

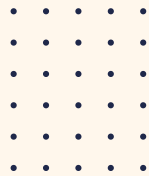


Dofinansowane przez
Unię Europejską

RAPORT KOŃCOWY

MIX & STIR!

Rozwijanie kompetencji podnoszących jakość
życia za pomocą nowych narzędzi edukacyjnych



www.mix.stawil.pl





Spis treści

Wstęp	3
Część 1.1 Opis lokalnych spotkań – Polska	4
1.1.1 Opis kraju partnerskiego pod względem kulinarnym i tematyki IT	4
1.1.2 Opis spotkań lokalnych	6
1.1.3 Wnioski ze spotkań lokalnych wraz z opisem dobrych praktyk	29
Część 1.2 Opis lokalnych spotkań – Włochy	31
1.2.1 Opis kraju partnerskiego pod względem kulinarnym i tematyki IT	31
1.2.2 Opis spotkań lokalnych	37
1.2.3 Wnioski ze spotkań lokalnych wraz z opisem dobrych praktyk	49
Część 1.3 Opis lokalnych spotkań – Grecja	50
1.3.1 Opis kraju partnerskiego w odniesieniu do kuchni i tematyki IT.	50
1.3.2 Opis spotkań lokalnych	52
1.3.3 Wnioski ze spotkań lokalnych wraz z opisem dobrych praktyk	63
Część 2 Podsumowanie międzynarodowego “think tanku”	67
Część 3 Description of questionnaires and feedback from participants	84
3.1 Badanie ankietowe dotyczące lokalnych think tanków	84
3.2 Badanie ankietowe dotyczące międzynarodowego think tanku	93



Wstęp

Niniejszy raport zawiera wnioski ze spotkań lokalnych przeprowadzonych w ramach pierwszej fazy projektu „Mix and stir! Rozwijanie kompetencji podnoszących jakość życia za pomocą nowych narzędzi edukacyjnych”. Projekt jest realizowany przez STAWIL Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością (STAWIL) w partnerstwie z Novareckon srl (NR) oraz *Institute of Entrepreneurship (iED)*. W/w instytucje zrealizowały łącznie **44 lokalne think tanki**, w trakcie których uczestnicy z grup docelowych projektu (osoby o utrudnionym dostępie do edukacji, z niskimi umiejętnościami podstawowymi) wymieniali się wiedzą i doświadczeniami, przez co wzajemnie się edukowali i wypracowywali podstawy do przyszłych rezultatów projektu. Spotkania realizowane były w 2023 r. i zakończyły się międzynarodowym think tankiem zrealizowanym w Polsce.

Organizacje partnerskie (STAWIL, NR i iED) funkcjonują w różnych uwarunkowaniach lokalnych, regionalnych i krajowych, dlatego zebrane materiały stanowią inspirujący przegląd dobrych praktyk i działań, które mogą być podejmowane w celu wspierania osób o niskich umiejętnościach podstawowych i utrudnionym dostępie do edukacji.

Niniejsza publikacja powstała w ramach projektu „Mix and stir! Rozwijanie kompetencji podnoszących jakość życia za pomocą nowych narzędzi edukacyjnych” w ramach programu Erasmus+, akcja: Partnerstwa współpracy w sektorze edukacji dorosłych.

Umowa nr 2022-1-PL01-KA220-ADU-000089087

Publikacja sfinansowana z funduszy Komisji Europejskiej w ramach programu Erasmus+
Publikacja została zrealizowana przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja odzwierciedla jedynie stanowisko jej autorów i Komisja Europejska oraz Narodowa Agencja Programu Erasmus+ nie ponoszą odpowiedzialności za jej zawartość merytoryczną.

PUBLIKACJA BEZPŁATNA



Część 1.1 Opis lokalnych spotkań – Polska

1.1.1 Opis kraju partnerskiego pod względem kulinarnym i tematyki IT

Uczenie osób o niskich umiejętnościach podstawowych i utrudnionym dostępie do edukacji stanowi w Polsce wyzwanie, niezmiennie już od wielu lat. Polska należy do grupy krajów w Europie z najniższym odsetkiem osób powyżej 25 roku życia, które zakończyły tradycyjną, formalną ścieżkę edukacyjną i uczestniczą w kolejnych działaniach edukacyjnych. Również w zakresie poziomu umiejętności podstawowych w w/w grupie osób, a zwłaszcza wśród osób starszych, osiągnięte wyniki są poniżej średniej OECD. Spadek poziomu umiejętności podstawowych w następujących po sobie grupach wiekowych jest również wyższy niż w innych krajach OECD. Warto zauważyć, że europejskie badanie społeczeństwa informacyjnego pokazało, że w Polsce aż 85% osób w wieku 55+ nie posiada podstawowych umiejętności cyfrowych.¹

Osoby o niskich umiejętnościach podstawowych w Polsce często napotykać na różnorodne wyzwania związane z aktywnością zawodową i społeczną. W grupie docelowej Projektu Mix&Stir jako istotne należy wskazać m.in. następujące kwestie:

- a) wykluczenie społeczne: trudności w pełnym uczestnictwie w życiu społecznym, np. w związku z ograniczeniami w komunikacji czy trudnościami w zrozumieniu dokumentów czy procedur, a także w związku z ograniczoną możliwością wykorzystania nowoczesnych technologii;
- b) trudności w samorozwoju: ograniczone możliwości korzystania z różnorodnych form nauki i rozwoju zawodowego i osobistego oraz brak świadomości znaczenia całościowej edukacji dla jakości życia;
- c) zagrożenie ubóstwem: ograniczone możliwości zarobkowania oraz dostępu do zasobów edukacyjnych i społecznych, a także ograniczona wiedza na temat pożądaných na rynku pracy kompetencji.

Powyższe wnioski potwierdzają Zalecenia Rady Europejskiej w sprawie ścieżek poprawy umiejętności: „PIAAC [Międzynarodowe Badanie Umiejętności Dorosłych] wskazuje, że dorośli o

¹ Drzażdżewski, Stanisław. 2017. „Specyfika wyzwań edukacji dorosłych w Polsce”. W *Oblicza niezawodowej edukacji dorosłych w programie Erasmus+, Korzyści z realizacji projektów*. red. Michał Chodniewicz, Alina Respondek, str. 8. Warszawa: Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji Narodowa Agencja Programu Erasmus+



wyższych umiejętnościach w zakresie czytania i pisania oraz rozumowania matematycznego i rozwiązywania problemów w środowiskach charakteryzujących się wysokim stopniem technologii osiągają zwykle więcej sukcesów na rynku pracy. Jednocześnie w przypadku 20–25 % dorosłych Europejczyków w wieku 16–65 lat o niskim poziomie biegłości w tych umiejętnościach jest mniejsze prawdopodobieństwo, że podejmą naukę lub że będą w pełni uczestniczyć w z informatyzowanej gospodarce i z informatyzowanym społeczeństwie. Osoby takie są w większym stopniu narażone na bezrobocie, częściej dotyka ich bieda i wykluczenie społeczne, bardziej zagrożone jest ich zdrowie, średnie trwanie ich życia jest niższe, podczas gdy ich dzieci są w wyższym stopniu zagrożone osiągnięciem słabych wyników w nauce.”²

Ogólnie rzecz biorąc, choć Polska dokłada starań w celu zapewnienia wysokiej jakości edukacji dla wszystkich, problem niskich umiejętności podstawowych nadal istnieje i wymaga ciągłej uwagi ze strony polityków, edukatorów i społeczności lokalnych. Dla osób o niskich umiejętnościach podstawowych istotne jest zapewnienie wsparcia społecznego, które może pomóc im w pokonywaniu trudności i rozwijaniu swoich umiejętności oraz znajdowaniu szans na aktywność zawodową i społeczną.

Na powyższy obraz nakładają się kwestie związane z wykluczeniem cyfrowym. Coraz bardziej powszechne w codziennym życiu są technologie cyfrowe, a umiejętność ich wykorzystania niejednokrotnie warunkuje możliwość uczestniczenia w życiu społecznym czy kulturowym. Stąd też celem realizowanych lokalnych think thanków było połączenie edukacji w zakresie umiejętności podstawowych z tematyką ważną i interesującą dla osób z grup docelowych, która jednocześnie nie będzie ich odstraszała wysokim poziomem trudności.

W dobie coraz częściej uprawianej turystyki kulinarnej (dla której Polska jest ciekawym celem), kiedy odkrywanie jedzenia pozwala poznać inne kultury, praktykowanie uczenia w zakresie umiejętności podstawowych, z wykorzystaniem tematyki kuchni, wydaje się być słusznym i efektywnym kierunkiem.

