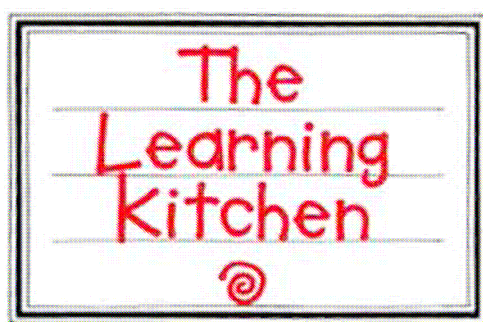


# The Learning Kitchen



[www.learning-kitchen.net](http://www.learning-kitchen.net)



Acest proiect a fost finanțat cu sprijinul  
Comisiei Europene.

Această comunicare reflectă doar viziunile autorului, iar Comisia nu poate fi considerată responsabilă pentru  
orice utilizare care poate fi efectuată din informațiile conținute de acestea.

# **Bucătăria Învățării**

## **Locuri cheie pentru adoptarea de noi activități de învățare**

### **PREFAȚĂ PERSONALĂ**

Din totdeauna, gătitul a jucat un rol major în viața mea. Bunica mea, mama mea și mătușile mele au fost bucătărese excelente și brutari dedicați care au predat mai departe pasiunea lor nouă, copiilor. Astfel, pare logic ca mai devreme sau mai târziu gătitul să devină un subiect important și în cariera mea. Deși gătesc doar în viața personală, subiectele legate de gătit, mâncat, grădinărit și alimente au un loc precis pe masa mea de lucru: numeroase articole ce tratează subiecte culinare, cartea de bucate pe care am scris-o, varii ocazii de "gătit în echipă" cu colegii din companie și alte grupuri interesate, și în final primul meu proiect educațional finanțat de Programul Învățare pe tot parcursul vieții al Uniunii Europene, "Alfabetism Culinar - O Nouă Temă Orizontală în Educația și Consilierea Adultă" (2004-2007), în care am dezvoltat atât conținuturi de bază și metode cât și o rețea semnificativă la nivel european.

Gătitul ne hrănește cu adevărat. Cu toate acestea, ca și om de știință în domeniul comunicațiilor, văd potențialul prezentat de către gătit atât ca oportunitate de a se exprima pe sine cât și ca "limbaj." Această realizare și experiență au dus la dorința mea de a lua gătitul ca și punct de pornire și mediu pentru activități educaționale care, prin urmare, a dus la ideea "Bucătăriei Învățării": pentru a face abilitățile vizibile, permițând comunicarea, gătitul colectiv și învățatul din asta - ideea a fost dezvoltată în comun, testată și documentată. Multumesc sincer partenerilor mei pentru participarea lor cu entuziasm în acest experiment, și cu atât mai mult, pentru că au organizat vizite de studiu excelente!

Doresc ca această idee să aibă parte de un răspuns cât mai răspândit. Vom contribui cu atuurile noastre cele mai bune!

Sonja Schnögl,

Coordonatoarea parteneriatului pentru învățare

## **Conținut:**

### **Prefață personală**

#### **1. INTRODUCERE**

#### **2. DE LA COMPETENȚELE BUCĂTĂRIEI LA BUCĂTARIA ÎNVĂȚĂRII**

- 2.1. Bucătăria ca și punct de plecare în procesul de învățare
- 2.2. A preda gătitul- A învăța să gătești
- 2.3. Șapte motive pentru a găti

#### **3. GRUPUL ȚINTĂ AL PARTENERIATULUI: CURSANTE FEMEI ÎN VÂRSTĂ**

- 3.1. Nevoile de învățare și motivațiile persoanelor în vârstă
- 3.2. Răspunsuri din Bucătăria Învățării

#### **4. GĂTITUL ÎN PRACTICA EDUCAȚIONALĂ**

- 4.1. Ce, Cine, Când, Unde?
- 4.2. Condiții cadru generale

#### **5. EXAMPLE ȘI TESTE PILOT**

- 5.1. Bucătăria Învățării, Darmstadt 2009
- 5.2. Bucătăria Învățării, Viena 2010

#### **6. BOBLIOGRAFIE**

## 1. INTRODUCERE

Timp de două zile, 16 femei din 5 țări europene diferite au gătit, au fotografiat, au filmat împreună și și-au documentat munca lor în echipă pe calculator și pe internet. Aceasta a fost, pe scurt „Evenimentul Bucătăriei Învățării” din iunie 2009 din Darmstadt, Germania, un eveniment din cadrul parteneriatului pentru învățare GRUNDTVID.

