

## STEEKKAART SEMINARIE kook- en voedingsatelier

|  |  |
|--|--|
| Voor wie?                                  | Voor alle aso leerlingen van het vijfde jaar.  |
| Aantal lessen in de 3 <sup>de</sup> graad? | In het <b>vijfde jaar</b> : 2 uur in blok  |
| Jouw profiel?                              | Je bent geboeid door voeding en gezonde levensstijl. Je wil graag ontdekken hoe je op een simpele manier lekkere , gezonde gerechten kan maken. Je bent geïnteresseerd in de effecten van voedingswaren op ons lichaam (productiviteit, lichaamsgewicht, weerstand...). Bovendien heb je oog voor het belang van ecologisch verantwoorde voeding. Je vindt het niet erg om je handen uit de mouwen te steken, niet enkel tijdens de voorbereiding en het klaarmaken maar ook bij het opruimen en afwassen. Je wil zelf mee op zoek gaan naar het uitwerken van originele en budgetvriendelijke recepten. |
| Jouw eventuele verdere studieloopbaan?     | Speelt geen enkele rol: iedere gezonde geest heeft immers nood aan een gezond lichaam.   |
| Welke onderwerpen worden er bestudeerd?    | Voeding en koken in theorie en praktijk.   |
| Wat is het seminarie niet?                 | Dit is geen koksopleiding die culinaire hoogstandjes aanleert.   |
| Hoe wordt er gewerkt?                      | We werken voornamelijk praktijkgericht d.w.z. dat we zelf op zoek gaan naar gezonde producten voor een correcte prijs. Deze producten leren jullie verwerken tot een lekker gerecht. Ook de theoretische kant komt regelmatig aan bod.   |
| Hoe wordt er geëvalueerd?                  | Je wordt beoordeeld op je attitude (ondernemingszin, samenwerken, verantwoordelijkheidszin en creativiteit zijn hierbij belangrijk). Uiteraard is ook je progressie en kennis belangrijk zowel op praktisch als theoretisch vlak. Deze worden geëvalueerd aan de hand van concrete opdrachten.   |