

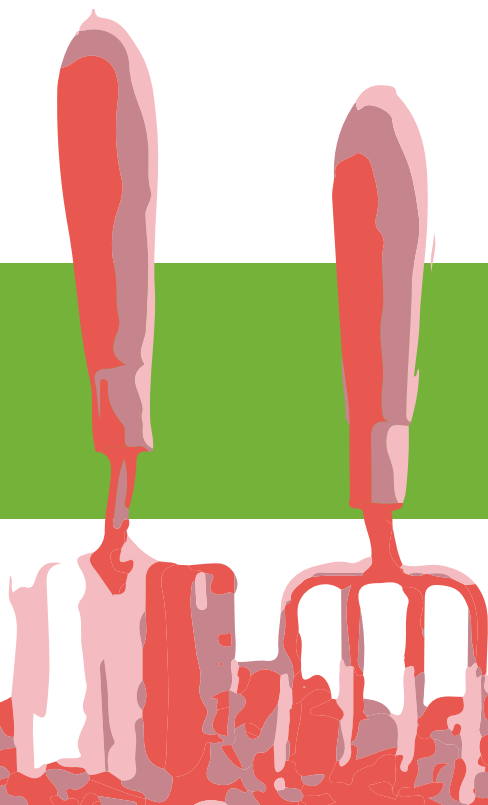


UGAIN

Urban **G**Ardens for the social
INtegration of migrants

Actividad:

Cocina





Fomentar el trabajo en equipo cocinando juntos. Explorar nuevas recetas y productos de temporada.



Ficha de la actividad

1. Nombre de la actividad

Cocina

2. Tipo de actividad

Cocina y gastronomía

3. Descripción de la actividad

Voluntarios y participantes usan la cocina de la casa para preparar un almuerzo en grupo.

4. Competencias y formación necesaria

Se requieren conocimientos y habilidades de cocina y preparación de platos, así como facilidad para el trabajo en equipo, estar abierto a métodos alternativos de cocina a los que no estamos acostumbrados, trabajando con productos de temporada.

5. Pasos para la implementación de la actividad

- Al comienzo de la actividad se decidirá quién cocinará, qué cocinarán y quién lavará.
- Aclarar cualquier requerimiento dietético especial.
- Apoyar a los cocineros durante toda la sesión.
- Asegurarse de que haya suficiente cantidad de platos, tazones y cubiertos.
- Montar un espacio para que todos coman juntos.
- Reunir a todos a comer.
- Agradecer a los cocineros y lavar los cubiertos.

6. Métodos y materiales

- **Infraestructura:** Cocina, frigorífico, material de cocina.
- **Materiales y recursos humanos:** Cocineros voluntarios, alimentos básicos, hierbas y especias, productos del huerto.
- **Tiempo/carga de trabajo:** Es necesario enseñar a los participantes en donde están situadas las cosas que utilizaremos en la actividad, así como enseñarles a recolectar los productos del huerto.
- **Costes:** Ingredientes básicos, gas, aceite, electricidad, agua así como ingredientes adicionales. Las personas a menudo traen sus propios alimentos, lo que ayuda a mantener los costes bajos.

7. Conocimientos aprendidos por los participantes

Los participantes aprenden habilidades de cocina, nuevas recetas, aumentan la paciencia, logran una mentalidad abierta y fomentan la cooperación con los demás. La actividad también ayuda a las personas a desarrollar la confianza en sí mismas y las habilidades sociales a través del trabajo en equipo, un proceso que también puede ayudar con las habilidades del lenguaje y la comprensión de otras culturas.

Socios

Technical
University
of Munich



Technical University
of Munich
(Alemania)
www.tum.de



anstiftung
(Alemania)
www.anstiftung.de



On Projects Advising SL
(España)
www.onprojects.es



Asociación Cantabria Acoge
(España)
www.cantabriaacoge.com



Folkuniversitetet
(Suecia)
www.folkuniversitetet.se



Social Farms & Gardens
(Reino Unido)
www.farmgarden.org.uk



GärtnerInnen der Welt kooperieren

Gartenpolylog
(Austria)
www.gartenpolylog.org

Redes sociales

 /UGAIN.EU
<https://www.facebook.com/UGAIN.EU/>

 /UGAIN_ERASMUS
https://twitter.com/UGAIN_ERASMUS

[Página web del proyecto](http://www.ugain.online) www.ugain.online



Cofinanciado por el
programa Erasmus+
de la Unión Europea

El presente proyecto ha sido financiado con el apoyo de la Comisión Europea. Esta publicación es responsabilidad exclusiva de su autor. La Comisión no es responsable del uso que pueda hacerse de la información aquí difundida.

UGAIN: Urban GARDens for the social INtegration of migrants
Proyecto n°: 2017-1-DE02-KA204-004151