² ZALECENIE RADY z dnia 19 grudnia 2016 r. w sprawie ścieżek poprawy umiejętności: nowe możliwości dla dorosłych (2016/C 484/01)



Jak wynika z badań prowadzonych przez Instytut Gallupa ludzie, którzy cieszą się gotowaniem funkcjonują lepiej niż pozostali (o 1,2 razy). Radość z gotowania przekłada się również na subiektywne poczucie „dobrostanu”, pozytywną ocenę własnego życia (31% osób, które cieszą się gotowaniem pozytywnie oceniają swój „dobrostan”, a spośród osób, które nie cieszą się gotowaniem tylko 21% pozytywnie ocenia swój „dobrostan”).³

Jak możemy przeczytać w raporcie „Wellbeing Through Cooking. Global Insights Into Cooking Enjoyment and Eating Together” gotowanie domowe jest działaniem pomocnym w niwelowaniu takich problemów, jak otyłość czy niska odżywczość posiłków. Gotowanie w domu jest też przyjazne dla domowych finansów, co w czasie ciągle rosnących cen, jest też istotnym motywatorem. Podobnie wspólne jedzenie i dzielenie się posiłkami są prostymi aktywnościami, które są korzystne dla naszego zdrowia psychicznego – na poziomie globalnym ludzie, którzy często jedli z kimś, uzyskują wyższe wyniki w Average Positive Experience Index score.⁴

Lokalne think tanki w Polsce realizowane były z uwzględnieniem powyżej nakreślonego obrazu oraz w oparciu o dobre praktyki wypracowane w innych projektach (np. w modelu pt. „Rozwijanie kompetencji podstawowych poprzez promowanie kultury i tożsamości bieszczadzkiej” testowanym w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020, Projekt „SZANSA – nowe możliwości dla dorosłych”).

1.1.2 Opis spotkań lokalnych

Lokalne think tanki w Polsce realizowane były dla 5 grup. Każda grupa wzięła udział w 4 spotkaniach. Łącznie zrealizowano 20 spotkań. Działaniem objęto 50 osób. Ekspertami prowadzącymi grupy byli Piotr Bassara – w zakresie edukacji kulinarnej i kulturowej oraz Michał Stachura – w zakresie edukacji odnoszącej się do nowoczesnych technologii.

³ https://www.gallup.com/analytics/544376/cooking-enjoyment-communal-wellbeing.aspx?utm_source=public_sector&utm_medium=email&utm_campaign=ajinomoto_report_email_2_december_12072023&utm_term=client_communications&utm_content=download_report_cta_1

⁴ Jw.



Piotr Bassara ma ponad 30 lat doświadczenia jako szef kuchni. Karierę zawodową zaczynał jako cukiernik z dyplomem mistrzowskim. Od ponad 20 lat prowadzi zajęcia dla osób zainteresowanych tematami kulinarnymi – profesjonalistów i amatorów. Pracował w restauracjach w USA i Wielkiej Brytanii. Prowadził własne restauracje. Kuchnia jest jego pasją, którą pielęgnuje i zgłębia podczas zagranicznych wyjazdów.

Michał Stachura jest absolwentem Wydziału Cybernetyki WAT w Warszawie, uzyskał też dyplom studiów MBA, a także tytuł audytora wiodącego systemów zarządzania bezpieczeństwem informacji. Był prelegentem na konferencjach regionalnych i krajowych w zakresie cybernetyki, bezpieczeństwa i edukacji. Ekspert jest doświadczonym praktykiem w zakresie wykorzystywania nowoczesnych technologii i narzędzi ICT w procesie edukacyjnym oraz w życiu codziennym. Schemat realizacji lokalnych think tanków był taki sam dla każdej z grup, niemniej jednak wprowadzono różnice na poziomie realizowanych treści, tak aby przeanalizować ich maksymalnie szeroki zakres i dopasowanie do poziomu i oczekiwań poszczególnych grup.

Grupa I

Grupa, która uformowała się jako pierwsza, złożona była z osób z Koła Gospodyń Wiejskich z Pustyni. Pustynia jest wsią w Polsce położoną w województwie podkarpackim, w powiecie dębickim. Jest to niewielka wieś, która nie jest znana na szerszą skalę. Zamieszkuje ją nieco ponad 1,5 tys. osób. Wieś ma bardzo stary rodowód – istniała już w XI wieku. Jest to fascynujący przykład, jak mała miejscowość w Polsce ma głęboko zakorzenioną historię sięgającą średniowiecza, która nadal jest częścią dziedzictwa kulturowego regionu. To, że wzmianka o istnieniu w Pustyni kościoła pochodzi z początku XVI wieku, sugeruje, że wieś znaczącą pozycję miała już jako osada sakralna w średniowieczu. Kościół był nie tylko miejscem kultu religijnego, ale także ważnym punktem społecznym, gdzie odbywały się różnego rodzaju ceremonie i spotkania społeczności lokalnej. Aktualne walory wsi i funkcjonujące w niej centrum sportowe, a także bogata historia powodują, że była ona ciekawym miejscem dla realizacji lokalnych think tanków.



Do osób, które ostatecznie utworzyły grupę I kierowano komunikaty bezpośrednie, wykorzystując do tego rozpoznawalność eksperta kulinarnego, Piotra Bassary, na obszarze gminy Dębica.

Pierwsze spotkanie grupy, liczącej 10 osób odbyło się 31.01.2023 r. Eksperci prowadzący grupę przedstawili kluczowe informacje o projekcie, jego założenia oraz cele. Wspólnie ustalono zasady współpracy (tzw. kontrakt grupy) oraz sposób organizacji zajęć (forma warsztatów praktycznych z możliwością swobodnej wymiany własnych doświadczeń pomiędzy prowadzącymi spotkanie i jego uczestnikami, z zachowaniem zasad wzajemnego szacunku i równości w stosunku do siebie oraz w oparciu o pracę grupową w mniejszych zespołach lub w parach).





W trakcie pierwszego spotkania prowadzono dyskusję dotyczącą tematu przewodniego spotkań tj. edukacji kulturalno-kulinarnej (w jaki sposób edukacja w zakresie tradycyjnego podejścia do przygotowania potraw oraz wykorzystania nowoczesnych technologii może wpłynąć na podniesienie jakości życia).

W trakcie pierwszego spotkania grupy omówiono literaturę związaną z tematyką kulinarną (ekspert zaprezentował liczne publikacje, niektóre bardzo stare), przeanalizowano dostępne materiały i źródła informacji. Prowadzono luźną dyskusję dotyczącą starych receptur i możliwości ich zaadaptowania do dzisiejszych warunków i dostępnych produktów.

Powyższe elementy były realizowane jako część wspólna dla każdej z grup uczestniczących w lokalnych think tankach.

Grupa zdecydowała, że na następnym spotkaniu przygotuje następujące potrawy:

- pulpety z kury nadziewane;
- kołaczki z cebulą;
- legumina piankowa ze śmietany.

Wnioski dotyczące grupy wyciągnięte po spotkaniu nr 1:

- a) grupa jest zainteresowana przygotowaniem różnych potraw wraz z dyskusją w kontekście zdrowego stylu życia, alternatywnych rozwiązań dotyczących stosowanych składników oraz dobrych praktyk kulinarnych;
- b) uczestnicy uważają za przydatne i pożądane umiejętności związane z wykorzystaniem nowoczesnych technologii do poszukiwania informacji w sieci;
- c) grupa zgodnie stwierdziła, że ma problem z weryfikowaniem prawdziwości informacji, które do niej trafiają z Internetu;
- d) według uczestników think tanku, korzystanie z mediów społecznościowych jest elementem ich codzienności i pozwala rozwijać pasje, ale równocześnie wiąże się z nowymi dla nich zagrożeniami;
- e) najczęściej wykorzystywanym przez uczestników urządzeniem ICT w życiu codziennym jest telefon (smartfon) oraz Internet.



