



Приправы моих воспоминаний: старые семейные рецепты в профилактике болезни Альцгеймера

МЕСТО: Лас-Габияс (Гранада)

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ВИДЕО: 1'37''

СОДЕРЖАНИЕ: На тренинге по развитию памяти в городке Лас-Габияс в провинции Гранада, удалось собрать более 150 старинных рецептов приготовления блюд. Записывание семейных рецептов – хорошее упражнение для развития памяти и профилактики болезни Альцгеймера. Треть собранных рецептов вошла в сборник, получивший название «Приправы моих воспоминаний» ('El aliño de mi memoria').

ВИДЕО:

Это не просто сборник рецептов, а еще и результат упражнений по профилактике болезни Альцгеймера. Во время тренинга, проводившегося в гранадском городке Лас-Габияс, пожилым людям было предложено вспомнить и записать рецепты, которые они готовили в молодости. Получился сборник – «Приправы моих воспоминаний».

Белен Родригес
ИЗДАТЕЛЬ КНИГИ

«Все начали вспоминать рецепты и мы решили превратить это в упражнение на память. Чтобы каждый вспомнил рецепт блюда, которое готовил с родителями, бабушками и дедушками.»

ГОЛОС

«Это очень старый рецепт. Думаю, что да, так как еще моя мама его готовила. Мне и всем моим это блюдо очень нравится. Это пепитория из курицы.»

В общей сложности получилось собрать 150 рецептов, составленных из рассказов и воспоминаний пожилых людей. Полстони этих рецептов вошли в сборник.

Белен Родригес
ИЗДАТЕЛЬ КНИГИ

«Например, пятничные оладьи.»

Бальвина Гонсалес
УЧАСТНИЦА ТРЕНИНГА

«Самое старое воспоминание – это каша с тростниковой патокой, которую делала моя мама и которую я обожала.»

Арасели Браво
УЧАСТНИЦА ТРЕНИНГА

«Запеканка из мяса или бекона, мы так ее называли.»

Тренинги для людей пенсионного возраста собирают всегда большое количество участников.

Белен Родригес
ИЗДАТЕЛЬ КНИГИ

«Мы работаем, в основном, над профилактикой болезни Альцгеймера, а также над развитием когнитивных способностей через обучение.»

Иногда в план урока входит дегустация блюд, включенных в сборник.



ГОЛОС

«Картофельное рагу. Смотрите, как аппетитно выглядит. Важно, чтобы соус был густым и у нас он как раз хорошо загустел.»

Очень вкусный способ тренировать память!

Если Вы хотите получить более подробную информацию или задать вопрос, обращайтесь по телефону 647 310 157 или по электронной почте info@historiasdeluz.es