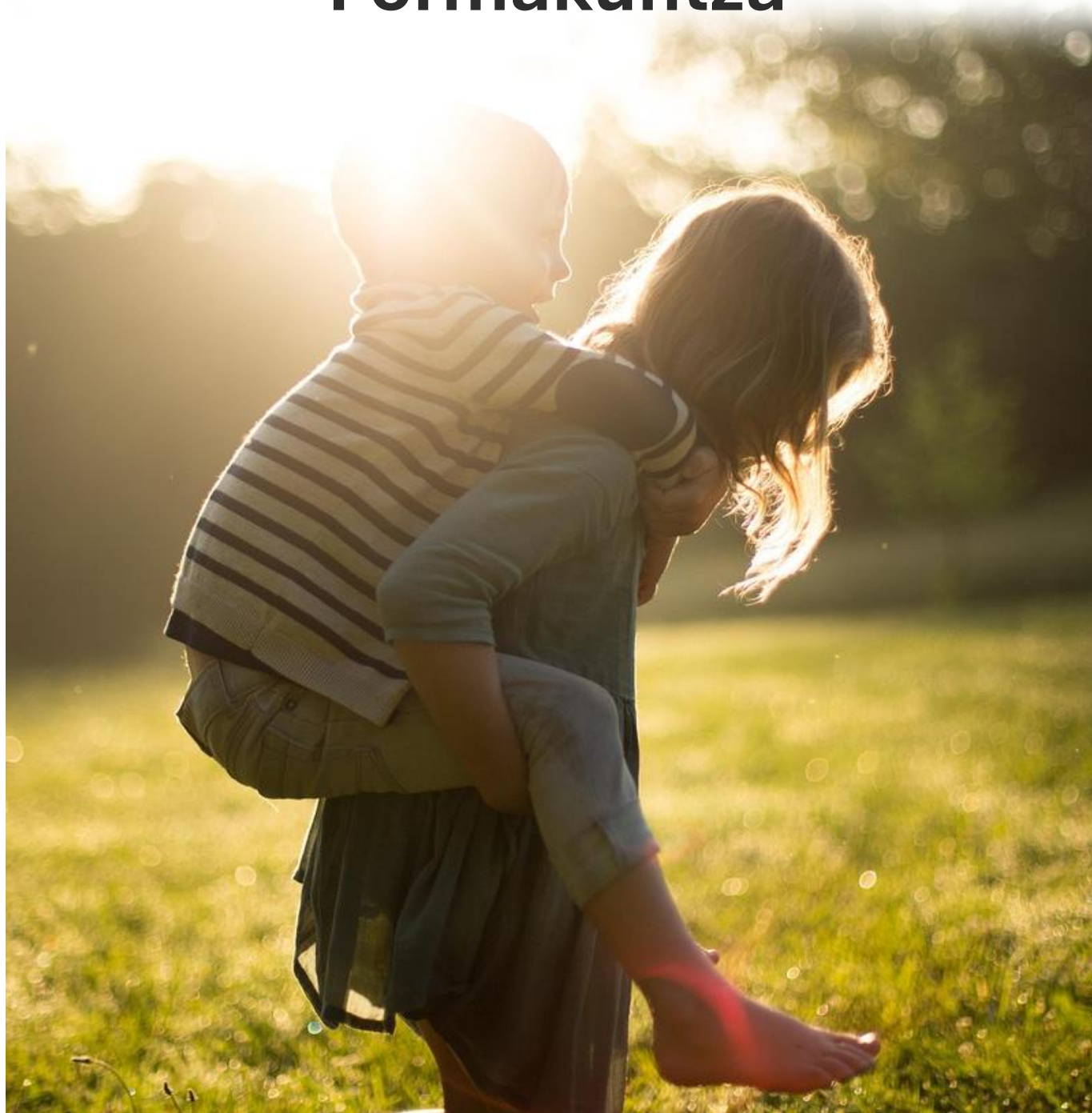


Formakuntza



Haur eta gazteei **MINDFULNESS** irakasteko

Hirugarren edizioa 2026-2027



FORMAZIOA

Haur eta gazteentzako Mindfulnessa

2026 – 2027 · Baraka + Cocotips

Mindfulnessa haurren hezkuntza-testuinguruetan sartzen ikasteko formakuntza praktikoa, bizipenezkoa eta eraldatzailea eskaintzen dizugu,

