CRONOGRAMA ação formação OFICINAS /ATELIERS - FAV

Módulos / Sessões	abril																														maio																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
I - Introdução à ação (10 mnt.); Técnicas de comunicação (15min); Operações relacionadas com cada uma das oficinas de fabrico (queijo, pão, mel, outras) (35m)																			60'																													
II – Tipos de ferramentas e utensílios. Boas práticas e cuidados necessários com a manipulação de matérias-primas no fabrico de pão e queijo (15 mnt). Equipamento de proteção individual e de segurança alimentar na transformação dos produtos agrícolas e pecuária (15 mnt); Operações relacionadas com cada uma das oficinas de fabrico (queijo, pão, mel, outras (15 mnt));Principais etapas e tarefas necessárias (fluxograma). (15mnt)																										60'																						
III – Principais etapas e tarefas necessárias (conclusão dos fluxogramas). Filmagem / Autoscopia (1h).																																	60'															
IV – Principais etapas e tarefas necessárias (fluxograma). Análise das autoscopias realizadas. Auto - Avaliação (45 mnt).																																								60'							45 '	
Avaliação e Encerramento (15 mnt)																																															15 '	

TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO – 01 FAV

ESCRITA, FALAR EM PÚBLICO; LIDERANÇA; LINGUAGEM CORPORAL; EMPATIA; ESCUTA ATIVA; PERGUNTAS CERTAS; RESPOSTA AOS CONFLITOS; NEGOCIAÇÃO; AUTENTICIDADE E CONFIANÇA.

COMPORTAMENTO NÃO VERBAL:

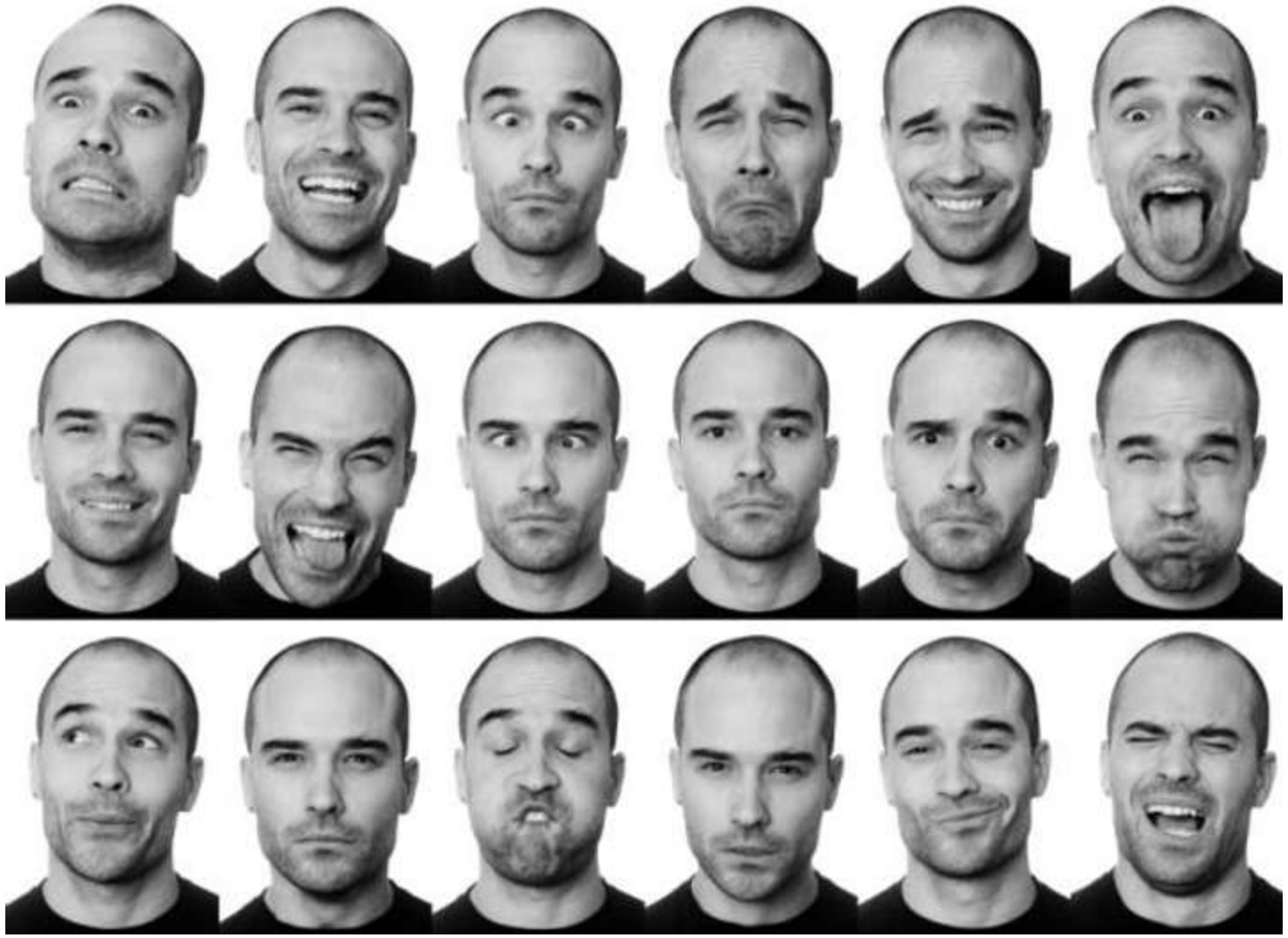
- Sorriso;
- Gestos firmes;
- Postura erguida;
- Mãos soltas.

COMPORTAMENTO VERBAL:

- Penso que …
- Sinto que…
- Façamos…

OUTRO COMPORTAMENTO:

- Regula a voz;
- Falar de forma fluida e corrente;
- Respeitar os silêncios,
- Tom agradável



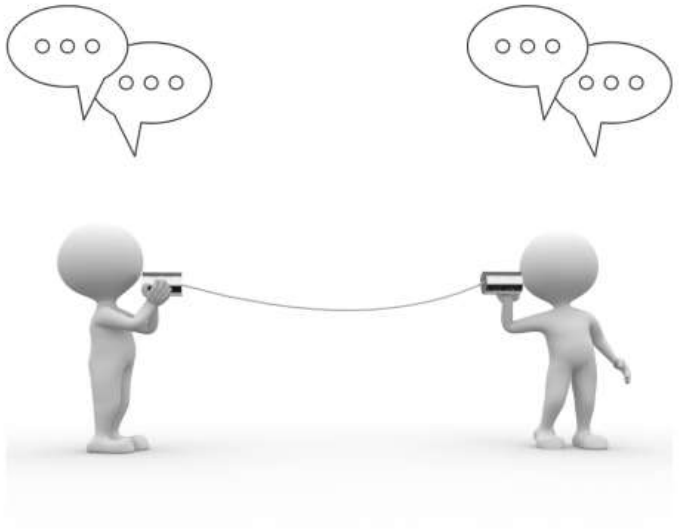
Movimentos que denunciam uma **linguagem não verbal negativa:**

- roer as unhas;
- mexer no cabelo;
- ter uma caneta na mão e estar constantemente a mexê-la;
- pegar em objetos;
- bater com os dedos ou com os pés;
- brincar com coisas ou situações desnecessárias;
- mexer em acessórios pessoais.

Indicadores de nervosismo e falta de controlo, além de irritar e distrair as pessoas com que estamos a interagir também diminuem muito as nossas possibilidades de sucesso.

NOTA 1: Descruzar os braços e as pernas quando se ouve ou lê.

NOTA 2: **Dica importante para causar uma boa primeira impressão**: Contato visual.



COMPORTAMENTOS QUE AJUDAM A COMUNICAÇÃO ATIVA E EMPÁTICA

- Ouvir de forma ativa;
- Respostas mínimas;
- Reflexo dos sentimentos;
- Pedido de esclarecimento;
- Repetição de palavras ou frases;
- Dar a palavra;
- Análise das soluções

TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO ASSERTIVA

- Técnica de disco riscado;
- Técnica do nevoeiro;
- Técnica para a mudança;
- Técnica do acordo;
- Técnica da pergunta;
- Técnica de ignorar;
- Técnica do adiar.

Linguagem corporal: é a aparência, postura, gestos, expressões faciais, olhares e como cumprimentamos ou falamos com as pessoas com quem interagimos.

QUANDO A LINGUAGEM CORPORAL NÃO COINCIDE COM AS PALAVRAS, A MAIOR PARTE DA MENSAGEM ESTÁ PERDIDA.

Podemos dividir os sinais não verbais em cinco categorias:

1. **Símbolos** – Movimentos usados em vez de palavras com significado facilmente percetível (por exemplo, dizer OK levantando o polegar para cima).

2. **Ilustradores** – Movimentos que acompanham a fala para ilustrar o que se diz (por exemplo, contar até quatro e mostrar os quatro dedos).

