

## Badalona

### Gestió de l'estrès 20 h.

**Dies:** 1r dia dt. 02-10-18, 2n dia dc. 10-10-18, 3r dia dj. 08-11-18, 4t dia dc. 14-11-18

**Horari:** 09:30-14:30

**Contacte:** Teresa, UGT Badalona, tel.

93 387 22 66, a/e: badalona@catalunya.ugt.org

**Lloc:** UGT Badalona, pl. Mag Li-Chan, s/n (Anterior c. Miquel Servet, 211, Interior)

**Objectiu:** Capacitar a l'alumne per identificar les diverses formes d'estrès. Identificar les diferents formes de respostes d'estrès. Ensenyar tècniques de reducció de l'estrès. Utilitzar mètodes i eines per organitzar el treball i per una bona gestió del temps.

### Conducció de reunions 20 h.

**Dies:** 1r dia dl. 15-10-18, 2n dia dl. 22-10-18, 3r dia dl. 05-11-18, 4t dia dl. 12-11-18

**Horari:** 09:30-14:30

**Contacte:** Teresa, UGT Badalona, tel.

93 387 22 66, a/e: badalona@catalunya.ugt.org

**Lloc:** UGT Badalona, pl. Mag Li-Chan, s/n (Anterior c. Miquel Servet, 211, Interior)

**Objectiu:** Aprendre a planificar i dinamitzar les reunions per que siguin eficaces.

## Bages - Berguedà

### Eines de coaching, nivell 1 30 h.

**Dies:** 1r dia dl. 15-10-18, 2n dia dl. 22-10-18, 3r dia dl. 29-10-18, 4rt dia dl. 05-11-18 i 5è dia dl. 12-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Isabel/Lluís Gallaguet, UGT Manresa, tel. 93 874 44 11, a/e:

lgallaguet@bagesbergueda.ugt.org /

ugt@bagesbergueda.ugt.org

**Lloc:** UGT Manresa, pg. de Pere III, 60-62

**Objectiu:** Oferir una visió genèrica de les matèries o els temes que com a delegats sindicals han de conèixer pel que fa a la negociació col·lectiva. Proporcionar al delegat els coneixements teòrics i pràctics per treure el major profit a les seves qualitats com a negociador.

## Barcelona

### Tècniques de negociació 30 h. (FESP)

**Dies:** 1r dia dl. 01-10-18, 2n dia dl. 08-10-18, 3r dia dl. 15-10-18, 4t dia dj. 08-11-18 i 5è dia dj. 15-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Joaquin/Victor, tel. 93 295 61 11, a/e: avictor@catalunya.ugt.org

**Lloc:** IDFO-UGT Barcelona, rbla. del Raval, 29-35/pl. Vázquez Montalbán, 6, 1a planta

**Objectiu:** Oferir una visió genèrica de les matèries o els temes que com a delegats sindicals han de conèixer pel que fa a la negociació col·lectiva. Proporcionar al delegat els coneixements teòrics i pràctics per treure el major profit a les seves qualitats com a negociador.

### Legislació i normativa relacionada amb el diàleg social 20 h. (CASIO)

**Dies:** 1r dia dj. 11-10-18, 2n dia dj. 25-10-18, 3r dia dl. 29-10-18, 4t dia dl. 12-11-18

**Horari:** 09:00-14:00

**Contacte:** Juan Carles, tel. 93 268 78 36, a/e: jcpatino@catalunya.ugt.org

**Lloc:** IDFO-UGT Barcelona, rbla. del Raval, 29-35/pl. Vázquez Montalbán, 6, 1a planta

**Objectiu:** Actualitzar als representants legals dels treballadors sobre els canvis normatius i legislatius. Potenciar el paper dels representants legals dels treballadors per executar correctament les seves funcions institucionals.

### Tècniques de negociació 30 h. (FESMC)

**Dies:** 1r dia dt. 16-10-18, 2n dia dt. 23-10-18, 3r

dia dc. 31-10-18, 4t dia dc. 07-11-18 i 5è dia dc. 14-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Rosa Ciurana, UGT-FESMC, tel. 93 304 68 06, a/e: rciurana@catalunya.ugt.org

**Lloc:** IDFO-UGT Barcelona, rbla. del Raval, 29-35/pl. Vázquez Montalbán, 6, 1a planta

**Objectiu:** Oferir una visió genèrica de les matèries o els temes que com a delegats sindicals han de conèixer pel que fa a la negociació col·lectiva. Proporcionar al delegat els coneixements teòrics i pràctics per treure el major profit a les seves qualitats com a negociador.