**Bucătăria ca punct de plecare:** scopul propus pentru “Bucătăria Învățării” este de a măsura și de a face utilizabil potențialul bucătăriei și al gătitului în scop educativ. Instituțiile partenere implicate au analizat modul în care experiențele culinare, deprinderile de gătit și cunoștințele alimentare, în special în rândul femeilor în vârstă, pot fi utilizate ca și punct de plecare și primă etapă în vederea motivării acestui grup țintă pentru diverse activități educative. Baza acestei idei de proiect este faptul că, în special, femeile mai în vârstă (încă) posedă abilități culinare practice pe care ar dori să le transmită mai departe către generația tânără.

O variantă ar fi documentarea rețetelor și al procesului culinar prin fotografiere, filmare care, în mod consecvent, pot fi ușor puse la dispoziție pe internet publicului larg. Rețetele scrise pot să nu conțină informațiile esențiale- totuși, cu ajutorul fotografiilor sau filmărilor se poate observa și experimenta mai bine ceea ce contează cu adevărat. Dorința de a-și împărtăși cunoștințele, de asemenea, le motivează pe femei, care încă nu au avut (sau au avut puține) experiențe cu aparatele digitale și calculatoarele și să încerce modul de funcționare al acestora. Scopul principal al parteneriatului de învățare totuși nu se reduce la promovarea abilităților IT, ci mai degrabă la încurajarea femeilor să-și descopere propria creativitate, să se prezinte în fața altora și să devină active.

**Gătind și documentând:** atelierul din Darmstadt a fost primul test al acestei idei și a dus la colectarea experiențelor. Partenerii germani, și în același timp, gazdele Onno Faller și Dorothee Becker de la Kochwerkstatt au pregătit produsele alimentare care, pe parcursul zilei au fost transformate în bucate gustoase: terină de pește, ruladă de mistreț, paste proaspete și un tort extraordinar. De câte ori ceva era tăiat, tocat, amestecat și gustat fotografii și filmulețe au făcute. Toți participanții au format echipe, și-au delegat roluri și sarcini.

Deja, la începutul atelierului, grupul s-a gândit la modul cel mai bun de a documenta toate rețetele, ceea ce cota prin urmare. Acele rezultate și multe fotografii au fost ulterior folosite în cea de a doua zi pentru a crea documentarea rețetelor și al procesului de preparare pe calculator și de a le publica pe pagina web al proiectului. Pagina web este creată ca un blog-Wordpress, care garantează o manevrare simplă, și mult mai mult, permite un schimb prin

opțiunea comentarii. Un alt atelier cu o tematică diferită a avut loc în aprilie 2010 la Viena.

**Numeroase domenii de aplicare:** conceptul de activități educaționale în bucătărie poate fi adaptat și utilizat de către instituțiile de învățământ în funcție de nevoile lor, de exemplu, pentru a pregăti zile dedicate reciclării și motivării sau pentru a dezvolta modele de seminarii orientate pe resurse pentru grupul țintă de femei în vârstă. Atunci când, în același timp, femeile pot fi motivate să-și documenteze cunoștințele culinare și să prevină, astfel, pierderea acestora face parte, de asemenea, din scopul proiectului.

Parteneriatul este format din instituții din Germania, Italia, Austria, România și Republica Cehă. Prin urmare, atelierul din Darmstadt a fost îmbogățit și prin diversitatea lingvistică corespunzătoare. Dar - oamenii se întâlnesc atunci când mănâncă și gătesc împreună - această înțelepciune veche a fost confirmată încă o dată.

#### **Tema parteneriatului pentru învățare**

Proiectul se adresează următoarelor teme și probleme:

- Cum învață persoanele în vârstă? De unde au motivația?
- Posibilități de învățare inter-generaționale
- Nivelul scăzut privind ofertele educaționale pentru grupurile țintă cu nevoi speciale
- Impactul social, cultural și personal privind cunoștințele legate de nutriție și abilitățile de gătit
- Gătitul ca și metodă și mijloc de a învăța în educația pentru adulți
- Abilitățile de gătit ca și resurse valoroase
- Cum pot fi folosite abilitățile de gătit ale femeilor în vârstă și transferate în alte domenii: educarea familiei, dezvoltare regională, lucru în cadrul comunității, activități antreprenoriale...)

