

תפריד קיץ

"מטבח לנפש" בנפר יחזקאל

"התחלות במטבח" לגילאי א-ב-ג

סדנת היכרות מהנה עם המרחב המטבחי: כלי בישול, מכשירים, תבלינים ושיטות בסיסיות להכנת מזון. כל זאת תוך משחק, הכנת מאכלים וארוחה משותפת.

בתאריכים: 26-29/7, בשעות: 10:00-12:00 ₪ 550
בתאריכים: 2-5/8, בשעות: 10:00-12:00 ₪ 550

"שמח במטבח" לגילאי ד-ה-ו

סדנה יצירתית ועליזה להכרת המטבח, חומרי גלם שונים, טעמים חדשים וצורות של בישול ואפייה.

בתאריכים: 28/6, 5/7, 12/7, 19/7, בשעות: 18:00-20:00 ₪ 580

מועדון ארוחת הבוקר לגילאי ד-ה-ו

כל מה שרציתם לדעת על ארוחת בוקר ולא העזתם לשאול. הכנת ארוחות בוקר בסגנונות שונים ובשלל דרכים.

בתאריכים 5-7/7, בשעות 10:00-12:00 ₪ 440

"מטבח עולמי" לגילאי ד-ה-ו

מסע קולינרי בין יבשות, הכרת מאכלים ממטבחים שונים בעולם והכנתם.

בתאריכים 12-14/7, בשעות: 10:00-12:00 ₪ 440

"מהגן לשולחן" לגילאי ז-ח-ט

סדנה ירוקה בה נתוודע לחומרי גלם טריים הנמצאים בגינת הירק שלנו- ירקות וצמחי תבלין ונלמד להכין מהם שלל מטעמים.

בתאריכים 9-11/8 בשעות 11:00-13:00 ₪ 440

"מטבח עולמי" לגילאי ז-ח-ט

מסע קולינרי בין יבשות, הכרת מאכלים ממטבחים שונים בעולם והכנתם.

בתאריכים 16-18/8, בשעות: 11:00-13:00 ₪ 440

מטבח לנפש הוא מטבח טיפולי. במטבח הטיפולי הבישול הוא אמצעי להגיע להרבה מעבר לטעם טוב. בהתאם, סדנאות הבישול המתקיימות בו מביאות ערך מוסף משמעותי והעבודה נעשית בקבוצות קטנות. הדגש בסדנאות הוא על חיזוק מיומנויות של: תקשורת מיטיבה ואינטראקציה, חשיבה יצירתית, סדר ואירגון וניהול זמן. התוצרים- מעבר למנות מזמינות- הם חיזוק העצמאות, העצמה, חווית הצלחה ועוד.

בואו רעבים!

/ המטבח חלבי / מספר המקומות מוגבל / פתיחת הסדנאות מותנית במספר הנרשמים /