### Funcions dels representants dels treballadors

24 h. (Comerç-FESMC)

**Dies:** 1r dia dj. 18-10-18, 2n dia dc. 31-10-18, 3r dia dt. 13-11-18, 4t dia dl. 19-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Rosa Ciurana, UGT-FESMC, tel. 93 304 68 06, a/e: rciurana@catalunya.ugt.org

**Lloc:** IDFO-UGT Barcelona, rbla. del Raval, 29-35/pl. Vázquez Montalbán, 6, 1a planta

**Objectiu:** Conèixer els drets, les garanties i els deures dels representants legals dels treballadors per la seva aplicació en la empresa. Analitzar les diferents feines i responsabilitats que tenen els representants legals dels treballadors quan desenvolupen les seves funcions de representació.

### Funcions dels representants dels treballadors

24 h. (FICA)

**Dies:** 1r dia dl. 15-10-18, 2n dia dl. 22-10-18, 3r dia dj. 08-11-18, 4t dia dj. 15-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Ester Espigares/Jose Luis Ribera,, tel. 93 301 83 62, a/e: jlribera@ugtifica.cat

**Lloc:** IDFO-UGT Barcelona, rbla. del Raval, 29-35/pl. Vázquez Montalbán, 6, 1a planta

**Objectiu:** Conèixer els drets, les garanties i els deures dels representants legals dels treballadors per la seva aplicació en la empresa. Analitzar les diferents feines i responsabilitats que tenen els representants legals dels treballadors quan desenvolupen les seves funcions de representació.

### Gestió de l'estrès 20 h. (FESMC)

**Dies:** 1r dia dj. 18-10-18, 2n dia dc. 24-10-18, 3r dia dt. 06-11-18, 4t dia dt. 13-11-18

**Horari:** 09:00-14:00

**Contacte:** Rosa Ciurana, UGT-FESMC, tel. 93 304 68 06, a/e: rciurana@catalunya.ugt.org

**Lloc:** IDFO-UGT Barcelona, rbla. del Raval, 29-35/pl. Vázquez Montalbán, 6, 1a planta

**Objectiu:** Capacitar a l'alumne per identificar les diverses formes d'estrès. Identificar les diferents formes de respostes d'estrès. Ensenyar tècniques de reducció de l'estrès. Utilitzar mètodes i eines per organitzar el treball i per una bona gestió del temps.

### Funcions dels representants dels treballadors

24 h. (FESP)

**Dies:** 1r dia dl. 22-10-18, 2n dia dl. 29-10-18, 3r dia dl. 05-11-18, 4t dia dl. 12-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Joaquin/Victor, UGT-FESP, tel. 93 295 61 11, a/e: avictor@catalunya.ugt.org

**Lloc:** IDFO-UGT Barcelona, rbla. del Raval, 29-35/pl. Vázquez Montalbán, 6, 1a planta

**Objectiu:** Conèixer els drets, les garanties i els deures dels representants legals dels treballadors per la seva aplicació en la empresa. Analitzar les diferents feines i responsabilitats que tenen els representants legals dels treballadors quan desenvolupen les seves funcions de representació.

 **som drets. som lluita.**

## Cursos de formació sindical octubre 2018

Formació Sindical de la UGT de Catalunya  
rbla. del Raval, 29-35, 08001 Barcelona  
Tel. 93 268 7836, Fax 93 310 0571  
a/e: [fsindical@catalunya.ugt.org](mailto:fsindical@catalunya.ugt.org)  
web: <https://is.gd/UGTCatFSindical>

Els cursos de formació sindical de la UGT de Catalunya són per a delegats de comitès d'empresa, delegats de personal i delegats sindicals. Per inscriure't, has d'enviar-nos una Sol·licitud de participació (Annex 1) juntament amb fotocòpies del teu DNI i la teva última nòmina. El terme límit per inscriure't a un curs és 5 dies laborables abans del primer dia del curs al que desitges inscriure't. Recorda que el nombre de places és limitat. Gràcies.

