

## Εξοπλισμός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας

Η ποσότητα των διαφόρων σκευών καθορίζεται ανάλογα από τον αριθμό των πάγκων εργασίας και των παιδιών που εργάζονται κάθε φορά στο εργαστήριο (Προδιαγραφές προτύπου εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας σελ.26-27:

[http://www.moec.gov.cy/technikes\\_ypiresies/protypa/schediasmos\\_scholeio/dimotiko\\_protypa\\_sched.pdf](http://www.moec.gov.cy/technikes_ypiresies/protypa/schediasmos_scholeio/dimotiko_protypa_sched.pdf)).

Με τα σημερινά δεδομένα, στα πολυδιδάσκαλα σχολεία, ως επί το πλείστον, εργάζονται μέχρι 13 παιδιά κάθε φορά. Βάση αυτού ένα εργαστήριο με 4 πάγκους εργασίας/νεροχύτες, για 4 ομάδες των τριών ή τεσσάρων παιδιών ανάλογα, είναι πολύ ικανοποιητικό. Ο παρακάτω κατάλογος σκευών (ποσότητες) έχει ετοιμαστεί με βάση το πιο πάνω.

A/A	Οικιακές Συσκευές	Ποσότητα
1.	Ηλεκτρικός Πολυφούρνος με κεραμικές εστίες*	2-4
2.	Ψυγείο / Καταψύκτης *	1

\* Οι προδιαγραφές για τις συσκευές επισυνάπτονται σε ξεχωριστό έντυπο

( <http://agogyd.schools.ac.cy/index.php/el/yliko/organosi-ergastiriou>)

Οι παραπάνω οικιακές συσκευές είναι απαραίτητες. Άλλες οικιακές συσκευές όπως, ζυγαριά τροφίμων, απλοί πολυκόπτες, μίξερ, μπλέντερ, ηλ. εκχυματές κ.ά., οι οποίες διευκολύνουν πρακτικές εργασίες μπορούν να χρησιμοποιούνται. Παρόλα αυτά καλά είναι βασικές δεξιότητες μαγειρικής να διδάσκονται και να εφαρμόζονται από τα παιδιά για σκοπούς εκμάθησης βασικών δεξιοτήτων (βλ. **Οδηγός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας – Βοήθημα για τον/την εκπαιδευτικό:** <http://agogyd.schools.ac.cy/index.php/el/yliko/organosi-ergastiriou>).

Υπενθυμίζεται ότι για το μάθημα της Αγωγής Υγείας - Οικιακής Οικονομίας υπάρχει το κονδύλι για σκεύη και συσκευές και κονδύλι για τα αναλώσιμα υλικά για τους/τις μαθητές/μαθήτριες της Ε΄ και Στ΄ τάξης, το οποίο θα πρέπει να αξιοποιείται πλήρως. **Ενημέρωση για το κονδύλι στην εγκύκλιο:** <http://enimerosi.moec.gov.cy/archeia/1/dde4466a>. Τα

## Εξοπλισμός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας

κονδύλια αποστέλλονται αρχές κάθε σχολικής χρονιάς από τη Σχολική Εφορεία και παρακαλείται κάθε σχολική μονάδα όπως τα αξιοποιήσει, πριν τη λήξη της σχολικής χρονιάς (μέχρι τον μήνα Μάιο), προς όφελος των παιδιών.

Στον πιο κάτω πίνακα αναγράφονται ενδεικτικά τα σκεύη που πρέπει να υπάρχουν σε κάθε εργαστήριο Οικιακής Οικονομίας. **Τα σκεύη που έχουν φθορά θα πρέπει να αντικαθίστανται με καινούργια (π.χ. πολυχρησιμοποιημένα ή φθαρμένα σανιδάκια κοπής, καμένες κατσαρόλες, γδαρμένα αντικολλητικά σκεύη, καμένες ξύλινες κουτάλες κ.ά.).**

Ο πιο κάτω πίνακας μπορεί να χρησιμοποιείται και για σκοπούς ελέγχου των σκευών του εργαστηρίου στην αρχή και στο τέλος κάθε σχολικής χρονιάς.