#### **Obiectivele parteneriatului pentru învățare**

Parteneriatul a identificat următoarele obiective principale:

- să contribuie la obiectivele europene de a crește numărul participanților mai în vârstă, în special femei, în procese ce țin de învățarea pe tot parcursul vieții
- să încurajeze persoanele în vârstă să-și dobândească abilități cheie, în special în domeniul IT și în cel personal
- să promoveze consolidarea creativității

Pentru a atinge obiectivele generale, parteneriatul țintește să exploreze și să dezvolte modele prin care

- comoara experiențelor culinare și abilitățile de gătit ale femeilor în vârstă pot fi folosite ca și punct de plecare pentru învățarea unor noi activități
- experiențele de învățare achiziționate în timpul sesiunilor de gătit și abilitățile dobândite în timpul acestui proces pot fi evaluate
- cum își pot consolida propriile inițiative și interese privind învățarea

Informații detaliate despre parteneriatul învățării și despre documentarea activităților pot fi găsite pe site-ul proiectului: [www.learning-kitchen.net](http://www.learning-kitchen.net)

## **2. DE LA COMPETENȚELE BUCĂTĂRIEI LA O BUCĂTĂRIE A ÎNVĂȚĂRII**

### **2.1. Bucătăria ca și punct de plecare pentru procesele învățării**

De ce este o idee bună utilizarea bucătăriei și activitatea de a găti ca și punct de plecare pentru procesul de învățare? Există două răspunsuri la această întrebare: primul se preocupă cu semnificația socială și personală a gătitului, cel de-al doilea tratează posibilitățile de învățare care se nasc când oamenii gătesc.

**Semnificația gătitului:** Cum și ce mâncăm are o influență majoră asupra mediului și societății. Gătitul are o semnificație considerabilă în ceea ce privește durabilitatea, dar și când vine vorba de tipuri de nutriție care ajută la conservarea resurselor și al climatului nostru. Având în vedere "foamea de timp" pentru activități de aprovizionare, gătit, industria alimentației prezintă soluții ușoare prin produse profitabile. Cu toate acestea, acest subiect este mult prea important pentru a fi lăsat în mâinile industriei alimentare. Preocuparea față de produsele alimentare cât și activitatea de a găti sunt abilități esențiale și indispensabile atât stării noastre de bine, cât și pentru o viață autodeterminată și un stil de viață durabil. Gătitul este una dintre cele mai vechi practici culturale ale umanității. De aceea abilitatea de a găti este un bun cultural de valoare cât și o resursă personală ce trebuie conservată, cultivată și transmisă. (Bibliografie: Brunner, Lemke)

**Gătitul și Învățarea:** Gătitul este un proces vast, concret și intens care oferă, în afara conținutului inițial, numeroase posibilități de învățare. Gătitul permite un proces de învățare cu toate simțurile, facilitează formarea abilităților manuale și dezvoltarea unui simț pentru materiale și diferențele dintre ele. În plus, factori ca și creativitatea, planificarea, organizarea timpului și al resurselor cât și gestionarea stresului pot fi testați în timpul activității concrete de gătit. Mai mult decât atât, când gătitul este efectuat în grup sunt observate oportunități de învățare în termeni de comunicare și cooperare, rezolvarea conflictelor și abilitatea de a lucra în echipă. În ansamblu, gătitul facilitează legătura cu alte domenii precum IT, limbi, mediu, sănătate, educația consumatorului, gen, diversitate și integrare, creativitate și dezvoltare personală. De asemenea, gătitul ajută la crearea de "poduri pentru învățare" care leagă aceste domenii unul de altul. Experiența noastră de a găti în echipă, care este utilizată în domeniul

dezvoltării organizaționale și crearea spiritului de echipă, arată că punctele forte și resursele indivizilor, adesea neconștientizate în alte situații, apar doar în contextul muncii în grup. Nu în ultimul rând, gătitul și mâncatul în comun creează un mediu distractiv cât și o experiență intensă pentru grup.

**Învățarea pe tot parcursul vieții:** în ceea ce privește învățarea continuă, apar doi factori importanți. Educația adultă poate și ar trebui să contribuie la conservarea și transmiterea abilităților culinare și nutriționale prin oferte adecvate. De asemenea, ea poate și trebuie să utilizeze gătitul ca și punct de plecare, conținut și mediu de a crea activități diferite de învățare pentru anumite grupuri țintă.

## **2.2. Predarea gătitului – învățarea gătitului**

Când vine vorba de gătit doar cunoștințele nu sunt suficiente. Abilitatea de a găti este compusa din actul interpretativ, practică și experiență. Este un meșteșug care are de asemenea nevoi specifice pentru transmiterea sa: a învăța cum să gătești doar din cărți este aproape imposibil. Este mult mai simplă și înțeleaptă aplicarea metodei de a "învața prin practică" în timp ce observăm pe altcineva gătind. Prepararea unei mese împreună cu o persoană experimentată în bucătărie creează un efect de învățare ridicat: privitul, interpretatul (împreună), acumulatul de experiență, încercatul și practicatul. Cu toate acestea, un film bine realizat și o documentație fotografică a pașilor individuali sunt de preferat unui text, care rareori este destul de detaliat și precis. Transmiterea personală a abilităților este prin urmare cea mai bună metodă când vine vorba de gătit. Mai mult decât atât, ea poate fi combinată cu noi metode precum blog-uri pe internet cu documentații pas-cu-pas și filme scurte. În acest fel pot fi evidențiate ofertele de învățare inter-conectate care completează cunoașterea existentă cu noi competențe și ca și consecință, dezvoltă noi oferte de învățare pentru alte persoane (tinere).

