

Praksisverkstader

1. Kretsløpet til mjølka

Verkstaden omhandlar mjølka, og hennar reise frå jord til bord. Verkstaden vert både teoretisk og praktisk retta. I løpet av dette kurset vil du få djupare innsikt i korleis ost vert tilverka, korleis du kan lage yoghurt sjølv, korleis ei ku nyttar seg av fôret, og korleis du mjølkar ei geit.

Før lunch:

Vi byrjar med sette yoghurt, og lage cottage cheese. Vi skal også halde foredrag om mjølk og fôring medan mjølkeproduktane vert tilverka. Her får du sjå i praksis korleis mjølka blir vidareforedla, og korleis du med enkle middlar kan gjere dette sjølv.

Etter lunch:

Med ein gong etter lunch skal vi sjå på yoghurten som vi satte først på dagen har utvikla seg. Her blir det høve til reale smaksprøvar. Etter dette skal vi ut i fjøset for å sjå korleis mjølka vert produsert i praktisk. Vi skal mjølke både ku og geit, og ta del i fôring. Det skal også bli høve til å helse på både kalvar og killingar.

Velkomne til eit særst fint og innhaldsrikt seminar!

2. Permakultur – økologisk landbruk for en varmere verden

Kurset består av en kort teoretisk innføring i permakultur generelt, praktiske demonstrasjoner og øvelser og en rundvisning i en permakulturrhage tilknyttet skolen. Kurset holdes av en tidligere elev ved skolen, samt to ildsjeler fra Alvastien Telste, en av Norges første permakulturgårder. Les mer her: <http://alvastien.tk/>

Tid

Lørdag 8. mars kl. 09:20 – 12:00 og 14.25 – 17:30

Kurset holdes i klasserommet til vg2, i permakulturrhagen og i skogen bak skoleområdet

3. Kompostverkstad

Nat Mead, lærar på SJH er kurshaldar.

Stikkord for innhaldet

- Husholdningskompost.
- Bio doen.
- Stell av kompost, kompost vending
- Hva skal i kompost og hva skal ikke i kompost.
- Oppbygging av kompost - C/N forhold (Karbon/nitrogen)
- Bygge sin egen kompost? Ferdige plater?– alternativ få med en tegning på en kompost bygging.
- Bruksområder kompost- gjødsel osv.

- Aktuelle bøker om kompost

4. Spikkeverkstad

Det er for nybegynnarar der ein kan lage si eiga skei. Om mogleg ha med eigen kniv. Gruppestorleik på 5 - 8 stk.

5. Matverkstad

Teamaet for workshoppen er ”At lave mad af råvare der (i så vid udstrækning det kan lade sig gøre) er lokalproducerede”. Derved vil vi støtte op omkring lokale producenter, og blive mere bærekraftigt orienterede i forhold til fragt af madvare over lange afstande mv.

Workshoppen vil være praktisk orienteret, og vi må arbejde målrettet hen imod at få sammensat et godt måltid indenfor en bestemt tidsramme.

Man vil som deltager på workshoppen få lidt erfaring med at lave mad til mange mennesker, samt inspiration til hvordan man kan bruge lokalproduceret mad, og få det bedste ud af det man har lige omkring sig. Workshoppen skal holdes i skolens køkken, og har til formål at lave måltider til seminariet.

Marianne Holme blir med på kurset, ho er lærar i foredling på skulen og vikar for kokken
Der er plads til 3-4 deltagere

Even Hov og Brita vil ha flatbrød- workshop i Eldhuset.

MENY:

<p>LØRDAG <u>Lunsj:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Potet/purreløk suppe • Geitost og spekepølse • Flatbrød • Brødbakst • Eplesaft 	<p><u>Festmiddag:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Lammestek • Vegetarburgere • Fløtegratinerte poteter • Ovnsbakte grønnsaker • Melkesyregjæret grønnsaker • Syltet løk • Kålsalat • Gulrotsalat • Eplesaft <p><u>Dessert:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Tilsørte bondepiker • Kaffe og te 	<p>SØNDAG: <u>Lunsj:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Rødbetsuppe med rømme • Gjeitost og spekepølse • Flatbrød • Brødbakst • Eplesaft
---	---	--

6. Varmbenk

Bruksområder, bygging og rigging av forskjellige varianter man har av varmbenker. Bygget av de lokalt utnyttbare ressursene, tilpasset det stedet den skal brukes. For å nevne noe fordeler er stikkord: sesong-forlengelse, planteoppal, utvide spekteret av planter som er mulig å dyrke.

Instruktør Monica, Gjesdahl Larsen, lærar og grønnsakansvarleg på skulen.

Vi vil ha med alle prosessene helt fra valg av materiale til utpanting innenfor denne dagen. Slik at deltagerne etter kurset er i stand til å bygge sin egen, som er tilpasset sitt bruk, og sine ressurser.