### Control de temps i productivitat 30 h. (FICA)

**Dies:** 1r dia dc. 24-10-18, 2n dia dc. 31-10-18, 3r dia dt. 06-11-18, 4t dia dt. 13-11-18 i 5è dia dt. 23-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Ester Espigares/Jose Luis Ribera,, tel. 93 301 83 62, a/e: jlribera@ugtifica.cat

**Lloc:** IDFO-UGT Barcelona, rbla. del Raval, 29-35/pl. Vázquez Montalbán, 6, 1a planta

**Objectiu:** Capacitar per a la realització d'estudis de mètodes de treball i presa de temps en l'activitat industrial.

### Com parlar en públic 20 h (FICA)

**Dies:** 1r dia dj. 25-10-18, 2n dia dt. 30-10-18, 3r dia dc. 07-11-18, 4t dia dc. 14-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Ester Espigares / Jose Luis Ribera, tel: 93 301 83 62, a/e: jlribera@ugtifica.cat

**Lloc:** IDFO-UGT Barcelona, rbla. del Raval, 29-35 / pl. Vázquez Montalbán, 6, 1a planta

**Objectiu:** Capacitar el delegat en les habilitats de comunicació oral i escrita.

## Comarques Gironines

### Prevenió de riscos laborals 30 h.

**Dies:** 1r dia dc. 17-10-18, 2n dia dj. 25-10-18, 3r dia dj. 08-11-18, 4t dia dj. 15-11-18 i 5è dia dj. 22-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Adrià/Cristina, UGT Girona, tel. 972 21 51 58, a/e: baixemporda@girona.ugt.org

**Lloc:** UGT Girona, c. de Miquel Blay, 1, 3a i 4a planta

**Objectiu:** Adquirir els coneixements necessaris pel desenvolupament de les funcions incloses en aquests àmbit d'actuació. Conèixer l'estructura i el funcionament i l'organització de la prevenció de riscos a l'empresa.

## L'Hospitalet de Llobregat

### Xarxes socials 30 h.

**Dies:** 1r dia dc. 24-10-18, 2n dia dc. 31-10-18, 3r dia dc. 07-11-18, 4t dia dc. 14-11-18 i 5è dia dl. 19-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Cayetano/Meli, UGT Hospitalet, tel. 93 338 92 53,

a/e: [cbelmonte@hospitalet.ugt.org](mailto:cbelmonte@hospitalet.ugt.org) / [ugt@hospitalet.ugt.org](mailto:ugt@hospitalet.ugt.org)

**Lloc:** IDFO-UGT L'Hospitalet de Llobregat, ctra. d'Esplugues, 14-16

**Objectiu:** Conèixer la història de les xarxes socials des del seu inici fins a l'actualitat. Comprendre la tipologia de xarxes socials. Aprendre com compartir continguts a la xarxa i el paper de la gestió de la reputació.

## Maresme

### Gestió de l'estrès 20 hores

**Dies:** 1r dia dt. 09-10-18, 2n dia dt. 23-10-18, 3r dia dt. 06-11-18 i 4t dia dt. 20-11-18

**Horari:** 09:00-14:00

**Contacte:** Montse/Honorato, tel. 93 790 44 46, a/e: hcampos@catalunya.ugt.org

**Lloc:** Mataró, pl. de les Tereses, 17

**Objectiu:** Capacitar a l'alumne per identificar les diverses formes d'estrès. Identificar les diferents formes de respostes d'estrès. Ensenyar tècniques de reducció de l'estrès. Utilitzar mètodes i eines per organitzar el treball i per una bona gestió del temps.

## Osona

### Legislació i normativa relacionada amb el diàleg social 20 h.

**Dies:** 1r dia dj. 25-10-18, 2n dia dt. 30-10-18, 3r dia dl. 12-11-18, 4t dia dt. 20-11-18

**Horari:** 09:00-14:00

**Contacte:** Nathalie, tel. 93 889 55 90,

a/e: ntirot@ifdo.com

**Lloc:** IDFO-UGT Vic, pl. Osona, 4, 1a

**Objectiu:** Actualitzar als representants legals dels treballadors sobre els canvis normatius i legislatius. Potenciar el paper dels representants legals dels treballadors per executar correctament les seves funcions institucionals.

