

PROPOSTA EXTRAESCOLAR CURS 2018-2019

TÍTOL: CUINAR, MENJAR, GAUDIR

TALLERS D'HÀBITS D'ALIMENTACIÓ SALUDABLES I SOSTENIBLES PER A XIQUETS I XIQUETES

Aquests tallers tenen un objectiu de concienciació i d'integració d'hàbits d'alimentació sans en la quotidianitat dels xiquets i xiquetes, però sense recórrer a un plantejament d'adoctrinament. Volem arribar des del coneixement dels ingredients i dels productes, de la seua procedència, identificació i classificació i, sobretot, des de la seua manipulació i transformació en plat senzills, que els xiquets podran elaborar en cada taller. Al llarg del curs treballarem especialment la temporalitat dels productes de la terra, de manera que s'elaboraran plats amb productes de temporada i s'aprendrà a enriquir-los amb condiments i espècies naturals. Mirarem d'entendre perquè alguns productes només podem consumir-los de tant en tant, esporàdicament, com és el cas dels productes amb sucre. També treballarem, comentarem i analitzarem alguns dels plats que mengen al menjador escolar al llarg de la setmana. Es tractaria de mostrar-los i fer-los conscients de l'impacte que té sobre el seu cos i benestar la manera d'alimentar-se, però també l'impacte que té sobre el benestar del planeta un plantejament d'alimentació més sostenible.

En resum, es tracta d'aprendre a alimentar-se, d'aprendre a cuinar i, sobretot, d'indagar, descobrir i fer venir el gust i la curiositat als xiquets i xiquetes per allò que anomenem cuina sana

Espere us semble interessant la proposta i, si és així, podeu posar-vos en contacte amb mi a través d'aquest mail o per telèfon i fer-vos arribar un document amb els continguts dels tallers més desenvolupats

Tlf. 646711490

Salutacions cordials

Alicia Toledo

DETALLS TÈCNICS DE L'EXTRAESCOLAR *CUINAR, MENJAR, GAUDIR*

GRUPS

-Es farien dos grups, un de primer a tercer de primària i l'altre de quart a sisé de primària

ESPAI

-No necessite les instal·lacions de cuina del col·le, jo aportaria tots els estris ingredients necessaris per a dur a terme el taller, inclosa una cuineta xicoteta que funciona amb cartuxs de gas

-L'espai necessari per a fer el taller hauria de ser una sala que compte amb taules i cadires i una pissarra que pot ser normal o vileda, no cal que siga digital

-Em comprometo personalment a deixar l'espai on es realitza el taller en el mateix estat de netedat que es trobava

PREU

-El preu per alumne és de 20 euros mensuals

-Pel que fa als ingredients, cada alumne pagarà a l'inici de curs 20 euros per a fer un fons destinat a la compra d'ingredients. Si aquest fons s'esgota abans que no acabe el curs, tornariem a fer un altre

Estic a la vostra disposició per a qualsevol tipus de consulta. No dubteu en preguntar

Salutacions cordials

Alicia Toledo

