



La Clau

Recursos per a una bona comunicació



Consorci d'ACCIO SOCIAL de la Garrotxa

Servei d'Atenció a la Comunitat



1. Introducció	3
2. Comunicació	4
3. Pla de comunicació	5
3.1. Nocions bàsiques del pla	6
4. Recursos: Proveïdors	
4.1. Disseny i impressió	7
4.2. Impressió	10
4.3. Retolació	11
4.4. Estampació	12
4.5. Varis	13
4.6. Empreses de distribució/repartiment	13
5. Mitjans de comunicació	
Locals	14
Província de Girona	15
Autonòmics	16
6. Organismes de la ciutat	16
7. Fonts d'informació i adreces d'interès	19

1. Introducció

La imatge pública d'una entitat és molt important per al seu èxit, tant per aconseguir recolzament econòmic com per poder aconseguir la cooperació desinteressada de col·laboradors o voluntaris.

Les entitats han de ser capaces de demostrar que mereixen el suport de la gent o les administracions. Hem de ser molt conscients que, a les entitats, **tot comunica**. Des dels treballadors, els voluntaris, el material gràfic, els esdeveniments que organitzen o la manera d'adreçar-se als mitjans de comunicació...

En l'actual era de la informació, les entitats s'han de saber adaptar a les noves i canviants realitats comunicatives. Han d'aprendre a comunicar-se d'una manera professional, ràpida i constant, i sempre amb la màxima eficiència possible.

El document que teniu a les mans us presenta **idees pràctiques** perquè la vostra entitat pugui comunicar amb èxit:

1- En un primer apartat trobareu les **nocions bàsiques** del que és un pla de comunicació i què heu de tenir en compte per dur-lo a terme.

2- La segona part del document és un **recull** de:

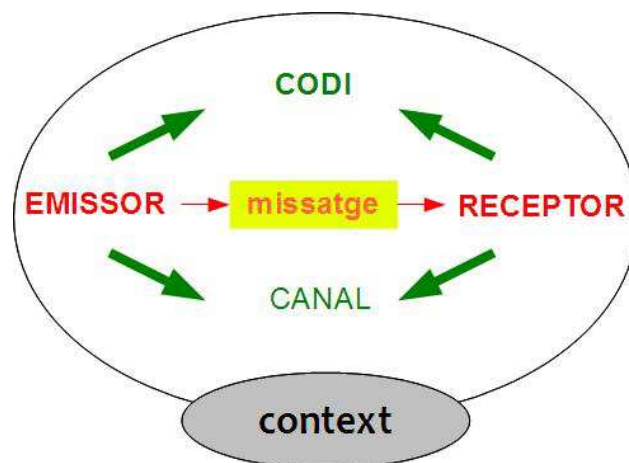
- contactes de proveïdors (disseny, impressió, retolació, distribució ...)
- contactes de mitjans de comunicació
- contactes de serveis públics de la ciutat que us poden donar un cop de mà

Esperem que aquest sigui un recurs útil per donar a conèixer la vostra entitat i les activitats que porteu a terme.

2. Comunicació

L'origen etimològic de la paraula comunicació prové del llatí COMUNICARE és a dir “posar en comú”.

Tradicionalment s'ha definit la comunicació com el procediment de transmissió d'informació des d'un punt d'**EMISSIÓ** fins a un punt de recepció (**RECEPTOR**) mitjançant un **MISSATGE**, en un **CODI** conegut per les dues parts i que es transmet a través d'un **CANAL** concret i en un **CONTEXT** determinat.



Allò que no es comunica, no existeix

3. Pla de comunicació

A decorative graphic consisting of a grid of colorful squares in various colors (red, orange, yellow, green, blue, purple, pink) arranged in a pattern that frames the title.

Tota entitat formada per persones necessita relacionar-se, transmetre, internament i externa les seves opinions, reivindicacions, necessitats o èxits.

Què és un pla de comunicació?

El pla de comunicació és una **eina de treball** de l'associació.

En el pla s'han de reunir les accions que l'entitat ha decidit posar en marxa per donar sortida als serveis i propostes de l'entitat, fidelitzar el públic propi, captar-ne de nou i rebre informacions i contactes externs.

Recollim, **en deu punts**, els aspectes que cal tenir presents a l'hora d'elaborar el pla de comunicació o de plantejar-nos accions de comunicació des de l'entitat.