Α/Α	Είδος και Προδιαγραφές	Ποσότητα	Έλεγχος
1.	Πιατοθήκη νεροχύτη με δίσκο <i>Από σκληρό πλαστικό</i>	1 για κάθε νεροχύτη	
2.	Δοχεία απορριμμάτων <i>Από σκληρό πλαστικό, με πέταλο, ύψος 38 cm.</i>	1	
3.	Θήκες πλαστικές για μαχαιροπήρουνα	Εξαρτάται από τη διαρρύθμιση του εργαστηρίου (βλ. σελ.6 ενδεικτικός τρόπος διαρρύθμισης)	
4.	Μαχαίρια φαγητού με πλαστική λαβή, ανοξείδωτα	24	

## Εξοπλισμός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας

5.	Επιφάνειες κοπής <i>Μέγεθος περίπου 200 X 300 mm, από σκληρό πλαστικό</i>	1 για κάθε παιδί	
6.	Πιρούνια <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα</i>	24	
7.	Κουτάλια σούπας <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα</i>	24	
8.	Κουταλάκια τσαγιού <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα</i>	24	
9.	Πιρουνάκια <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα</i>	24	
10.	Πιρούνες <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα</i>	4	
11.	Κουτάλες για σερβίρισμα <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα</i>	4	
12.	Κουτάλες τρυπητές <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα</i>	4	
13.	Κουτάλες σούπας <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα</i>	4	
14.	Κουτάλες ξύλινες ή από σιλικόνη	4	
15.	Σπάτουλες <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα</i>	4	
16.	Ξύστρες λαχανικών/φρούτων (αποφλοιωτές) <i>Ανοξείδωτες</i>	1 για κάθε μαθητή/μαθήτρια	

## Εξοπλισμός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας

17.	Ανοιχτήρια κονσέρβας και κρασιού <i>Ανοξείδωτα</i>	1 από το κάθε είδος	
18.	Πιάτα ξέβαθα <i>Πορσελάνη άσπρου χρώματος, ποιότητα Hotel Ware</i>	24	
19.	Πιάτα βαθιά <i>Πορσελάνη άσπρου χρώματος, ποιότητα Hotel Ware</i>	24	
20.	Πιάτα φρούτου <i>Πορσελάνη άσπρου χρώματος, ποιότητα Hotel Ware</i>	24	
21.	Πιατέλες <i>Πορσελάνη άσπρου χρώματος, ποιότητα Hotel Ware</i>	4	
22.	Πυρίμαχα ορθογώνια σκέυη	4	
23.	Σετ με φλιτζάνια και πιατάκια τσαγιού <i>Πορσελάνη άσπρου χρώματος, ποιότητα Hotel Ware</i>	12	
24.	Λεκάνες μεγάλες <i>Κατασκευή γυάλινη, διαφανής</i>	4	
25.	Λεκάνες μέτριες <i>Κατασκευή γυάλινη, διαφανής</i>	8	
26.	Λεκάνες μικρές <i>Κατασκευή γυάλινη, διαφανής</i>	1 για κάθε μαθητή/μαθήτρια	
27.	Κόσκινα <i>Ανοξείδωτα</i>	4	

## Εξοπλισμός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας

28.	Τρίφτες <i>Ανοξείδωτοι, με πλαστικό χέρι</i>	4	
29.	Πλάστες <i>Εύλινοι ή πλαστικοί</i>	6-8	
30.	Κόπτες μπισκότων <i>Ανοξείδωτοι ή πλαστικοί</i>	4 σετ	
31.	Σουρωτήρια τσαγιού <i>Ανοξείδωτα ή πλαστικά</i>	4	
32.	Κατσαρόλα μέτρια (με χοντρή βάση) <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα 18/10 Με δύο χέρια και κάλυμμα</i>	4	
33.	Κατσαρολάκι γάλακτος (με χοντρή βάση) <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα ή αντικολλητικό</i>	4	
34.	Τηγάνι <i>αντικολλητικό, Νο. 16</i>	4	
35.	Λαμαρίνες <i>Ξέβαθες, αντικολλητικές, μέγεθος 220 X 320 mm</i>	4	
36.	Φόρμες για μικρά, ατομικά κέικ <i>αντικολλητικές</i>	4	
37.	Φόρμες (ορθογώνιες) για κέικ <i>Μέγεθος περίπου 100 X 180 mm</i>	4	
38.	Ποτήρια νερού <i>Τύπου Duralax</i>	24	