3. **Reguladores** – Movimentos relacionados com a função da fala e da audição e que indicam as intenções (por exemplo, acenar com a cabeça, olhar mais intensamente, mudar de postura);

4. **Pacificadores** – Movimentos que servem para se acalmar em situações de desconforto ou de nervosismo (por exemplo, tamborilar com os dedos, afastar o cabelo, brincar com um anel).

5. **Indicadores** – Refletem o estado emocional em que se encontra a pessoa no momento (por exemplo, conforto, desconforto, ansiedade, medo, fuga).

CUIDAR DA POSTURA

A POSTURA REFLETE O NÍVEL DE ATITUDE E ENERGIA DA PESSOA.

QUANTO MAIS ENCOLHIDO SE ESTIVER, MAIOR SERÁ A PERCEÇÃO DE QUE A PESSOA TEM POUCA ATITUDE, UM BAIXO NÍVEL DE ENERGIA, POUCA CONFIANÇA EM SI MESMA E/OU CARECE DE LIDERANÇA.

UM FORMADOR "NÃO TEM MEDO" E DEVE SABER DEMONSTRAR ISSO, ADOTANDO POSTURAS ABERTAS E ACOLHEDORAS. BRAÇOS ABERTOS COM AS MÃOS VISÍVEIS, OS PÉS À DISTÂNCIA DE OMBRO UM DO OUTRO, GESTOS AMPLOS COM AS MÃOS, OMBROS PARA TRÁS E COSTAS DIREITAS.

BRAÇOS CRUZADOS,
PERNAS CRUZADAS,
MÃOS À FRENTE DOS GENITAIS,
MÃOS NOS BOLSOS
OLHARES PARA BAIXO

SÃO VISTOS COMO GESTOS DE SUBMISSÃO, MEDO OU INSEGURANÇA.

POSTURAS CRUZADAS: IMPEDEM UMA COMUNICAÇÃO FLUÍDA E A CAPACIDADE DE RETENÇÃO DE INFORMAÇÃO.

AS POSTURAS CRUZADAS FUNCIONAM COMO BARREIRAS INVISÍVEIS E FAZEMOS PORQUE AINDA NÃO CONFIAMOS OU GOSTAMOS O SUFICIENTE DA PESSOA COM QUEM ESTAMOS A INTERAGIR.

TER POSTURAS ABERTAS INCENTIVA À COMUNICAÇÃO, DEMONSTRA CONFIANÇA, CREDIBILIDADE E LIDERANÇA.

FALAR COM AS MÃOS

- OS GESTOS ESTÃO LIGADOS À FALA, ENQUANTO SE FALA, SE GESTICULA… DE FORMA A EXEMPLIFICAR E DAR MAIS PODER E SIGNIFICADO ÀS PALAVRAS.

- SENÃO SE FAZ, AS PALAVRAS QUE VERBALIZAMOS VÃO SER PERCEBIDAS COMO…MENOS CREDÍVEIS E MENOS SENTIDAS.

- FALAR COM AS MÃOS FAZ COM QUE O CONTEÚDO VERBAL MELHORE.

- FALAR COM AS MÃOS, O DISCURSO É MENOS HESITANTE, EVITA OS ENCHIMENTOS VERBAIS COMO “HUMM” E “HAMM” E AJUDA A FORMAR E A VERBALIZAR PENSAMENTOS MAIS CLAROS.

- OS MOVIMENTOS DAS MÃOS DEVEM SER ENTRE A CINTURA E OS OMBROS, RELAXADOS, MOSTRANDO AS PALMAS DAS MÃOS PARA DEMONSTRAR MAIS CREDIBILIDADE E SINCERIDADE.

OPERAÇÕES RELACIONADAS COM CADA UMA DAS OFICINAS DE FABRICO (QUEIJO, PÃO, MEL, OUTRAS) TIPOS DE FERRAMENTAS E UTENSÍLIOS.

- **INGREDIENTES:**

  Farinha: Farinha do pão é formada por amido (cerca de 70%). É o dióxido de carbono libertado que faz crescer o pão.

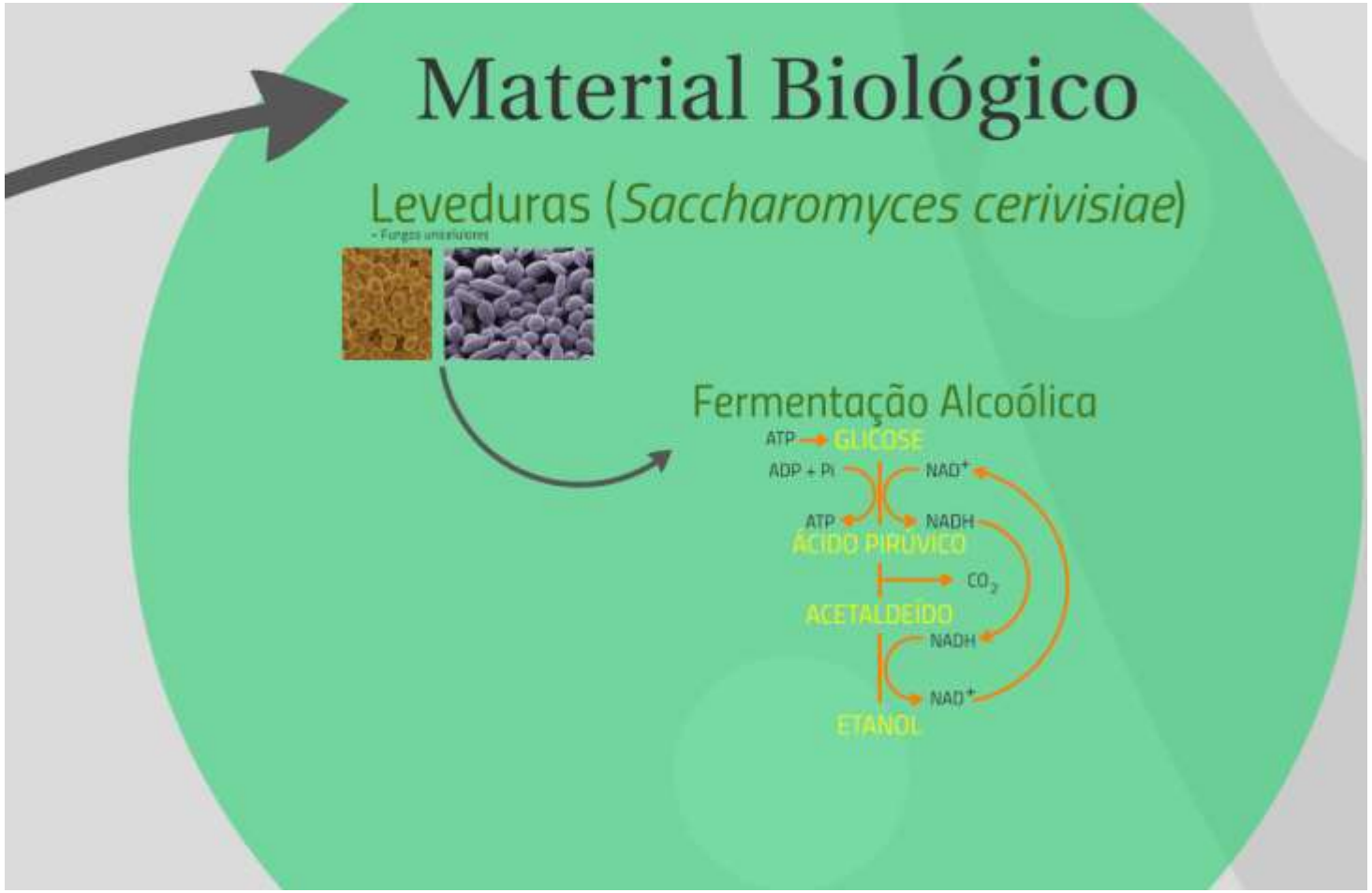
  Água,

  Levedura (mais conhecido por fermento de padeiro - micróbio vivo (*Saccharomyces cerevisae* - Fermento Biológico Comercial - Fresco ou Seco_ ambos com leveduras da espécie Saccharomyces Cereviseae).