Lokalny think tank nr 2 dla grupy nr 1 odbył się 20.02.2023 r. W trakcie spotkania realizowano zaplanowane zadanie kulinarne (tj. przygotowano w/w potrawy), przy okazji wplatając zagadnienie z zakresu podstawowych umiejętności cyfrowych. Ekspert przeprowadził z uczestnikami dyskusję o zagrożeniach informacyjnych związanych z korzystaniem z Internetu. Wśród najtrudniejszych, a tym samym najważniejszych grupa opisała te związane z emocjami, określone przez eksperta jako stres informacyjny, frustracja informacyjna, hejt oraz samotność informacyjna. Zagrożeniem wyjątkowo często wymienianym przez uczestników, szczególnie ważnym z punktu widzenia tematyki kulinarnej, były nieprawdziwe informacje (np. przepisy, które ktoś opublikował, mimo, że nie została według nich faktycznie przygotowana potrawa). W grupie wypracowano zbiór elementów, które mogą być pomocne przy weryfikowaniu prawdziwości informacji (m.in. autor – czy jest znany; czy ukrywa się za nazwą, która nic nie mówi; aktualność – czy informacja jest zgodna ze stanem faktycznym, czy była aktualizowana (informacja i strona www); dokładność – czy np. w przepisie podano dokładne ilości składników, czy opis wykonania jest spójny z listą składników). W trakcie spotkania poruszono także kwestię związane z funkcjonalnościami dostępnymi w serwisach społecznościowych i w wyszukiwarkach (np. Facebook, Google, YouTube) takimi, jak: wyszukiwanie opinii, sprawdzanie wiarygodności produktu, podmiotu, porównywanie cen, właściwości z wykorzystaniem porównywarek, wyszukiwanie znajomych/akceptacja zaproszenia. Wykorzystano też aplikacje służące do komunikacji, w tym Messenger oraz Whatsapp – uczestnicy dzielili się swoimi doświadczeniami dotyczącymi wyszukiwania znajomych oraz dodawania/usuwania kontaktów.



Przygotowanie potraw według wybranych przepisów okazało się dla grupy rozwijającym doświadczeniem. Delikatne pulpeciki zostały podane z ziemniakami puree i warzywami z pieca. Grupa zgodnie uznała, że w tej wersji nawet dzieciom będą smakować. Kołaczyki to wypiek znany już od 200 lat i receptura przechodziła wiele modyfikacji. Grupa do swojej wersji dodała rozmarynu do cebuli, co podniosło jeszcze walory smakowe. Kolejnym daniem przygotowanym przez grupę była legumina – czyli rodzaj deseru znany już w Polsce w XIX wieku. Leguminą w przedwojennych książkach kucharskich nazywano głównie desery (mączne lub jajeczne), niemniej jednak w czasach PRL (trudnych ekonomicznie dla Polaków) zaczęto wykorzystywać leguminę jako danie obiadowe. Przygotowana legumina była bardzo delikatna i w połączeniu z sosem owocowym stanowiła fantastyczny deser.

Dokonano wyboru potraw na kolejne spotkanie:

- bigos hultajski;
- mała polędwiczka z kminkiem i cebulą;
- racuszki drożdżowe.



Trzecie spotkanie dla grupy I zrealizowano 20.03.2023 r. Ze względu na zbliżające się Święta Wielkanocne, omówiono tradycje kulinarne z nimi związane występujące na przestrzeni wieków. Przygotowano bigos hultajski, który okazał się bardzo aromatyczną potrawą. Na ostateczny efekt smakowy wpłynął dodatek wina Madera i kilku rodzajów mięsa w tym dziczyzny. Uczestnicy przeszukali Internet w poszukiwaniu podobnych receptur. W oryginale użyto mięs pozostałych po Świętach Wielkanocnych.



Również mała polędwiczka, czyli polędwiczka wieprzowa obsmażona na smalcu i dużej porcji kminku była bardzo ciekawą propozycją, szczególnie gdy podaliśmy ją z fasolą. Przy okazji tej potrawy uczestnicy zgłębili wiedzę na temat kminku – jednej z najstarszych przypraw uprawnych, która znana była już w starożytności. Zadaniem uczestników było wyszukanie w Internecie informacji o walorach zdrowotnych kminku i jego zastosowaniu (kminek dodawano do potraw, które obciążały układ pokarmowy, ze względu na jego właściwości usprawniające trawienie; w staropolskiej kuchni kminek dodawano do potraw tłustych np. z kaczki, gęsi czy wieprzowiny oraz do dań z kapusty i wypieku chleba).

Trzecim przygotowanym daniem były racuchy drożdżowe – danie wywodzące się z kuchni ludowej, o którym wzmianki pojawiają się np. w Zbiorze wiadomości do antropologii krajowej z 1893 autorstwa Michała Rawicza Witanowskiego.

W trakcie warsztatów zgłębiono tematykę wyszukiwania informacji i sposobów skutecznego wyszukiwania informacji (zastosowania słów kluczowych, wyszukiwania prostego i zaawansowanego) oraz reagowania na posty – lubię to, dodawanie komentarzy w serwisach społecznościowych.

Dokonano wyboru potraw na kolejne spotkanie:

- zupa staropolska cebulowa;
- sos zielony;
- potrawka z wątróbki cielęcej.

Ostatnie spotkanie dla grupy I odbyło się 17.06.2023 r. W trakcie realizowania zajęć kulinarnych poruszono tematy związane z wykorzystaniem nowoczesnych technologii w życiu codziennym. Uczestnicy uznali za przydatne omówione i przetestowane funkcjonalności dostępne w serwisach społecznościowych takie jak: wyszukiwanie informacji, filtrowanie wyników wyszukiwania, metoda wyszukiwania głosowego, publikowanie własnych treści, dodawanie zdjęć, filmów, tworzenie grup/dołączanie/opuszczanie grup, aktywność na grupie, wyszukiwanie i obserwowanie ciekawych stron. W trakcie spotkania pracowano również z aplikacjami służącymi do komunikacji, w tym Messenger oraz Whatsapp. Wyjątkowo ciekawe dla



uczestników okazały się kwestie tworzenia grup dyskusyjnych, dodawanie członków, uruchamianie audio/video rozmowy w tych aplikacjach. Uczestnicy uznali, że umiejętności związane z obsługą w/w funkcjonalności są takimi, które stają się niezbędne w życiu codziennym. Przygotowana staropolska zupa cebulowa to przykład wpływów francuskich. Uczestnicy wykorzystali recepturę z 1890 r., która jest niemal idealnym przykładem zupy francuskiej. Z kolei sos zielony okazał się być bardzo intensywnie kolorowym i smacznym. Dzięki estragonowi, rzeżusze i szczypiorkowi dodatkowo bardzo aromatycznym. Przy okazji przygotowania sosu, uczestnicy zgłębili historię i właściwości estragonu (wyszukano informację o pochodzeniu rośliny z Syrii, jej zastosowaniu w starożytności na ukąszenia węży i wściekłych psów oraz dla uśmierzania bólów zębów i dziąseł, uczestnicy dowiedzieli się, że estragon do Polski przywieźli Krzyżacy). Ostatnie danie, czyli potrawka z wątróbki cielęcej jest jednym z klasyków kuchni polskiej. Smak cebuli i pieczarek dodatkowo podkreśla danie.

W trakcie spotkania omówiono wpływ kuchni włoskiej, francuskiej oraz angielskiej na kuchnię polską na przełomie XIX i XX wieku.

Grupa II

Grupę II stworzyły osoby skupione wokół Koła Gospodyń Wiejskich w Nagawczynie. Nagawczyna jest wsią w Polsce położoną w województwie podkarpackim, w powiecie dębickim. Wieś liczy ponad 2,7 tys. mieszkańców. Powstała prawdopodobnie ok XIV wieku, a pierwsze wzmianki potwierdzające jej istnienie pochodzą z 1492 r. Wieś przeszła epidemię cholery (w 1871 r.), a w czasie I i II wojny światowej na terenie wsi toczyły się walki partyzanckie. Podobnie, jak w przypadku grupy I, do osób zainteresowanych uczestnictwem w spotkaniach lokalnych dotarło dzięki kontaktom bezpośrednim i rozpoznawalności ekspertów.

Pierwsze spotkanie dla grupy odbyło się 28.01.2023 r. W spotkaniu wzięło udział 10 osób. Z udziałem ekspertów, zrealizowano część wspólną dla wszystkich grup.

Grupa zdecydowała, że na następnym spotkaniu przygotowuje:

- krem z wątróbek z drobiu;
- racuszki drożdżowe;
- kołaczyki z cebulą.



Uczestnicy aktywnie uczestniczyli w spotkaniu oraz dzielili się swoimi doświadczeniami i wiedzą w zakresie poruszonym na spotkaniu. Dało się wyczuć bardzo dobrą atmosferę pomiędzy Uczestnikami oraz pozytywne emocje związane z udziałem w projekcie.

Wnioski dotyczące grupy wyciągnięte po spotkaniu nr 1:

- a) grupa jest zainteresowana zaplanowanym sposobem realizacji projektu i przeplataniem tematów kulinarnych z tematyką umiejętności cyfrowych;
- b) uczestnicy pozytywnie oceniają założenia kolejnych spotkań i wskazują, że są zainteresowani tematami określonymi przez eksperta jako cyberprzemoc;
- c) równie interesująca dla grupy jest kwestia wpływu żywienia na zdrowie i możliwości sprawdzenia właściwości zdrowotnych potraw i przypraw;
- d) podobnie, jak w innych grupach, uczestnicy widzą potrzebę poruszenia tematów związanych z funkcjonowaniem w serwisach społecznościowych.

