

TEHTÄVÄ PERHEPROJEKTIIN: PERHEEN ARKITOIMINNOISSA OHJAAMINEN JA AVUSTAMINEN

TAVOITE:

- Millä keinoin voidaan tukea ja auttaa perhettä kodin kodinhuollon ja ravitsemuksen päivittäisissä toiminnoissa
- Miten ohjataan ruoan hankinnassa, valmistuksessa, ohjaamisessa ja avustamisessa
- Kotiin saatavat kauppapalvelut
- Kodinhoito ja siinä ohjaaminen sekä avustaminen

TEHTÄVÄN OHJEISTUS

Huomioi seuraavissa myös ohjauksellinen näkökulma:

- Miten perheessä näkyy: Taloudellinen ja terveellinen ruoanvalmistus, [Kestävä ja edullinen ruoanvalmistus](#)
- Mitä tärkeitä asioita huomioida lapsen allergioissa, [Ruokaviraston sivut](#)
- Miten lapset voivat osallistua kodin hoitoon (ruoan valmistus, puhtaanapito)
- Miten saadaan kodin puhtaanapito ja vaatehuolto toimivaksi, (kodissa vallitsee sekasotku)
- Tarvittavat siivousvälineet ja -aineet
- Viikon ruokalista
- Ns. varmuusvarasto elintarvikkeista
- Kodin siivoussuunnitelma, [Kodin siivouskalenteri](#)
- Kodin viikkolukujärjestys
vinkkejä löydät mm. [Kodinhoito / Martat](#)

Tee kauppapalveluun (esim. Prisma, K-kauppa) viikon ruokaostokset ja ilmoita ostosten summa