- 1.L'associació ha de tenir una **missió i uns objectius clars** i consensuats per totes les persones que en formen part.
- 2.L'associació ha de tenir un **nom** que la identifica.
- 3.És bo tenir una imatge gràfica, un **logo** i uns **colors** que s'aplicaran a tots els elements on es pugui identificar l'associació.
- 4.L'associació té un **“personal”** preparat per a les necessitats comunicatives.
- 5.Les propostes de comunicació han d'incorporar una gran dosi d'**imaginació** garantint, però, la viabilitat i la coherència.
- 6.Han d'existir **diàlegs diferenciats** amb tots els receptors o públics. No tots són iguals.
- 7.La comunicació relaciona l'associació amb l'**exterior** per donar-se a conèixer i també per conèixer l'entorn i trobar recursos.
- 8.S'ha de comptar amb una **imatge associativa**, oberta i plural
- 9.S'han de prioritzar les accions que assegurin un **efecte multiplicador**: arribar al màxim de gent amb el mínim de recursos.
- 10.El **pressupost** de comunicació ha de ser proporcional als objectius, a les accions dissenyades, als recursos utilitzats i al pressupost global de l'associació.

3.1. Nocions bàsiques d'un pla de comunicació

Què volem comunicar?

missatge

A qui ho volem fer arribar?

receptors

Com ?
(Hem de tenir clar que, per arribar a públics diferents, haurem de fer-ho de maneres diferents)

Eines/Canals de difusió
(pressupost?)

On

Distribució
Repartiment

Quan

Dates/Calendari

Valoració

4. Recursos: Proveïdors



Full de mà, díptic, tríptic, llibret, anagrama, llibre d'estil, bàner, banderola, pancarta, postal, punt de llibre, invitació, marxandatge, senyalització, cartell, papereria, vinils, revista, targetes, estands, webs, enganxines...

4.1. Disseny i impressió

NOTA:

- Cal demanar sempre pressupostos a més d'un lloc per poder comparar.
- Els proveïdors del llistat NO SÓN ELS ÚNICS amb qui podeu treballar. És només una tria dels que han treballat en diferents serveis de l'Ajuntament.

Per ordre alfabètic:

BOADA/GRÀFIC

Contacte: Teia Boada
Ctra. Sta. Pau, 39
17174 Sant Feliu de Pallerols
689 30 85 50 / 972 444 424
teia@boadagrafic.com
www.boadagrafic.com

BARALLA

Contacte: Meritxell
656 96 18 40
baralla@baralla.net
web: baralla.net

disseny i +

Tel. 656 96 18 40

CREATIVE PRODUCTIONS

Contacte: Millaray Farreras
La Rectoria de les Encies
17172 Les Planes d'Hostoles
972 10 01 01/ 650 151 280
millaray.farreras@gmail.com
www.creativeproductions.es

CRITERI GRÀFIC

c. Sant Rafel, 35 2ⁿ 2a
972269181 / 606814133
Olot
criteri@criterigrafic.com
www.criterigrafic.com



**DANIEL FERNÁNDEZ, COMUNICACIÓ VISUAL I
COMUNICACIÓ SOCIAL**

Contacte: Daniel Fernández
Can Vidal, La Cot
17811 Santa Pau
605 90 21 77
info@lagartofernandez.net
Web: Comunicació Visual:
www.lagartofernandez.net/web
Web: Comunicació Social: www.lagartofernandez.info



DEMANERAGRÀFICA

Contacte: Xevi Prat
Ronda Fluvià, 6
Olot
972 27 16 69 / 646 028 429
xeviprat@demaneragrafica.com
www.demaneragrafica.com

demaneragràfica

DUMMIESGRÀFIC

Contacte: Rafel Herrero; 636 12 42 99
C/ Hipòlit Lázaro, 25, 3r, 1a
Olot
rafel@dummiesgrafic.com
www.dummiesgrafic.com
www.facebook.com/dummiesgrafic
www.twitter.com/dummiesgrafic



FRAME

Contacte: Joan López
C/ Olot, 6 2-2 Castellfollit de la Roca
972 20 58 65 / 653 84 10 01
joan@framegirona.com / frame@framegirona.com



GELIS DISSENYADORS SL

Contacte: Pere Gelis
Av. Santa Coloma, 35 baixos
Olot
972 26 57 58 Tel. Mòbil: 636 512 908
Contacte clients: Cati Badosa
gelis@igelis.com
www.gelis.cat