### **Șapte motive pentru a găti**

1. Gătitul este cultură – contează ca și cea mai veche tehnică culturală din lume.
2. Gătitul este autonomie – un cuptor personal face o persoană independentă față de ceilalți.
3. Gătitul este creativitate – oferă posibilitatea de a crea și proiecta ceva de unul singur.
4. Gătitul este un meșteșug – o masă este creată cu propriile mâini.

5. Gătitul este prietenie – facem ceva bun și pentru noi și pentru alții.
6. Gătitul este învățare – planificare, pregătire, decizie, acționare, răspuns, evaluare.
7. Gătitul este politică – în bucătăria noastră noi decidem asupra condiției mediului nostru natural și social.

### **3. GRUPUL ȚINTĂ AL PARTENERIATULUI: PERSOANE ÎN VÂRSTĂ ȘI FEMEI**

#### **3.1. Nevoile de învățare și motivațiile persoanelor în vârstă**

Rezultatele unui recent studiu din Austria cu privire la nevoile de învățare și aranjamentele pentru învățare puse la dispoziția persoanelor în vârstă demonstrează existența multor puncte de contact atunci când vine vorba de motivația și nevoile acestor persoane (Kolland 2006, 2007). Aceștia au fost luați în considerare în cadrul conceptului "Bucătăria Învățării".

**Golul dintre interes și implementare.** În general, persoanele în vârstă au o atitudine pozitivă față de învățare, conform acestui studiu. Însă, există o discrepanță frapantă între interesul față de atitudinea către educație și învățatul organizat și activitatea de învățare organizat ca și act realizat. "În timp ce 61% dintre persoanele chestionate în vârstă de peste 60 de ani au o atitudine foarte pozitivă față de învățatul la o vârstă avansată, doar 17% dintre ei participă efectiv în activități de învățare organizată." (Kolland 2007, p. 90). Chiar dacă nu pot fi depistate diferențe semnificative între sexe, discrepanțe considerabile există în ceea ce privește grupul de vârstă și nivelul de educație. Grupul de studiu a depistat ca și motiv pentru participarea marginală la activități de învățare o problemă de atitudine: "Nu văd necesitatea de a participa la un curs" și "Nu m-aș putea mobiliza să iau parte la un curs" sunt două declarații citate în mod obișnuit.

Conform grupului de cercetare, participarea marginală a persoanelor vârstnice în activități de învățare organizată poate deveni o problema socio-politică atunci când consecințe negative apar vis-a-vis de noile oportunități de participare în astfel de activități. Studiul arată cu claritate "că oamenii care nu iau parte la activități de învățare organizată sunt mai puțin integrați social, de obicei au o atitudine negativă față de vârstă și de asemenea, așteaptă propria lor avansare în vârstă cu puțină încredere." (Kolland 2007, p. 92)

**Confruntarea cu provocările:** Ce poate fi făcut pentru a micșora distanța dintre interes și participarea actuală la activitățile de învățare?

Kolland (2006, 2007) sugerează varii instrumente pentru a face față acestei provocări:

- Învățarea trebuie să permită participarea deja de la etapa de planificare a ofertei educaționale. De asemenea, ar trebui orientat spre mediul de viață al celor mai vârstnici relaționat cu activități.
- Abilitățile asimilate trebuie documentate, transmise și făcute publice.
- Faptul că tinerii și vârstnicii adesea învață unii alături de alții trebuie utilizat intenționat și astfel învățarea inter-generațională este încurajată metodic și didactic.
- Învățarea apelează și activează diverse simțuri.
- Ofertele de învățare cu caracter semnificativ pot duce la creșterea motivației de a participa.

### **3.2. Răspunsuri din Bucătăria Învățării**

Bucătăria Învățării ia asupra sa multe dintre factorii menționați mai sus și permite dezvoltarea ofertelor de învățare care se adaptează intereselor speciale ale persoanelor în vârstă în particular:

