

Kom og se – så godt!

Matlaging med film

I prosjektet "Kom og se – så godt!" har vi laget matlagingsfilmer. Oppskriftene i filmene kommer fra den lettleste kokeboken "Så godt! Lettlest kokebok". Det er gode, enkle, delikate, rimelige og sunne oppskrifter.

Norsk Forbund for Utviklingshemmede var prosjekteier. Karde AS gjennomførte prosjektet. Prosjektet ble støttet av ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering med Extra-midler. Statped, avdeling for læremidler og teknologiutvikling lagde tilleggsversjoner av hver film med tegnspråk og med teksting. Statped lagde også tilleggsversjoner med automatiske stopp for hvert trinn i matlagingen.



Filmene ble først og fremst laget for personer som ikke leser så godt. Tempoet i filmene er langsommere enn i vanlige kokkevideoer. Alt som gjøres, vises meget tydelig.



Vi lagde også nye filmer for oppskrifter som ikke fins i kokeboken. Filmene viser hvordan man lager: dipsaus, gode matpakker og smoothie. Dessuten lagde vi filmer om å dekke bord og om hygiene på et kjøkken.



Personer med utviklingshemning og deres tjenesteytere har testet ut filmene fra kokeboken. De så filmene på nettbrett. Etter at de hadde lært å lage noen av rettene, lærte de opp andre i de samme rettene. De brukte fortsatt filmene som hjelp.



Prosjektet varte fra januar 2012 og ut desember 2013. Filmene er lagt ut på på YouTube. På nettsiden www.matfilmer.org kan man se alle de forskjellige versjonene av filmene.

Kontaktinformasjon:

Prosjektleder: Gro Marit Rødevand

Mobiltelefon: 913 50 096

E-post: gro.marit.rodevand@karde.no

Nettside: www.karde.no/SAAGODT_norsk.html