## Εξοπλισμός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας

39.	Βουρτσάκια Ζύμης <i>Με πλαστικές τρίχες ή τρίχες σιλικόνης</i>	4	
40.	Apple corer	4	
41.	Garlic crusher	4	
42.	Χτυπητήρια αυγών <i>Ανοξείδωτα</i>	8	
43.	Λεμονοστύφτες <i>Ανοξείδωτοι ή πλαστικοί</i>	16	
	<b>ΔΙΑΦΟΡΑ ΣΚΕΥΗ</b>		
1.	Λεκάνες πλαστικές μεγάλες για ζύμη <i>Από σκληρό πλαστικό</i>	1	
2.	Δίσκοι σερβιρίσματος <i>Από σκληρό πλαστικό</i>	4	
3.	Κατσαρόλα μεγάλη <i>Από ανοξείδωτο χάλυβα 18/10 Με δύο χέρια και κάλυμμα</i>	2	
4.	‘Πανεράκια’ ψωμιού	2	
5.	Αλατιέρες	2	
6.	Κανάτες νερού	4	
7.	Θήκες για χαρτοπετσέτες	2	

## Εξοπλισμός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας

**Σκούπα, φτυαράκι, κουβάς σφουγγαρίσματος και σφουγγαρίστρα** καλό είναι να υπάρχουν στο εργαστήριο, αν υπάρχει αποθηκευτικός χώρος, για να φυλάγονται και να χρησιμοποιούνται αποκλειστικά για το εργαστήριο για λόγους υγιεινής.

Σε κάθε εργαστήριο πρέπει να υπάρχει **σαπυνοθήκη και συσκευή για χαρτί μιας χρήσης** στον τοίχο κοντά στον κάθε νεροχύτη. Επίσης να υπάρχουν **πετσέτες και ποδιές κουζίνας**.



Η ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑ ΕΙΝΑΙ ΜΙΣΗ ΑΡΧΟΝΤΙΑ

# Εξοπλισμός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας

## ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ ΔΙΑΡΡΥΘΜΙΣΗ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ Εξοπλισμός και σκεύη για τους πάγκους εργασίας (Ομάδες των 4 παιδιών)

Τα σκεύη είναι πιο πρακτικό να ταξινομούνται ανά ομάδα και να φυλάγονται στα συρτάρια και στα ντουλάπια της κάθε ομάδας. Κάθε πάγκος εργασίας 4 ατόμων μπορεί να έχει τα πιο κάτω σκεύη:

### ΣΥΡΤΑΡΙ 1

- 1 θήκη πλαστική για μαχαιροπήρουνα
- 6 μαχαίρια φαγητού
- 6 πιρούνια φαγητού
- 6 κουτάλια σούπας
- 6 κουταλάκια τσαγιού
- 6 πιρουνάκια



### ΣΥΡΤΑΡΙ 2

- 1 πλαστική θήκη για μαχαιροπήρουνα
- 4 κουτάλες ξύλινες ή από σιλικόνη
- 4 ξύστρες λαχανικών/φρούτων
- 4 μαχαιράκια λαχανικών
- 2 χτυπητήρια αυγών
- 1 βουρτσάκι ζύμης
- 1 σουρωτήρι τσαγιού
- 1 apple corer
- 1 Garlic crusher



### ΝΤΟΥΛΑΠΗ 1

- 6 ποτήρια νερού
- 6 πιάτα ξέβαθα
- 6 πιάτα βαθουλά
- 6 πιατάκια φρούτου



## Εξοπλισμός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας

- 4 μικρές γυάλινες λεκάνες
- 2 μέτριες γυάλινες λεκάνες
- 1 μεγάλη γυάλινη λεκάνη
- 1 κόσκινο
- 4 λεμονοστύφτες