- Această abordare exprimă aprecierea abilităților existente și demonstrează posibilitățile pentru a le documenta și transmite generațiilor tinere, propriei familii, comunității și societății. Cel mai bun exemplu aici, este cel al interconexiunii dintre gătit și cunoștințele IT.
- În timpul gătitului, învățăceii se confruntă cu o situație familiară, ceea ce reduce sentimentul de eșec.
- Oferta de învățare unește experiența cunoașterii și abilitățile învățăceilor.
- De asemenea, servește ca și punct de plecare pentru noi pași de învățare, de exemplu pe calculator.
- Împlinește dorința celor vârstnici de a transmite cunoștințele și abilitățile lor, activitatea devenind semnificativă.
- Sunt create situații de comunicare și învățare reciprocă între vârstnici și tineri.
- Oferă varii experiențe senzoriale (observarea, ascultarea, simțirea, gustarea, activitatea manuală) ceea ce duce la o "activare senzorială multiplă" (Kolland).
- Mai departe, gătitul și mâncatul sunt subiecte de actualitate, care sunt abordate adesea în media. Există posibilitatea de a publica proiecte de învățare adecvate, de a le face vizibile în societate și prin urmare, de a crește motivarea participanților existenți cât și de a atrage noi participanți.

## 4. GĂTITUL ÎN PRACTICA EDUCAȚIONALĂ

### 4.1. Ce, cine, când, unde?

Gătutul poate fi folosit în diferite moduri în practica educațională, totuși, în unele domenii este în mod special util.

#### Teme:

- **Integrare socială și participare:** gătutul împreună cu alte persoane are un efect integrativ așa cum se poate vedea în proiecte obișnuite de gătut în comunități și vecinătăți.
- **Vizibilizarea resurselor, transmiterea aprecierii:** în timpul gătutului, femeile în vârstă și migrante în special pot simți că au ceva de oferit lucrurilor care este apreciat.
- **Educația de bază:** gătutul și sarcinile similare, cum ar fi citirea rețetelor, măsurarea cantităților etc., sunt de asemenea puncte de plecare adecvate pentru "competențele din rutina zilnică" ca de exemplu cititul, scrisul și matematica pentru adulți.
- **Competențe sociale:** în timpul gătutului se poate experimenta, forma și reflecta abilitatea de a comunica, a urmări un dialog intercultural și de a lucra în echipă.
- **Diversitatea:** perceperea diversității într-un mod pozitiv este de obicei mai ușor când gătutul și mâncatul au loc împreună. Astfel, acesta poate fi un punct de plecare adecvat pentru seminarii asemănătoare.
- **Gender:** bărbații și femeile au de obicei preferințe diferite în ceea ce privește mâncarea și au roluri diferite când gătesc. A fi capabil să observi și să reflecti asupra acestor diferențe în acest domeniu poate fi un prim pas spre dezvoltarea viitoare privind problemele de gen.
- **Competențe IT:** căutarea rețetelor pe internet, descrierea propriilor experiențe culinare într-un program word, alcătuirea unor tabele și liste de cumpărături pentru ingrediente și prețuri, editarea și încărcarea fotografiilor, crearea unei cărți de bucate proprii- acestea sunt doar câteva dintre multele posibilități care pot fi folosite pentru a învăța cum să utilizeze calculatorul.
- **Învățarea unor limbi străine:** mâncarea este un subiect practic pentru predarea unei limbi. Prepararea unui fel de mâncare specifice unei țări crează referințe imediate, destinde atmosfera și poate fi un punct de plecare pentru încurajarea grupului pentru a se cunoaște.
- **Competențe personale:** prin combinarea gătutului cu procesul de reflecție, factori ca auto-perceperea, motivarea, conștientizarea punctelor slabe și tari, stima de sine și atitudinea față de muncă a persoanelor pot fi abordate și depășite.
- **Creativitate:** gătutul liber, fără rețete duce la inventivitate, la dorința de a experimenta, la aptitudinile de a improviza și la spontaneitate.

- **Educația privind mediul, sănătatea și consumul:** mâncatul și gătitul joacă un rol central în cele trei domenii, astfel, se pliază pe subiecte care pot fi experimentate pe viu și în mod direct și la care se poate lucra, respectiv, este bază pentru explorări și reflecții ulterioare.

#### **Grupuri țintă:**

- **Femei în vârstă,** dețin de obicei aptitudini culinare vaste, pot avea loc activități orientate pe resurse și lucru apreciat
- **Migranți,** refugiați și minorități etnice, din moment ce a mânca este în legătură strânsă cu țara natală și identitatea, situații pozitive privind schimbul social, comunicare și integrare au loc.
- **Tineri și vârstnici:** gătitul poate fi esența unor oferte de învățare intergeneraționale (tinerii învață de la cei în vârstă și vice versa) și mult mai mult (tinerii ajung să cunoască rețete tradiționale vechi din familie, cei în vârstă învață cum să se descurce cu calculatorul nepoților).

