



## Objectifs des Ateliers "Cuisine"

Faisables... Organisés dans le temps... Réalistes... Mesurables... Explicites...

### Présentation...

La découverte des goûts, la manipulation, la création de plats permettent à la personne d'accéder à un plaisir.

Moment convivial et de partage, les ateliers Culinaires sont le moyen d'amener la personne à un bien-être en dépassant les barrières du handicap.

La cuisine est une activité riche en échanges et en apprentissages de la vie.

Ce projet s'inscrit dans une action éducative qui tient compte à la fois de l'individuel et du collectif en offrant aux résidents intéressés un espace socialisant et épanouissant mais aussi une passerelle vers l'autonomie.

Permettre à chaque personne de vivre l'expérience valorisante de « chef cuisinier » et décider du menu, de l'élaboration du repas, de la liste de courses.

### Nos Objectifs...

- Développer le plaisir de manger ce que l'on vient de préparer
- Découvrir de nouvelles saveurs et de nouveaux aliments
- Développer un climat favorable au partage des tâches ménagères et culinaires.
  - Développer un esprit d'équipe
  - Favoriser l'élaboration de projet de groupe : repas à thème... concours "Cigal'Cook" ...
- Apprendre à décorer une table et des plats
  - Apprentissage de recettes simples à réaliser : pratique de la lecture, mémorisation du savoir faire et conception d'un classeur pour recueillir les recettes expérimentées.
- Apprendre à réaliser une liste de course et effectuer les achats dans un supermarché
- Développer et mettre en pratique des connaissances sur l'alimentation équilibrée

