



## **IKASTAROA: Sasoiko sukaldaritza: Zer egin dezaket nire udaberriko barazki-saskiarekin? (2024-01)**

Tailer honetan udaberriko barazkiak eta berdurak prestatzen ikasiko da, loreekin, zereal integralekin, proteina begetalekin, algekin eta abarrekin konbinatuz. Halaber, ebakitzeko eta egosteko teknikak ezagutaraziko dira. Urte sasoi honetako plateren teknika bereizgarriak dira, gure osasunerako onenak. Tailerreko lehen egunean azalpen teorikoa eta errezeta-liburua emango dira. Hurrengo egunetan, menu osoak, askotarikoak eta orekatuak prestatuko dira, nekazaritzako produktu ekologikoetan eta begetarianoetan oinarrituta.

**Helburuak:** udaberrian sasoiko barazkiak identifikatzea eta haien nutrizio-onurak ulertzea, biltegitratzeko eta kontserbatzeko teknikak ikastea eta udaberriko barazkiak erabiliz presta daitezkeen zenbait errezeta deskubritzea, tokiko sasoiko elikagaien kontsumoa sustatzea eta barazki horiek maneiatzeko berariazko tekniken bidez parte-hartzaileen sukaldaritza-trebetasunak hobetzea.

**Edukiak:** udaberriko barazkien identifikazioa eta nutrizio-onurak, barazkien kontserbazioa eta biltegitratzea, udaberriko barazkiekin egindako errezetak eta sukaldaritza-teknikak.

**Tramitatzailerak:** Eibarko Udaleko Berdintasun Zerbitzua, Emakumearen Mahaiaren lankidetzaz.

**Nork emango du:** Sustraiak Catering

**Hartzaileak:** 18 urtetik gorako emakume interesatu guztiak.

**Non eta noiz:** Andretxea.

- **Euskarazko taldea:** 2024ko maiatzak 9, 16, 23 eta 30.
- **Gaztelaniazko taldea:** 2024ko maiatzak 15, 22, 29 eta ekainak 5.

**Ordutegia:**

- **Euskarazko taldea:** 10:00etatik 12:30era
- **Gaztelaniazko taldea:** 17:00etatik 19:30era

**Ikastarora ekarri behar den materiala:** Ez dute materialik ekarri behar.

**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 10 ikasle.

**Ikastaroaren hizkuntza:** bat euskaraz eta beste bat gaztelaniaz.



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

<https://formularioak.eibar.eus/eu/sasoikosukaldaritzza2024-01>

#### **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](http://www.eibar.eus)), otsailaren 27an.

Matrikularako izena eman duten pertsonen kopurua 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](http://www.eibar.eus)) egongo da otsailaren 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: 17:00. Zozketa era honetan egiten da:

- 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.
- Aukeratuko diren pertsonak zenbaki horretatik aurrerako zenbakiak dituztenak izango dira, ikastaroa emateko dauden leku guztiak bete arte.

Onartzen diren pertsonen izenekin zerrenda bat egingo da. Zerrenda hori PEGORAn eta udalaren webgunean ([www.eibar.eus](http://www.eibar.eus)) egongo da otsailaren 27tik aurrera.

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.

#### **Oharrak:**

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

- Sasoiko sukaldaritzza: Zer egin dezaket udaberriko nire barazki-saskiarekin? izeneko tailerrean izena emateko inprimakia behar bezala beteta eta sinatuta.

**Informazio gehiago: 688 85 34 40 telefonoan.**