#### **Aplicații posibile:**

- Evenimentele precum: pregătirea, informarea și motivarea din partea celor ce oferă activități educative destinate pentru grupurile țintă respective.
- Gătitul ca și cursuri pe termen lung (limbi, IT etc.)
- Metodă în timpul sesiunilor pentru dezvoltarea competențelor personale și sociale.
- Activități de petrecerea timpului liber și oferte educaționale în cămine
- Activități educative interculturale

#### **Instituții:**

- Instituții educaționale
- Școli
- Cămine rezidențiale
- Centre familiale
- Centre comunitare și de vecinătate
- Ferme

## **4.2. Condiții cadru generale**

### **Locații și echipamente**

Bucătăriile sunt ulite, dar nu și o premisă. Chiar și o altă încăpere poate fi transformată într-o bucătărie cu puțin efort. De îndată ce bucătăria este dotată cu apă și electricitate, aragazul poate fi instalat. Un echipament de bază se poate achiziționa la un preț rezonabil din bazaruri sau piețe de vechituri. Recomand să nu se tindă spre o bucătărie perfect echipată. O astfel de bucătărie expertă nu este necesară. Din contră, ce este mai puțin este mai mult și o minimă flexibilitate și improvizare nu dăunează.

## **Instructorii**

Instructorii ar trebui să dispună de abilități culinare și să le placă să gătească. Pentru a înțelege adevăratele provocări ale cadrului (întinderea în timp, posibilitățile de structurare, cursul activităților, etc) recomandăm cel puțin o rundă de probă printre colegi.

## **Timpul**

Timpul necesar depinde de situația specifică, scopuri, participanți, mărimea grupului și de condițiile cadru care nu pot fi indicate în prealabil.

## **Costuri**

De asemenea costurile vor varia în funcție de mâncărurile ce or fi pregătite și de numărul de participanți. Totuși, conform experienței noastre este rezonabil să alocăm 5-10 Euro/persoană.

## **Descrierea generală a activităților**

- Pregătire
- Activitatea 1: Gătit
- Activitatea 2: Program special (IT, limbi, competențe sociale, ...)
- Activitatea 1 + 2 are loc simultan într-o oarecare măsură (limbi vorbite, fotografiere, filmare, ...)
- Evaluare și reflecții

## **Avantajele conceptului**

Aici, cele mai mari avantaje ale conceptului Bucătăria Învățării din punctul nostru de vedere sunt următoarele:

- Este orientată spre resurse în sensul că, baza de lucru este formată din aptitudinile existente ale învățăceilor.
- Oamenii se întâlnesc în punctual în care se simt competenți, stima lor de sine este încurajată și în consecință, devin motivați să urmeze pași noi spre învățare.
- Face posibilă dezvoltarea ofertelor de învățare minimale pentru grupuri cu nevoi speciale.
- Prin intermediul componentele plăcute ale gătitului și mâncatului, înscrierea într-un program cu oferte de învățare și învățatul în sine câștigă simpatie.
- Se poate aplica în domenii variate și poate fi adaptat la locații variate.
- Participanții învață diferite lucruri în mod simultan și la nivele diferite (profesional, social, personal)

## 5. EXAMPLE ȘI TESTE PILOT

### Exemplul 1: Bucătăria Învățării, Darmstadt, Iunie 2009

#### Scopuri:

- Crearea de competențe sociale, personale, profesionale mai vizibile în rândul femeilor în vârstă
- Permitearea schimbului intercultural
- Depășirea barierelor de limbă
- Recunoașterea gătitului ca formă de exprimare și "limbă"
- Exersarea capacității lucrului în echipă
- Folosirea aparatelor digitale (folograriat, filmat) pentru documentare
- Învățarea utilizării calculatorului și internetului
- Dezvoltarea inițiativelor pentru activități educative viitoare

#### Grup:

16 femei din cinci țări diferite (Austria, Germania, Italia, România, Republica Cehă)

#### Timp:

1 1/2 Zile

#### Locație:

Un atelier cu acces la apă și curent. Dotarea din bucătărie (farfurii, tigăi, echipamente din bucătărie etc). este pus la dispoziție de către gazde. Participanții sunt rugați să aducă cu ei mostre de produse conservate care sunt specifice țării lor.

#### Sarcini:

- Prânz: Fiecare echipă se prezintă cu ajutorul unui fel de mâncare. 7 ingrediente sunt puse la dispoziție pentru fiecare echipă: făină, lapte, ouă, sare, unt, apă.
- Cina: Gătitul are loc în echipe mixte. Un meniu cu patru feluri de mâncare prestabilite vor fi preparate (supă, terină de pește, ruladă, prăjitură).
- Documentarea cu aparatul de fotografiat/filmat.
- Rețetele sunt notate.
- Crearea documentaării pe calculator (cu ajutor).