Zure ikasleekin edo seme-alabekin aplikatu nahi baduzu, edo oraindik haurrekin harremanik izan gabe, haurtzaroan mindfulnessa irakasteko prestatu nahi baduzu, formakuntza hau interesgarria izan daiteke zuretzat.

Mindfulnessa ez da kontzeptuala edo intelektuala, lehen pertsonako esperientzia da.

Horregatik, uste dugu gure esperientziaren bidez partekatu ahal izango dugula beste batzuekin, eta, **bereziki, haurrekin.**

Bide bat egin dugunean bakarrik gida dezakegu beste pertsona bat bide horretatik.

Hori abiapuntutzat hartuta, eta **mindfulness-ean eta haurrekin lanean emandako urteetan oinarrituta**, hainbat hilabetetan zehar luzatzen den formakuntza diseinatu dugu. Prestakuntza horretan, parte-hartzaile bakoitzari barne-bidaia batean parte hartzeko eskatzen zaio, dinamikak, jolasak eta praktikak esperimendatzen joateko, eta, aldi berean, haurrek nola sentitzen eta hautematen dituzten aztertze edo gogoratze.

"Mindfulness gorputz- eta adimen-entrenamendu modu bat da, eta erakutsi du estresa nabarmen murrizten duela; lasaitasun-, erlaxazio- eta harmonia-sentsazioak areagotzen dituela; antsietatea eta depresioa arintzen dituela; minak eragindako ondoeza murrizten duela; odol-presioa gutxitzen duela; ikasteko gaitasuna, adimen-koefizientea eta sormena handitzen dituela, eta kontzientzia-egoera altuenak pizten dituela"

— **Ken Wilber, Meditación Integral**

Formazioaren aplikazioa ezberdinak:

- Seme-alabei laguntzea.
- Ikasgelan aplikatzea
- Eskolaz kanpoko eskolak.
- Ikasgelan kanpoko langile gisa esku hartzea.
- Familientzako ikastaroak eta tailerrak.
- Testuinguru terapeutikoak.
- Yoga, dantza, musika... aplikatzea umeentzako eskoletan.
- Zeure burua deskubritzeko eta barruko haurrarekin lan egiteko bidearen parte gisa.

Zer eskeintzen dugun formakuntza honetan

Nahiz eta **haurrei mindfulnessa irakasten ikasteko prestakuntza** honetan hainbat teknika, jolas, dinamika, praktika eta metodologia eskainiko ditugun, urteak daramatzagunak eta beste pertsona batzuekin partekatze irrikan gaudenak, gure motibazioaz jabetuz, haurtzaroko izaera sentikor eta kalteberan sakonduz eta haurrekin lanean nondik ari garen arretaz zainduz egin nahi dugu.

Horrela, gainerako guztiak zentzu benetakoagoa eta errespetuzkoagoa hartzen du, tresnek hobeto funtzionatzen dute eta bai haurrek bai guk onura gehiago ateratzen ditugu.

Prestakuntza horrek **barne-lan bat egitera gonbidatzen gaitu**, mindfulness-aren bidez, kanpoan eragina izan dezan, gure barneko haurrari entzuteko eta ulertzeko lan bat, hor kanpoan dauden haurrenganako begirada zabaldu eta sakonduko duena.