IDEA HOUSE

Contacte: Roser Bona
Av. Països Catalans, 50
Riudellots de la Selva
972 63 74 07 / 626 44 96 47
roserbona@movistar.es



IMMA CASALS

Imatge i comunicació
Mas Dilmer ,s/n
17179 La Pinya
972 27 16 14/ 637 447 490 Vall d'en Bas
ic@immacasals.net
<http://www.immacasals.net>



LLUÍS SALAVEDRA

Contacte: Lluís Salavedra (Impremta Aubert)
Polígon industrial Can Corominas, s/n
Sant Joan les Fonts
972 29 30 10
sali@aubert.cat
www.aubert.cat



MAGDA PUJOLÀS DISSENY

Contacte: Magda Pujolàs Xarles
Passatge de vivendes Sant Joan, 5
Sant Joan les Fonts
972 26 98 15 / 616 17 12 09
magda@magdadisseny.com



<p>The Graphic room Estudi de disseny gràfic·Serveis d'impressió·Publicitat Contacte: Roser Puig Ctra. Santa Pau, 18 · Olot Tel. 972 26 74 09 / 699 08 19 05 thegraphicroom@gmail.com www.thegraphicroom.es</p>	
---	---


<p>VOLCANO GRUP C/ Carme, 79-85 entresòl 1a Girona 972 22 36 19 / 626 22 37 02 info@volcanogrup.com www.volcanogrup.com</p>	
---	---

4.2. Impressió (paper/retolació)


NOTA:

- Cal demanar sempre **pressupostos a més d'un lloc** per poder comparar.
- Un bon dissenyador sap com s'ha d'entregar un arxiu a impremta!
- *Els proveïdors del llistat **NO SÓN ELS ÚNICS** amb qui podeu treballar. És només una tria dels que han treballat en diferents serveis de l'Ajuntament.*

Per ordre alfabètic:

<p>ALZAMORA Contacte: Jordi Sellas Ctra. Nacional, 260, km 81 Sant Joan les Fonts 607 26 85 28 jsellas@almazora.es www.alzamora.com</p>	
---	---

<p>ARQUÉS CÒPIES Contacte: Àngels Bullón Plaça del mig, 5 Olot 972 26 03 86 comandes@arquescopies.com</p>	
---	---

<p>GRÀFIQUES GARROTXA Contacte: Carles López C/Vallespir, 10 (polígon Escola Llar) Olot 972 27 04 27 garrotxa@gmail.com</p>	
--	--

IMPREMTA AUBERT

Contacte: Joan Aubert
Polígon Industrial Can Corominas s/n
Sant Joan les Fonts
972 29 30 10
joan@aubert.cat
www.aubert.cat



IMPREMTA CALLÍS, SL

Contacte: M^aÀngels Castro
C/Enric Granados, 26
Olot
972 27 10 26
disseny@impremtacallis.es



IMPREMTA COSTA SC

Contacte: Marta Costa
Av. Europa, 42
Olot
972 26 03 41
impremtacosta@telefonica.net
www.impremtacosta.cat



IMPREMTA DELTA

Passeig d'en Blay, 13
17800 OLOT Girona
T 972 26 14 55 / F 972 27 05 39
impremtadelta@impremtadelta.com



4.3. Retolació

RETMIQ

Contacte: Miquel Arbusà
C/Pladevall, 26. Polígon Begudà
Sant Joan les Fonts
972 27 27 06
retmiq@hotmail.com



RÈTOLS MATEU

Contacte: Glòria Capdevila
Av. Malatosquer s/n
Olot
972 26 85 47



info@retolsmateu.cat
www.retolsmateu.cat

RÈTOLS PLANELLA

Contacte: Vicens Planella
C/ Compositor Pedrell, 17
Olot
972 27 15 08
info@retolsplanella.com

4.4. Estampació

ESTAMPATS LLACH

C/Miguel de Cervantes, 7
17800 Olot
972 26 34 37
estampatsllach@estampatsllach.com
www.estampatsllach.com



KAN BITXO SC

*Serigrafia, tampografia, estampats amb vinil,
marxandatge i disseny d'estampacions tèxtils.*

Av. Europa, 56
Polígon Industrial Pla de Baix
972 27 15 27
info@kanbitxo.cat
www.kanbitxo.cat

