

Snáithe 1: Bia, sláinte agus scileanna cistineacha

1.1 na fachtóirí a shainaithint a mbíonn tionchar acu ar roghanna bia pearsanta

1.2 béilí agus sneaiceanna sláintiúla agus cothaitheacha don duine aonair & don teaghlach a phleanáil, a ullmhú, a chostáil & a mheasúnú

1.3 raon de phrionsabail & teicnící cócaireachta a chur i bhfeidhm chun béilí sláintiúla a ullmhú don duine aonair agus don teaghlach & cúrsaí buiséid á gcoimeád i gcumhne chomh maith

1.4 scileanna cistineacha agus cruthaitheacha a thaispeáint maidir le hullmhú, cócaireacht agus cur i láthair bia

1.5 cleachtais shábháilte agus shláinteacha a chur i bhfeidhm maidir le láimhseáil, ullmhú, stóráil agus riar bia

1.6 úsáid a bhaint as cur chuige foghlama bunaithe ar fhadhbanna, eolas cothaitheach a chur i bhfeidhm chun bia a phleanáil agus a ullmhú don teaghlach

1.7 úsáid a bhaint as an teicneolaíocht atá ar fáil maidir le pleanáil agus ullmhú bia

1.8 na gnéithe de nós maireachtála sláintiúil a phlé

1.9 an tábhacht a bhaineann le cothú agus aiste bia ó thaobh na sláinte agus na folláine a aithint

1.10 ról na gothaitheach in aiste bia sláintiúil cothrom a mhíniú

1.11 cur síos a dhéanamh ar struchtúr bunúsach agus ar fheidhmeanna bunúsacha an chóras díleá

1.12 na riachtanais chothaitheacha ag gach céim den tsaolré a iniúchadh

1.13 béilí a phleanáil agus a ullmhú dóibh siúd a bhfuil galar a bhaineann le haiste bia orthu

1.14 riachtanais chothaitheacha daoine atá ar aiste bia speisialta a chur i bhfeidhm agus béilí á bpleanáil agus á n-ullmhú

1.15 tionchar a chuid roghanna bia ó thaobh na héiceolaíochta agus na heitice a iniúchadh

1.16 cleachtais inbhuanaithe a chur i bhfeidhm chun acmhainní bia agus ábhair a roghnú agus a bhainistiú

1.17 comparáid a dhéanamh idir bianna a úsáidtear go coitianta in ullmhú bia agus ar an éifeacht a bhíonn acu ar cháilíocht chothaitheach agus chéadfach an táirge

1.18 táirgí bia tráchtála agus baile a mheasúnú

1.19 an t-eolas a fhaightear ar rogha leathan táirgí bia a léirmhíniú agus úsáid á baint as lipéid bhia ar aghaidh agus ar chúil an phacáiste bia

Snáithe 2: Saol teaghlaigh freagrach

2.1 cineálacha éagsúla teaghlach a phlé

2.2 róil agus freagrachtaí an teaghlaigh a fhiosrú

2.3 caidrimh teaghlaigh a phlé chomh maith leis an tábhacht a bhaineann le caidrimh a neartú idir daoine aonair agus teaghlaigh

2.4 na riachtanais timpeallachta baile atá sábháilte agus cothaitheach a phlé

2.5 an tábhacht a bhaineann le cinntí eolasacha agus freagracha a dhéanamh sa saol laethúil a mheas

2.6 na prionsabail agus treoirlínte dearaidh a chur i bhfeidhm chun seomra a phleanáil agus an taobh istigh de sheomra a dhearadh

2.7 na bealaí a shainaithint inar féidir le daoine aonair agus teaghlaigh cur le maireachtáil inbhuanaithe agus fhreagrach

2.8 cur síos a dhéanamh ar chleachtais inbhuanaithe laethúla sa teach agus éifeachtúlacht fuinnimh, bainistíocht dramhaíola agus caomhnú uisce san áireamh

2.9 tionchar na teicneolaíochta ar láimhseáil acmhainní pearsanta agus teaghlaigh a fhiosrú

2.10 scileanna cinnteoireachta tomhaltóra a chur i bhfeidhm chun acmhainní pearsanta agus teaghlaigh a láimhseáil don saol laethúil

2.11 díospóireacht a dhéanamh faoi chearta agus freagrachtaí

2.12 scrúdú a dhéanamh ar an gcaoi a bhfuil tomhaltóirí in Éirinn cosanta ag reachtaíocht, gníomhaireachtaí reachtúla agus neamhreachtúla

2.13 scileanna i dtuiscint airgeadais a chur i bhfeidhm chun buiséad a ullmhú agus a mheas don mhaireachtáil neamhspleách

Snáithe 3: Teicstílí agus ceardaíocht

3.1 teicnící bunúsacha fuála láimhe agus innill a thaispeáint

3.2 próiseas & prionsabail na treorach le haghaidh dearadh a chur i bhfeidhm chun mír teicstíle chruthaitheach a dhéanamh do dhuine aonair nó don teach

3.3 teicnící bunúsacha fuála láimhe agus/nó innill a chur i bhfeidhm chun mír teicstíle a dhéanamh do dhuine aonair nó don teach ar bhealach sábháilte & oiriúnach

3.4 teicnící maisithe fabraice a thaispeáint

3.5 léirthuisct a fháil ar ról teiripeach agus fóillíochta na hoibre teicstíle

3.6 bealaí inar féidir míreanna éadaí agus/nó teicstíle sa teach a dheisiú, a athúsáid, a úsáid ar bhealach nua, a athchúrsáil agus a uaschúrsáil a thaispeáint

3.7 nósanna imeachta cúraim teicstíle a úsáidtear sa teach a mheasúnú ó thaobh an chomhshaoil de

3.8 tionchair treochtaí agus roghanna ar theicstílí agus éadaí a phlé, agus cúrsaí eitice agus éiceolaíochta á gcur san áireamh

3.9 eolas faoi shiombailí cúraim teicstílí a chur i bhfeidhm