

Протокол от среща на ГСС

Населено място: читалище „А. Лешников“, община Хасково

Дата: 17.12.2015 година

Дискутиран проблем/тема: **Домашни хитрини в кухнята "Щом мога аз да готвя, можеш го и ти"**

Описание на проблема: На повечето жени им се налага ежедневно да пригответ храна. Трудно е всеки ден да измисляме нови и интересни ястия, които да са вкусни и здравословни. Много от участничките в групата споделят, че за тях е много трудно да измислят какво да готвят всеки ден. Затова в ГСС решихме да проведем среща по темата, на която всеки да сподели опит, да обменим идеи и рецепти, участниците да споделят как пригответ храната вкъщи и какви трикове използват за приготвянето ѝ.

Обсъждане и коментари в групата, идеи и предложения за справяне с проблема: На първо място обсъдихме колко е важен редът в кухнята. В случая е много подходящ изразът: „Подредени като аптекарски шишета“. Именно така трябва да е подредено всичко в кухнята – подправките, кухненските уреди и пособия, приборите, продуктите, които използваме за приготвяне на храната. След това обсъдихме колко е важно да се подхожда към готвенето с желание и положително настроение – така и ястията стават по-вкусни.

Участници в групата представиха техни любими рецепти: пита „Слънце“, родопки със сирени и кренвирши, къдрава сладка баница, ябълков сладкиш, сладко от вишни и смокини, плодов десерт, домашен чипс и други.

Взето общо решение за разрешаване на проблема/ планирани действия: При всяка следваща среща на ГСС да споделяме свои изпитани рецепти и така да привлечем повече хора към идеята да приготвяме сами здравословна храна вкъщи. Групата да организира вътрешни кулинарни изложби.

Ангажирани лица: Руска Караджова, Янка Гочева, Господинка Тодорова, Кера Петрова, Румяна Божинова, Тонка Иробалиева, Анка Рашкова, Катина Кирева и др.

Предприети действия: Участниците подготвиха за срещата ястията, чиито рецепти представиха. Всеки от групата имаше възможност да види и да опита всяко от представените ястия.



Проект „Да разрешим проблемите си заедно: втора фаза“,
www.ngogrants.bg финансиран от ФМ на ЕИП с договор за безвъзмездна финансова помощ № 309/26.05.2015г. www.hdgender.eu

Постигнати резултати: Участниците в ГСС обмениха идеи как да разнообразят храната, която приготвят. Представените кулинарни рецепти бяха разпространени сред присъстващите на срещата.

Дата: 23.12.2015 година

Изготвила: Руска Караджова