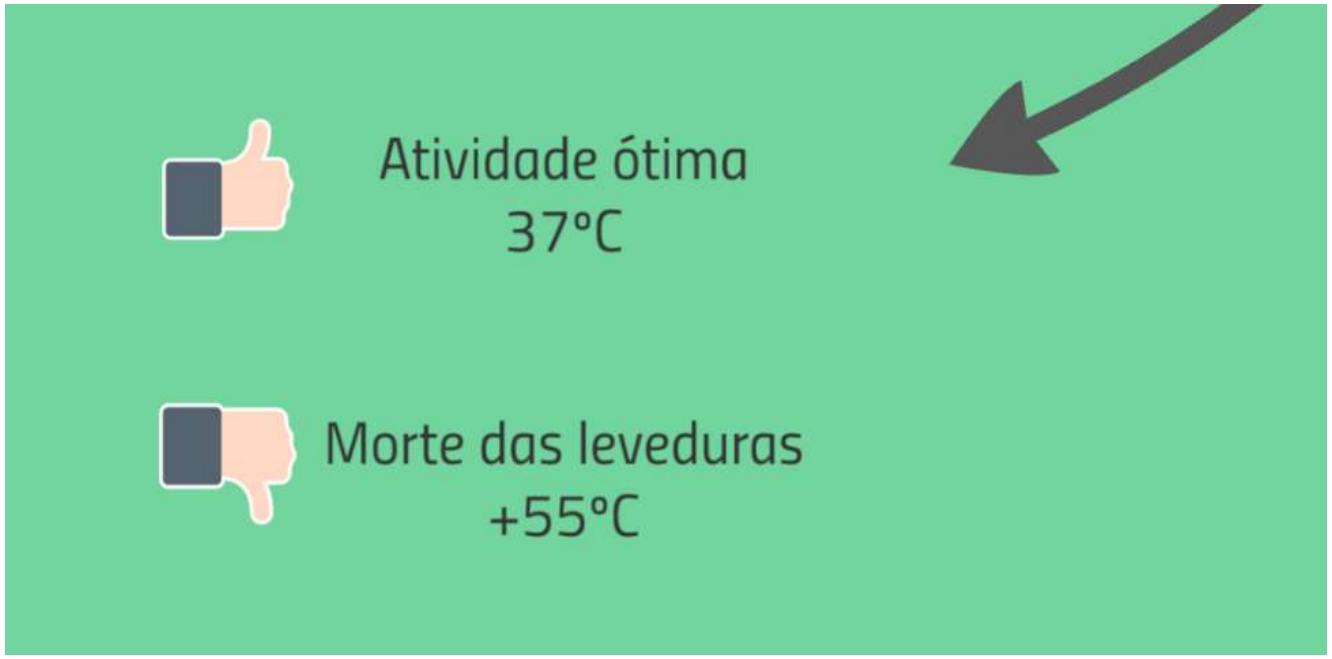
  Sal.

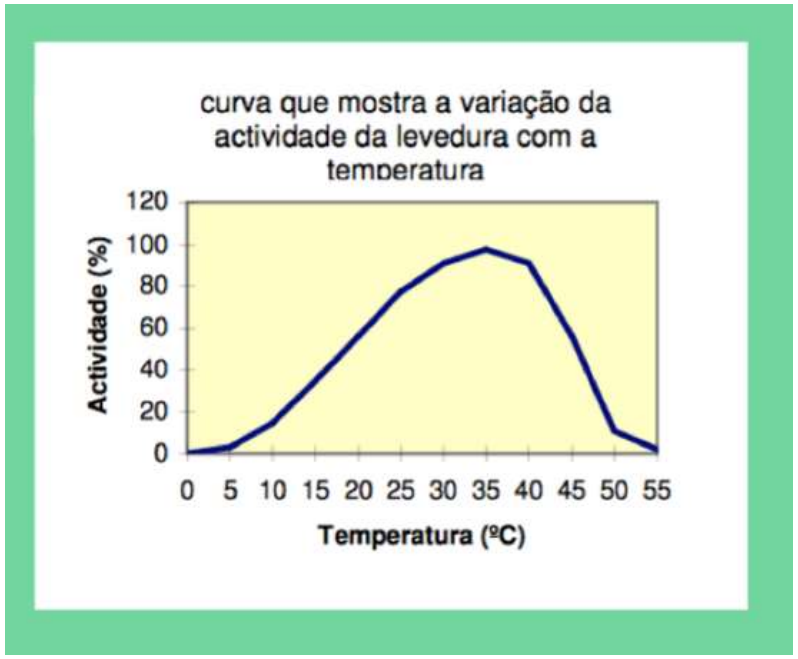
- **PESAGEM DE MATÉRIA-PRIMA**
- **MISTURA**
- **AMASSAR**
- **FERMENTAÇÃO PRINCIPAL – MASSA MÃE (componente ativo – massa fermentada para fabrico do pão) - utilização de uma fração de massa de pão já fermentada como veículo de inoculação de leveduras e bactérias láticas**
- **COZEDURA**

OPERAÇÕES RELACIONADAS COM CADA UMA DAS OFICINAS DE FABRICO (QUEIJO, PÃO, MEL, OUTRAS) TIPOS DE FERRAMENTAS E UTENSÍLIOS.



OPERAÇÕES RELACIONADAS COM CADA UMA DAS OFICINAS DE FABRICO (QUEIJO, PÃO, MEL, OUTRAS) TIPOS DE FERRAMENTAS E UTENSÍLIOS.





OPERAÇÕES RELACIONADAS COM CADA UMA DAS OFICINAS DE FABRICO (QUEIJO, PÃO, MEL, OUTRAS) TIPOS DE FERRAMENTAS E UTENSÍLIOS.

Procedimento Geral

1. Pesar as quantidades certas de cada ingrediente
2. Colocar a farinha num recipiente
3. Diluir o sal e fermento na água morna
4. Acrescentar a mistura à farinha e amassar
5. Cobrir com um pano e deixar levedar a 37°C durante 1 ou 2 horas
6. Borrifar a massa com água e farinha
7. Levar a cozer a 200°C entre 30 minutos e 1 hora

OPERAÇÕES RELACIONADAS COM CADA UMA DAS OFICINAS DE FABRICO (QUEIJO, PÃO, MEL, OUTRAS) TIPOS DE FERRAMENTAS E UTENSÍLIOS.

O fabrico do queijos deve obedecer a um conjunto de regras, sem as quais nunca se poderá obter um produto uniforme.

- **INGREDIENTES: Leite de cabra**
- **COAGULAÇÂO: Fermentos de laboratório: QUIMOSINA**

A formação da coalhada, considera-se terminada quando se corta a massa com uma faca e o traço, ficando aberto, se encher de liquido um tanto esverdeado, quando introduzimos um dedo e este vem completamente limpo, de contrario viria leitoso; com uma espátula, fazendo pressão sobre a massa perto da parede do caldeira/tacho, a coalhada se desloca e o espaço se enche de soro.

- **SALGA**
- **PASTA MOLE – CURADO - FRESCO - de cabra**

OPERAÇÕES RELACIONADAS COM CADA UMA DAS OFICINAS DE FABRICO (QUEIJO, PÃO, MEL, OUTRAS)

TIPOS DE FERRAMENTAS E UTENSÍLIOS.

QUEIJO RABAÇAL

Para o fabrico dêste queijo utiliza-se o leite de ovelha e cabra, sendo êste em menor quantidade. São queijos de pequeno pêso, atingindo, em média, 300 gramas. O leite, após o ordenho, é coado e procura-se manter a temperatura, escaldando a vasilha para onde é coado e envolvendo-a com pano de lã ou expondo-a ao sol no Verão. No fim de uma hora deve a coagulação estar terminada, para o que se deve juntar o coalho preciso.

Procede-se ao encinchamento da coalhada logo nos cinchos definitivos, calcando e esmiüçando com as mãos. Depois de feitos os queijos, deita-se-lhes logo o sal na face superior e, quando êste se tenha derretido, voltam-se e salgam-se na outra face. Por cada queijo devem empregar-se 60 gramas de sal. Passadas 24 horas, tiram-se dos cinchos e lavam-se com água morna no Inverno ou água fria no Verão.

Os queijos no enxugadouro são colocados em tábuas ou prateleiras, devendo a casa ser bem ventilada. Passados vinte dias estão curados.

OPERAÇÕES RELACIONADAS COM CADA UMA DAS OFICINAS DE FABRICO (QUEIJO,PÃO, MEL, OUTRAS).

A PASTEURIZAÇÃO É O TRATAMENTO TÉRMICO QUE É REALIZADO NO LEITE ELEVANDO SUA TEMPERATURA **EM TORNO DE 75 ºC** MANTENDO ESSA TEMPERATURA **POR 15 SEGUNDOS** E, EM SEGUIDA , **RESFRIANDO À TEMPERATURA IDEAL PARA O PROCESSO TECNOLÓGICO DE CADA PRODUTO LÁCTEO A SER FABRICADO**, O QUE DENOMINAMOS DE PASTEURIZAÇÃO RÁPIDA.

É IMPORTANTE NÃO CONFUNDIR **PASTEURIZAÇÃO DO LEITE COM COZIMENTO DA MASSA**, ALGUNS QUEIJOS COMO O DE CABRA, PASSAM POR COZIMENTO DA MASSA MAS CONTINUAM SENDO QUEIJOS DE LEITE CRU.

O OBJETIVO DA **PASTEURIZAÇÃO** É ELIMINAR OS MICRORGANISMOS PRESENTES NO LEITE, EM ESPECIAL **OS POTENCIAIS PATOGÊNICOS**, OU SEJA, AQUELES QUE PODEM FAZER MAL À NOSSA SAÚDE.

