



Działania towarzyszące w ramach Programu Operacyjnego Pomoc Żywnościowa 2014-2020 Podprogram 2015

Pierwsze z warsztatów w ramach POPŻ już za nami. W dniu 17 listopada 2015 r. odbyły się Warsztaty dietetyczne, które w szczególności dotyczyły problematyki roli zdrowego żywienia w organizmie. Uczestnicy zapoznali się z informacjami o substancjach potrzebnych dla prawidłowego funkcjonowania organizmu, dodatkach do żywności i ich wpływu na zdrowie. W ramach zajęć warsztatowych omawiano system wyliczania dziennego zapotrzebowania kalorycznego. Uczestnicy byli bardzo zaangażowani w zajęcia, a na liczne pytania na temat diet odchudzających i chorób żywieniowo-zależnych, prowadząca odpowiadała w sposób bardzo ciekawy.

Kolejne zajęcia: Warsztaty kulinarne odbyły się w dniach 26 – 27 listopada 2015 r. Również realizowano je w systemie warsztatów praktycznych. Dietetyk omówił zasady wykorzystania produktów otrzymanych z Banku Żywności w codziennym żywieniu. Do przygotowania potraw wykorzystano płatki kukurydziane, kaszę, makaron, groszek z marchewką. Uczestnicy samodzielnie przygotowali: kaszotto, łazanki, słodczyce. Następnie po przygotowaniu odświeżonej dekoracji stołów odbyła się degustacja. Łącznie w warsztatach w listopadzie uczestniczyło 19 osób.

Udział w spotkaniach jest bezpłatny, a osobami uprawnionymi do korzystania z w/w warsztatów są osoby skierowane przez GOPS w Choczewie. Zapraszamy osoby zainteresowane udziałem w zajęciach do kontaktu z Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Choczewie. Kolejne warsztaty już w styczniu 2016 r.