

MAMI Klub – chutná a lacná desiata

V rámci stretnutia MAMI Klubu sa NENE spolu s mamičkami a deťmi venovali téme chutnej a cenovo dostupnej desiаты. Spoločne sme sa rozprávali o tom, ako pripraviť jednoduché, výživné a finančne nenáročné jedlo z bežne dostupných surovín. Cieľom stretnutia bolo ukázať, že domáca desiata môže byť nielen zdravšia, ale aj lacnejšia alternatíva k kupovaným produktom. Zároveň sme sa snažili odbúravať predsudky voči noseniu desiаты z domu a podporiť mamičky v tom, aby sa nebáli siahnuť po vlastnej príprave.

Aktivity v MAMI Klube rozvíjajú najmä:

- rodičovské zručnosti a sebavedomie mamičiek
- finančnú gramotnosť v oblasti plánovania nákupov
- praktické zručnosti pri príprave jednoduchých a cenovo dostupných jedál
- schopnosť plánovať a organizovať denný režim rodiny
- vzájomnú podporu a zdieľanie skúseností medzi mamičkami
- odbúranie predsudkov a posilňovanie pozitívnych postojov
- sociálne väzby a komunitného ducha