Drugie spotkanie dla grupy II odbyło się 11.03.2023 r. Ekspert poprowadził z uczestnikami dyskusję o cyberprzemocy (w trakcie przygotowywania zaplanowanych potraw). Rozmawiano o rodzajach przemocy z wykorzystaniem Internetu i nowoczesnych technologii (w tym o przestępstwach z wykorzystaniem AI, wykorzystaniu zdjęć i filmów wbrew woli osoby, której dotyczą, przemocy werbalnej, publikowaniu kompromitujących materiałów oraz podszywaniu się pod inną osobę czy wykluczaniu osób z grupy). W trakcie spotkania dyskutowano o możliwościach, której dają komunikatory takie jak Messenger oraz Whatsapp – szczególnie w zakresie umożliwienia pozostawania w kontakcie z osobami, z którymi nie możemy spotkać się osobiście. Uczestnicy poruszyli kwestie związane z niską świadomością wśród ich znajomych dotyczącą konsekwencji publikowania informacji (w tym zdjęć, danych czy np. relacji z podróży) w Internecie.

Uczestnicy spotkania korzystając z Internetu wyszukiwali receptury na krem z wątróbek drobiowych. Wybrali w ich ocenie najsmaczniejszy i wspólnie przygotowali. Grupa podobnie, jak grupa I, testowała przepis na racuszki drożdżowe, które dla odmiany zostały podane ze śmietaną i żurawiną. Jako trzecie danie przygotowano kołaczyki z cebulą. Uczestnicy mieli dosyć trudne zadanie wyszukania informacji o potrawie i jej pochodzeniu (kołaczyki z cebulą nawiązują do tradycyjnych cebularzy lubelskich, które przygotowywane były już w XIX w. i zostały zaczerpnięte



prawdopodobnie z kuchni Bliskiego Wschodu, jak większość dań mącznych miały zapewniać sytość).

Grupa zdecydowała, że na następnym spotkaniu przygotuje:

- kurczęta w śmietanie;
- sos kaparowy do ryb;
- rogaliki kruche z makiem lub z różą.

Kolejne spotkanie dla grupy II odbyło się 22.04.2023 r. Uczestnicy z wykorzystaniem serwisów YouTube, Facebook i Google zgłębiali tematy związane z wyszukiwaniem informacji (przy okazji przygotowywania potraw). Stałym elementem spotkań grupy stało się fotografowanie i publikowanie zdjęć w mediach społecznościowych. Grupa z Nagawczyny w tym zakresie była zdecydowanie bardziej aktywna niż pozostałe grupy, dlatego też nadal prowadzono dyskusję i wymianę wiedzy w temacie zagrożeń związanych z publikowaniem wizerunku i informacji w Internecie.

Grupa prowadziła dyskusję i wymianę wiedzy na temat tradycyjnych potraw Wielkanocnych na przestrzeni wieków. Przygotowano też zaplanowane potrawy. Kurczęta w śmietanie okazały się dobrym wyborem. Mięso przygotowane według przepisu było delikatne i soczyste. Smak mięsa został podkreślony kremowym sosem. Danie podano z kluseczkami i marchewką glazurowaną, co finalnie stworzyło fantastyczny zestaw. Sos kaparowy to odkrycie smakowe całej grupy. Delikatny i słonawy, pasuje nie tylko do ryb. Okazało się, że jest to sos często przygotowywany we Francji. Zaskoczeniem dla grupy były też informacje związane z wykorzystaniem kaparów w kuchni staropolskiej – pojawią się już w XVI w. Rogaliki były wspaniałym zakończeniem warsztatów, a smak róży zachwycił wszystkich.

Dokonano wyboru potraw na kolejne spotkanie.

- barszcz rosyjski;
- pieczeń zbójcka;
- legumina piankowa ze śmietany.



Ostatnie spotkanie grupy miało miejsce 10.08.2023 r. Na spotkaniu nadal zgłębiano kwestie bezpiecznego korzystania z mediów społecznościowych i komunikatorów, szczególnie w powiązaniu z wyszukiwaniem i filtrowaniem informacji. Uczestnicy zapoznali się z metodą wyszukiwania głosowego, którą uznali za przydatną. Prowadzono dyskusję o możliwościach, które dają komunikatory, takich jak tworzenie grup i powiązane z tym dodawanie członków oraz inicjowanie rozmów audio/ video.

Przygotowano zaplanowane wcześniej potrawy. Podczas warsztatów omówiono różne rodzaje barszczu w historii gastronomii. Zaskoczeniem dla grupy była liczba dostępnych przepisów na różne wersje tej potrawy. Wykorzystując własne telefony, Uczestnicy wyszukiwali ciekawostki z nią związane (np. ukraińskie pochodzenie potrawy, pierwsze wzmianki o barszczu z XIII w., ewolucja przepisów od prostego wywaru kwasowego do bogatej w aromat i czasem również w składniki zupy. Przygotowana przez grupę wersja barszczu była bardzo pożywna dzięki użyciu kilku rodzajów mięsa. Z kolei przygotowanie pieczeni zbójnickiej było dla grupy ciekawym doświadczeniem ze względu na wykorzystany przepis, który pochodził z bardzo starej książki. Pierwszym wzywaniem dla uczestników było zrozumienie przepisu opisanego językiem zdecydowanie odbiegającym od współczesnego. Podobnie jak grupa I, grupa II przygotowała leguminę, która jednak bardziej przypominała włoską panna cottę. Jako dodatek podano sos malinowy.

Na koniec spotkania podsumowano dotychczas realizowane tematy oraz przeprowadzono dyskusję o wpływach kuchni ukraińskiej na kuchnię polską.

Grupa III

Grupę III stworzyły osoby należące do Koła Gospodyń Wiejskich w Straszęcinie. Straszęcin jest wsią w Polsce położoną w województwie podkarpackim, w powiecie dębickim. Jest to stosunkowo duża wieś (zamieszkuje ją ponad 2 tys. osób), która swoją zabudową przypomina małe miasteczko. Historia wsi jest bardzo stara i sięga XI w. Na początku była grodem, z licznymi budowlami obronnymi. Pierwsza wzmianka o tej miejscowości pochodzi z 1239 roku. Niemniej



jednak największy rozkwit wsi przypada na lata 80te XX w. Główną przyczyną takiego stanu rzeczy było powstanie w 1978 r. w Straszęcinie Igloopolu. Był to kombinat rolno-przemysłowy, a jednocześnie największe przedsiębiorstwo w południowo-wschodniej Polsce. Zatrudnienie w Igloopolu znalazło 35 tysięcy osób, a jego istnienie było przyczyną modernizowania dróg i powstawania nowych obiektów, w tym ośrodka rekreacyjno-wypoczynkowego z zapleczem sportowym i hotelowym. Przedsiębiorstwo, w latach 90tych XX w. w atmosferze konfliktu zostało zlikwidowane.

Rozpowszechnienie (za pośrednictwem „marketingu szeptanego”) informacji o projekcie i jego podstawowych założeniach wśród społeczności lokalnej było wystarczającym działaniem dla uformowania grupy.

Pierwsze spotkanie dla grupy III odbyło się 26.01.2023 r. Grupa zrealizowała część wspólną założoną dla wszystkich (tj. zapoznanie z celami i założeniami projektu, ustalenia zasad i formy współpracy, ustalenie interesujących grupę tematów z zakresu edukacji kulinarno-kulturalnej i wykorzystania nowoczesnych technologii).

Grupa zdecydowała, że na następnym spotkaniu przygotuje:

- chłodziec litewski;
- pieczeń cielęca zapiekana;
- kulebiak z kapustą.

Wnioski dotyczące grupy wyciągnięte po spotkaniu nr 1:

- a) udział w projekcie jest atrakcyjny dla grupy zwłaszcza ze względu na możliwość wymiany wiedzy i doświadczeń oraz wzajemnej nauki;
- b) tematyka kulinarna jest szczególnie bliska członkom grupy;
- c) szczególnie interesujące dla grupy są zagadnienia związane z wykorzystaniem nowoczesnych technologii do realizacji pasji i hobby i utrzymania kontaktu z przyjaciółmi.



