

EMENTA PROFISSIONALIZA + CARUARU

CURSO: Geléias e Sanduíches Artesanais		CARGA HORÁRIA 16 HORAS
Objetivos do Curso: Esta formação teórica e prática visa proporcionar conhecimentos e habilidades na área de comidas naturais e saudáveis, contribuindo para a qualificação profissional, o desenvolvimento pessoal e o empreendedorismo feminino. Voltado para mulheres das zonas urbana e rural do município de Caruaru/PE, o curso faz parte das ações da Secretaria da Mulher, por meio do Profissionaliza+ Mulher e da SEDETEC, promovendo oportunidades de capacitação e geração de renda. Com uma abordagem prática, acessível e de fácil entendimento, o curso busca incentivar o aprendizado de técnicas de preparo, organização e apresentação de alimentos, além de estimular a criatividade e a possibilidade de atuação profissional e empreendedora. A formação também contribui para o fortalecimento da autoestima, da autonomia financeira e da melhoria da qualidade de vida das participantes, contemplando aspectos pessoais, profissionais e econômicos.		
CONTEÚDO PROGRAMADO		
Módulo	Conteúdo	Carga horária
I Módulo Técnico	Módulo 1 – Introdução às Comidas Naturais e Saudáveis • Conceitos de alimentação natural e saudável; • Importância de uma alimentação equilibrada; • Seleção e aproveitamento dos ingredientes; • Higiene e boas práticas na manipulação dos alimentos. Módulo 2 – Técnicas de Preparo • Higienização e organização dos alimentos; • Técnicas básicas de corte e preparo; • Métodos de cocção; • Aproveitamento integral dos alimentos; • Substituição e combinação de ingredientes. Módulo 3 – Preparações Naturais e Saudáveis • Preparação de lanches naturais e nutritivos; • Preparações com frutas, legumes, verduras, grãos e sementes; • Bebidas naturais; • Molhos, pastas e acompanhamentos; • Montagem, porcionamento e apresentação das preparações. Módulo 4 – Conservação e Comercialização • Armazenamento e conservação dos alimentos; • Validade e identificação dos produtos; • Embalagens e apresentação; • Noções de custo, precificação e comercialização; • Comidas naturais e saudáveis como oportunidade de geração de renda.	12h

	Módulo 5 – Aula Prática e Avaliação • Planejamento e execução das preparações; • Aplicação das técnicas aprendidas; • Organização e apresentação dos produtos; • Avaliação prática e orientações para continuidade do aprendizado.	
II - Sociopolítica	Desnaturalização das desigualdades entre homens e mulheres, divisão sexual do trabalho, autonomia econômica das mulheres. política de enfrentamento da violência contra a mulher, autonomia social, política produtiva e econômica	4h
	Discriminação no mundo do trabalho: gênero, sexo, raça e etnia, classe, idade e orientação sexual, diferenças salariais e praticas de assédio sexual e moral	
	A discussão feminista sobre o uso do tempo: equipamentos sociais e compartilhamento das responsabilidades familiares e Ações afirmativas que reafirmem a condição das mulheres como sujeitos sociais e políticos	
REQUERIMENTOS DE PARTICIPAÇÃO:		
1- O Público atendido será: 20 (vinte) mulheres do Município de Caruaru/PE.		