PORÉM, AO PASTEURIZAR O LEITE**, ELIMINAMOS OS MICRORGANISMOS QUE PODEM NOS FAZER MAL MAS TAMBÉM OS QUE NOS FAZEM BEM. ESSES MICRORGANISMOS QUE NOS FAZEM BEM SÃO OS PRINCIPAIS RESPONSÁVEIS PELO SABOR CARACTERÍSTICO DE CADA QUEIJO.**

COMO PLANEAR AS OFICINAS DE FABRICO – ATELIERS TRADICIONAIS ?

- **QUE TIPO DE PESSOAS, PÚBLICO – ALVO;**
- **UTILIZAR BEM O ESPAÇO (INGREDIENTES, PRODUTOS AGRÍCOLAS, PRODUTOS TERMINADOS, ACESSÍVEIS, NAS PAREDES UTILIZAR AS ETAPAS DE PRODUÇÃO - FLUXOGRAMA);**
- **A COZINHA É UM LABORATÓRIO;**
- **GESTÃO DO TEMPO;**
- **GESTÃO ATEMPADA DE PROBLEMAS.**

COMO PLANEAR AS OFICINAS DE FABRICO – ATELIERS TRADICIONAIS ?

BOAS PRÁTICAS DE SEGURANÇA ALIMENTAR NA TRANSFORMAÇÃO DOS PRODUTOS AGRÍCOLAS

CUIDADOS NECESSÁRIOS COM A MANIPULAÇÃO DE MATÉRIAS-PRIMAS NO FABRICO DE PÃO E QUEIJO, MEL e OUTRAS.

https://prezi.com/khsi1ijotdsj/?preview=1

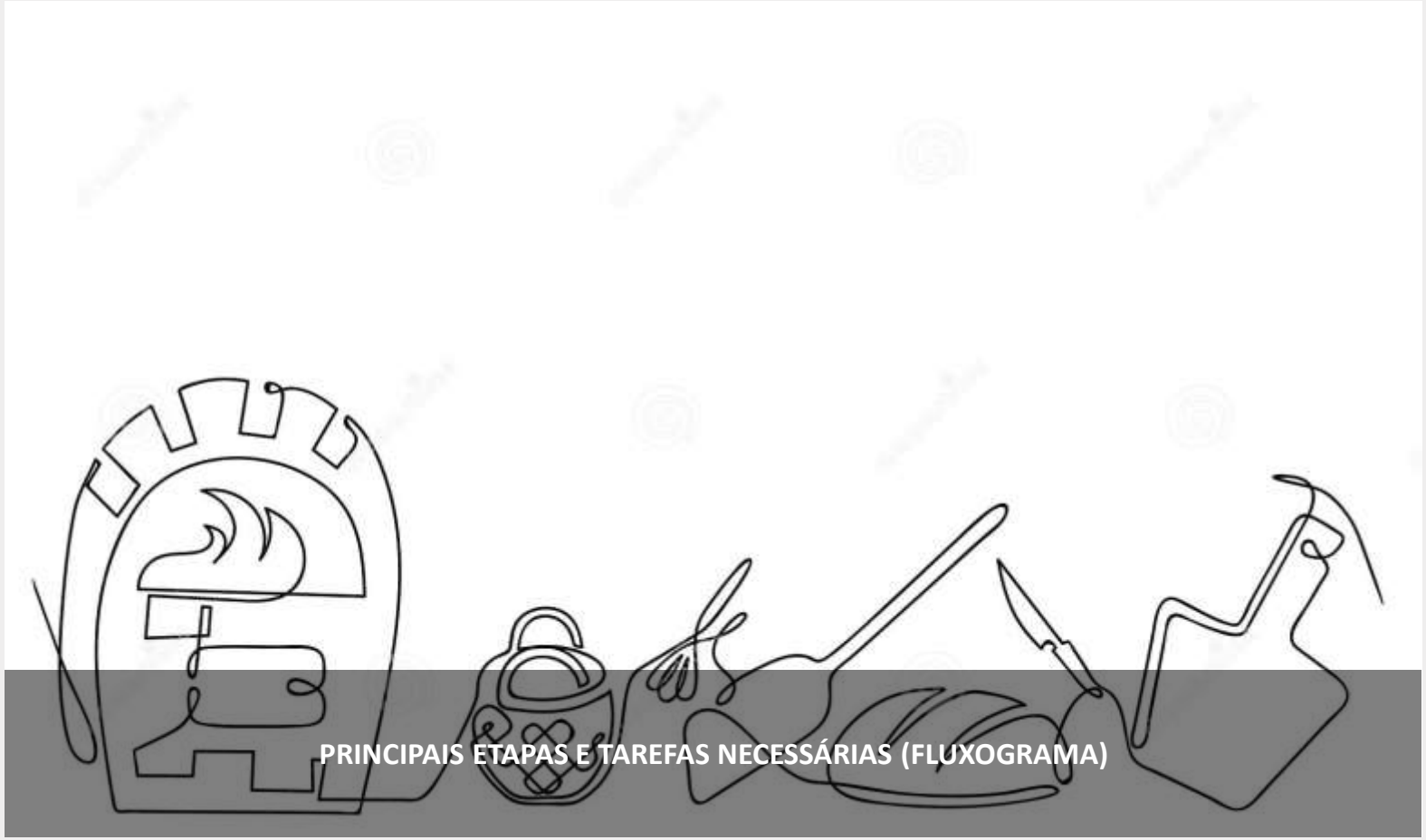
https://prezi.com/ol-c4en36om2/?preview=1

https://prezi.com/hu6deyksa7gq/tecnicas-de-conservacao-e-armazenamento-de-alimentos/

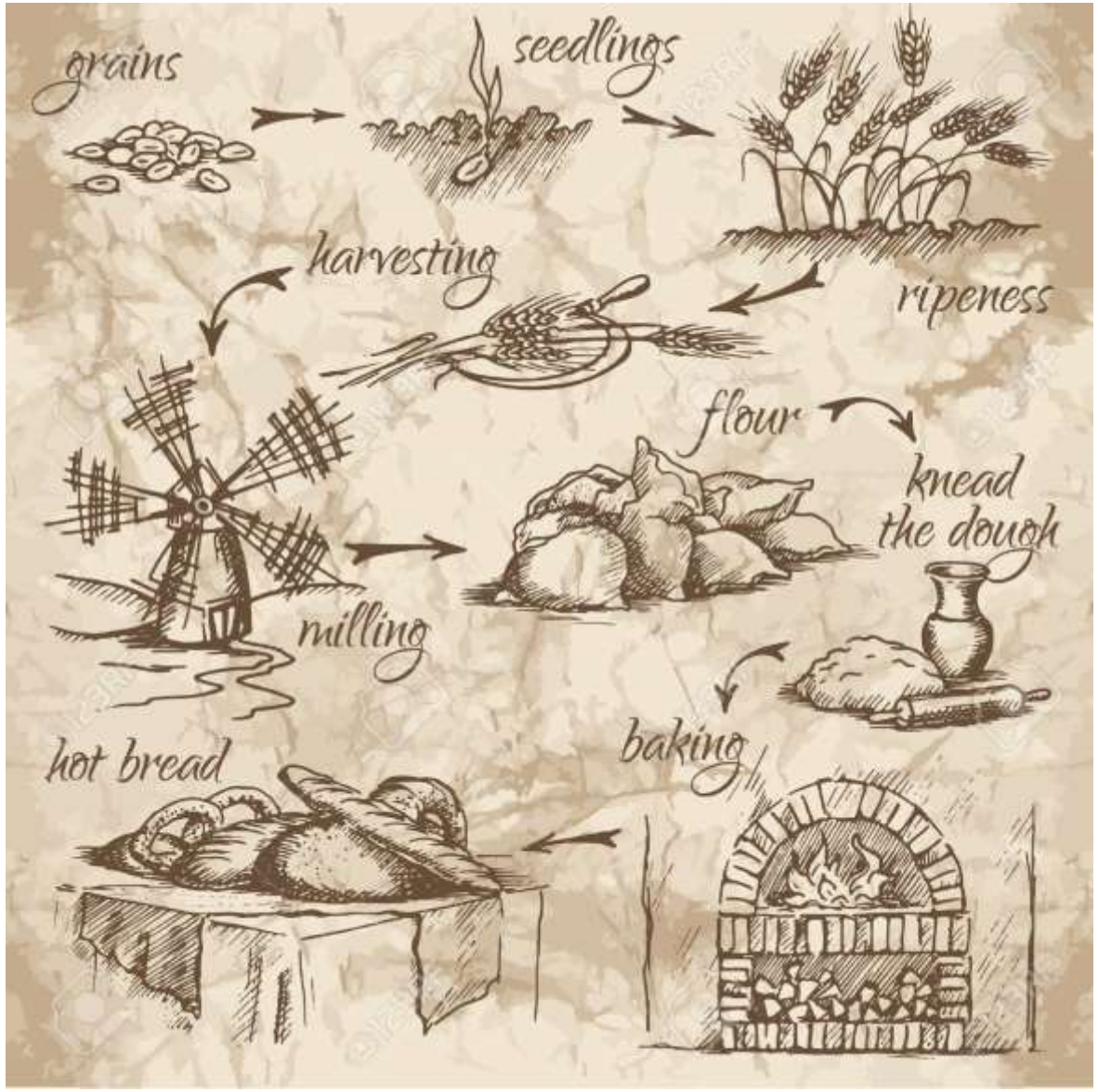
EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL E DE SEGURANÇA ALIMENTAR NA TRANSFORMAÇÃO DOS PRODUTOS AGRÍCOLAS E PECUÁRIA

