



IKASTAROA: Garaiko eta tokiko sukaldaritza begetarianoa (2024-01)

Tailerretan taldeak du berebiziko garrantzia eta janaria prestatzeko era jasangarri eta osasuntsu batean oinarrituta, elikadura eredu eraldatzailearen gakoak ezagutuko ditugu, bertako eta garaiko elikagaiak erabiliz. Geure buruarekiko eta naturarekiko errespetua eta zaintza garatzeko, landa eremu biziaren garrantzia aldarrikatzeko, emakume nekazarien lana ikusarazteko eta bizitza erdigunean jartzeko asmoz sortutako tailerra da.

Helburuak: sormena eta ahalduntzea sukaldean garatzea, garaiko eta bertako elikagaiekin plater osasuntsu eta goxoak prestatzea eta sukaldaritza agroekologikoaren oinarriak ezagutzea.

Edukiak: bertako eta sasoiko produktuak, sukaldaritza ekofeminista kontzeptua, agroekologia eta elikadura burujabetza, emakume baserriarren aitortza, sukaldaritzako hainbat teknika ezagutu era praktikatu.

Tramitatzailerak: Eibarko Udaleko Berdintasun Zerbitzua, Emakumearen Mahaiaren lankidetzaz.

Nork emango du: Maitane Cabeza Bastias, Koxinatu.

Hartzaileak: 18 urtetik gorako emakume interesatu guztiak.

Non eta noiz: Andretxea. 2024ko urriak 11, 18 eta 25 eta azaroak 8 eta 15.

Ordutegia: 10:00etatik 12:00etara

Ikastarora ekarri behar den materiala: Amantala, tupperra eta mozteko taula.

CURSO: Cocina vegetariana local y de temporada (2024-01)

En los talleres el grupo tiene una gran importancia y, desde una forma sostenible y saludable de cocinar, conoceremos las claves de un modelo de alimentación transformador, utilizando alimentos autóctonos y de temporada. Se trata de un taller que pretende desarrollar el respeto y el cuidado de nosotras mismas y de la naturaleza, reivindicar la importancia del medio rural vivo, visibilizar el trabajo de las mujeres agricultoras y poner la vida en el centro.

Objetivos: desarrollar la creatividad y el empoderamiento en la cocina, preparar platos sanos y sabrosos con alimentos de temporada y autóctonos y conocer las bases de la cocina agroecológica.

Contenidos: productos locales y de temporada, el concepto de cocina ecofeminista, la agroecología y la soberanía alimentaria, el reconocimiento de las mujeres rurales, la práctica y el conocimiento de diversas técnicas culinarias.

Órgano tramitador: Servicio de Igualdad del Ayuntamiento de Eibar en colaboración con la Mesa de la Mujer.

Impartidores/as: Maitane Cabeza Bastias, Koxinatu.

Destinatarias: Toda mujer interesada a partir de 18 años.

Lugar y fechas de celebración: Andretxea. 11, 18 y 25 de octubre y 8 y 15 de noviembre de 2024.

Horario: de 10:00 a 12:00.

Material a aportar por las alumnas: Delantal, tupper y tabla de cortar.

**Ikastaroaren prezioa:**

- Eibarren erroldatutako emakumeentzat **10 €**.
- Eibarren erroldatuta ez dauden emakumeentzat **15 €**.

Ikastaroaren ordainketa: matrikula ordainketa bakar batean kobratuko da, erreziboa helbideratuta.

Ikasle kopurua: gutxienez 8 ikasle, eta gehienez 12 ikasle.

Ikastaroaren hizkuntza: gaztelania.

Aurrematrikula: ikastaroan izena emateko aurrematrikula egin behar da **2024ko irailaren 1etik 25era (biak barne)**. Aurrematrikula egiteko **formulario bat bete behar da elektronikoki ondorengo estekan:**

<https://formularioak.eibar.eus/eu/sukaldaritzza2024-01>

Kudeaketa arauak:

Matrikularako izena eman duten pertsonen kopurua ez bada heltzen ikastaroa emateko ezarritako gutxieneko ikasle-kopurura, ez da ikastarorik egingo. Abisua udalaren web orrian emango da (www.eibar.eus) irailaren 27an.

Matrikularako izena eman duten pertsonen kopuruak ezarritako gutxieneko ikasle-kopurua gainditzen badu eta ezarritako gehieneko ikasle-kopurutik gorakoa ez bada, matrikula guztiak onartuko dira. Onartu diren pertsonen izenekin zerrenda bat egingo da. Zerrenda hori PEGORAn eta udalaren webgunean (www.eibar.eus) egongo da irailaren 27tik aurrera.

