



AKADEMIA DOBREGO ŻYCIA

SCENARIUSZ SPOTKANIA NR 7 - KUCHNIA POLSKA W NOWEJ, INSPIRUJĄCEJ ODSŁONIE - ZAJĘCIA TERENOWE – WARSZATY W RESTAURACJI

- Początek zajęć – godzina 10.00 - zakończenie 16.30

Temat zajęć -

Kuchnia polska w nowej inspirującej odsłonie

Cel zajęć

Praktyczne wykorzystanie nabytych umiejętności cyfrowych w zakresie umieszczania postów, zdjęć w mediach społecznościowych, wysyłanie wiadomości tekstowych, mmsów itp.

Obszary	Cele szczegółowe	Efekty kształcenia
Edukacja cyfrowa	<ul style="list-style-type: none"> Utrwalanie umiejętności cyfrowych - w zakresie umieszczania postów, zdjęć w mediach społecznościowych, wysyłanie wiadomości tekstowych, mmsów itp. 	
Edukacja żywieniowa (rozumienie i przetwarzanie informacji)	<ul style="list-style-type: none"> Informacje i ciekawostki na temat historii znanych potraw (np. majonez) oraz historii miejsca i tradycji restauracyjnej przedwojennej Warszawy 	
Kompetencje społeczne	<ul style="list-style-type: none"> Podtrzymywanie i procesu grupowego - aktywności związane z budowaniem grupy, integracją, poczuciem bezpieczeństwa i komfortem uczestników Aktualizacja / potwierdzenie zasad pracy grupy i uczestników w projekcie – kontrakt (zasady, rytuały, reguły, potrzeby) Informacje organizacyjne 	



Plan zajęć / warsztatów

Rozpoczęcie dnia szkoleniowego/ wprowadzenie do zajęć:

1. Spotkanie pod restauracją "Opasły tom"
 2. Plan wizyty w restauracji / warsztaty z gotowania
 - 11.00 - przyjazd uczestników do restauracji Opasły Tom, Wierzbowa 9
powitanie, usadzenie gości i prezentacja miejsca, gospodarzy oraz programu warsztatów
Poczęstunek- kawa, herbata, soki, woda
 - 12.00 - rozpoczęcie warsztatów.
Uczestnicy przygotowują element dania, który dopełni potrawę przygotowaną w kuchni, np.:
 - Konfitura z czerwonej cebuli z miodem i tymiankiem (do pasztetu)
 - Majonez szczypiorkowy z oliwy szczypiorkowej (do wędzonej ryby)
 - Marynowana czerwona cebula (do śledzi ze śmietaną)
 - Wstążki dyni marynowanej w oliwie z rozmarynem i czosnkiem (do czarnej soczewicy)Uczestnicy przygotowawali na bazie półproduktów dania gotowe:
 - Pesto z pietruszki
 - Sałatka z czarnej soczewicy
 - Kanapki z pasztetem
 - Śledzie
 - Humus z zielonego groszku
 - 14.30 - zaproszenie uczestników do sali głównej w restauracji i zostanie podany lunch. Menu wraz z deserem dla 24 osób, napoje zimne i gorące j.w..
- ok. 16.30 zakończenie spotkania

W czasie całego spotkania uczestnicy motywowani są do dokumentowania warsztatów za pomocą aplikacji aparatu w smartfonie (fotografowanie przepisów, wnętrza, wykonywanie zdjęć potraw, zajęć i filmów w trakcie przygotowywania dań). Zdjęcia i filmiki udostępniane są na bieżąco a także po zakończeniu warsztatów w aplikacji Messenger oraz na Facebooku.

Motyw przewodni:

Te małe dodatki urozmaicają dania powszechnie znane i pozwalają w prosty sposób uczynić je wyjątkowymi. Naszym celem jest to, żeby seniorzy wprowadzą je do swojego repertuaru, a jednocześnie, że będzie to dla nich coś nowego, zdrowego, coś czym będzie można pochwalić się przed znajomymi. Finałem warsztatów jest przygotowanie małego przyjęcia z wieloma drobnymi przekąskami, które podamy jako lunch i zjemy wspólnie.

Sposób organizacji warsztatów:

Uczestnicy zostali podzieleni na grupy. Każda grupa pracuje przy oddzielnym stanowisku - 4 stanowiska, dla cztero- pięcio- osobowych zespołów.

Przy każdym stanowisku będą przygotowane sprzęty, produkty oraz instrukcje - przepisy, co należy robić. Z kuchni zostały dostarczone już przygotowane półprodukty do dań i dania właściwe i uczestnicy ozdobili je powstałymi dodatkami.

Gospodyni: Agnieszka Kręglicka i trzy inne osoby (po jednej na grupę) byli obecni przy każdym ze stanowisk będą krążyć wśród uczestników i pomagać przy działaniach.

Skład zespołu edukacyjnego: Czwórka opiekunów - opiekun psychologiczny, opiekun cyfrowy, dwie opiekunki edukacyjne.

W czasie warsztatów obecni byli obserwatorzy – walidatorzy (dwie osoby)