**Agenda, Ziua 1:**

|               |   |
|---------------|---|
| 9.30 – 10.00  | “Bune ați venit” cu cafea și ceai<br>Salutări de deschidere și scurtă descriere a activităților<br>Prezentarea sarcinilor de gătit pentru masa de prânz                                 |
| 10.00 – 13.00 | Fiecare țară formează o echipă și gătește; în timp ce mănâncă împreună felurile pregătite sunt prezentate și descrise pe scurt. Simultan echipele și femeile se prezintă.               |
| 13.00 – 14.00 | Pauză   |
| 14.00 – 15.00 | Atelier media: prezentarea, compararea și discutarea unor exemple de succes privind documentarea (filme, poze, etc.).<br>Întrebare: de ce are nevoie o rețetă ca să poată fi reprodusă? |
| 15.00 – 15.30 | Scurtă pauză, prezentarea următoarei sarcini de gătit, teambuilding   |
| 15.30 – 17.30 | Gătirea felului principal în echipe mixte.  |
| 17.30 – 19.00 | Pregătirea împreună a mesei și servirea preparatelor culinare.  |
| 19.00 – 19.30 | Curățarea bucătăriei.   |
| 19.30 – 20.00 | Scurtă evaluare a sesiunii. Încheierea zilei.   |

**Agenda, Ziua 2:**

|               |  |
|---------------|--|
| 9.30          | Bun venit și scurtă descriere a zilei.   |
| 10.00 – 12.00 | Selectarea pozelor din ziua precedentă. Crearea unui sistem de documentare cu ilustrații și texte, respectiv rețete scrise pe calculator-cu sprijin. |
| 12.00 – 12.15 | Pauză.   |
| 12.15 – 13.00 | Schimb de experiență în plen, evaluare. Încheiere.   |

### **Comentarii și and experiențe:**

- Auto-prezentarea cu ajutorul diferitelor preparate creează o atmosferă pozitivă în grup și ajută la procesul de cunoaștere.
- Două sesiuni de gătit (prea) multe pentru o singură zi.
- În cazul în care nu există un limbaj comun de lucru este necesar să se aloce suficient timp pentru traducere.
- Lucrul pe calculator ar trebui să aibă loc în grupuri mici cu instructori formați adecvat.

### **Exemplul 2: Bucătăria Învățării, Viena, Aprilie 2010**

#### **Scopuri:**

- Formarea unor abilități sociale, personale și profesionale vizibile în rândul femeilor în vârstă.
- Crearea unei conștientizări privind cultura alimentară socială și ecologică sustenabilă în cadrul unei comparații interculturale.
- Depășirea barierelor de limbă.
- Cunoașterea gătitului ca și formă de exprimare și "limbaj".
- Exersarea abilităților de lucru în echipă.
- Trăirea unor noi motivări pentru viitoare activități de învățare.

#### **Grup:**

Aproximativ 13 femei din trei țări diferite, 2 gazde drept formatori (traineri).

#### **Durață:**

O zi (între orele 9 și 18).

#### **Locație:**

Bucătărie spațioasă pentru seminar și prezentare, complet echipată.

#### **Sarcini pentru grup:**

- Pregătirea în comun a unui meniu cu feluri de mâncare diverse.
- Femeile lucrează împreună în echipe pe țări. Fiecare echipă pregătește un fel de mâncare care a fost stabilit și conceput înainte să sosească, acasă.
- Felul de mâncare trebuie să fie unul din viața zilnică- unul care le face plăcere să-l gătească și la care se pricep.
- Cine ce fel de mâncare va pregăti este stabilit cu două săptămâni mai devreme.
- Fiecare echipă are alocată o anumită sumă de bani pentru a cumpăra ingredientele împreună.
- Ingredientele speciale (condimente, etc) care s-ar putea să nu se găsească în Austria pot fi aduse de acasă.
- Produsele alimentare de bază sunt puse la dispoziție de către organizatori.

#### **Sarcini pentru echipa principală:**

- Moderare
- Observarea procesului din timpul cumpărăturilor, gătitului, sprijin în caz de nevoie
- Documentare (poze, film)

