



EIBAR
Berdintasun Zerbitzua
Servicio de Igualdad
Andretxea



IKASTAROA: Barre egiten berrikastea: barreterapia tailerra (2026-01)

Barrearen, jolasaren, artearen, gorputzaren eta mugimenduaren bidez gure benetakotasunarekin, motibazioarekin eta alaitasunarekin konektatzeko ahalduztze-tailerra da. Nork bere burua zaintzeko espazio bat, esperimentatzeko, desblokeatzeko, gozatzeko, geure burua pixka bat gehiago ezagutzeko eta geure buruarekiko konfiantza handitzeko, barreterapiak eskaintzen duen ikuspegi ludiko, afektibo eta dibertigarritik.

Helburuak: Patriarkatua eta beste zapalkuntza-sistema batzuk ondoezen kausa direla ohartzea, eta nola eragiten duten gure emozioak adierazteko, isilarazteko eta/edo ukatzeko moduan, bai eta pertsona batekiko eta besteekiko harremanean ere; geure burua ezagutzea, autoestimua indartzea, konfiantza eta segurtasuna irabaztea, komunikazio- eta harreman-trebetasunak entrenatzea, animoa hobetzea eta praktika, estrategia eta alternatiba feministak ezagutzea, alaitasuna eta ongizatea bultzatzeko.

Edukiak: barreterapia zer den; umorea zer den eta nola baldintzatzen duten hainbat baldintzatzaile sozial eta kulturalak; indarkeria sinbolikoaren azterketa umorearen bidez; emakumeen beharrak, zailtasunak eta askatasuna adierazteko, iritzia emateko eta mugak jartzeko; nork bere burua ezagutzeko eta gorputzaren eta emozioen kontzientzia izateko dinamikak; barre sakona askatzeko teknikak; dinamika artistiko eta sortzaileak eta afektibitate, autozaintza eta zaintza kolektiboko dinamikak.

Organo tramitatzailerak: Eibarko Udaleko Berdintasun Zerbitzua, Emakumearen Mahaiaren lankidetzaz.

Nork emango duen: Belén Seoane Crespo

Hartzaileak: interesa duten 18 urtetik gorako emakumeak.

Non eta noiz: Andretxea. 2026ko urriak 20 eta 27, azaroak 3, 10 eta 17 eta abenduak 1 eta 15.

Ordutegia: 18:00etatik 20:00etara

Ikastarora ekarri behar den materiala: Arropa eroso, ura, irrist egiten ez duten oinetakoak eta galtzerdi lodiak.

Ikastaroaren prezioa: 39,59 €.

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

Ikasle kopurua: gutxienez 8, eta gehienez 16.

Ikastaroaren hizkuntza: gaztelania

Aurrematrikula: ikastaroan izena emateko aurrematrikula egin beharko da **2026ko irailaren 1etik 23ra (biak barne)**. Aurrematrikula egiteko **formulario bat bete beharko da elektronikoki esteka honetan:**



<https://formularioak.eibar.eus/eu/barre2026-01>

Kudeaketa-arauak:

Matrikularako izena eman duten pertsonen kopurua ez bada heltzen ikastaroa emateko ezarritako gutxienekora, ez da ikastarorik egingo. Abisua udalaren web-orrian emango da (www.eibar.eus) irailaren 25ean.

Matrikularako izena eman dutenen 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, PEGORAn eta udalaren webgunean (www.eibar.eus) egongo dena irailaren 25etik aurrera.

Matrikularako izena eman dutenen kopurua ezarritako gehieneko ikasle-kopurutik gorakoa bada, ikasleen aukeraketa zozketa bidez egingo da. Zozketa Gizartekintzan (Berdintasun Zerbitzua) egingo da, irailaren 25ean, 09:00etan. Era honetan egingo da:

- Zozketa egin aurretik ikastaroan izena eman duten pertsona guztien zerrenda bat egingo da alfabetoaren arabera ordenatuta; bakoitzari zenbaki bat emango zaio.
- Zaku baten sartuko dira zenbaki guztiak eta zenbaki bakar bat aterako da.
- Aukeratutako pertsonak zenbaki horretatik aurrerako zenbakiak dituztenak izango dira, ikastaroa emateko dauden leku guztiak bete arte.

Onartutakoen izenekin zerrenda bat egingo da, PEGORAn eta udalaren webgunean (www.eibar.eus) egongo dena irailaren 25etik aurrera.

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

Oharrak:

Aurrematrikularen onarpenaren abisua jaso ondoren, behin betiko izen-ematea egin behar da, dokumentazio hau aurkeztuz ikastaroaren lehen egunean:

- *Barre egiten berrikastea: barre terapia* tailerrean izena emateko inprimakia, behar bezala beteta, eta sinatuta.

Informazio gehiago: 943 54 39 38 telefonoan.