cucina indipendente

Frutti nuovi
CRESCERE E FAR CRESCERE
Frutti nuovi Società Cooperativa Sociale
Povegliano Veronese | Via Campagnole, 44
Tel. 377 087 5354 | www.fruttinuovi.it

Cucinare è molto di può che preparare un pasto

I PERCORSI

Cucinando
si allenano autonomia, responsabilità e collaborazione.

**Perché si sceglie il menu, si fa la spesa,
si gestisce il budget e ci si dividono i compiti.**



Percorso che accompagna dalla scelta del menu alla spesa, dalla preparazione dei piatti al servizio e al riordino degli spazi.

Come lavoriamo

Dieci persone, divise in due gruppi, partecipano una mattina alla settimana. L'équipe educativa accompagna nella lettura delle ricette, nella gestione di quantità, tempi, sequenze e compiti. Una volta al mese il gruppo prepara un pranzo sociale.

Cosa rende possibile

Cucinare per destinatari reali rende visibile il valore del proprio contributo. Il percorso sviluppa autonomia, organizzazione, collaborazione e fiducia, insegnando ad affrontare gli imprevisti e a prendersi cura degli spazi condivisi.

Insieme alle aziende

Le aziende possono commissionare pasti o cene, fornire alimenti, utensili e materiali oppure sostenere il percorso e i pranzi sociali. Ogni collaborazione tiene conto delle possibilità del gruppo e i risultati vengono documentati.

Cucina indipendente

Preparare un pasto, costruire autonomie, offrire qualcosa agli altri.

Cucina Indipendente è il progetto della cooperativa Frutti Nuovi che accompagna persone maggiorenni con fragizlità cognitive, relazionali o organizzative a sviluppare autonomie attraverso la cucina.
Dalla scelta del menu alla spesa, dalla preparazione al riordino, ogni passaggio permette di esercitare capacità utili nella vita quotidiana e nelle relazioni.
Preparare un pasto significa prendere decisioni, organizzarsi e portare a termine un compito il cui risultato può essere condiviso.
Cucinare per altre persone permette anche di mettere le proprie capacità a disposizione della comunità, ricevere un riscontro e riconoscere il valore del proprio contributo.

Perché nasce

Occuparsi dei propri pasti è una parte importante dell'autonomia adulta. Richiede di scegliere cosa mangiare, valutare ciò che serve, gestire una spesa e coordinare diverse azioni. Per alcune persone questi passaggi possono essere difficili, anche quando conoscono gli ingredienti o sanno eseguire singole preparazioni.
La mancanza di occasioni per esercitarsi può mantenere una dipendenza dalla famiglia e limitare la fiducia nelle proprie capacità. Un contesto accompagnato permette di provare, ripetere e affrontare gradualmente compiti più articolati.
Cucina Indipendente offre questa possibilità attraverso un'attività quotidiana, concreta e condivisa. Il pasto dà uno scopo al lavoro; il gruppo rende necessaria la collaborazione; preparare per altri introduce responsabilità e attenzione alla qualità.

Cosa facciamo e come lavoriamo

I partecipanti preparano pasti e ricette semplici, sperimentando le diverse fasi del lavoro in cucina.
Scegliere il menu richiede di esprimere preferenze e considerare quelle degli altri; organizzare la spesa permette di confrontare quantità, prezzi e risorse disponibili.
Durante la preparazione si impara a leggere una ricetta, pesare gli ingredienti, seguire una sequenza e coordinare i tempi. Dividere i compiti significa comprendere che il risultato dipende dal contributo di tutti.
Anche apparecchiare, servire, pulire e riordinare fanno parte del percorso e della responsabilità verso gli spazi condivisi.
L'attività è comune, il percorso è personale. Psicologi ed educatori accompagnano i partecipanti attraverso l'esempio, il fare insieme e la progressiva sperimentazione autonoma. Indicazioni e sostegni vengono adattati alle necessità, lasciando spazio alle scelte e all'iniziativa.
Una preparazione che non riesce come previsto offre l'occasione di fermarsi, capire cosa è successo e cercare una soluzione. Nel gruppo si esercitano anche la capacità di chiedere e offrire aiuto, accogliere un suggerimento e rispettare tempi diversi dai propri.
Una volta al mese il lavoro si apre alla comunità attraverso un pranzo sociale a Povegliano Veronese.
Preparare per altre persone richiede attenzione alle porzioni, ai tempi e alla presentazione: il risultato viene
accolto e riconosciuto da destinatari reali.
Gli obiettivi vengono individuati con la persona e verificati nel tempo,
risultato viene
accolto e riconosciuto da destinatari reali.
Gli obiettivi vengono individuati con la persona e verificati nel tempo, coinvolgendo, quando opportuno, famiglia e professionisti di riferimento. Si osservano cambiamenti concreti: preparare una ricetta con meno aiuto, organizzare il materiale necessario o completare il proprio compito. Il confronto aiuta a utilizzare queste capacità anche nella cucina di casa e nella vita quotidiana.

A chi si rivolge

Il progetto si rivolge a persone maggiorenni che hanno bisogno di sostegno per sviluppare autonomia nella preparazione dei pasti, nell'organizzazione delle attività e nella collaborazione con altre persone.
La proposta viene costruita a partire dagli interessi, dalle risorse e dai bisogni della persona. Non sono richieste competenze culinarie: si individuano compiti e obiettivi adeguati, con un livello di accompagnamento che può cambiare nel tempo.
Attualmente partecipano dieci persone, suddivise in due gruppi da cinque. Ogni gruppo frequenta una mattina alla settimana. La dimensione raccolta permette di seguire i percorsi personali e offrire a ciascuno uno spazio effettivo di partecipazione.

Cosa vogliamo rendere possibile

Autonomia quotidiana: scegliere e preparare pasti semplici, organizzare la spesa e prendersi cura degli strumenti e degli ambienti.

- Capacità organizzative: seguire sequenze, gestire tempi e quantità, affrontare piccoli imprevisti.
- Collaborazione e reciprocità: condividere compiti, considerare i bisogni degli altri e contribuire a un risultato comune.
- Fiducia e ruolo attivo: riconoscere le proprie capacità attraverso un lavoro utile, curato e apprezzato.

Il pranzo sociale rende visibile questo scambio. I partecipanti offrono il proprio impegno e ricevono attenzione e riconoscimento.
Occuparsi di chi siede a tavola permette di sperimentare concretamente cosa significa contribuire al benessere degli altri.

Come partecipare

Le attività si svolgono tra Povegliano Veronese e Verona, in spazi messi a disposizione da realtà del territorio. Un primo incontro permette di conoscere la persona e valutare insieme obiettivi, disponibilità e modalità di partecipazione.
Vuoi capire se questo percorso può fare al caso tuo o di una persona che accompagni? Contattaci per un primo confronto.

