

SPM TERAPIA ZAJĘCIOWA: KULINARNO - CUKIERNICZA | ETAP I

Podczas zajęć kulinarno - cukierniczych, uczestnicy nabędą umiejętności z zakresu:

- samodzielnego przygotowywania posiłków z wykorzystaniem prostych przepisów
- robienia kanapek, smarowania pieczywa
- smażenia na patelni prostych potraw np. jajecznica, placki z jabłkami, omlety
- przygotowywania samodzielnie dań obiadowych, sałatek, surówek oraz różnych zakąsek
- gotowania zup, sosów itp.
- przygotowywania dań z półproduktów
- technik i metod sporządzania prostych ciast zagniatanych typu: ciasto kruche, półkruche, drożdżowe
- technik i metod sporządzania ciast ucieranych oraz ciasta parzonego
- techniki wypieku ciast i ciasteczek
- technik i metod sporządzania mas do ciast i tortów
- sporządzania ciast na zimno
- obsługi sprzętu AGD, w szczególności poznanie wszystkich funkcji piekarnika do wypieku ciast
- samodzielnego sporządzania deserów
- dekorowania ciast, tortów, babeczek oraz innych wypieków.

Terapia zajęciowa kulinarno - cukiernicza #1 / Etap I

Podczas zajęć kulinarnych nasi podopieczni poszerzyli wiedzę na temat kuchni włoskiej, a także poznali kilka podstawowych informacji na temat Włoch. Zaznajomili się z procesem przygotowywania pizzy domowym sposobem: wyrabianie ciasta, sos, dodatki, pieczenie. Skomponowali przysmak włoski według własnego uznania i preferencji smakowych. Mieli możliwość również rozpoznawania produktów za pomocą zmysłów węchu i smaku. Niezwykle istotnym aspektem zajęć dla beneficjentów jest przeżywanie pozytywnych efektów własnych działań oraz odczuwanie radości ze wspólnego przygotowywania posiłków.

SPM Terapia zajęciowa kulinarno - cukiernicza #2 / Etap I

Światowy Dzień Jabłka

Warsztaty kulinarne są doskonałą formą kształtowania umiejętności naszych podopiecznych, wymiany doświadczeń oraz integracji. Zdobyte

umiejętności pomagają uczestnikom w osiągnięciu samodzielności podczas wykonywania podstawowych czynności dnia codziennego. Doświadczają świat poprzez wszystkie zmysły, uczą się odpowiedzialności, współpracy, kultury spożywania posiłków. Poprzez obchody dnia jabłka zwiększamy udział owoców i warzyw w codziennej diecie, kształtujemy nawyki żywieniowe oraz upowszechniamy zdrową, zbilansowaną dietę.

SPM Terapia zajęciowa kulinarno-zajeciowa #3 / etap I

Podczas zajęć kulinarno-cukierniczych nasi podopieczni rozwijają umiejętność przygotowywania prostych posiłków z wykorzystaniem przepisów. 

Uczestnicy zapoznali się także z niektórymi ziołami, ich właściwościami i zastosowaniem kulinarnym.. Warsztaty kulinarne to również idealna forma terapii, która kształtuje pracę w grupie, oraz umiejętność nawiązywania i podtrzymywania relacji, koncentracji, odpowiedzialności i niezależności. Uczestnicy poprzez gotowanie szybko widzą efekt swojej pracy, którą mogą się pochwalić innym uczestnikom, co daje im dużo satysfakcji.

SPM Terapia zajęciowa kulinarno-zajeciowa #4 / etap I

Podczas zajęć kulinarno-cukierniczych uczestnicy nabywali umiejętność korzystania z książki kucharskiej, interpretowania przepisu, pracy wg instrukcji słownej. Rozwijali również sprawność manualną, koordynację wzrokowo-ruchową, rozwijali umiejętności skupienia uwagi oraz pomysłowości podczas wykonywania babeczek, sałatki warzywnej, owocowych szaszłyków, szarlotki, tiramisu oraz wesołych kolorowych kanapek. Ponadto wdrażano zasady zdrowego stylu życia poprzez spożywanie owoców i warzyw jako źródła zdrowia.

SPM Terapia zajęciowa kulinarno-zajeciowa #5 / etap I

W miesiącu marcu nasi uczestnicy pogłębili wiedzę na temat zdrowej żywności i prawidłowego odżywiania się, a także propagowanie tej wiedzy w życiu codziennym poprzez przygotowywanie deserów - „ciasteczek mocy” oraz ciasteczek „marchewkowy zawrót głowy”. Uczestnicy zapoznali się z wartościami odżywczymi płatków owsianych – bogactwa witamin i minerałów, źródła błonnika. Kształtowali umiejętność przygotowywania produktów zgodnie z przepisem, rozumienia czytanego tekstu przepisu oraz odmierzania produktów przy pomocy, wagi, łyżki oraz bezpiecznego korzystania z mikseru, tarki. Podczas zajęć beneficjenci rozwijali również sprawność manualną oraz koordynację wzrokowo-ruchową, a także umiejętności skupienia uwagi. Po skończonej pracy uczestnicy

degustowali ciasteczka, a także częstowali swoich kolegów i koleżanki.