Kolejne spotkanie grupy III odbyło się 13.03.2023 r. W trakcie spotkania przygotowano zaplanowane wcześniej potrawy. W trakcie realizowania zadań kulinarnych poruszono kwestie możliwości jakie daje serwis YouTube w zakresie rozwijania pasji i hobby. Uczestnicy prowadzili dyskusję o tym jakie materiały zamieszczane są w serwisie i jak można wyszukiwać tych dla nich interesujących (skupiono się na poradnikach i samouczkach, które pozwalają rozwijać hobby).

Omówiono też możliwości związane z tworzeniem playlist na kontach na Youtube. Przy okazji wyszukiwania materiałów poruszono kwestie związane z oceną i komentarzami do materiałów zamieszczanych w serwisie, które mogą być pomocne w ocenie ich jakości, aktualności i wiarygodności. Podobnie, jak w pozostałych grupach, na każdym zajęciach realizowano zadania związane z wykorzystaniem aparatów występujących głównie w smartfonach oraz korzystaniem z aplikacji do komunikacji.

Grupa przygotowała chłodziec litewski, który jest bardzo bogatą w składniki wersją barszczu na zimno. Cielęcina, szczaw, ogórek i buraczki to bomba smakowa w najlepszym wydaniu. Ciekawy okazał się dodatek raków i łososia. Raki w kuchni polskiej były bardzo powszechne i cenione. Informacje o walorach raków znajdują się w XVII wiecznych poradnikach i w relacjach francuskiego podróżnika z Polski (również z XVII w.). Można znaleźć wzmianki o przepisach na raki XVIII wiecznej Warszawie, w której były serwowane najlepsze raki. Przed II wojną światową Polska eksportowała też setki ton raków. Uczestnicy chętnie wyszukali powyższe informacje w Internecie i dzieli się nimi na forum grupy.

W trakcie zajęć przygotowano również pieczeń cielęcą z dodatkiem parmezanu. Jest to polskie danie z wpływami kuchni włoskiej. Dla podkreślenia włoskich wpływów została podana z kluseczkami typu gnocci. Kulebiak obok cebularza to kolejne tradycyjne polskie danie popularne w rejonach Podlasia. Smak dla uczestników nie był zaskoczeniem, za to ciekawym doświadczeniem okazało się korzystanie ze starej receptury.

Grupa przy użyciu smartfonów porównywała wiele współczesnych i starych receptur.



Dokonano wyboru potraw na kolejne spotkanie:

- barszcz rosyjski;
- pieczenie pierogów i pierożków;
- alberty.

Kolejne spotkanie grupy III odbyło się 08.05.2023 r. Kontynuowano temat wyszukiwania informacji w Internecie – w tym serwisie Facebook i z wykorzystaniem wyszukiwarki Google. Porównano możliwości, które dają te dwie strony (np. możliwość wyszukiwania zaawansowanego czy przeszukiwanie postów i opinii w celu znalezienia potrzebnej informacji), poruszono temat fałszywych, generowanych sztucznie opinii. Był on małym zaskoczeniem dla uczestników – nie zdawali sobie sprawy z powszechności procederu związanego z generowaniem opinii przez różne narzędzie.

Uczestnicy wymienili się wiedzą dotyczącą wysyłania zdjęć i filmów z wykorzystaniem komunikatorów. Szczególnie ciekawe okazało się usprawnianie wysyłania zdjęć poprzez zaznaczenie kilku plików.

Wykorzystanie starych receptur wymusiło na grupie analizę zmiany jednostek wagi na przestrzeni lat – uczestnicy porównali funta, uncję oraz łąta.

Podobnie jak grupa II, grupa III przygotowała barszcz rosyjski. Zaskoczeniem okazał się dodatek pomidorów w przepisie, a drobne modyfikacje w przepisie (większa ilość wędzonki i wieprzowiny) pozwoliły uzyskać inny smak niż w przypadku poprzedniej grupy. Nowością okazały się pieczone pierożki. Przepis zawierał rys historyczny potrawy – informację o tym, że jest to specjalność kuchni rosyjskiej (podawana „w domu wieśniaczym”, ale i na wykwinnych stołach). Przepis był raczej niedokładny, co z jednej strony było utrudnieniem, ale z drugiej – pozwoliło uczestnikom wykorzystać swoje wcześniejsze doświadczenia w przygotowaniu ciasta drożdżowego. Pierożki przygotowano z wołowiną i na słodko z kremem waniliowym. Uczestnicy wyszukiwali receptur z całego świata – doszli do wniosku, że niemalże każda kuchnia posiada jakiś rodzaj pierogów. Alberty to bardzo szybki przepis na ciasteczka waniliowe, który ponownie wymagał zaangażowania, wiedzy i doświadczenia uczestników. W związku z tym, że przepis był



stary, nie odnosił się w żaden sposób do temperatury i czasu pieczenia. Tego rodzaju utrudnienie było czynnikiem dodatkowo motywującym uczestników do aktywności – pozwalało im się wykazać wiedzą, a równocześnie nie było za dużym wyzwaniem.

Dokonano wyboru potraw na kolejne spotkanie.

- mała polędwiczka z kminkiem i cebulą;
- rolada z dorsza, sandacza, szczupaka;
- rogaliki kruche z makiem lub z różą.



Ostatnie spotkanie grupy odbyło się 11.08.2023 r. Uczestnicy prowadzenie przez eksperta, kontynuowali temat wykorzystania nowoczesnych technologii do realizacji swoich pasji i hobby. Prowadzono dyskusję o publikowaniu własnych treści, dodawaniu zdjęć oraz filmów. Ciekawe dla grupy okazały się kwestie związane z tworzeniem grup (w tym tematycznych), dołączaniem i opuszczaniem grup. Uczestnicy dyskutowali o tym jak aktywność członków w grupie wpływa na jakość materiałów i na inne osoby.

Przygotowano polędwiczkę wieprzową. Na charakter i aromat dania wpłynęła spora ilość kminku i podsmażonej na smalcu cebuli. Smalec jest tłuszczem, który kiedyś był powszechnie wykorzystywany w kuchni polskiej. Uczestnicy dzielili się swoją wiedzą o tym tłuszczu i jego



możliwych zastosowaniach (zarówno w przepisach wytrawnych, jak i słodkich). Porównano właściwości smalcu wieprzowego i smalcu z gęsi.

Nowym doświadczeniem dla większości uczestników okazało się przygotowanie rolady z kilku gatunków ryb. Mimo małego doświadczenia w tego rodzaju daniach, uczestnicy przygotowali potrawę niesamowitą pod względem wizualnym (kolor i tekstura) i smakowym. Roladę podano z ziemniakami puree z dodatkiem ziół i surówką z czerwonej kapusty.

Przy okazji przygotowania rogalików uczestnicy mieli za zadanie poszukać jak najmniej znanych faktów o nich. Zaskoczeniem dla wszystkich było, że pierwsza wzmianka o rogalikach pochodzi z V w. i legenda o pierwszych rogalikach, upieczonych przez wiedeńskich piekarzy na cześć Jana III Sobieskiego (po jego zwycięstwie nad Imperium Osmańskim). Uznano, że podobnie jak w przypadku pierożków – każdy kraj ma swoje tradycyjne rogaliki. W testowanym przepisie smak róży i maku okazał się rewelacyjny.

Grupa podsumowała zajęcia dyskutując o wpływach kuchni rosyjskiej i francuskiej na kuchnię polską.

Grupa IV

Grupę IV stworzyły osoby należące do Koła Gospodyń Wiejskich w Adamówce. Adamówka jest wsią w Polsce położoną w województwie podkarpackim, w powiecie przeworskim. Wieś zamieszkuje nieco ponad 1 tys. osób i jest ona siedzibą gminy wiejskiej. Wieś oddalona jest o ok. 1 godzinę drogi od przejść granicznych pozwalających przejechać do Ukrainy (Korczowa i Budomierz). Podobna odległość dzieli Adamówkę od Rzeszowa, stolicy województwa. Mimo stosunkowo dobrego położenia, Adamówka jest gminą o raczej niskiej gęstości zaludnienia. Zgodnie z Raportem o Stanie Gminy Adamówka, gęstość zaludnienia w gminie w 2022 r. wyniosła 31 osób/km²⁵, co jest wartością znacznie niższą niż średnia wartość dla terenów wiejskich w

⁵ <https://www.adamowka.pl/bip/index.php?page=zwykly.php&grp=43>



Polsce, która wynosiła 53 osoby/km² ⁶. Doświadczenia STAWIL pokazują, że obszary wiejskie i o niższej niż przeciętna gęstości zaludnienia, charakteryzuje często utrudniony dostęp do edukacji. Niemniej jednak skutecznym sposobem dotarcia do osób z grupy docelowej są osobiste kontakty oraz docieranie do beneficjentów poprzez grupy znajomych, którzy skutecznie rozprzestrzeniają informacje. W przypadku grupy z Adamówki, informacja o planowanych w projekcie działaniach była dystrybuowana (poza oczywiście informacjami zamieszczanymi na stronie www projektu oraz w mediach społecznościowych) za pośrednictwem pracowników Urzędu Gminy, który współpracuje z firmą STAWIL w zakresach niezwiązanych z projektem Mix&Stir. Działanie okazało się na tyle skuteczne, że uformowała się grupa zainteresowana aktywnym uczestnictwem w lokalnych think thankach.