## Vallès Occidental

### Funcions dels representants dels treballadors 24 h.

**Dies:** 1r dia dt. 16-10-18, 2n dia dv. 26-10-18, 3r dia dc. 07-11-18, 4t dia dt. 13-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Maria Jose, tel. 93 780 93 66,

a/e: palonso@vallesocc.ugt.org /

mgonzalez@vallesocc.ugt.org

**Lloc:** Terrassa, c. de la Unió, 23

**Objectiu:** Conèixer els drets, les garanties i els deures dels representants legals dels treballadors per la seva aplicació en la empresa. Analitzar les diferents feines i responsabilitats que tenen els representants legals dels treballadors quan desenvolupen les seves funcions de representació.

### Nòmines i Seguretat Social, nivell 2 30 h.

**Dies:** 1r dia dc. 17-10-18, 2n dia dc. 24-10-18, 3r dia dc. 31-10-18, 4t dia dj. 15-11-18 i 5è dia dj. 22-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Pili/Montse, tel. 93 725 76 77,

a/e: palonso@vallesocc.ugt.org /

mgonzalez@vallesocc.ugt.org

**Lloc:** Sabadell, Rambla, 73

**Objectiu:** Aprofundir el càlcul de la nòmina.

Conèixer les prestacions a que tenen accés els treballadors.

### Formació en igualtat i prevenció de l'assetjament 15 h.

**Dies:** 1r dia dl. 22-10-18, 2n dia dt. 30-10-18, 3r dia dt. 06-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Pili/Montse, tel. 93 725 76 77,

a/e: palonso@vallesocc.ugt.org /

mgonzalez@vallesocc.ugt.org

**Lloc:** Sabadell, Rambla, 73

**Objectiu:** Conèixer els principals conceptes, eines i estratègies al voltant de la igualtat d'oportunitats entre dones i homes al treball.

### Resolució de conflictes 30 h.

**Dies:** 1r dia dj. 25-10-18, 2n dia dl. 29-10-18, 3r dia dl. 05-11-18, 4t dia dl. 12-11-18 i 5è dia dl. 19-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Pili/Montse, tel. 93 725 76 77,

a/e: palonso@vallesocc.ugt.org /

mgonzalez@vallesocc.ugt.org

**Lloc:** Sabadell, Rambla, 73

**Objectiu:** Dotar els participants dels instruments i els procediments a seguir en la gestió de conflictes laborals. Facilitar recursos metodològics per a la correcta gestió i tractament dels conflictes, tant individuals com col·lectius, que sorgeixen habitualment en les empreses i que, un cop esgotat el procés negociador, requereixen d'actuacions externes de denúncia o mediació.

## Vallès Oriental

### Tècniques de negociació 24 h.

**Dies:** 1r dia dt. 02-10-18, 2n dia dt. 09-10-18, 3r dia dc. 24-10-18, 4t dia dj. 08-11-18 i 5è dia dl. 19-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Montse/Sandra, UGT Granollers,

tel. 93 870 42 58, a/e: ugt@nom.ugt.org /

administracion@nom.ugt.org

**Lloc:** UGT Granollers, c. Esteve Terrades, 30-32

**Objectiu:** Oferir una visió genèrica de les matèries o els temes que com a delegats sindicals han de conèixer pel que fa a la negociació col·lectiva. Proporcionar al delegat els coneixements teòrics i pràctics per treure el major profit a les seves qualitats com a negociador.

### Intel·ligència emocional 30 hores

**Dies:** 1r dia dj. 18-10-18, 2n dia dj. 25-10-18, 3r dia dl. 29-10-18, 4t dia dl. 05-11-18 i 5è dia dl. 12-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Montse/Sandra, UGT Granollers,

tel. 93 870 42 58, a/e: ugt@nom.ugt.org /

administracion@nom.ugt.org

**Lloc:** UGT Granollers, c. Esteve Terrades, 30-32

**Objectiu:** Identificar l'enfocament de la intel·ligència emocional per desenvolupar programes d'aplicació en l'àmbit laboral, com a millora organitzacions. Els participants al finalitzar aquesta acció formativa podran: Comprendre la importància de les emocions en el pensament, actituds i comportament de la persona. Identificar el concepte d'Intel·ligència Emocional i la seva projecció en els àmbits personal i professional.