PRINCIPAIS ETAPAS E TAREFAS NECESSÁRIAS (FLUXOGRAMA)

2022 Formador joao amilcar

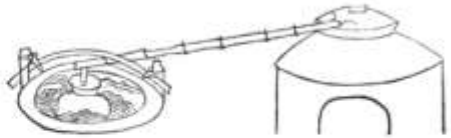


PRINCIPAIS ETAPAS E TAREFAS NECESSÁRIAS (FLUXOGRAMA)

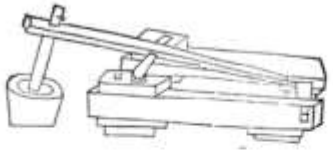

grains
seedlings
harvesting
ripeness
flour
knead
the dough
milling
baking
hot bread

1 - Confection d'une meule
(đánh đống rơm)

2- Grenier à riz
(Đổ thóc vào cót)

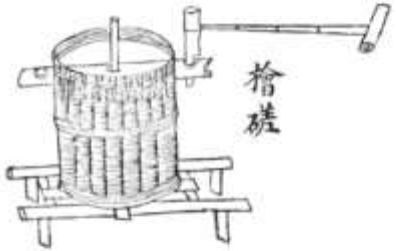


3-Alambic

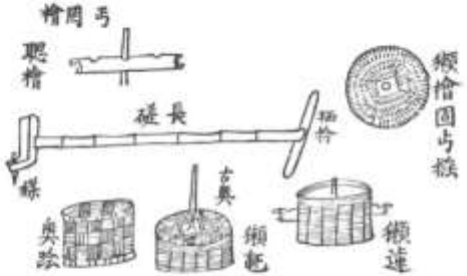


4 - Pilon à riz
(cối giã gạo)

5-Pilonnage *(giã)*



6 - Moulin à farine de riz
(Cối xay bột gạo – p. 247)



7 - Détails de construction du moulin à riz
(Chi tiết cối xay lúa – p. 29)

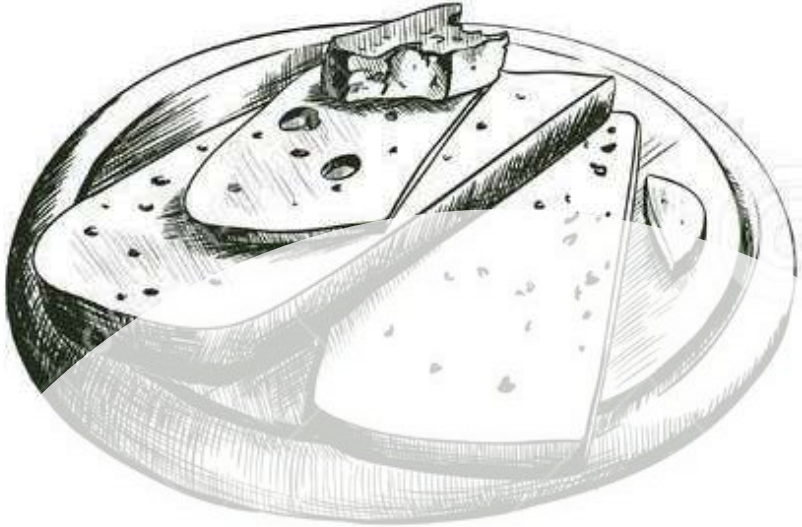
8-Moulin à farine de riz
(Cối xay bột gạo – p. 324)

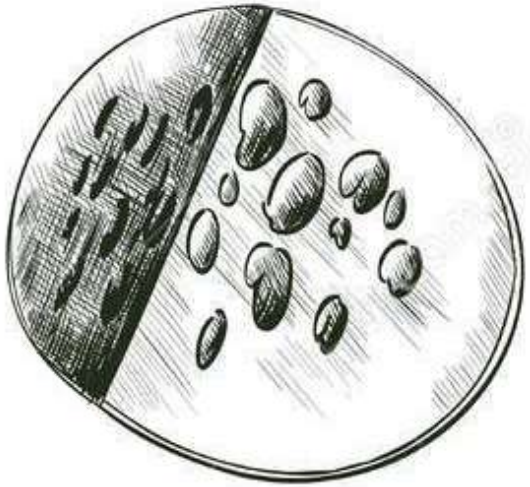
9-Moulin à farine de riz
(Cối xay bột gạo - p. 456)

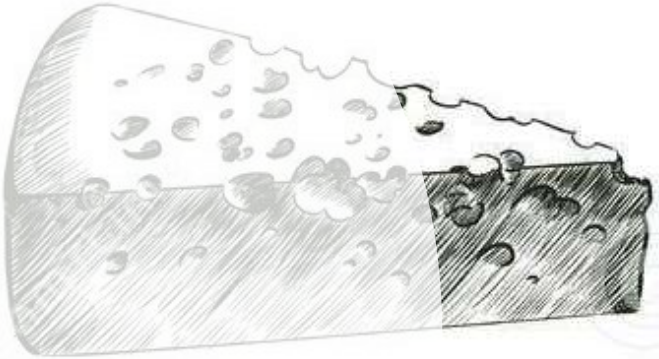
10-Aveugles moulant la farine de riz
(Người lòa xay bột gạo – p.471)

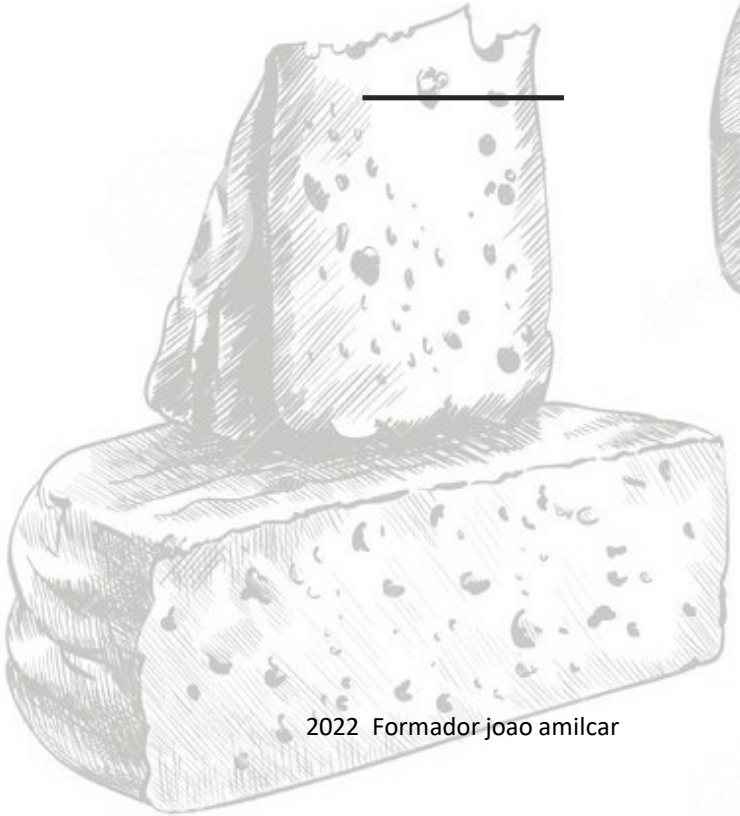
11-Tamisage de la farine
(Rây bột)

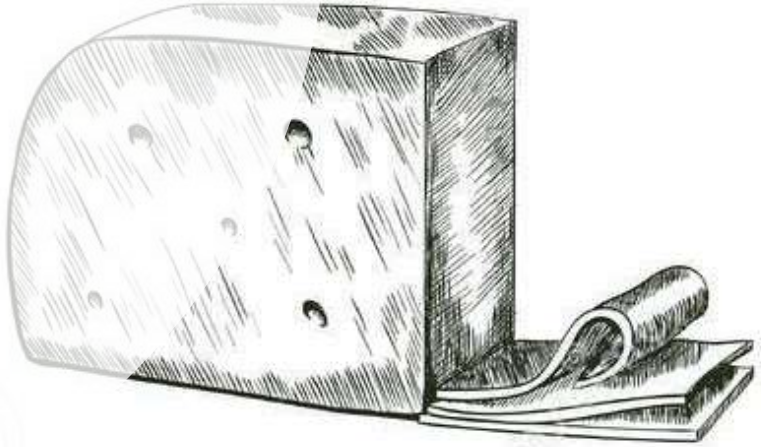
12-Fabrication de vermicelles de riz
(Làm bún)



