

# Gotuj smacznie i zdrowo

W ostatnim tygodniu lutego w Schronisku dla Bezdomnych przy ul. Dutkiewicza Wielkopolski Bank Żywności w ramach Programu Operacyjnego Pomoc Żywnościowa 2014-2020 zorganizował warsztaty kulinarne. Było nie tylko pysznie i smacznie – uczestnicy zajęć mieli również okazję zgłębić wiedzę o wartościach odżywczych spożywanych produktów oraz dbaniu o odpowiednią dietę.

Warsztaty zostały zrealizowane w dwóch turach. Wzięły w nich udział panie z gmin Dolsk i Książ, bezdomni mężczyźni i kobiety oraz sześć wolontariuszek służących pomocą. Pani Agnieszka prowadząca zajęcia kulinarne przywiozła potrzebny sprzęt gospodarstwa domowego oraz produkty, z których wspólnie z uczestnikami przygotowali placki ziemniaczane z pikantnym sosem, a na deser – owsiane babeczki. Prócz wskazówek dotyczących gotowania, prowadząca informowała również o zawartości witamin w poszczególnych produktach oraz dobroczynnym wpływie na nasze zdrowie niektórych składników. Po skosztowaniu własnoręcznie upieczonych dania i upieczeniu babeczek, wszyscy zgodnie przyznali, iż było nie tylko pysznie, ale i interesująco. Propozycji kolejnych kulinarnych spotkań i wspólnego gotowania nie było końca.



























































































































