### Funcions dels representants dels treballadors 24 h.

**Dies:** 1r dia dt. 23-10-18, 2n dia dt. 30-10-18, 3r dia dt. 06-11-18, 4t dia dt. 13-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Montse/Sandra, UGT Granollers,

tel. 93 870 42 58, a/e: ugt@nom.ugt.org /

administracion@nom.ugt.org

**Lloc:** UGT Granollers, c. Esteve Terrades, 30-32

**Objectiu:** Conèixer els drets, les garanties i els deures dels representants legals dels treballadors per la seva aplicació en la empresa. Analitzar les diferents feines i responsabilitats que tenen els representants legals dels treballadors quan desenvolupen les seves funcions de representació.



## Cursos de formació sindical octubre 2018

Formació Sindical de la UGT de Catalunya

rbla. del Raval, 29-35, 08001 Barcelona

Tel. 93 268 7836, Fax 93 310 0571

a/e: [fsindical@catalunya.ugt.org](mailto:fsindical@catalunya.ugt.org)

web: <https://is.gd/UGTCatFSindical>

Els cursos de formació sindical de la UGT de Catalunya són per a delegats de comitès d'empresa, delegats de personal i delegats sindicals. Per inscriure't, has d'enviar-nos una Sol·licitud de participació (Annex 1) juntament amb fotocòpies del teu DNI i la teva última nòmina. El terme límit per inscriure't a un curs és 5 dies laborables abans del primer dia del curs al que desitges inscriure't. Recorda que el nombre de places és limitat. Gràcies.

## U.T. Tarragona

### Funcions dels representants dels treballadors 24 hores

**Dies:** 1r dia dj. 11-10-18, 2on dia dc. 17-10-18, 3r dia dt. 06-11-18, 4t dia dt. 13-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Demetrio, UGT Valls, tel. 977 60 33 04,

a/e: [valls@tarragona.ugt.org](mailto:valls@tarragona.ugt.org)

**Lloc:** UGT Valls, c. Muralla del Carme, 24, Entresol, B.C.

**Objectiu:** Conèixer els drets, les garanties i els deures dels representants legals dels treballadors per la seva aplicació en la empresa. Analitzar les diferents feines i responsabilitats que tenen els representants legals dels treballadors quan desenvolupen les seves funcions de representació.

### Prevenció de riscos laborals 30 h.

**Dies:** 1r dia dj. 18-10-18, 2n dia dc. 24-10-18, 3r dia dc. 31-10-18, 4t dia dj. 08-11-18 i 5è dia dj. 15-11-18

**Horari:** 09:00-14:00

**Contacte:** Anna Santo/Mar Vazquez, UGT,

tel. 977 66 17 51,

a/e: [elvendrell@tarragona.ugt.org](mailto:elvendrell@tarragona.ugt.org)

**Lloc:** UGT El Vendrell, c. del Nord, 11 i 13, 1a planta

**Objectiu:** Adquirir els coneixements tècnics necessaris per al desenvolupament de les funcions de nivell bàsic en matèria de prevenció de riscos laborals. Identificar i valorar les situacions potencials de risc per a la integritat i la salut de les persones en el medi laboral.

### Habilitats de comunicació 30 h.

**Dies:** 1r dia dc. 24-10-18, 2n dia dc. 31-10-18, 3r dia dc. 07-11-18, 4t dia dc. 14-11-18 i 5è dia dc. 21-11-18

**Horari:** 09:00-15:00

**Contacte:** Anna Santo, UGT Tarragona,

tel. 977 21 31 31,

a/e: [sformacio@tarragona.ugt.org](mailto:sformacio@tarragona.ugt.org)

**Lloc:** UGT Tarragona, c. Ixart, 11, 1a planta

**Objectiu:** Capacitar el delegat en les habilitats de comunicació oral i escrita.

## Terres de Lleida

### Legislació i normativa relacionada amb el diàleg social 20 h.

**Dies:** 1r dia dl. 15-10-18, 2n dia dl. 22-10-18, 3r dia dl. 05-11-18, 4t dia dv. 09-11-18

**Horari:** 09:00-14:00

**Contacte:** Tania/Isabel Esqueta, UGT Lleida,

tel. 973 27 08 01, a/e: [tfarre@lleida.ugt.org](mailto:tfarre@lleida.ugt.org)

**Lloc:** UGT Lleida, av. Catalunya, 2

**Objectiu:** Actualitzar als representants legals dels treballadors sobre els canvis normatius i legislatius. Potenciar el paper dels representants legals dels treballadors per executar correctament les seves funcions institucionals.

  
som drets. som lluita.