- Haurrei mindfulness irakasteko ikuspegi eta metodologia baten **lehen pertsonako esperientzia**.
- **Jolas eta dinamikak**. Dibertigarriak eta interesgarriak, abestiak, ipuinak, adin guztietarako esperimentuak.
- **Praktika eraginkorrak** helduaren kontzientzia, presentzia eta erruki-jarrera zabaltzeko, haurrei mindfulness irakasten dieten bitartean.
- **Espazio zabalak haurrei mindfulness irakasteko orduan dauden erronka eta zailtasunei buruz hausnartzeko**, eta haurrengan eta zeure buruarengan dauden erresistentziak ulertzen eta aurre egiten lagunduko dizuten jarraibideak.
- **Sendatze pertsonaleko lan sakona**. Autoezagutzaren eta barne hazkuntzaren prozesu sakonak
- **Materiala EUSKARAZ eta gaztelaniaz**, emandako guztia gauzatzeko.

Metodologia eta formatoa

Aurrez aurreko formatua

Zure esperientzian eta ikaskuntzan erabat zentratuta egoteko. Kontua ez baita informazio gehiago biltzea, esperientziak lehen pertsona biltzea baizik.

Talde lanak/hezakuntza komunitatea da

Zure interes, komun eta antzeko zailtasunak dituzten pertsonekin batera ikasi ahalko duzu. Mundu guztiak bere esperientziak partekatzeko eta zalantzak argitzeko aukerarekin.

Tutoritza gunea

Tutore/laguntzaile bat izango duzu, zure prozesua gertutik jarraituko duena eta bidaia osoan zehar lagunduko dizuna, sortzen zaizkizun zalantzak argituz, heltze-prozesuan eutsiz eta bidean orientatuz.

Material lagungarria

Eskuliburu bat diseinatu dugu praktika eta esku-hartze guztiak eskura izan ditzazun.

Zure proiektua

zure proiektua zehazteko, helburuak ezartzeko eta saioak zuk zeuk nola diseinatu jakiteko espazioa egongo da. Haur edo familia talde bat zuk zeuk diseinatutako mindfulness eskola batean gidatzeko aukera izango duzu

Erretiro bat dago

Praktika pertsonalari duen garrantzia emateko eta "Mindfulness irakaslearen ezaugarriak lantzea" ikastaroaren funtsezko gai batean sakondu ahal izateko.

Online tailerrak

Asteburuan ikusitakoa sakontzen edo osatzen duten adituek emandako tailerrak. Horrela, moduluen artean deskonektatzea saihesten duzu.

Diploma acreditado

Cocotips-ek eta Baraka Psikologia Integraleko Institutuak formakuntza bermatzen duen Diploma jasotzen duzu.

Nori zuzendua dago

- Irakasleak, terapeutak, gurasoak edo hurrekin harremana duen eta kontzientzia osoz bizitzen lagundu nahi dien edozein pertsona.
- Ikastetxeetako zuzendaritza-taldeak eta eskolako bizikidetzaz arduratzen direnak.
- Mindfulnessetan oinarritutako esku-hartze programak eskaini nahi dituzten pertsonak, eta haurrentzako edo familientzako banakako eta taldeko saioak zuzendu nahi dituztenak.
- Hurrekin harremanik izan gabe ere, bizi-zentzu sakonagoa duen lanbide bat bilatzen duten pertsonak, haurtzaroarekiko begirada zabaltzeko interesa sentitzen dutenak eta pertsonalki hazteko prozesu batean parte hartu nahi dutenak.
- Maila pertsonalean, jolasaren eta sormenaren bidez eta barneko haurrarekin lan-prozesu batean dauden pertsonentzat praktika- eta sakontze-prozesu gisa.

Nota: Prestakuntza hau mindfulness edo meditazioa ezagutzen duten eta aldizka praktikatzen duten pertsoneri zuzenduta dago. Mindfulness-ean hasi ez bazara, idatzi ezazu informatzeko **Sentsibilizazio Moduloaren** inguruan edo hastapen taldeen inguruan.

Formakuntzaren edukinak

Irakaskuntzako eta praktikako espazioei laguntzen ikasten du. mindfulness ongizatea eta garapen integrala erraztuz ikasgelan edo hainbat testuingurutan.

