



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** Agnieszka Puzio-Dębska

---

## **Warsztaty kulinarne niemarnowania żywności**

Publikowane od

01.10.2021 08:29:46



**Banki Żywności** zachęcają do dbania o własne otoczenie, stworzenie w domach i rodzinach kultury szacunku do jedzenia. Dzięki większej świadomości i promowaniu zachowań proekologicznych możliwe będzie ograniczenie strat żywności.

**W ramach unijnego Programu Operacyjnego Pomoc Żywnościowa 2014-2020 Bank Żywności w Ciechanowie prowadzi "Działania Towarzyszące", w formie edukacyjno- praktycznych warsztatów, których celem jest włączenie społeczne, edukacja i aktywizacja osób zagrożonych wykluczeniem społecznym.**

Żywność stała się tylko jednym z narzędzi, elementem wsparcia osób nieaktywnych, wykluczonych, po to, by zachęcić ich do zmiany, pomóc w poprawie ich sytuacji życiowej.

Warsztaty prowadzone są w czterech obszarach tematycznych:

- dietetyczno- żywieniowym,
- kulinarnym,
- ekonomii gospodarstwa domowego i praw konsumenckich
- niemarnowania.

Organizatorzy warsztatów zachęcają - *"Zaczynamy od tego, do czego Polaka da się zachęcić najłatwiej, czyli od..... jedzenia. Od zaproszenia na ekskluzywne warsztaty kulinarne. Tego typu zajęcia mogą zaciekawić, szczególnie, gdy w telewizji emitowane jest wiele programów o gotowaniu. Dla niektórych uczestników zaskoczeniem jest, że podczas warsztatów kulinarnych mają sami gotować, a nie tylko przyglądać się, jak robi to prowadzący. Przy okazji gotowania uczyliśmy też czytania przepisów kulinarnych, co nie jest wcale posiadaną przez wszystkich umiejętnością.*

*Wspólne gotowanie (i jedzenie) bardzo zbliża, więc potem możemy już przejść do kolejnych tematów. Mówimy o zdrowym stylu życia, o problemach ze zdrowiem, o prawidłowym odżywianiu. Budujemy zaufanie i wspieramy integrację grupy. Oczywiście, poruszamy także tematy związane z niemarnowaniem jedzenia".*

Najbliższe terminy warsztatów kulinarnych i o niemarnowaniu żywności:

- 21 października, godz. 10:00-11:30
- 21 października, godz. 11:30-13:00
- 22 października, godz. 10:00-11:30
- 22 października, godz. 11:30-13:00

**Organizatorem warsztatów jest Bank Żywności w Ciechanowie, współorganizatorem Stowarzyszenie Wspierania Społeczności Lokalnej "Bądźmy Razem" przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Mławie.**

*Obie organizacje otrzymały dofinansowanie z budżetu Samorządu Miasta Mława w ramach otwartego konkursu ofert na realizację zadań publicznych w zakresie pomocy społecznej, w tym pomocy rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywania szans tych rodzin i osób w 2021 r.*

---

**Adres źródłowy:** <https://mlawa.pl/artykul/warsztaty-kulinarne-niemarnowania-zywnosci>