Pierwsze spotkanie grupy, liczącej 10 osób odbyło się 06.03.2023 r. Z udziałem ekspertów, zrealizowano część wspólną dla wszystkich grup.

Grupa zdecydowała, że na następnym spotkaniu przygotowuje:

- kołacz litewski z serem twarogowym;
- ciasto z owocami z mąki kukurydzianej;
- pasztet z gęsich wątróbek.

Uczestnicy aktywnie uczestniczyli w spotkaniu oraz dzielili się swoimi doświadczeniami i wiedzą w zakresie poruszonym na spotkaniu. Dało się wyczuć bardzo dobrą atmosferę pomiędzy Uczestnikami oraz pozytywne emocje związane z udziałem w projekcie.

Wnioski dotyczące grupy wyciągnięte po spotkaniu nr 1:

- a) grupa jest otwarta na udział w projekcie, ocenia go jako ciekawy pomysł i „coś nowego” w zakresie sposobu realizacji;
- b) pozytywnie oceniono założenia kolejnych spotkań tj. realizacja ciekawych pomysłów kulinarnych, ukierunkowanych na dania tradycyjne i historycznie związane z regionem;

⁶ <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/roczniki-statystyczne/roczniki-statystyczne/rocznik-statystyczny-województw-2022,4,17.html>



- c) grupa jest zainteresowana połączeniem tematyki gotowania i przygotowania tradycyjnych potraw wraz z dyskusją w kontekście zdrowego stylu życia, alternatywnych rozwiązań dotyczących stosowanych składników oraz dobrych praktyk kulinarnych;
- d) prezentowane możliwości związane z wykorzystaniem nowoczesnych technologii w życiu powinny być bezpośrednio związane ze sposobem funkcjonowania osób należących do grupy – poziom zaawansowania powinien być dostosowany do grupy, dla grupy nr IV ważne okazały się tematy związane z poszukiwaniem informacji (gdzie i jak je znaleźć oraz jak je zweryfikować), rozwijaniem pasji oraz bezpiecznym korzystaniem z mediów społecznościowych i komunikatorów.
- e) członkowie grupy wskazują na telefon (smartfon) z dostępem do Internetu (poprzez sieć Wi-Fi lub wykorzystanie danych komórkowych) jako najczęściej wykorzystywane urządzenie ICT.

Kolejne spotkanie grupy IV odbyło się 17.04.2023 r. W trakcie spotkania realizowano zaplanowane zadanie kulinarne (tj. przygotowano w/w potrawy), przy okazji wplatając zagadnienie z zakresu podstawowych umiejętności cyfrowych. Uczestnicy dyskutowali o miejscach (adresach), które mogą być źródłem wiedzy związanej z tematyką spotkania, a także mogą pomagać rozwijać swoje pasje. W tym celu zaprezentowano m.in. serwis YouTube oraz Facebook, Google i inne. Pokazując ich funkcjonalności, które uczestnicy uznali za przydatne (wyszukiwanie opinii, sprawdzanie wiarygodności produktu, podmiotu, porównywanie cen i właściwości z wykorzystaniem porównywarek, wyszukiwanie znajomych/akceptacja zaproszenia).

W trakcie spotkania dzielono się wiedzą dotyczącą praktycznego wykorzystywania aparatów występujących głównie w smartfonach oraz aplikacji służących do komunikacji np. Messenger oraz Whatsapp (wyszukiwanie znajomych, dodawanie/usuwanie kontaktów).

Uczestnicy prowadzili dyskusję, porównując metody pieczenia z obecnym sprzętem kuchennym oraz trudności z jakimi musiały zmierzyć się gospodynie domowe na przełomie XIX i XX w. Dla uczestników sporym zaskoczeniem było użycie mąki kukurydzianej w recepturze z roku 1908, dzięki której efekt okazał się rewelacyjny. Ciekawe okazało się również to, że technika przygotowania pasztetu z wątróbek gęsich bardzo przypomina tę z receptur francuskich. Grupa



przy użyciu smartfonów porównywała współczesne receptury z tymi opisanymi w starych książkach kucharskich.

Dokonano wyboru potraw na kolejne spotkanie.

- jaja faszerowane szyjkami rakowymi i prawdziwkami;
- kotlet zapiekany pod chrzanem i ziemniaki z truflami;
- baba drożdżowa.

Lokalny think tank nr 3 dla grupy IV odbył się 29.05.2023 r. Sposób realizacji zajęć został utrzymany, zgodnie z pierwotnymi ustaleniami. Tematem dyskusji i przedmiotem warsztatów były następujące zagadnienia:

- dlaczego warto zdobywać cyfrowe umiejętności oraz przełamać strach przed nowymi technologiami i aplikacjami,
- pozytywne aspekty wykorzystywania Internetu w życiu codziennym, Internet jako źródło nieustającego rozwoju oraz inspiracji, nawiązywania i budowania relacji, Internet jako swego rodzaju kompendium wiedzy i przewodnik.

Grupa omówiła potrawy wielkanocne na przestrzeni wieków. Poruszano kwestie zmiany podejść do jednostki wagi w ciągu ostatnich 100 lat, porównując funta, uncję oraz łuta.

Wykorzystanie starych przepisów ponownie okazało się zaskakujące dla uczestników – połączenie smaków szyjek rakowych i borowików zapewniło niezwykle doznania, w ocenie uczestników nowatorskie, jak na rok 1910. Ciekawe okazało się podejście do samych jajek, które miały być po ugotowaniu przekrojone razem ze skorupką, a następnie napełnione farszem i usmażone.

Podobnie oceniono kotlet – okazał się on być bardzo smaczny, a dzięki świeżo startemu chrzanowi pikantny i słodki jednocześnie. Puree ziemniaczane z dodatkiem truflి uzupełniało smak mięsa.

Grupa dokonała zmian w starej recepturze, dodając przed nałożeniem sosu chrzanowego, ugotowane i pokrojone w plastry jajko.

Baba drożdżowa z bardzo dużą ilością jajek i masła wydawała się być ciężka, ale ostatecznie bardzo smaczna. Grupa uznała, że pieczenie bez podania temperatur wypieku nie jest łatwe, ale dzięki



doświadczeniu uczestników projektu było możliwe. Sukces związany z realizacją trudnego zadania stanowiła wyjątkowy czynnik motywujący dla grupy, dodatkowo przy okazji ją spajając.

Grupa podjęła próbę odnalezienia podobnych potraw w sieci, a następnie dokonano wyboru potraw na kolejne spotkanie:

- bulion wołowy ze szpondra długo gotowany z tostem chlebowym i jajkiem zaczerpnięty z kuchni włoskiej;
- galantyna z perliczki;
- omlet zielony.

Ostatnie spotkanie dla grupy IV odbyło się po dłuższej przerwie, w dniu 13.08.2023 r. W trakcie spotkania realizowano zaplanowane zadanie kulinarne (tj. przygotowano zaplanowane potrawy), przy okazji wplatając zagadnienie z zakresu podstawowych umiejętności cyfrowych.

Zajęcia skoncentrowane były wokół możliwości wykorzystania aparatów występujących w smartfonach, a także aplikacji służących do komunikacji np. Messenger oraz Whatsapp.

Przygotowane potrawy po raz kolejny okazały się odkryciem kulinarnym dla uczestników. Bulion był bardzo esencjonalny i smakiem przebijał rosół drobiowy, nawet ten z dodatkiem wołowiny.

Szponder po wcześniejszym wypieczeniu dodał do bulionu aromatu i koloru. Obecne w przepisie chleb i surowe żółtko jaj zmieniły smak bulionu. Uznano, że minimalny czas gotowania wywaru to 4 godziny.

Galantyna z perliczki zachwycała walorami estetycznymi, a przede wszystkim smakowymi. Po przekrojeniu pokazały się kolorowe warstwy. Zaskoczeniem była forma potrawy – większość Uczestników kojarzy galantynę z galaretą. Galantyna smakuje najlepiej po wystudzeniu, pokrojeniu i powtórny zapieczeniu.

