



**Eesti Toitumisnõustajate Ühenduse (ETNÜ) Sapere metoodika koolitus 18.01.2019 Tallinnas Telliskivi Loomelinnakus Mondo koosolekuruumis Telliskivi 60a/5 (<https://telliskivi.cc/spaces/mondo-koosolekuruum>) kell 10.00-17.00 (kohvipausid organiseerib ETNÜ, lõunapaus jääb igaühe enda vastutada).**

Koolitaja: Stina Algotson Rootsist Sapere rahvusvahelisest ühingust (vt tutvustus allpool)

Koolitus inglise keeles, slaidid eesti keeles

Igale osalejale väljastatakse tõend koolitusel osalemise kohta (Skype teel osalejad ei saa tõendit).

Võimalus osaleda ka Skype kaudu, aga kuna koolituspäeval on ka rühmatööd, mida ei ole võimalik interaktiivselt osalejatele edastada, samuti ei saa me garanteerida Skype ühenduse kvaliteeti ja katkematust, siis on tungivalt soovituslik siiski kohale tulla.

Teemad:

- Sapere metoodika tutvustus
- Meie meeled ja nende funktsioonid
- Söömine on multisensoorne kogemus
- Meie meeled, maitse / keel (põhilise maitse testimine), lõhn / nina, nägemine / silmad, puudutus / käed ja suu, kuulmine, maitse
- Sensorsete testide ettevalmistamine rühmades
- Sensoorne testimine
- Kuidas alustada, milliste tööriistadega?
- Testülesanne - koostage sõna-pank
- Häirivad kogemused
- Lastega kokkamine
- Kaardista oma maitset - toit kogu maailmas
- Toit kooli õppekavas - toidukultuuri õpetamine
- Sapere-meetod laiemas kontekstis
- Koolituspäeva tagasiside

Koolituse hind ETNÜ liikmetele 10€ (skype kaudu 5€), teistele huvilistele 25€ (skype kaudu 10€). Maksimaalne osalejate arv kohapeal on 30 (koha koolitusele garanteerib osalustasu laekumine ETNÜ arveldusarvele). Skype kaudu osalejaid võib olla piiramatult.

Registreerimine: <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScJvDAOHPkho-KMxAmXlxKRu-HFoZCNoQQOv2UcEfZWOZJmJ2Q/viewform>

Koolitaja Stina Algotson on ökonomist ja „innustaja“, kes varem töötas kokana ja juhtis koos oma poissõbraga kuus aastat Šveitsi Alpides restorani. Stina töötas 1990ndate keskel Grythyttanis, kus üks tema ülesanne oli tuua Sapere meetod Rootsi. Koos Rootsi toiduametiga koostas ta õppekava „Toit igale meelele – sensoorne koolitus Sapere meetodi põhjal“. Ta on Sapere Internationali asutajaliige. See on organisatsioon, mis ühendab kümmekonda Euroopa ühendust, kes osalevad laste, toidu ja tervisega seotud projektides. Stina tütreid Rebecka ja Gabriella armastavad toitu, nad räägivad toidust ja teevad hea meelega süüa. Eriti meeldib neile küpsetada.