0 MODULOA Sentsibilizazioa — Kontaktua

Lehen modulu hau Mindfulness praktikarekin kontakturik izan ez duten edo harreman txikia izan duten jendearentzat pentsatuta dago. Bertan, alderdi garrantzitsuenak landuko ditugu, bai kontzeptuari dagokionez, bai esperientziari dagokionez. Horrek lagunduko digu Mindfulness eta hezkuntzaren esparruan kokatzen. Jakitea nondik datorren, zer onura ekartzen dituen, irakaskuntzaren esparruan hain garrantzitsua delako praktika hori, eta zer ekarpen egin diezagukeen gure bizitzetan.

Eduki nagusiak:

- Zer da mindfulness eta zer ez da mindfulness.
- Praktikaren printzipioak: jarrera, jarrera.
- Irakaslea izatea norbera izatea da.
- Praktikarako hainbat jarrera.
- Onurak.
- Arreta-mota desberdinak.
- Sufrimenduaren sustraia.
- Ni malgu bat eraikitzea.
- Adimenaren ezaugarriak: adeitasuna, zuzentasuna.

1. MODULOA Lema zuzentzan

Etapan honetan haurren eta mindfulnessaren funtsezko ezaugarriak sakon aztertuko ditugu, eta praktika hori haurtzaroarekin partekatze gako handiak aurkituko ditugu. Horiek aprobetxatu eta erlaxatzeko zer haize ditugun ezagutuko dugu, eta zein dauden kontra, arreta osoaren iparorratzarekin nabigatzen ikasteko, etengabe norantz jo adierazten baitigu, hona eta orain.

Era berean, hasierako etapa honetan, geure barruko haurrari buruz sakonduko dugu, haurtzaroan sortzen diren zauriak zein diren jakingo dugu, eta, horrela, haurrekin dugun harremana zaindu ahal izango dugu, kalterik ez egiteko.

Eduki nagusiak:

- Erabateko kontzientziaren praktika haurtzaroarekin partekatze gakoak ezagutzeko.
- Haurraren azalean. Esperientziazko dinamikak, haurrek nola sentitzen duten gogoratzeko.
- Loturaren garrantzia.
- Haur eta lehen hezkuntzako haurrekin mindfulness-aren irakaskuntzan gidatuko gaituzten curriculumak aurkeztea.
- Nola aurkeztu haurrei mindfulness dena.
- Jarrera, inspirazio-prozesua.
- Arreta emateko A letra. Soinuen arreta osoa. Arreta lantzeko jolasak eta esperientzia-dinamikak.

2. MODULO Aingurak prestatzea eta haizea alde izatea

1. moduluaren ondoren, argiago izango dugu zein den haurtzarorako gure helburua, eta hori lortzeko gako batzuk zeintzuk diren ere jakingo dugu. Horietako bat gorputza uneko ainguratzat hartzea da, eta modulu honetan kontzientzia somatiko horren hazkuntza progresiboa esperimentatuko dugu, adinera egokitutako metodologiaren bidez.

Beste gakoetako bat adimenaren ezaugarri positiboak lantzea da. Izan ere, egia bada ere ezin dugula haizea kontrolatu, ez gaude erabat bere menpe. Edo gauza bera dena, nahiz eta ezin ditugun bizitza, emozioak, zailtasunak eta erronkak kontrolatu... bai, horiei erantzuteko baliabide handiagoak eta hobeak izateko baldintzak erein ditzakegu. Eta baliabide handi bat, adimenaren ezaugarri positiboak lantzea eta ukitzea da, mindfulness eskola batzuetan heartfulness deitzen dena.

Halaber, haurrekin egiten dugun lanean egoera zailei nola aurre egin aztertuko dugu.

