

Jesienne Aktywności Seniorów



Salátka ala confit



Roladka Hrabiego Potockiego w towarzystwie kominów ziemniaczanych z fuczkami

W ramach *Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020*, nasi seniorzy mieli okazję uczestniczyć w kolejnych, przygotowanych dla nich warsztatach.

Tym razem były to warsztaty kulinarne, które miały na celu poznanie technik i sposobów przyrządzania smaczných i zdrowych potraw, poznawanie przypraw i ziół oraz łączenie wiedzy teoretycznej z praktyczną, a także zapoznanie się z nowymi smakami.

Podczas warsztatów przeprowadzone zostały wykłady ogólne na temat schorzeń dietozależnych takich jak np.: cukrzyca, choroby układu krążenia, alergie, osteoporoza, zaburzenia metaboliczne.

Warsztaty kulinarne przeprowadził Pan Jacek Świerk z Podkarpackiej Akademii Kulinarnej i Konsultingowej.

W załączeniu dwie wybrane potrawy z przepisami.

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej