

la duda

Un rincón para resolver dudas que plantean los lectores en ámbitos muy diferentes del mundo del empleo. Se ofrecerán respuestas con la colaboración de expertos de distintas instituciones.

Envíe sus preguntas por correo (señalando Para Empleo) o al email empleo@diariodenavarra.es



? Tengo 36 años, y debido a la crisis, no tengo muchos años cotizados. Normalmente tengo trabajos temporales y, cuando no tengo contrato, cobro los 426 € del subsidio por desempleo. Me gustaría saber si, aún sin trabajar, puedo pagarme yo misma una cotización a Seguridad Social para conseguir aumentar mi vida laboral y la cotización. En caso afirmativo, ¿dónde debo dirigirme para solicitarlo? Y,

una pregunta más, ¿esa cotización que haga personalmente la podría interrumpir en las épocas en las que me encuentre trabajando y volver a reanudarla cuando termine? Puedes firmar un convenio especial con la Seguridad Social. Pregunta en la Tesorería General o bien consulta en la web www.seg-social.es/ en el apartado de Trabajadores. El requisito fundamental suele ser haber cotizado al menos 1.080 días en los últi-

mos doce años y hacer la solicitud antes de un año desde la última baja en el régimen de la Seguridad Social. Además, hay que tener en cuenta que el convenio no se paraliza o finaliza automáticamente cuando se produce un alta mediante un contrato como autónomo. Hay que comunicar expresamente a la Tesorería el fin del convenio para no pagar doblemente esos meses en los que el solicitante esté en activo.



DE VUELTA AL PUPITRE. De izquierda a derecha los autónomos pamploneses Carlos Medrano Sola, economista y divulgador de 43 años; la pedagoga Leticia Garcés Larrea, de 33; y la 'coach' y formadora Ana Apesteguía Armijo, de 39; en el aula del música del colegio público Ermitaberrí de Burlada. Medrano enseña educación financiera a alumnos; Garcés, educación emocional a docentes; y Apesteguía, emprendimiento. CALLEJA

pamplonesa Leticia Garcés Larrea, impulsora del colectivo 'Padres formados', ofrece este curso una formación en educación emocional a maestros de Educación Infantil y Primaria, con el título de 'Desaprender'.

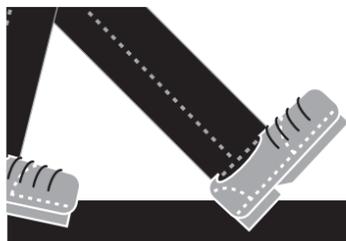
■ **QUÉ OFRECE** Se abordan temas como la inteligencia emocional, la psicología positiva, la emoción y la salud, la empatía, la resiliencia (saber afrontar los problemas), el rol del profesor en la educación emocional... De este modo, los docentes contarán con herramientas para educar emocionalmente a sus alumnos. Participan 40 docentes de 12 colegios públicos y concertados.

■ **CALENDARIO** Se trata de un curso de 30 horas; 20 presenciales y 10, de trabajo en casa. La diez sesiones se imparten en la Casa de Cultura de Villava, dos horas cada mes.

■ **PRECIO** La formación es gratuita para los docentes. Actualmente, la financia 'Padres formados' y para el próximo curso se prevé una subvención del Departamento de Educación del Gobierno de Navarra.

■ **POR QUÉ** "Era necesario que familia y escuela fueran de la mano".

■ **CONTACTO** info@padresformados.es



Aprender a emprender

■ **QUIÉN LO OFRECE** La 'coach'

Ahorro, alternativas al castigo o sevillanas

• La oferta de formación para alumnos, profesores y padres es muy amplia. En la mayoría de las ocasiones es gratis pero, en otras, hay que pagar

Los niños de 5º y 6º de Primaria (10-12 años) saben que se puede conseguir dinero trabajando, si te toca la lotería o alquilando una habitación del piso en el que vives. "El dinero es algo importante para todo el mundo. Y hay que aprovechar ese interés en el aula", apunta el economista Carlos Medrano Sola, que ha impartido charlas sobre economía financiera en algunos colegios (tres sesiones de una hora en cada curso). "Es una forma de enseñar que la economía puede ser divertida. Los profesores han valorado de forma positiva este proyecto", insiste. Y aboga por que haya más emprendedores que ofrezcan sus servicios en la escuela. "¿Por qué tienen que decidir los políticos qué aprenden mi hijos? Se debe dar más importancia a lo que interesa a padres y niños".

También defiende una mayor flexibilidad la pedagoga Leticia Garcés Larrea, impulsora del proyecto 'Desaprender', de educación emocional para maestros de Infantil y Primaria. "El aula tradicional ya no funciona y hay que introducir elementos novedosos, que permitan al niño recapacitar". Así, en sus sesiones ofrece a los docentes unas dinámicas en las que ellos "aprenden a ver todo lo que pueden ofrecer". La idea es "vivir el aula desde dentro". "El docente tiene que ponerse en el lugar del niño y ver de qué manera puede aprender". En una de sus sesiones recibió a los

maestros tocando la guitarra y todos se sentaron en corro. Después, cada grupo tenía que inventar la letra de una canción relacionada con la educación emocional... (cuando tengas un problema / puedes expresar tu pena / saca tu tristeza / déjala marchar...) "Muchos se dieron cuenta de cómo podían poner la música a disposición del niño". Su objetivo no es enseñar a los docentes, sino mostrarles cómo pueden desarrollar sus habilidades en el aula. Trabajan temas como la empatía, resolución de conflictos, gestión emocional o tolerancia a la frustración.

La 'coach' y formadora pamplonesa Ana Apesteguía Armijo también pretende ofrecer herramientas a los docentes. "La idea es que cada docente sepa cómo gestionar el proyecto que va a llevar a cabo; la colaboración con una ONG, con personas mayores, con un colegio de otro país..." Para eso, aclara, los alumnos tienen que "salir del aula", "negociar"... "Ser o no emprendedor depende mucho de la actitud que se tenga en la vida. Y nunca nos han enseñado a trabajarla. Si se aprende de pequeños, de mayores no tendrán que empezar de cero".

Nerea Moreno Elejaga estaba en el paro cuando el curso pasado decidió impartir clases de sevillanas para padres en el colegio de sus hijas (San Ignacio, Jesuitas). Aficionada al baile, da hora y media de clases dos días a la semana y cobra 30 euros al mes por persona (asisten 20) y con ese dinero paga el alquiler del aula de danza. "Me pareció buena idea para volver a trabajar y conocer más a los padres del centro".

pamplonesa Ana Apesteguía Armijo, impulsora de A3 Coaching, ofrece formación a los docentes de Primaria, Secundaria y universidad, para que puedan enseñar a sus alumnos a emprender en su vida.

■ **QUÉ OFRECE** Unas herramientas básicas para que cada maestro o profesora sepa cómo enseñar a sus alumnos a emprender. Trabajarán unos programas y objetivos diferentes según los objetivos de los niños, adolescentes y jóvenes. "Yo soy una extraña en el mundo de la docencia y no quiero enseñarles qué tienen que hacer con sus alumnos. Solo quiero ofrecerles unas herramientas o re-

ursos para que puedan trabajar mejor como ellos prefieran".

■ **CALENDARIO** Se adecua a las necesidades de cada centro (una clase semanal, un curso intensivo de un fin de semana...)

■ **PRECIO** La formación podría tener alguna subvención oficial (todavía está por definirse) para que los docentes no tengan que pagar.

■ **POR QUÉ** "Emprender no es solo crear tu propia empresa. Sirve para todo en la vida y hay que formarse".

■ **CONTACTO** info@a3coaching.com