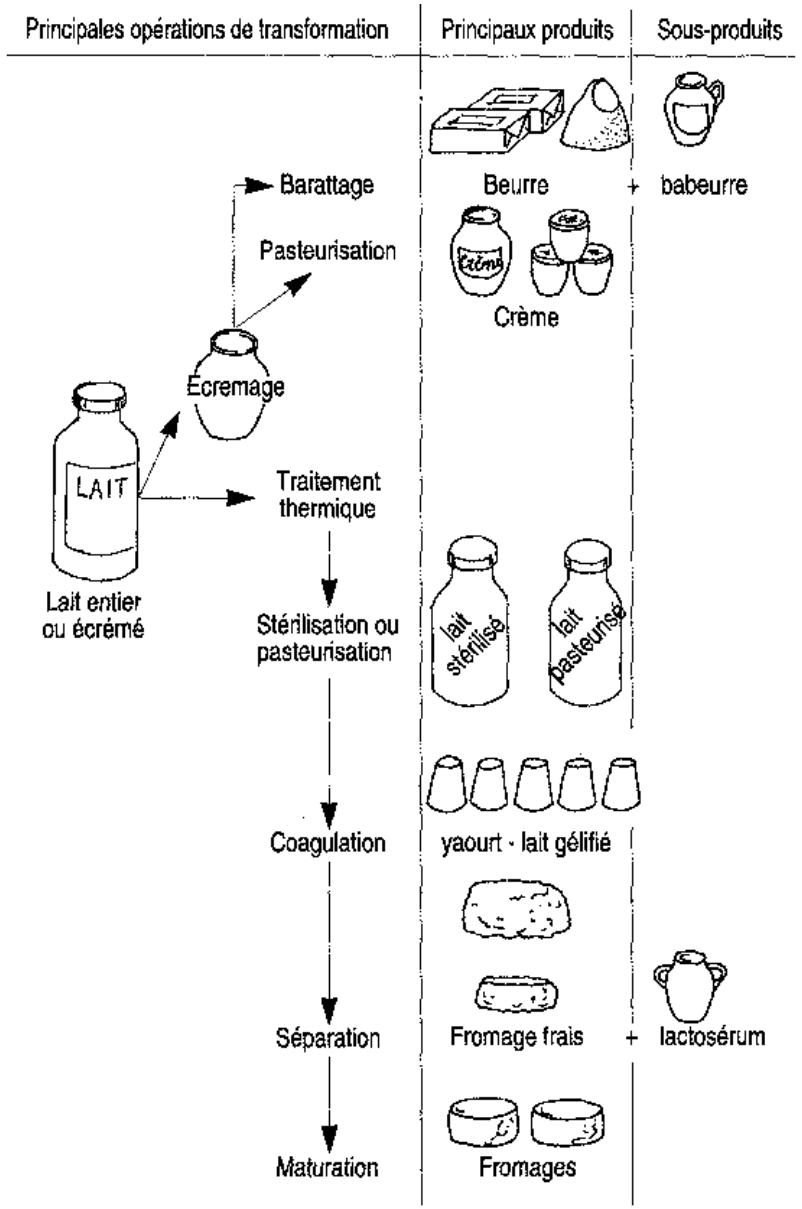








2022 Formador joao amilcar



Opération

Réception - Filtration

↓

Standardisation

↓

Pasteurisation (63°C - 30 minutes)

↓

Refroidissement (32 - 35°C)

↓

Ensemencement (présure; ferments

↓

lactiques; Chlorure Calcium)

↓

Découpage et brassage du coagulum

↓

Soutirage d'une partie de Sérum

↓

Addition d'eau ou de saumure

↓

Deuxième brassage

↓

Moulage

↓

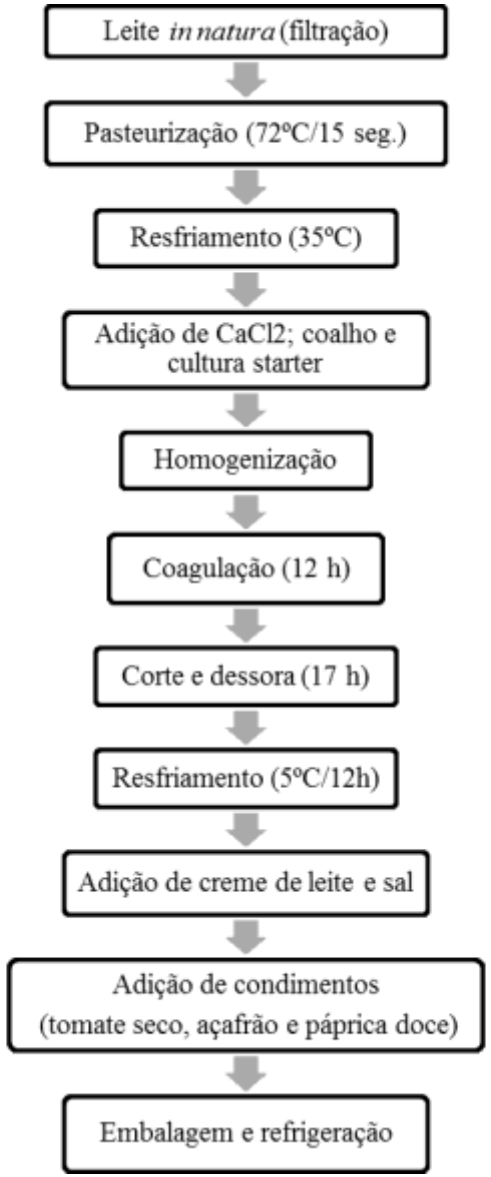
Pressage (1 H à 5 H)

↓

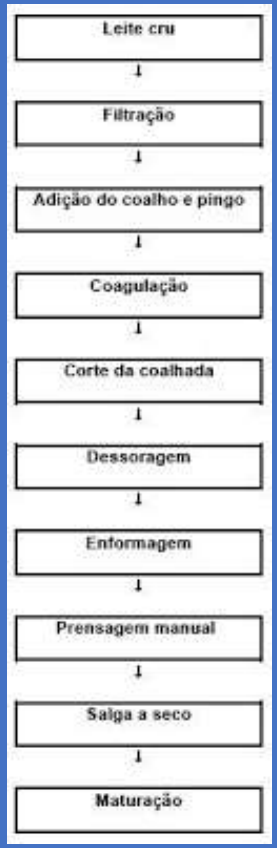
Salage en saumure

↓

Ressuyage et affinage (2 semaines minimum)


Leite *in natura* (filtração)
Pasteurização (72ºC/15 seg.)
Resfriamento (35ºC)
Adição de CaCl2; coalho e cultura starter
Homogenização
Coagulação (12 h)
Corte e dessora (17 h)
Resfriamento (5ºC/12h)
Adição de creme de leite e sal
Adição de condimentos (tomate seco, açafrão e páprica doce)
Embalagem e refrigeração

La saumure
Eau
Faisselle
La presse
La cave
L'incubateur
Lait
eau chaude
Découpe du caillé
La filtration
Lait entier
La traite
38°
33°
Le caillé
Le sérum
Sérum
Ferments lactiques
Présure
L'ensemencement


Leite cru
Filtração
Adição do coalho e pingo
Coagulação
Corte da coalhada
Dessoragem
Enformagem
Prensagem manual
Salga a seco
Maturação