Eduki nagusiak:

- Gorputzarekin berriz konektatzearen garrantzia.
- Bigarren garuna. Arnasketa nerbio-sistemaren erreguladore bat da.
- Gorputz-sentsazioei eta gorputz-eskaneatzeari erabateko arreta eskaintzea haurtzat.
- Arnasketarekin eta gorputz-sentsazioekin ohitzeko jolasak eta esperientzia-dinamikak. Musika, abestiak eta mugimendua.
- Formalki nola lantzen den heartfulness, adimenaren ezaugarri positiboak.
- Adeitasuna, esker ona edo eskuzabaltasuna helduari atsegin eman nahi izatetik ez datorrenean.
- Tresnak: adeitasunaren lorategia, bakearen makilatxoak, babes emozionala, lagunengurpilak...
- Ispilu-neuronak jolasaren bidez indartuz.

3. MODULO Ekaitzak, piratak eta itsas munstroak

Bidaia orok erronkak eta arriskuak dakartza, eta erabateko kontzientziaren bidaiaren ere une zailak aurkituko ditugu. Emozio batzuk, hala nola beldurra, haserrea, asperdura, urduritasuna... ez dira erraz esperimentatzen; hala ere, badute beren funtzioa, eta haiekin nola erlazionatu ikasten badugu, agertzen diren bakoitzean ihes egin nahi izateari utz diezaiogegu, eta ekartzen diguten ikaskuntzari etekina atera.

Modulu honetan, bizitzaren ezinbesteko erronka eta deserosotasunekin (emozioak, pentsamenduak edo gorputz-sentsazioak) erlazionatzeko moduak aztertuko ditugu.

Eduki nagusiak:

- Neurobiologia, mindfulness eta hezkuntza.
- Nerbio-sistemaren funtzionamendua ulertzea, gizakia ulertzeko.
- Nola lotu pentsamenduekin (pentsamenduez jabetzeko modu desberdinak, etiketatzea, pasatzen uztea...)
- Mindfulnessen oinarritutako kudeaketa emozionala.
- Nola sentitzen zaren jakitea. Askotariko moduak aztertuko ditugu barne-munduarekin konektatzeko eta gero eta trebetasun handiagoa izateko gure aldarteak eta tonu emozionalak ezagutzeko orduan.
- Emozio zailekin erlazionatzeko hainbat modu aztertzea.
- Estimulua eta erreakzioa bereiztea, aske izateko.
- Zentzumen-kontzientzia: bost zentzumenak orainaldiari aingura gisa (begiratu, jan, ibili... kontzientzia osoz).

4. MODULO Aste bukaera erresidentziala — Mindfulness irakaslearen ezaugarriak lantzen

Asteburu oso bat emango dugu erretiro-formatuan, gure mindfulness praktika pertsonalean sakontzen naturarekiko kontaktuaren eta haurrentzako jolas eta dinamiken bidez, erretiro-formatuan askoz ere sakonago eta zentzuzkoago bihurtzen baitira.

Asteburu honetako beste zutabe bat mindfulness irakasle autentiko eta eraginkorrek izaten lagunduko diguten ezaugarriak ulertzea eta lantzea izango da.

Ezaugarri hauek aztertuko eta sakonduko ditugu:

- Sentikortasuna. Gorputzaren bidez informazioa jasotzeko dugun gaitasuna garatzea.
- Sendotasuna. Nerbio-sistemaren egoera natural "finkatura" ohitzea.
- Ahotsa. Hitzak arretaz bilatzeaz gain, ahotsaren kalitateari ere erreparatu behar zaio.
- Benetakotasuna. Naturaltasun-sentsazioak arrastoa utz dezan uztea.
- Identifikaziorik ez. Gertatzen den guztia pertsonalizatzeko joeratik irtetea.
- Jakin-mina. Eskolak hurrek bizitako esperientziari buruzko benetako jakin-min batean oinarritzea.
- Arrakasta. Esperientzia positiboak itxaropenik gabe erabiltzen jakitea.

5. MODULO Portura iriten eta lurra ikutzen

Bidaia sakon horren ondoren, behin portura iritsita, ez diogu agur azkar bat esango, baizik eta denbora bat hartuko dugu ikasitako guztia proiektu pertsonal gisa zehazteko. Proiektu hau haurrentzat mindfulness moduan, mindfulness familientza... nahio diozun modura aurkeztu dezakezu. Jakin, ingurune seguru batean egingo dugula, praktika moduan.