Grupa wypróbowała kilka sposobów wypiekania omleta. Sposób klasyczny francuski okazał się być najsmaczniejszy – bez dodatku mąki, spulchniaczy, a tylko z łyżką wody.

Omówiono wpływ kuchni włoskiej, francuskiej oraz angielskiej na kuchnię polską na przełomie XIX i XX wieku.



Grupa V

Grupę V stworzyły osoby pochodzące z miejscowości Latoszyn (wieś w Polsce położona w województwie podkarpackim, w powiecie dębickim) oraz Dębicy (miasto w województwie podkarpackim). Latoszyn jest miejscowością uzdrowiskową, która od wieków słynie z wód leczniczych. W XIX wieku w Latoszynie zbudowano niewielki zakład zdrojowo-kąpielowy ze źródłami siarczanowymi. Po zniszczeniu obiektu na przełomie XIX i XX w. (przez huragan i pożar), wybudowano nowoczesne łaźienki oraz karczmę i pensjonaty. II wojna światowa odcisnęła swoje piętno na Latoszynie – ośrodek został praktycznie całkowicie zniszczony. Od 2022 r. wieś ma status uzdrowiska. Podobnie, jak w przypadku pozostałych grup – do uczestników dotarło poprzez kontakty osobiste.

Pierwsze spotkanie dla grupy V zostało zorganizowane w dniu 24.03.2023 r. W spotkaniu wzięło udział 10 osób. Z udziałem ekspertów, zrealizowano część wspólną dla wszystkich grup.

Grupa zdecydowała, że na następnym spotkaniu przygotuje:

- barszcz rosyjski;
- pieczenie pierogów i pierożków;
- alberty.

Wnioski dotyczące grupy wyciągnięte po spotkaniu nr 1:

- a) udział w projekcie jest atrakcyjny dla grupy zwłaszcza ze względu na planowane spotkanie międzynarodowe i realny wpływ na to co zostanie w ramach projektu wypracowane;
- b) grupa składa się z nieco bardziej aktywnych (społecznie i zawodowo) członków;
- c) szczególnie interesujące dla grupy są zagadnienia związane z wykorzystaniem nowoczesnych technologii do bycia aktywnym, w tym do podróżowania.

Drugie spotkanie grupy V odbyło się 15.04.2023 r. Ze względu na bliskość Świąt Wielkanocnych, dyskutowano o lokalnych i regionalnych tradycjach świątecznych. Uczestnicy mieli za zadanie wyszukać, z wykorzystaniem własnych telefonów, ciekawostki związane z obchodzeniem Świąt Wielkanocnych w innych krajach. Przy okazji prowadzono dyskusję o możliwościach oceny wiarygodności informacji pochodzących z Internetu.



Przygotowane dania, były przepisami, które testowały również inne grupy. Zaskakujący dla ekspertów okazał się wybór barszczu – mimo, że wszyscy uczestnicy potrafią gotować barszcz i większość ma swoją metodę, aż 3 z 5 grup zdecydowały się na przygotowanie barszczu według starej receptury. Eksperci uznali, że przygotowanie potrawy dobrze wszystkim znanej jest okazją do szerokiej wymiany doświadczeń, co znacząco podnosi poczucie wartości uczestników i pozwala im się zidentyfikować z grupą, a poprzez to motywuje do aktywnego uczestnictwa w zajęciach.

Pierogi pieczone, w odróżnieniu od gotowanych, nie są daniem często przygotowywanym przez uczestników. Były dla nich zatem czymś nowym. Przy okazji przygotowania pierogów, uczestnicy dokonali przeglądu Internetu w poszukiwaniu ciekawych przepisów. Podobnie jak w przypadku jednej z poprzednich grup, przygotowanie ciastek ze starego przepisu okazało się małym wyzwaniem i wymagało zaangażowania już posiadanych przez uczestników umiejętności.

Na zakończenie zajęć dokonano wyboru potraw na kolejne spotkanie.

- krem z wątróbek z drobiu;
- pieczeń zbójecka;
- kulebiak z kapustą.

Trzecie spotkanie grupy odbyło się 13.05.2023 r. Uczestnicy przeprowadzili dyskusję o rodzajach i źródłach informacji, które można pozyskać w Internecie, dotyczących podróżowania. Poza raczej oczywistą dla uczestników wyszukiwarką, pojawiły się głosy o ogromnej wartości grup tematycznych tworzonych w serwisie Facebook – uczestnicy odkryli, że dzięki tym grupom można bardzo łatwo zaplanować podróż, ale też ominąć nieuczciwych dostawców usług (np. miejsca noclegowe czy źle oceniane restauracje) oraz dowiedzieć się rzeczy, które są przydatne a niekoniecznie oczywiste (jak np. kwestia doliczania w restauracjach we Włoszech kosztów obsługi do rachunku za zamówione dania). Wartościowe okazało się dla uczestników to, że na grupach wypowiadają się osoby, które w danym miejscu były, a te które się dopiero tam wybierają, zadają pytania poszerzające horyzonty innych.

Grupa przygotowała krem z wątróbek, który stanowił nowe odkrycie smaków polskiej kuchni. Był bardzo intensywny i esencjonalny i nie przypominał uczestnikom nic z obecnej kuchni polskiej.



Przepisem, który w ocenie uczestników był najciekawszy okazała się pieczeń zbójcka. Grupa uznała zgodnie, że jest to danie idealne na uroczysty obiad rodzinny.

Uczestnicy przygotowując kulebiak (który nie jest tradycyjnie z ich regionu), porównywali go z pasztecikami drożdżowymi, które często przygotowują. Grupa miała za zadanie wyszukać w Internecie podobne wersje tego regionalnego dania.

Dokonano wyboru potraw na kolejne spotkanie.

- chołodziec litewski;
- rolada z dorsza, sandacza, szczupaka;
- bigos hultajski.

Ostatnie spotkanie grupy odbyło się 3.06.2023 r. Zbliżający się okres wakacji, sprzyjał kontynuowaniu tematyki interesującej grupę – tj. wykorzystaniu nowoczesnych technologii do podróżowania. Uczestnicy dzieli się doświadczeniami związanymi z planowaniem podróży – serwisami umożliwiającymi sprawdzanie pogody w miejscu docelowym, sprawdzanie połączeń komunikacji publicznej, zakup biletów czy też sprawdzanie map i tworzenie planów podróży na mapie. Grupa zgłębiła temat dodawania zdjęć i filmów na forach i wysyłania ich za pośrednictwem komunikatorów. Przy okazji poruszono temat bezpiecznego dzielenia się treściami w Internecie. Uczestnicy przygotowali chołodziec czyli chłodnik. Okazał się on idealną propozycją na ciepłe dni, które się zbliżają. Uczestnicy doszli do wniosku, że aktualnie chłodniki są mało popularne. Z informacji, które wyszukali w Internecie wynika, że ponad 100 lat temu występowały częściej w naszym menu. Wersja przygotowana przez uczestników jest idealna na każdą porę ze względu na niezwykle bogaty przepis.

Z kolei rolada rybna okazała się dla uczestników odkryciem nowych smaków. Również forma podania była atrakcyjną nowością. Grupa zgodnie uznała, że spora ilość świeżych ziół wpływa pozytywnie na bogactwo smaków.

Przygotowanie bigosu było przyczyną intensywnej dyskusji o licznych recepturach na tę potrawę. Każdy z uczestników omawiał własny rodzinny przepis. Na popularnych portalach gastronomicznych sprawdzono jak tę potrawę przygotowuje się w innych rejonach polski. Grupa wyszukała również



ciekawostki na temat bigosu – np. to, że uważany był za pokarm myśliwych, a do XVI w. przygotowywany był bez dodatku kapusty, która aktualnie stanowi jego główny składnik. W związku z tym, że bigos jest daniem znanym w kuchni litewskiej i białoruskiej, omówiono wpływy tych kuchni na kuchnię polską.

1.1.3 Wnioski ze spotkań lokalnych wraz z opisem dobrych praktyk

Lokalne think tanki cieszyły się sporym zainteresowaniem uczestników, a udział w spotkaniach wyzwalał w nich pozytywne emocje.

Założeniem wspólnym dla każdej grupy było wypracowanie zasad współpracy (zaakceptowanych przez członków grupy – w tym przez ekspertów).

