



Mukula Ruokapiirin vetäjän muistilista

Ennen ruokapiiriä:

- Valitse päivämäärä ja varaa tila (keittiö + ruokailutila)
- Varmista keittiön varustus: liedet, työvälineet, astiat
- Ota yhteyttä kantaväestön senioreihin sekä valitun kieliryhmän edustajiin, masterchefiin ja tukihenkilöön
- Seuraa budjettia ja varaa varat ostoksia varten (Mukula-tuotot, hankevarat tms.)
- Kutsu osallistujat: suomalaiset seniorit ja vieraskieliset ryhmät
- Varmista mahdollinen tulkki / kielen tukihenkilö

Päivän alkaessa:

- Varaa ja tarjoa kahvi + pulla osallistujille heti alkuun
- Esittele päivä lyhyesti ja lämmitä tunnelmaa
- Tue masterchefiä ja osallista kaikki keittiötehtäviin

Ruoanlaiton aikana:

- Ohjaa keittiötyöskentelyä, mutta anna osallistujien tehdä itse
- Dokumentoi reseptit (esim. käsin, valokuvoin, äänittein)
- Järjestä taukotoimintaa: KOPS-muistitreenin harjoituksia, keskustelua, musiikkia

Ruokailun ja siivouksen aikana:

- Huolehdi, että kaikki ehtivät mukaan ruokailuun
- Auta tunnelman luomisessa: yhteislaulu, tarinat, keskustelu
- Ohjaa yhteinen siivous (keittiö + ruokailutila)

Ruokapiirin jälkeen:

- Kiitä osallistujia ja anna mahdollisuus palautteeseen
- Kerää reseptit talteen yhteistä reseptipankkia varten
- Arvioi toteutus: mikä sujui hyvin, mitä voisi kehittää

Huomioitavaa:

Omat mausteet: Osallistujat voivat halutessaan tuoda omia mausteita.

Keittiövälineet: Tarvittaessa osallistujat voivat tuoda mukanaan omia kattiloita tai muita keittiövälineitä.

Pöytäliinat ja astiat: Kansallisten pöytäliinojen ja astioiden käyttö on sallittua ja toivottavaa, mikäli osallistujat haluavat luoda autenttisen tunnelman.

Ruokajäämät: Yli jääneen ruoan voi viedä kotiin. Muistathan ottaa mukaan omat rasiat tai pussit.

Tarvikkeiden säilytys: Suosittelemme sopimaan etukäteen esim. tilojen ylläpitäjän kanssa, missä ylijääneitä kuivatarvikkeita (esim. suola, riisi, jauhot) voi säilyttää seuraavaa kertaa varten.