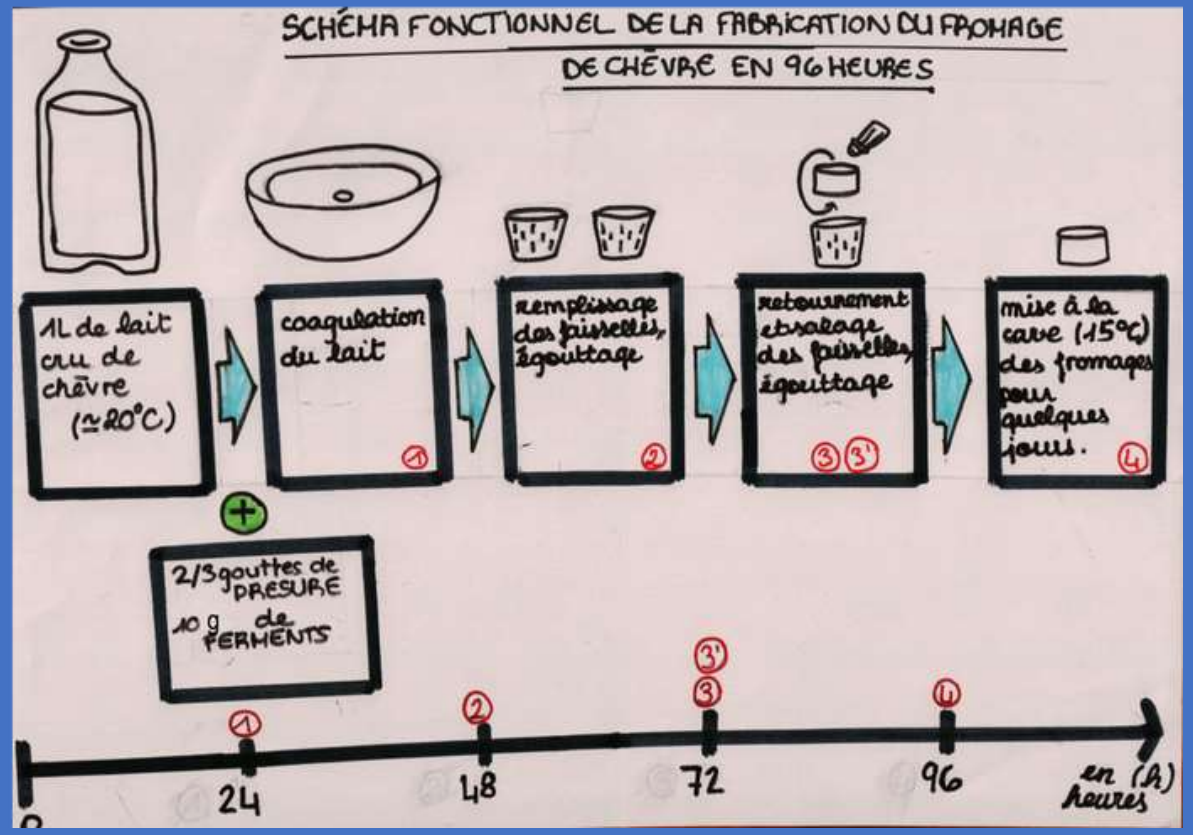
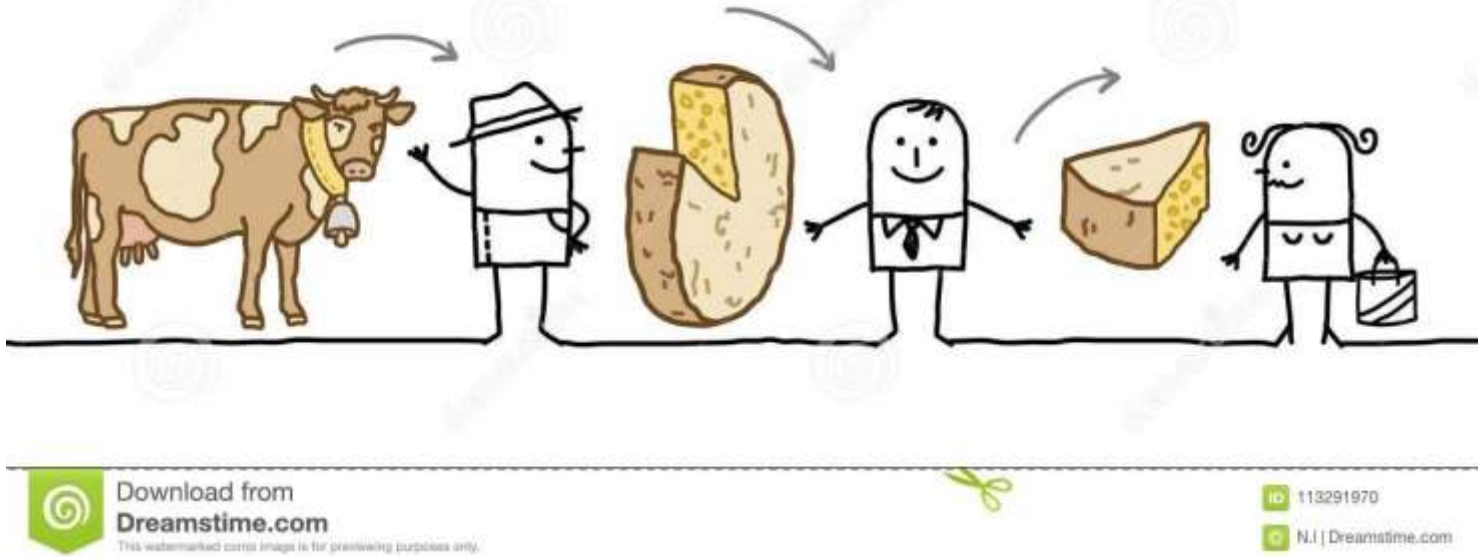
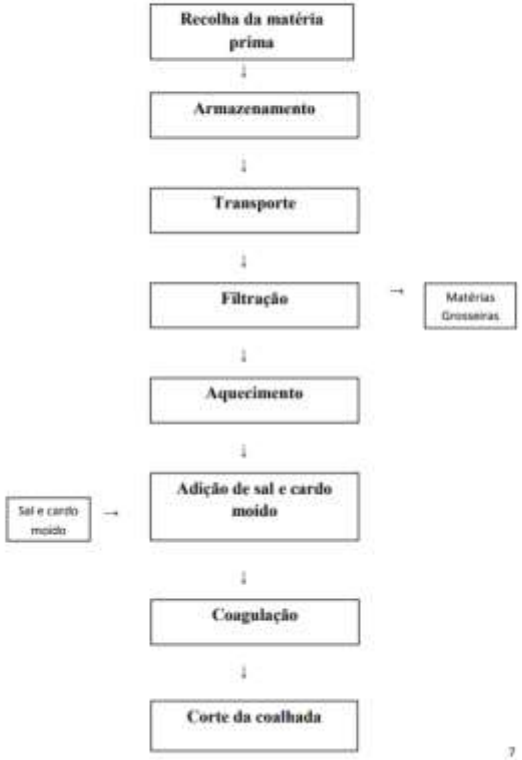


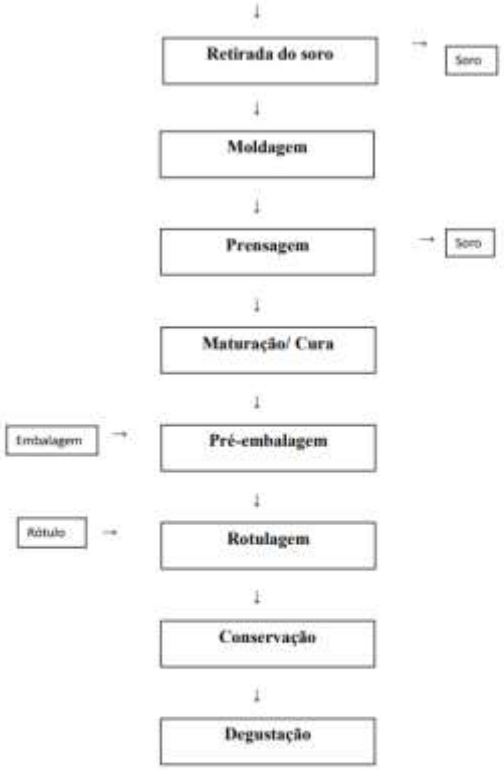
SCHÉMA FONCTIONNEL DE LA FABRICATION DU FROMAGE DE CHÈVRE EN 96 HEURES
1L de lait cru de chèvre (≃20°C)
coagulation du lait
remplissage des faisselles, égouttage
retournement et salage des faisselles, égouttage
mise à la cave (15°C) des fromages pour quelques jours.
2/3 gouttes de PRESURE
10 g de FERMENTS
24
48
72
96
en (h) heures


Download from
Dreamstime.com
This watermarked comp image is for previewing purposes only.
ID 113291970
N.I | Dreamstime.com

