

# Oficina d'Entitats L'H

Formacions  
d'abril a  
juliol

## Oficina d'Entitats L'H



CONTACTAN'S:

Horari d'atenció directa:

Matins, de dimarts a divendres de 10 a 14 h

Tardes, dimarts i dimecres de 16 a 19 h



[www.oficinaentitats.l-h.cat](http://www.oficinaentitats.l-h.cat)



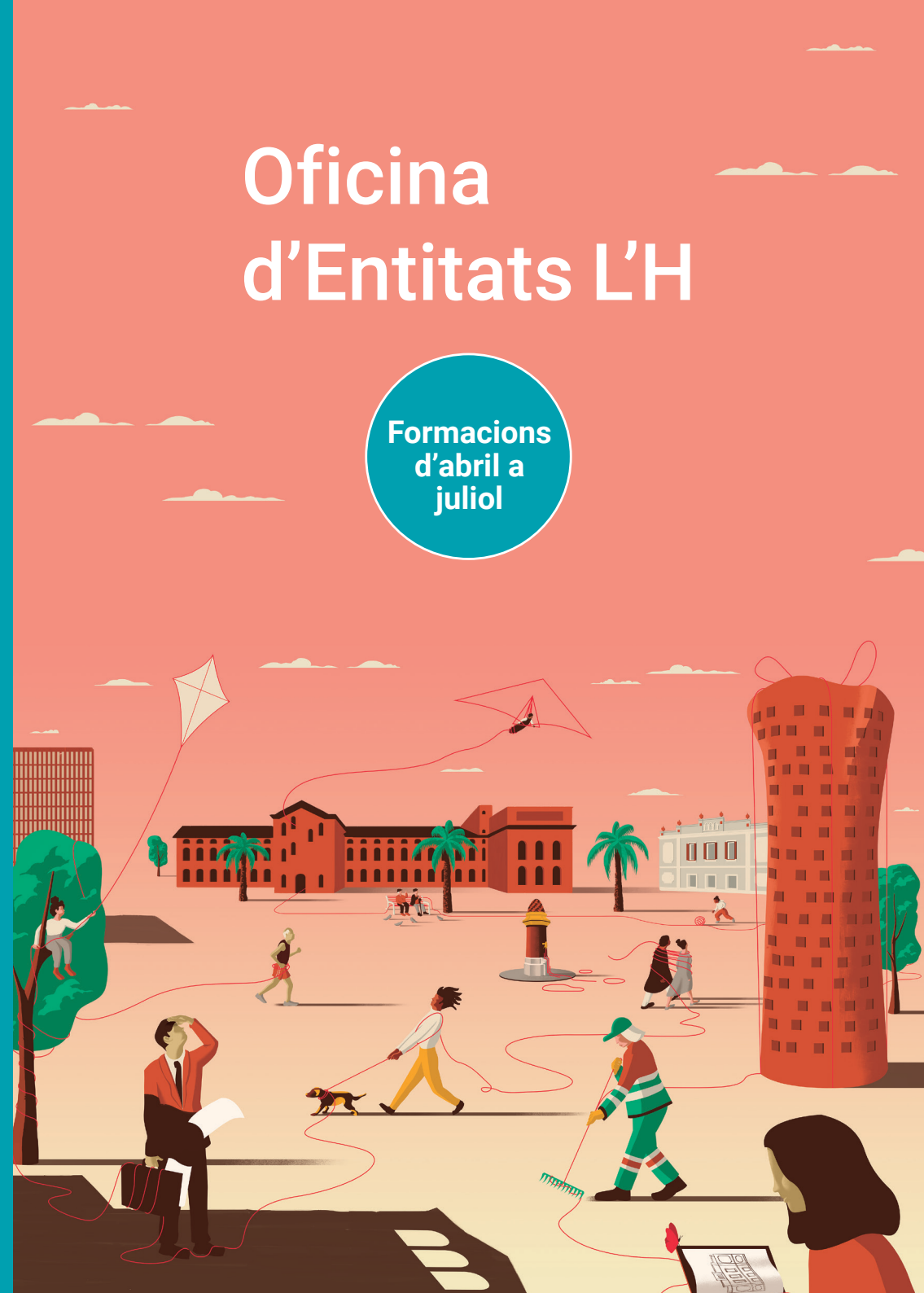
660 408 743



[oficinaentitats@l-h.cat](mailto:oficinaentitats@l-h.cat)



Ajuntament de L'Hospitalet



L'Oficina d'Entitats L'H integra els serveis de formació, acompanyament, dinamització, informació, innovació associativa, difusió i comunicació de temes d'interès per a les entitats.



