient

VOLUNTARIAT CAIXABANK, M'INTERESSA!

VOLUNTARI

Si t'interessa formar part d'algun dels programes, aquests són els següents passos que has de fer:

Envia un correu electrònic a info@voluntariadocaixabank.org perquè es posin en contacte amb tu i et facilitin tota la informació que necessites.

En el cas dels programes en què s'imparteixen tallers:



Disposaràs dels **materials** necessaris per poder-los fer.



T'acompanyarem amb **formacions**, en què es repassen els continguts principals dels tallers i es comparteixen consells pedagògics i pràctics per impartir les sessions segons el col·lectiu.



Tindràs la possibilitat de participar-hi com a “**oient**” per veure com ho fan altres voluntaris amb més experiència, i fins i tot sol·licitar que un voluntari t'acompanyi en la teva primera sessió.



Podràs impartir els tallers de manera **presencial** o en format **online**, en funció de la teva disponibilitat i de la petició de l'entitat social que els sol·liciti.

Tant els materials com algunes de les formacions en format seminari web els podràs trobar a www.voluntariadocaixabank.org

- La teva implicació com a voluntari es detalla en cadascun dels programes; alguns poden ser amb participació puntual, mentre que altres, com en el cas d'Acompanyar en la Lectura i Reforç escolar, exigeixen una recurrència per poder crear un vincle amb el menor.
- Entra a www.voluntariadocaixabank.org o baixa't l'app de Voluntaris CaixaBank i veuràs totes les activitats en què et pots participar.

ENTITAT SOCIAL

Si, com a **entitat social, organització, residència, centre escolar...**, estàs interessat en tot el que Voluntariat CaixaBank pot oferir-te, contacta amb info@voluntariadocaixabank.org o omple la fitxa que s'adjunta al catàleg.