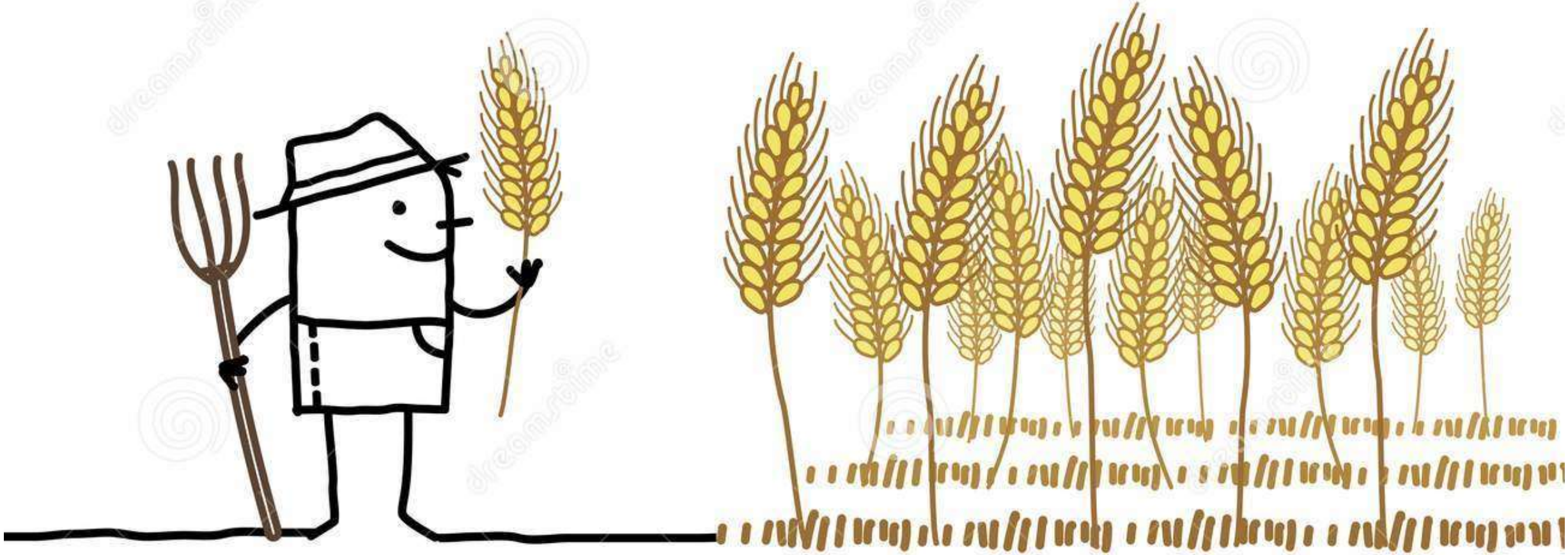
Fluxograma do fabrico Queijo da Serra da Estrela



7



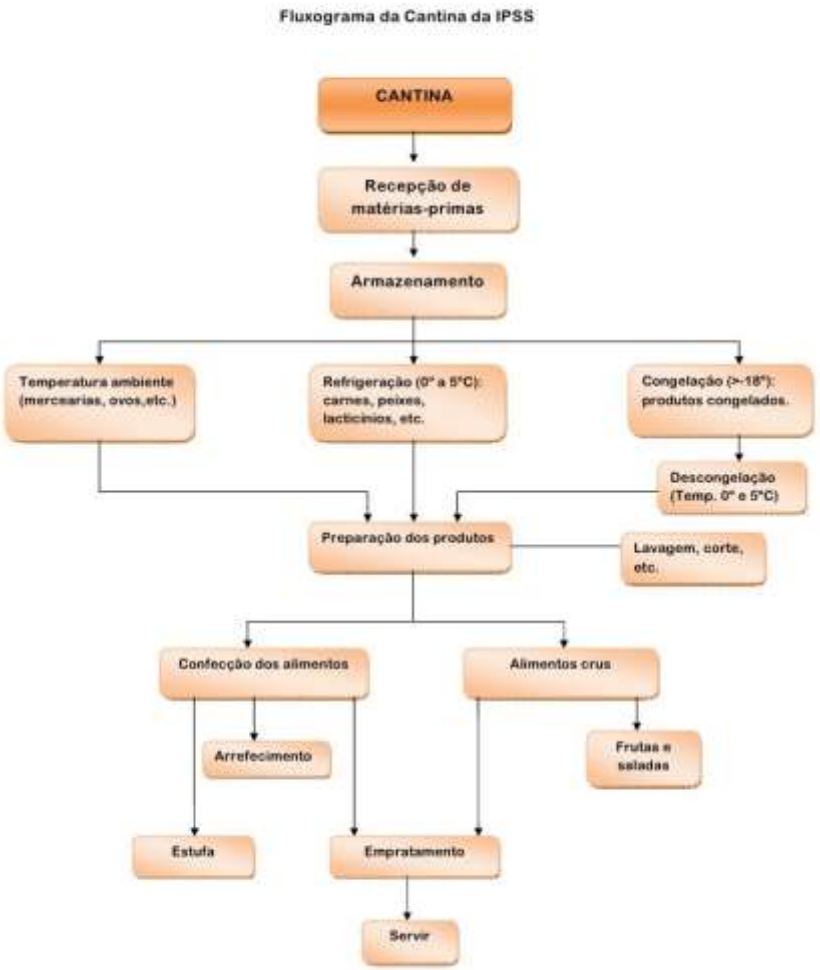
8

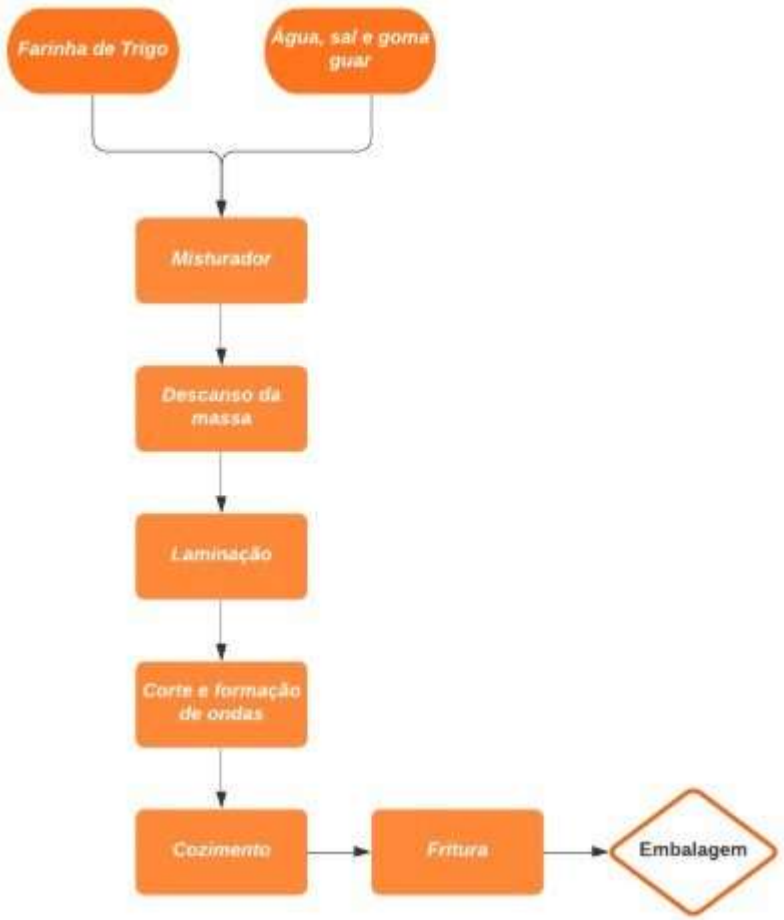


Download from
Dreamstime.com
This watermarked comp image is for previewing purposes only.

ID 113291588

© N.I | Dreamstime.com





https://www.youtube.com/watch?v=wgnnGEFXkCM&t=28s

Produção do pão

Ano:	**Formação de Adultos**
Objetivo(s) de aprendizagem:	**Conhecer o processo de produção do pão, desde sua sua matéria-prima até o produto pronto para o consumo.**
Habilidade(s) conseguidas	**Descrever e discutir o processo de produção (transformação de matérias-primas), circulação e consumo.**

Como foi feito o pão que você consome?

https://www.youtube.com/watch?v=Njk8z5dhByQ

- AUTORIDADES DE SAÚDE RECOMENDAM QUE POPULAÇÕES VULNERÁVEIS NÃO CONSUMAM LEITE CRU OU QUEIJOS DE LEITE CRU.

- ESTAS RECOMENDAÇÕES DIZEM RESPEITO:

- CRIANÇAS PEQUENAS, ESPECIALMENTE MENORES DE 5 ANOS;
- MULHERES GRÁVIDAS;
- PESSOAS IMUNOCOMPROMETIDAS, OU SEJA, PESSOAS QUE JÁ ESTÃO DOENTES, MUITO CANSADAS OU MESMO HOSPITALIZADAS.
- CRIANÇAS MENORES DE CINCO ANOS NÃO DEVEM CONSUMIR QUEIJO DE LEITE CRU OU LEITE CRU. ALÉM DISSO, O RISCO AINDA EXISTE, MAS ESTÁ DIMINUINDO, AS CRIANÇAS AINDA ESTÃO MELHOR PROTEGIDAS ALÉM DOS CINCO ANOS.

Colocados no mercado sem tratamento térmico prévio, o leite cru e os produtos derivados do leite cru são muito sensíveis à possível contaminação da matéria-prima por bactérias patogênicas. De fato, apesar das precauções tomadas pelos profissionais, a infeção dos úberes ou um incidente durante a ordenha pode levar à contaminação do leite por bactérias patogênicas, naturalmente presentes no trato digestivo dos ruminantes (Salmonella , Listeria , Escherichia coli ...).

Se essas contaminações podem ter apenas um impacto fraco em adultos com boa saúde, elas podem, por outro lado, causar sérios transtornos, até mesmo levar à morte, para pessoas sensíveis.

Contract No AGRI-2019-409 supported by the European Union contributed to the results presented in this document. The opinions expressed are those of the contractor only and do not represent the Contracting Authority's official position.