Edukin nagusiak:

- Hurrei mindfulness irakats diezaiekezun hainbat testuinguru.
- Jasotako material guztiarekin mindfulness saio propioak diseinatzean kontuan hartu beharreko alderdiak: helburuak, adin- taldeak, testuinguru posibleak, lekuaren prestaketa, iraupena, klaseen egiturak...
- Haur-taldeentzako mindfulness saioen berezitasunak.
- Familia-taldeentzako mindfulness saioen berezitasunak.
- PRAKTIKAK: Parte-hartzaile bakoitzak mindfulness klase bat diseinatzen du talde txikitan, eta ondoren haur edo familia talde erreal bati emango dio.
- Feedback-prozesua, ikasteko tresna ahaltsu gisa.

Online tailerrak zuzenean

Asteburuan ikusitakoa sakontzen edo osatzen duten adituek emandako 4 tailer egongo dira.

"Ez al luke zentzurik izango haurrei adimena zer den irakasteak eta erreflexio- funtzioa oinarrizko hezkuntzaren funtsezko zati bihurtzeak?"

— Daniel Siegel, médico y profesor clínico de psiquiatría

1.º Tailerra Barruko haurren zaintza

Zure barnean bizi da zu zeu izandako haur txikia. Eta bere gainean eraiketen joan zara gaur egun zu zeu zaren heldua. Haur hori entzuten eta zaintzen ikasteak zauri zaharrak sendatzea ahalbideratzen zaitu eta aldi berean hurrekin eta zure inguruarekin veste modu batean erlazionatzen laguntzen zaitu.

2.º Tailerra Gorputzarekin hitz egiten

Gure gorputza oso baliagarri da besteekin erlazioan erregulatzeko. Segurtasuna bereganatzen eta gorputzeko seinaleak entzuten lagunduko dizun ariketak egingo dira.

3.º Tailerra Gure emozioak nabigatzeko mapa bat

Emozio zailak bizitzen ari direnean haurrak eta hauek lagundu nahi ditugunean gure emozioak aitortu eta kudeatzeko gaitasuna izan behar dugu. Kontzientzia gehiagorekin emozioak hausnartzeko teknikak bizituko dituzu.

4.º Tailerra Egunerokotasunerako altxorrak

Haurrei eskeintzeko asmoarekin kalitate desberdinak ikasiko dituzu - adeitasuna, presentzia, arreta kontzientea eta sormena- para poder ofrecerlas a los niños.

Moduloen arteko talde tutoritza

Modulo bakoitzaren amaieran talde tutoritza bat egingo da (1,5 orduko online saio tutoriala). Bertan zure apendizai prozesuarekin erlazionatutako galderei erantzunak aurkitzeko aukera izango duzu.

Antolakuntza

Datak — Aurrez aurreko Moduloak (2026ko azaroa – 2027ko maiatza)

0 Moduloa — Sentsibilizazioa	2026ko azaroaren 7 eta 8a
Moduloa I	2027ko urtarrilaren 16 y 17a
Moduloa II	2027ko otsailaren 13 y 14a
Moduloa III	2027ko martxoaren 13 y 14a
Moduloa IV — Erresidentziala	2027ko apirilarena 24 y 25a
Moduloa V	2027ko maiatzaren 22 y 23a

Datak— Online tailerrak

Tailerra I	2027ko urtarrilaren 30a
Tailerra II	2027ko otsailaren 27a
Tailerra III	2027ko apirilaren 10a
Tailerra IV	2027ko maiatzaren 8a

Ordutegiak

Aurrez aurreko moduloak: Larunbata 10:00atik 14:30ak arte eta 16:30atik 18:30ak arte. Igandea 10:00atik 14:30ak arte

Erretiro erresidentziala: Ostirala 19:00 tatik Igandera 14:30 arte (bazkaria barne)

Online tailerrak: 10:00atik 12:30ak arte

Modalitatea

Moduluak eta **erretiroa** aurrez aurreko modalitatean egingo dira.