Formacions  
d'abril a  
juliol

### XARXES SOCIALS PER A PRINCIPIANTS

Coneixerem eines per generar continguts i incloure'ls al calendari, tipologies de xarxes socials, com ser-hi presents... I practicarem!  
Imprescindible portar dispositiu mòbil.

Bàsica  
Dirigida a entitats  
**Dimecres, 17 de maig, a les 18 h**  
**Durada: 1 hora i 30 minuts**  
Sala noble de la Masia Ca n'Arús  
(rbla. de la Marina, 417)

### COM FER EL PLA D'IGUALTAT DE L'ENTITAT

Treballarem el pla d'igualtat de l'entitat: diagnòstic, estructura i continguts, mesures contra l'assetjament, per a la conciliació laboral i familiar, i la formació a les persones treballadores.

Avançada  
Dirigida a entitats  
**Els dimarts 30 de maig i 6 de juny, de 18 a 20 h.**  
**Durada: 4 hores (2 sessions)**  
Sala noble de la Masia Ca n'Arús  
(rbla. de la Marina, 417)

### LA IGUALTAT DE GÈNERE A LES ENTITATS

Treballarem la perspectiva de gènere a les entitats, el marc normatiu, els protocols de prevenció i mesures per a la igualtat.

Bàsica  
Dirigida a entitats  
**Dimarts, 23 de maig, a les 18 h**  
**Durada: 2 hores**  
Sala noble de la Masia Ca n'Arús  
(rbla. de la Marina, 417)

### COM PARLAR EN PÚBLIC

Treballarem situacions, estratègies i dificultats a l'hora de parlar en públic. Construïrem el discurs, el llenguatge verbal i no verbal, treballarem la gestió de l'estrès... I practicarem!

Bàsica  
Dirigida a entitats i ciutadania interessada  
**Dimecres, 7 de juny, a les 18 h**  
**Durada: 2 hores**  
Sala noble de la Masia Ca n'Arús  
(rbla. de la Marina, 417)

### COM MILLORAR LA TRANSPARÈNCIA DE LA MEVA ENTITAT?

Abordarem la Llei de Transparència, els reptes de la junta pel que fa a comunicació i anirem més enllà de la normativa.

Bàsica  
Dirigida a entitats  
**Dimarts, 13 de juny a les 18 h**  
**Durada: 2 hores**  
Sala noble de la Masia Ca n'Arús  
(rbla. de la Marina, 417)

### COM MILLORAR LA TEVA ESTRATÈGIA DE COMUNICACIÓ A LES XARXES

Aprendrem a planificar l'estratègia a les xarxes socials, gestionar continguts amb eines específiques i seguir-ne l'impacte, i a conèixer aspectes de seguretat i imatge a les xarxes. Imprescindible portar dispositiu mòbil.

Avançada  
Dirigida a entitats  
**Dimecres, 5 de juliol, a les 18 h**  
**Durada: 1 hora i 30 minuts**  
Sala noble de la Masia Ca n'Arús  
(rbla. de la Marina, 417)

### COM FER BUTLLETINS ELECTRÒNICS PER A L'ENTITAT AMB EINES GRATUÏTES I FÀCILS

Treballarem l'enviament de butlletins (quan, a qui i per a què), coneixerem el Mailchimp. Crearem una campanya, aprendrem a fer-ne seguiment i coneixerem altres eines. És convenient portar ordinador portàtil, tauleta o similar.

Bàsica  
Dirigida a entitats  
**Dimecres, 14 de juny, a les 18 h**  
**Durada: 3 hores**  
Sala noble de la Masia Ca n'Arús  
(rbla. de la Marina, 417)



Inscripcions al web:  
[www.oficinaentitats.l-h.cat](http://www.oficinaentitats.l-h.cat)

Per norma general, només s'admetran 2 inscripcions per entitat. Si hi ha més persones interessades, poseu-vos en contacte amb l'Oficina d'Entitats ([oficinaentitats@l-h.cat](mailto:oficinaentitats@l-h.cat)).

- Formació bàsica
- Igualtat de gènere
- Legalitat
- Habilitats personals
- Comunicació i digitalització