

VÝUKOVÉ PROGRAMY:

JAK SE PEČE CHLEBA:

Chleba (případně chlebové placky) jako základní potravina.

Děti se seznámí se základními druhy obilovin, jejich využitím a zpracováním dříve a dnes, děti si **upečou vlastní kváskový chléb**. Seznámí se druhy semen, kterými můžeme chléb a obohatit a zpestřit.

Krátce si osvětlíme rozdíl mezi ekologickým / biozemědělstvím a konvenčním zemědělstvím a ekologickým zemědělstvím a jeho dopady na zdraví člověka i krajiny a půdy.

Smyslem aktivity je praktické seznámení se s jednotlivými druhy obilí podle barvy, tvaru, vzrůstu klasů a výrobků z nich. Praktické vyzkoušení mletí mouky, vyzkoušení dřívějšího mletí obilí mezi kameny, význam a použití kvásku, zadělání těsta, zpracování, upečení chleba, na závěr děti vyzkoušejí své upečené dílo.

Doba trvání: 2 hod., příspěvek na program 100,- Kč / dítě

Se skupinami dětí, které mají pobytový program začínáme buď dopoledne a chléb pečeme po vyknutí odpoledne nebo s programem začínáme po obědě a chléb pečeme večer.

Možnost rozšíření programu – ukázky a využití bezpečných potravin a fermentace potravin, význam pro zdraví člověka.

VENKOVNÍ BYLINKOVÁ ČAJOVNA

Cíl: Poznávání léčivých bylin, seznámení se s jejich pěstováním, sběrem, uchováváním a využitím.

Praktické využití bylin, které můžeme sbírat na zahradě, na louce, na okraji lesa.

Děti se rozdělí do skupin a každá skupina připraví své čaje na které pak pozve ostatní kamarády.

Ukážeme si sušené i čerstvé byliny, ty, které můžeme pěstovat doma v truhlíku i ty, za kterými vyrazíme do přírody. Seznámíme se s jejich využitím v kuchyni, kosmetice, léčitelství.

Kolik bylin čerstvých či sušených je potřeba na přípravu jednoho hrníčku čaje? Jak dlouho se luhují?

Vysvětlíme si, kde a jak dlouho se byliny suší, jak je uložit a skladovat.

Lekci můžeme doplnit ochutnávkou sirupu z bylin, ukázky vyrobené bylinné masti, či vyrobený pytlíček s mořskou solí doplněný nasušenými bylinami – měsíčkem, květy levandule, růže apod.

Program můžeme rozšířit o výrobu pomazánky s divokými bylinami ke svačině.

Věk dětí: 6 – 12 let, práce ve skupině

Doba trvání: 2 – 3 hod., příspěvek na program 100,- Kč / dítě