Tailerrak online modalitatean bakarrik egingo dira. (grabatuko dira).

Parte hartzaileentzako errekurtsoak

Ikasleak hezkuntza-foro batean sartuko dira, zalantzak eta esperientziak partekatzeko.

Era berean, modulua egin ondoren, material didaktikoa jasoko dute, irakaskuntzak erreparatu eta sakondu ahal izateko.

Material hori euskaraz zein gaztelaniaz eskuratu ahal izango da.

Moduluetan landu diren meditazio gidatuen audioak ere emango dira.

Barakatik eskainitako "goizeko meditazioen" zerbitzuan parte hartu ahal izango dute. Goizeko online meditazioa: Egunero (asteburuak barne).

Bi ordutegi daude: 06:30etatik 07:15etara. 07:30atik 08:15etara.

Ordaintzeko moduak eta inbertsioa

Formakuntza hau FUNDAEren bidez diruz lagundu daiteke. FUNDAE hobaria konpainiei ematen zaien kreditua da, haiek langileak gaitzeko erabil dezaten. FUNDAEk (Hiruko Fundazioa ere esaten zaio) Enpleguan Prestatzeko Estatuko Fundazioa esan nahi du. Ikastaroaren % 100era artekoa izan daiteke

Prezioak

2026ko Irailaren 30 a arte matrikulazioa	o Moduloa gabe: 1.000 € o Moduloarekin: 1.200 €
2026ko irailaren 15a eta geroko matrikulazioa	o Móduloa gabe: 1.200 € o Moduloarekin: 1.400 €
Erretiro erresidentziala (ostatua + janaria)	120 € (tokian ordaintzen da)

Magisteritza/psikologia/pedagogia/gizarte hezkuntza irakasleentzako precio berezia: 900€

Ordainketa datak

- 1.kuota: 400 € aurrematrikulazioa (plaza gordetzeko).
- 2.kuota – 2027ko otsailailean: 300 € (2026/09/30 baino lehen) o 400 € (ondorengoak).
- 3.kuota – 2027ko aprililean: 300 € (2026/09/30 baino lehen) o 400 € (ondorengoak).
- 4.kuota – 2027ko maiatzean: 200 € gehigarri, o Moduloa egin dutenak soilik.

Prestakuntzan baja ematen bada hasi baino hilabete lehenago, matrikularen % 50 itzuliko zaizu. Ikastaroa hasi ondoren ez zaizu matrikularen zenbatekoa itzuliko.

Izen ematea

Izena emateko eta plaza bat erreserbatzeko, beharrezkoa izango da izena emateko formulario bat betetzea eta matrikula ordaintzea.

Ordainketak banku-transferentzia bidez egingo dira, ES60 2095 5001 0091 1539 1590 kontu-zenbakian. Kontzeptuan F3 + "NAN zenbakia" + "izena" adierazi beharko da, edo bizum bidez, Barakaren web-orritik.

Kontaktua: baraka@barakaintegral.org · 605 626 055 · 943 42 67 50

Web: www.barakaintegral.org

Ostatua

BARAKAk ostatu hartzeko aukera eskaintzen du prezioei buruzko akordioa dugun establezimendu batean. Banakako logelak eta logela bikoitzak ditu, gosaria, mantenu erdia edo pentsio osoa duten ostatuekin.

Establezimendu horrek aparkalekua du.