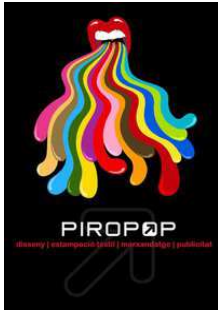


SAFON SL

Avinguda dels Volcans, 11
17811 Santa Pau
972 26 83 04
safon@safon.com

4.5. Varis

<p>ARPUBA (Articles publicitaris Banyoles) serigrafia, tampografia, brodat, vinil, impressió digital...etc Av. Països Catalans, 191 972576032 – 972576134 17820 Banyoles info@arpuba.cat www.arpuba.cat</p>	
---	---

<p>PIROPOP GRAPHIC Disseny, estampació tèxtil, marxandatge, publicitat Consell de Cent s/n Olot 972 26 02 11 piropopgraphic@gmail.com http://www.piropop.com/</p>	
--	---

4.6. Empreses de distribució/repartiment

<p>BÚSTIA A BÚSTIA Contacte: Lluís C/ Mestre Vives, 9 17800 Olot 696291669 bustia@bustia.es</p>	
--	--

<p>REPARTIDORS CREEM, DISSENYEM, IMPRIMIM I REPARTIM Contacte: Remei Espadas Pla d'en Xunclà Bloc B, Nau 3 17840 Sarrià de Ter, Girona 687 70 20 93 info@repartidors.cat comercial@repartidors.cat</p>	
---	---

<p>S.P.M. Contacte: Miquel Serrat C/ Marià Vayreda, 2 17800 Olot 972 26 66 00</p>	
--	--

5. Mitjans de comunicació

LOCALS

MITJÀ	CONTACTE	TELÈFONS	WEB	@MAIL
TELEVISIÓ				
Olot TV	Joan Manuel Robles	972 27 55 55	Web: www.olot.tv	informatius@olot.tv mac@olot.tv (temes culturals)
PREMSA				
La Comarca	Cristina	972 26 74 67	http://www.lacomarca.cat/	lacomarca@lacomarca.cat
El 29	Jordi Cutrina	638 85 08 90	www.el29.com	el29@el29.com info@el29.com
Mou-te	Miquel Serrat	972 26 66 00	http://www.revista-mou-te.cat	revista-mou-te@terra.es
El Punt	Jordi Casas	972 26 76 22 647 59 50 47	http://www.elpuntavui.cat	jcasas@elpunt.cat
Diari de Girona	Xavier Valeri	972 26 88 11 659 14 08 50	http://www.diaridegirona.cat	garrotxa.diaridegirona@epi.es
El Ripollès		972 70 21 12		publicitat@corisa.cat informatius@corisa.cat
El 9Nou		93 889 49 49		
VicOlot	Roger	620 65 70 41	http://vicolot.com	lluis@vicolot.com
RÀDIO				
Ràdio Olot		972 26 17 50	www.radiolot.cat	publicitat@radio-olot.com radio@radiolot.cat
Ràdio Sant Joan (St. Joan Les Fonts)		972 29 00 28	http://www.radiosantjoan.es/	
Ràdio la Vall (Les Preses)	Jordi Rocasalva	972 69 33 33	http://www.radiolavall.com	radiolavall@gmail.com
Catalunya Ràdio	Albert Requena	972 21 37 38	Comarques gironines	informatiusgirona@catradio.cat
Ràdio 90	Àngel Serrat	605 986 225	www.r90.org	r90@r90.org
Ràdio Les Planes	Joan Soler	972 44 83 65		radio@radiolesplanes.com
DIGITAL				
NacióDigital	Pau Masó	680 47 15 72	http://www.naciodigital.cat/lagarrotxa	naciogarrotxa@naciodigital.cat
elgarrotxi.cat	Rafa Reina	Redacció:	www.elgarrotxi.cat	elgarrotxi.cat@gmail.com

		648 696 451 Administració, publicitat i coordinació. 627 864 822	
Agència Catalana de Notícies	Lourdes Casademont		comarquesgironines@acn.cat

PROVÍNCIA GIRONA

MITJÀ	CONTACTE	TELÈFONS	WEB	@MAIL
TELEVISIÓ				
TV3	Marta Masó	972 22 02 26		mmaso.z@tv3.cat
	Isabel Pascual (responsable de Tv3 a Girona)			
RÀDIO				
Com Ràdio	Albert Almeda	972 20 10 11 607 18 87 44		
Cadena Ser		972 22 11 00		informatiusgirona@unionradio.es
Onda Rambla	Baltasar Ramon	972 21 36 00		
RAC1		972 41 69 37		evilar@publipressmedia.com
Catalunya Ràdio	Albert Requena	972 21 37 38	Comarques gironines	