### ΝΤΟΥΛΑΠΗ 2

- 2 πλάστες
- 4 σανιδάκια κοπής
- 1 τρίφτη
- 1 τηγάνι
- 1 μέτρια κατσαρόλα
- 1 κατσαρολάκι γάλακτος

### ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΣΕ ΣΚΕΥΗ ΓΙΑ ΟΛΗ ΤΗΝ ΤΑΞΗ:

- 4 κουτάλες σούπας, 4 πιρούνες, 4 κουτάλες τρυπητές, 4 σπάτουλες, 4 κουτάλες σερβιρίσματος
- 4 πιατέλες ξέβαθες για σερβίρισμα (πορσελάνη άσπρου χρώματος, ποιότητα Hotel Ware)
- 4 φόρμες για κέικ ορθογώνιες
- 4 λαμαρίνες ξέβαθες
- 4 μέτρια πυρίμαχα ορθογώνια σκεύη
- 2 μεγάλες κατσαρόλες (η μια μπορεί να είναι χύτρα ταχύτητας)
- 4 σετ κόπτες μπισκότων
- 4 δίσκοι σερβιρίσματος
- 2 πανεράκια ψωμιού
- 2 αλατιέρες
- 2 θήκες για χαρτοπετσέτες
- 1 σετ με φλιτζάνια και πιατάκια τσαγιού (για 12 άτομα)



**ΤΑ ΦΘΑΡΜΕΝΑ ΣΚΕΥΗ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΑΝΤΙΚΑΘΙΣΤΑΝΤΑΙ**

## Εξοπλισμός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας

### ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΟΙΚΙΑΚΩΝ ΣΥΣΚΕΥΩΝ ΓΙΑ ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ

#### 1. Η σωστή τοποθέτηση του ψυγείου:

α) Μακριά από πόρτες, παράθυρα που τα βλέπει ο ήλιος ή μακριά από καλοριφέρ. Έτσι θα εξοικονομήσει τουλάχιστον 30% ενέργεια.

β) Σωστή απόψυξη σε τακτά χρονικά διαστήματα.

γ) Έλεγχος στα λάστιχα του ψυγείου και όποτε υπάρχει ανάγκη να αλλάζονται.

δ) Να μην είναι κολλημένο στον τοίχο και να μην είναι δίπλα στην ηλ. κουζίνα.



#### 2. Η σωστή χρήση της ηλεκτρικής κουζίνας:

α) Να επιλέγονται μαγειρικά σκεύη που να εφαρμόζουν καλά στις εστίες (μάτια) της κουζίνας

β) Να χρησιμοποιείται, όπου είναι δυνατόν η χύτρα ταχύτητας.

γ) Να σβήνουν τα μάτια και ο φούρνος 5-10 λεπτά πριν την ολοκλήρωση του μαγειρέματος.

δ) Να μαγειρεύουμε με κλειστό το καπάκι στα μαγειρικά σκεύη.

ε) Να μην ανοιγοκλείνουμε τα καπάκια ή την πόρτα του φούρνου όσο μαγειρεύουμε.

στ) Να μην μαγειρεύουμε κάθε φορά με μεγαλύτερη θερμοκρασία από όση απαιτεί κάθε φαγητό.

ζ) Να χρησιμοποιούμε το σωστό μάτι ανάλογα με το είδος της κατσαρόλας.



## Εξοπλισμός Εργαστηρίου Οικιακής Οικονομίας

η) Να χρησιμοποιούμε τον ζεστό αέρα του φούρνου για να μαγειρεύουμε όσο το δυνατό περισσότερα φαγητά ταυτόχρονα.

(Πηγή από: [http://www.pspa.eu/images/files/ergasies\\_mathiton/2015-16etos/oikiakia1\\_.pdf](http://www.pspa.eu/images/files/ergasies_mathiton/2015-16etos/oikiakia1_.pdf))



Φιλιώ Σάββα

Συντονίστρια Ομάδας Εργασίας Αναλυτικού Προγράμματος Αγωγής Υγείας

Ιούλιος 2019