Matrikularako izena eman dutenen kopurua ezarritako gehieneko ikasle-kopurutik gorakoa bada, ikasleen aukeraketa zozketa bidez egingo da. Zozketa Gizartekintzan (Berdintasun Zerbitzua) egingo da. Hona hemen zozketa-eguna eta ordua: Eguna: otsailaren 27an. Ordua: 13:00. Zozketa era honetan egiten da:

Precio del curso:

- **10 €** (empadronadas en Eibar).
- **15 €** (No empadronadas en Eibar).

Forma de pago: la matrícula se cobrará en un único pago mediante recibo domiciliado.

Número de alumnas: mínimo 8, y máximo 12.

Idioma del curso: castellano.

Pre-matrícula: para inscribirse en el taller se debe realizar una pre-matrícula del **1 al 25 de septiembre de 2024 (ambos inclusive)**. Para realizar la pre-matrícula **se debe cumplimentar el formulario que está disponible en el siguiente enlace:**

<https://formularioak.eibar.eus/es/sukaldaritzza2024-01>

Normas de gestión:

En caso de que el número de personas matriculadas no supere el número mínimo de alumnas establecido, la impartición del cursillo será cancelada. Se publicará un aviso en la web municipal (www.eibar.eus) el día 27 de septiembre.

En caso de que el número de personas matriculadas supere el número mínimo de alumnas pero no supere el número máximo establecido, se admitirán todas las matrículas. El listado de las personas admitidas estará disponible en PEGORA, Oficina de Servicio a la Ciudadanía y en la página web municipal (www.eibar.eus) a partir del 27 de septiembre.

En caso de que el número de personas matriculadas supere el número máximo de alumnas establecido, la selección del alumnado se realizará mediante sorteo. El sorteo se realizará en Servicios Sociales (Servicio de Igualdad) el día 27 de septiembre a las 13:00 horas. El sorteo se realizará de la siguiente forma:



- Zozketa egin aurretik ikastarorako izena eman duten pertsona guztien zerrenda bat egiten da alfabetoaren arabera ordenatuta; bakoitzari zenbaki bat ematen zaio.
- Zaku baten sartzen dira zenbaki guztiak eta zenbaki bakar bat ateratzen da.
- Aukeratzen diren pertsonak zenbaki horretatik aurrerako zenbakiak dituztenak izaten dira, ikastaroa emateko dauden leku guztiak bete arte.
- Previo al sorteo, se genera un listado con todas las personas inscritas en el cursillo ordenado alfabéticamente y se les asigna un número siguiendo el orden mencionado.
- En un saco se introducen tantos números como personas solicitantes y se extrae un único número.
- Las personas seleccionadas o agraciadas son las que van correlativamente desde ese número en adelante, hasta cubrir el número de plazas máximo del cursillo.

Onartzen diren pertsonen izenekin zerrenda bat egingo da. Zerrenda hori PEGORAn eta udalaren webgunean (www.eibar.eus) egongo da irailaren 27tik aurrera.

Se realizará un listado con las personas admitidas. El listado estará disponible en PEGORA, Oficina de Servicio a la Ciudadanía y en la página web municipal (www.eibar.eus) a partir del 27 de septiembre.

Onartzen diren pertsonen zerrenda argitara ematen den unean sortzen da matrikularen zenbatekoa ordaintzeko obligazioa. Ikastaroa utzi edo ikastaroan baja ematen duen pertsonak ez du izango matrikularen zati proportzionala jasotzeko eskubiderik.

En el momento de publicar el listado de personas admitidas se devenga la obligación de pago de la matrícula. Las personas que se den de baja, no tendrán derecho a la devolución de la parte proporcional.

Oharrak:

Observaciones:

Aurre-inskripzioen onarpenaren abisua jaso ondoren, behin betiko inskripzioa egin behar da, eta ondoren adierazten den dokumentazioa ikastaroa egiten den lehen egunean aurkeztu behar da:

Tras recibir el aviso de la aceptación de la preinscripción, es necesario realizar la inscripción definitiva, presentando la siguiente documentación el primer día del curso:

- *Garaiko eta tokiko sukaldaritza begetarianoa* tailerrean izena emateko inprimakia behar bezala beteta eta sinatuta.

- Solicitud de matriculación en el taller Cocina vegetariana local y de temporada, debidamente cumplimentada y firmada.

Informazio gehiago: 688 85 34 40 telefonoan.

Para más información: 688 85 34 40.