AGENDES

MITJÀ	CONTACTE	TELÈFONS	WEB	@MAIL
Agenda Entitats	Estel Muntada	972 26 66 44 679 69 84 47	www.entitatsgarrotxa.cat	entitatsgarrotxa@casg.cat
Agenda Olot	Rosa Rebugent	972 27 27 70	http://www.agendaolot.cat	cultura@olot.cat
Turisme Olot	Núria Valverde	972 26 03 55	http://www.turismeolot.com	nvalverde@olot.cat
Turisme Garrotxa	David Curós	972 27 16 00	http://www.turismegarrotxa	dcuros@turismegarrotxa.com
Què vols fer?	Rocío Romero		http://www.quevolsfer.cat	hola@quevolsfer.cat
Patronat de Turisme de Girona	Dúnia Coromina	972 20 84 01 fax: 972 22 15 70	www.costrabrava.org	dcoromina@costabrava.org
Agenda Cultural Generalitat	Jordi Nierga	972 22 54 15	http://cultura.gencat.cat/agenda	
Festa Catalunya		93 804 63 59	www.festacatalunya.cat	tradicional@firesifestes.com

EN PAPER

Espais i equipaments de la ciutat amb plafons, Cartelleres...

EQUIPAMENT	ADREÇA
Ajuntament d'Olot	Passeig Ramon Guillamet, 10
Biblioteca Marià Vayreda	Carrer Pati, 2
LIDEAL Oficina Jove	Plaça Clarà, 6
Consorci d'Acció Social de la Garrotxa	Plaça Palau, 8
Espai de les entitats Proa, 16	Carrer Proa, 16
Espai de les entitats Blay,6	Passeig d'en Blay, 6
Espai de les entitats Lliberada, 9	Carrer Lliberada Ferrarons, 9
Núria Social	Carrer del Carme, 8
Consell Comarcal de la Garrotxa	Avinguda Onze de Setembre, 22
Can Montsà	Carrer Joan Pere Fontanella, 3
ICCO, Institut de Cultura de la Ciutat d'Olot	Can Trincheria, carrer Sant Esteve, 29
IMPO, Institut Municipal de Promoció d'Olot	Carrer Tomàs de Lorenzana, 15
IME, Institut Municipal d'Educació	Ctra. Sant Joan les Abadesses, 20
Oficina de Turisme d'Olot	Carrer Dr. Fàbregas, 6

6. Organismes de la ciutat

ConSORCI d'Acció Social de la Garrotxa
Servei d'atenció a la comunitat
Plaça Palau, 8
972 26 66 44
mdelga@casg.cat
emuntada@casg.cat



En què podem ajudar les entitats?

- Com fer un pla de comunicació de l'associació.
- Dossier de recursos de comunicació.
- Difusió de les activitats.
- Espai per deixar fulletons de les activitats de les entitats.
- Fira d'entitats: espai de difusió de les entitats.
- Web d'entitats www.entitatsgarrotxa.cat

Oficina de Turisme d'Olot

972 26 01 41 / 972 26 03 55
turisme@olot.cat
agenda@olot.cat



En què podem ajudar les entitats?

- Actes al web de Turisme
- Espai per deixar els fulletons de les activitats de les entitats

ICCO (Institut de Cultura de la Ciutat d'Olot)

C/ Sant Esteve, 29
972 27 27 77
rsargatal@olot.cat
rrebugent@olot.cat
rortiga@olot.cat
www.olotcultura.cat/agenda



En què podem ajudar les entitats?

- Revista *El Plafó* (per fer difusió de les activitats)
- Agenda d'actes al web de l'ICCO (www.olotcultura.cat/agenda)
- Difusió d'activitats al programa “MAC” d'Olot TV.

IMEJO (Institut Municipal d'Educació i Joventut)

Av. Sant Joan les Abadesses 20, 22
972 27 00 49
ime@olot.cat



En què podem ajudar les entitats?

- Difusió de les activitats per correu electrònic sempre que estiguin adreçades a escolars.
- Difusió de les activitats per correu electrònic adreçades a entitats juvenils.

SERVEI DE CATALÀ OLOT-LA GARROTXA

Centre de Normalització Lingüística de Girona
Carrer Fontanella, 3
972 27 09 02
olot@cpnl.cat
www.cpnl.cat/olot-garrotxa



En què podem ajudar les entitats?