- Ghid de orientare în bicătărie

**Agenda:**

|               |   |
|---------------|---|
| 9.30          | <p>“Bun venit” (cafea și ceai)<br/>         Salutări și scurtă introducere în tema zile.<br/>         “Mâncarea și mediul”</p>  |
| 10.00 – 10.45 | <p>Discuții legate de aspectele de mediu privind alimentația și tradițiile corespunzătoare din țările respective (minigrupuri-țări), (discutarea unor întrebări din rutina zolnică: cum este în cazul meu, unde întâlnesc asemenea obiceiuri, care este situația în țara mea?). Crearea unui colaj cu cuvinte, desene și poze. Rezultatele vor fi prezentate pe scurt și comparate cu grupul mare (cu traducere).</p> |
| 10.45 – 11.00 | <p>Scurtă descriere a preparatelor propuse, discutarea cumpărăturilor din zona apropiată (supermarket și piață), fiecare grup primește un buget.</p>  |
| 11.00 – 12.30 | <p>Cumpărături (însoțirea grupului cu un vorbitor de limbă nativă pentru traducere, unde este cazul) și mici gustări.</p>   |
| 13.00 – 15.00 | <p>Scurtă evaluare– Au găsit tot ceea ce-și doreau? Cum a fost experiența?</p> <p>Grupurile își prepară felurile de mâncare. Pregătirea mesei se face împreună. În timpul gătitului au loc observații, se pun întrebări, și se fac fotografii.</p>  |
| 15.00 – 16.30 | <p>Pregătirea și servirea mesei împreună.</p>   |
| 16.30 – 17.00 | <p>Curățarea bucătăriei.</p>  |
| 17.00 – 18.00 | <p>Reflecții: Unde am reușit, ce a fost pozitiv, unde am greșit? Ce am învățat? Ce altceva mi-ar plăcea să învăț? Am descoperit noi interese?</p> <p>Suport metodic: vocabular cu emoții, a se vedea mai jos, a fost pregătit dar nu și utilizat din lipsă de timp.</p>   |

**Obiective de reflecție:**

Propriile resurse și abilități trebuie făcute vizibile, conștientizate și întărite. Acestea ar trebui verbalizate, cu abilitățile pe care le are femeia și trebuie apreciate în mod corespunzător.

**Metoda:**

Cu scopul de a spori varietatea de limbă și de exprimare în timpul reflecției, fișe cu cuvinte pozitive și negative au fost folosite (interesant, plăcut, euforic, palpitant, etc - plictisitor, incomod, obositor, etc.). Fișele trebuie pregătite anterior, dacă este posibil multilingv. Prima dată fiecare persoană din minigrup scrie propria impresie și experiență- fișa are rol motivator. Apoi, este discutat în cadrul grupului. Fișa utilizată cel mai des va primi un număr de puncte corespunzătoare.

Prezentare în fața grupului (cu traducere). Echipa principală completează, intervine cu observații.

Observații privind metoda: pentru persoanele fără acces anterior la educație este o provocare să eticheteze emoții pozitive și să-și evalueze propriile acțiuni și abilități ca fiind pozitive. Fișele au rolul de a impulsiona și a ajuta la perceperea propriilor sentimente într-un mod diferit și prin urmare de a le exprima verbal.

**Comentarii și experiențe:**

- Încăzul în care este nevoie de traducere, se alocă suficient timp pentru acest lucru.
- Pentru a se asigura că prezentarea nu este prea oficială, prima parte ar trebui să fie foarte scurtă și, de asemenea pregătită cu întrebări care sunt în strânsă legătură cu rutina lor zilnică.
- Cadrul semniarului poate, de asemenea, fi utilizat și pentru alte activități de învățare: orientare într-un mediu nou, gestiunea banilor, proces de alăturare în lucrul în echipă- toate acestea se pot regăsi la sarcina "cumpărături".
- Implicarea în tematica "Mediu și nutriție" poate servi la creșterea gradului de conștientizare privind cunoștințele din rutina zilnică și pentru facilitarea transferului de informații.

## 6. BIBLIOGRAFIE

Brunner, Karl-Michael/ Geyer, Sonja/ Jelenko, Marie/ Weiss, Walpurga/ Astleithner, Florentina (2007): Ernährungsalltag im Wandel. Chancen für Nachhaltigkeit, Wien/ New York: Springer Verlag, S. 76ff

Kolland, Franz (2006): Bildungsangebote für ältere Menschen. In: bildungsforschung, Jg. 3, Ausgabe 2 (<http://bildungsforschung.org>, Zugriff am 3. Mai 2010)

Kolland, Franz (2007): Lernbedürfnisse und Lernarrangements von älteren Menschen – Endbericht.  
[http://www.bmsk.gv.at/cms/site/attachments/8/5/7/CH0166/CMS1218112881779/kolland.lernbeduerfnisse\\_im\\_alter\[1\].pdf](http://www.bmsk.gv.at/cms/site/attachments/8/5/7/CH0166/CMS1218112881779/kolland.lernbeduerfnisse_im_alter[1].pdf) (Zugriff am 23. 6. 2010)

Lemke, Harald (2007): Ethik des Essens. Eine Einführung in die Gastrosophie, Berlin, Akademie Verlag, S. 435ff

Lemke, Harald (2007): Die Kunst des Essens. Eine Ästhetik des kulinarischen Geschmacks, Bielefeld, transcript Verlag