Baraka Komunitatea

BARAKA erkidegoko kide izateak honako eskubideetaz gozatu dezakezu:

- Praktikan sakontzen lagun diezazuketen liburuak edo aldizkariak mailegatzea. Mailegua prestakuntzako instruktoreek gomendatuta egingo da.
- Doako sarbidea praktika kolektibokoeta hainbat ekintzetara:
 - Aurrez aurreko Sanghan parte hartzeko aukera (ostegunak 20:15tatik–21:00tara) eta onlinekoak ere.
 - Hilabetean (igandetan) behin egiten diren praktika intentsiboak (45 minututako 4 meditazio goiz batean)
 - Barakako elkarketetan parte hartzeko aukera: hilabetean behin (larunbatetan). Bai online edo bai aurrez aurre.
 - BARAKAn eskaintzen diren erretiroen inguruko informazioa jasotzea, bai eta antzeko gainerako jardueri buruzkoa ere. Praktikan gehiago sakontzeko asmoarekin. Meditatzailleak erretiroak egin behar ditu, horietan ematen baitu jauzi kualitatiboak; izan ere, baldintza egokiak ematen dira behaketaren mugetatik harago joateko.

Irakasle taldea



Victoria Martín-Moreno

Formazioaren irakaslea eta tutorea

Montesori Haur Hezitzailea Haurren Etxea, AMIk ziurtatua. Psikopatologian, esku-hartze klinikoan eta osasunean unibertsitate-aditua. Massachussetseko Unibertsitateko Zentro Medikoko MBSR programa emateko gaitutako mindfulness irakaslea. Mindfulness irakaslea haurrentzat, Mindful Schools- ek Meditazioa haurrekin partekatuz lan egiten du 2010etik. Cocotip-s proiektuaren sortzailea.



Danel Iñurritegi Tellería

Formazioaren irakaslea eta koordinatzailea

Haur Hezkuntzako irakaslea (Eskoriatzako Unibertsitatea), psikomotrizista (UNED Bergarako eskolan) eta Gizarte Hezitzailea (EHU). Gestalt Terapian trebatua eta SATko lehen hiru ikasturteetan parte hartua (esperientzia-ikastaroak Claudio Naranjoren eneagramaren ikuspegitik). Mindfulness irakaslea, Baraka Psikologia Integraleko Institutuak kualifikatua. Eta umeentzako mindfulness irakaslea, Cocotips-ek ziurtatu. Nafarroan eta gipuzkoan sortutako proiektu pedagogiko holistiko ezberdinetan parte hartu du.



Izaskun Robledo Muñoz

Formazioaren irakaslea eta laguntzailea

Arte terapeuta humanista (Hephaisto), mindfulness irakaslea (Baraka Institutua), mindfulness haurtzaroko irakaslea (cocotips), psikomotrizista hezitzaile prebentiboa (UNED Bergara), gizarte hezitzailea (EHU), SAT programa (Claudio Naranjoren eneagramaren ikuspegiaren lehen 3 esperientzia ikastaroetan parte hartzea), haur hezitzailea (PlaiaHaundi, Irun) eta sortzailea. Mindfulness Haurtzaroan espezializatua (Cocotips-en hezia).



Olatz Txapartegi Eizagirre

DFormazioaren irakaslea eta laguntzailea

Haur eta Lehen Hezkuntzako irakasle gisa trebatua (Euskal Herriko Unibertsitatea). Coaching Aldaketa Institutuak osatutako coach pertsonala. Mindfulness irakaslea, Baraka Psikologia Integraleko Institutuak kualifikatua, eta Mindfulness irakaslea haurrentzat, Cocotips-ek ziurtatua.). Hezkuntza munduan 25 urteko esperientzia eta emozio hezkuntzan formatua.



Eneka Delgado Barrutia

DFormazioaren irakaslea eta formatzailea

Gizarte Hezitzailea Euskal Herriko Unibertsitatean. Mindfulness-eko irakaslea (Baraka Psikologia Integraleko Institutua) eta Mindfulness Haurtzaroan espezializatua (Cocotips-en hezia).

¿zalantzak badituzuedo izen ematea egin nahi baduzu?

Lehendabiziko pausu hau emateko behar duzun laguntza guztia eskeintzen irrikitan gaude

Email: baraka@barakaintegral.org

Teléfono: 605 626 055 · 943 42 67 50 · 665128321

Web: www.barakaintegral.org