- Servei de revisió de textos (fulls publicitaris, revistes, díptics de l'entitat...) i revisió de la pàgina web.
- Taller Optimot: més enllà de la consultes lingüístiques. Una eina de millora a la xarxa útil, completa i gratuïta!
- Formació a mida d'entitats i associacions
- Cursos generals de llengua

OAC (Oficina d'Atenció al Ciutadà)

Pg. Ramon Guillamet, 10
972 27 91 01
atencioalciutada@olot.cat



En què podem ajudar les entitats?

- Registre d'entitats municipal. Altes, baixes i modificacions
- Instàncies pels temes d'ocupació via pública (celebracions festes de barri, activitats a la via pública, pancartes, banderoles)
- Instàncies per demanar material a la brigada municipal.

CONSELL COMARCAL de la GARROTXA

Avda. Onze de Setembre, 22
972 27 49 00
presidencia@garrotxa.cat



En què podem ajudar les entitats?

- Cada entitat té a disposició 10 falques de ràdio anuals per activitats.
- L'entitat organitzadora ha de ser una entitat sense ànim de lucre i ha d'oferir l'activitat gratuïtament.

–Ampliar el número de falques publicitàries a ràdio Olot. Cal enviar un correu a l'atenció de Sònia Santiago (previ contracte amb Ràdio Olot) a presidencia@garrotxa.cat.

–Cal enviar-ho una setmana abans de l'acte i incloure-hi tota la informació que es vulgui difondre i un telèfon de contacte.

JOVENTUT GARROTXA

Avda. Onze de Setembre, 22

972 27 52 42

joventut@garrotxa.cat



En què podem ajudar les entitats (principalment juvenils)

Recursos :

- **Préstec** d'ordinadors portàtils i canó de projecció (consulteu preus al web garrotxa.cat /àrees i serveis/ àrea d'innovació tecnològica i suport informàtic)

Serveis:

- **Informació** i assessorament sobre com crear o modificar una entitat juvenil i com inscriure's al cens de la Direcció General de Joventut

- Tramitació de subvencions de la Direcció General de Joventut.

- Punt d'inscripció d'activitats

- Promoció d'actes i activitats, de 3 maneres diferents:

- Tramesa d'informació a tots els ajuntaments de la comarca. Cal fer arribar un mínim de 21 exemplars d'allò que vulgueu promocionar.

- Tramesa d'informació als centres d'ensenyament secundari. S'envia de setembre a maig. Cal fer arribar un mínim de 8 exemplars d'allò que vulgueu promocionar.

- Cartellera a la pròpia seu del Servei de Joventut.

Ajuts i subvencions:

Les entitats de joves tenen accés a subvencions i ajuts per diferents conceptes: per activitats, per inversions en béns immobles, per a projectes de cooperació, solidaritat, camps de treball...

El requisit indispensable per poder accedir-hi és estar inscrit al cens d'entitats juvenils de la Secretaria de Joventut. La inscripció al cens és telemàtica i també dóna dret a rebre informació d'interès per a les entitats.

Des del web www.garrotxajove.cat també podeu trobar enllaços d'interès relacionats amb temes de joventut, associacionisme i voluntariat. Igualment com normatives i recomanacions relacionades amb l'organització d'activitats juvenils.



En què podem ajudar a les entitats?

–Jo també sóc 100%!

Olot té una nova marca de ciutat que pretén transmetre l'essència de la ciutat, tant al públic d'Olot i la Garrotxa (ciutadania, entitats i empreses) com a l'extern (nacional i internacional).

La nova marca només exigeix tres coses: l'estima per la ciutat, la confiança en les seves potencialitats i la generositat per difondre-la.

Si com a associació es vol utilitzar el 100%t en les seves múltiples variants i grafies, cal posar-se en contacte amb DINÀMIG

- Activitats dins el marc de les fires que organitza DINÀMIG
- Difusió de les activitats per correu electrònic a través de les bases de mitjans de comunicació de DINÀMIG.

7. Fonts d'informació i adreces d'interès

Fonts d'informació:

–Figueres, Elisenda; *Caminar per existir. Manual sobre la comunicació global de les associacions.* Ajuntament de Barcelona

El podeu descarregar a : <http://tjussana.entitatsbcn.net/tj/utillspractics.php>

–*Guió Pla de Comunicació*; Escola del Territori.

El podeu descarregar a: www.centresostenibilitat.cat/

A la pestanya: Documents – Fet a Mida - Com fer un pla de comunicació.