Kontrakt zwykle zawierał następujące punkty:

1. *Mówimy do siebie po imieniu.*
2. *Zasada „tu i teraz” – koncentrujemy się na zajęciach, wyciszamy telefony (używamy ich wyłącznie do dokumentowania spotkań oraz w celach edukacyjnych).*
3. *Zgadzamy się na fotografowanie i upublicznianie zdjęć (w tym w mediach społecznościowych) z warsztatów.*
4. *Otwarcie prezentujemy swoje pomysły, wiedzę czy propozycje.*
5. *Nie oceniamy innych uczestników oraz ich pomysłów i doświadczeń.*
6. *Każdy w grupie ma takie same prawa.*
7. *Jesteśmy otwarci na wszystkie nowe treści (umiejętności), nawet te, z którymi się nie zgadzamy, ocenę tych treści pozostawiamy do czasu zastosowania ich w życiu.*
8. *Terminy i zakres spotkań ustalamy wspólnie.*

Każda z grup w dyskusji wypracowywała tematy, najbardziej dla niej ciekawe (w zakresie, którego oczywiście dotyczyły spotkania). Wspólnie ustalano i akceptowano sposób realizacji zajęć:

- 1) w formie warsztatów praktycznych z możliwością swobodnej wymiany własnych doświadczeń pomiędzy prowadzącymi spotkanie i jego uczestnikami.
- 2) z zachowaniem zasad wzajemnego szacunku i równości w stosunku do siebie.
- 3) w oparciu o pracę grupową w mniejszych zespołach lub w parach.



Moderatorzy budowali w uczestnikach poczucie, że wiedza, którą posiadają jest wyjątkowa, a oni sami są ważni. Uczestnicy bardzo pozytywnie oceniali możliwość wymiany doświadczeń w trakcie warsztatów (zarówno między nimi samymi, jaki i między nimi i prowadzącymi). Ważna w tym zakresie była zbudowana atmosfera – poczucie spójności celów, bezpieczeństwo oraz brak oceniania.

Wszyscy uczestnicy aktywnie wyszukiwali informacje na temat przygotowywanych potraw oraz wykonywali zdjęcia i nagrywali krótkie filmiki.

Atmosfera spotkań była bardzo przyjazna i pozytywna, każdy z uczestników był mocno zaangażowany w przygotowanie poszczególnych posiłków.

Spotkania przebiegły zgodnie z założeniami, a cele wynikające z realizacji spotkań zostały osiągnięte. Wśród najważniejszych dobrych praktyk wynikających ze zrealizowanych lokalnych think tanków należy wymienić:

- a) ustalenie zasad funkcjonowania grupy i kontraktu grupy na pierwszych zajęciach, respektowanie zasad egzekwowane zarówno przez moderatorów, jak i przez samych uczestników
- b) wykorzystanie tematyki bliskiej uczestnikom do rozwijania umiejętności i kompetencji pozornie trudnych (np. cyfrowych)
- c) wykorzystanie narzędzi, które są bliskie uczestnikom – tj. do rozwijania kompetencji cyfrowych, wykorzystano telefony (smartfony), z których uczestnicy korzystają na co dzień; jest to kolejny czynnik, który wpływa na poczucie bezpieczeństwa i ogranicza stres związany z uczeniem się rzeczy nowych
- d) zadawanie uczestnikom „zadań domowych”, które pozwalają utrzymać ciągłość procesu uczenia się, utrzymać ich zaangażowanie i utrwalić już zdobytą wiedzę
- e) prowadzenie spotkań, tak aby uczestnicy samodzielnie mogli odkrywać rozwiązania problematycznych kwestii – jest to mocno motywujące.



Część 1.2 Opis lokalnych spotkań – Włochy

1.2.1 Opis kraju partnerskiego pod względem kulinarnym i tematyki IT

Włochy – kraj bogaty w sztukę, historię, a przede wszystkim doskonałą kuchnię.

Włoska gastronomia znana jest na całym świecie z bogactwa smaków, stosowania świeżych składników i różnorodności tradycyjnych dań, jednak jedną z cech wyróżniających kuchnię włoską, która czyni ją wyjątkową, jest jej regionalna różnorodność. Każdy region Włoch ma swoje tradycyjne dania i lokalne specjały. Kuchnię włoską wyróżnia także prostota i autentyczność, dzięki zastosowaniu świeżych, wysokiej jakości składników.

Warto pamiętać, że kuchnia włoska ma za sobą bardzo długą historię, bogatą w autentyczne smaki i wielowiekowe tradycje.

Oprócz słynnych pizzy i makaronów, kuchnia włoska oferuje szeroką gamę dań mięsnych, rybnych, warzywnych i deserów. Regionalne specjały takie jak bistecca alla fiorentina w Toskanii, arrosticini w Abruzji, prosciutto di Parma i parmigiano reggiano w Emilia Romagna, radicchio trevigiano i tiramisù w Veneto, pesto genovese i focaccia di Recco w Ligurii, trufle Alba w Piemoncie, polenta, risotto i cotoletta alla milanese w Lombardii, pecorino romano i spaghetti alla carbonara w Lacjum, oliwki all'ascolana w Marche, oliwa z oliwek i czekolada w Umbrii, pizza, mozzarella i babà w Kampanii, oliwa z oliwek, burrata, taralli i orecchiette w Apulii, cebula Tropea, chili i nduja w Kalabrii oraz dania z owoców morza, takie jak makaron z sardynkami, pistacje Bronte i arancini na Sycylii.

Włochy słyną z produkcji szerokiej gamy doskonałych win. Barolo, produkowane w regionie Piemont we Włoszech, to jedno z najszlachetniejszych włoskich win czerwonych. Amarone to czerwone wino produkowane w regionie Veneto we Włoszech i uważane jest za jedno z najlepszych i najbardziej charakterystycznych win w kraju. Produkowane w Toskanii Chianti to kolejne popularne wino czerwone o mocnym smaku. Franciacorta to świeże białe wino, produkowane w Lombardii tą samą tradycyjną metodą, co szampan, oferujące delikatne bąbelki.

Kuchnia włoska to prawdziwa skarbnica kulinarna, zróżnicowana w zależności od regionu, oferująca wyjątkowe i niezapomniane doznania kulinarne.



Włochy słyną nie tylko z wina – równie duża jest tutaj produkcja wysokiej jakości oliwy z oliwek. Oliwki uprawiane są w różnych regionach Włoch, a każdy region ma swoje odmiany i techniki produkcji, które wpływają na smak i aromat oliwy.

Region Apulia jest jednym z głównych producentów oliwy z oliwek we Włoszech. Produkowane są tu oleje o intensywnym, owocowym smaku. Inne regiony znane z produkcji oliwy z oliwek to Umbria, Toskania, Liguria, Sycylia i Kalabria. Każdy region ma swoje charakterystyczne cechy, takie jak wykorzystanie określonych odmian oliwek i tradycyjne metody produkcji.

Włochy to nie tylko jedzenie i wino. To także kraj mody, designu, sztuki, muzyki, sportu i kina. Od Mediolanu po Rzym, Włochy błyszczą w świecie mody dzięki kultowym markom, takim jak Gucci i Prada. Włoski design jest synonimem elegancji i stylu, od luksusowych samochodów Ferrari i Lamborghini po dzieła architektoniczne, takie jak Koloseum i katedra w Mediolanie.

Muzyka włoska zajmuje szczególne miejsce w sercach ludzi ze względu na wielkich artystów, takich jak Luciano Pavarotti, którzy wnieśli na świat piękno opery, oraz ważną historię kina, z legendarnymi reżyserami, takimi jak Fellini i De Sica, którzy pozostawili niezatarty ślad na kartach historii kina światowego.

Włochy to znacznie więcej niż tylko cel turystyczny. To kraj bogaty w doskonałość we wszystkich dziedzinach, od gastronomii po sztukę, od mody po muzykę. Niezależnie od tego, czy kochasz pizzę i makarony, czy też chcesz odkryć nowe dania i smaki, Włochy są idealnym miejscem, aby zaspokoić każdą zachciankę gastronomiczną dzięki kulinarnej różnorodności swoich regionów. Jest to kraj bogaty w piękno, a każdy region ma swój niepowtarzalny urok.

Oto niektóre regiony najbardziej znane ze swojego piękna:

Toskania: Toskania słynie z pagórkowatych krajobrazów, winnic, gajów oliwnych i miast sztuki, takich jak Florencja, Siena i Piza. Jest także domem dla pięknego regionu Val d'Orcia, który został wpisany na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO.

Sycylia: Największa wyspa na Morzu Śródziemnym, Sycylia oferuje szeroką gamę krajobrazów, w tym góry, plaże, aktywne wulkany, takie jak Etna i stanowiska archeologiczne, takie jak Dolina Świątyń w Agrigento.



Liguria: region, który słynie ze spektakularnego wybrzeża, ze słynnym Cinque Terre, grupą pięciu malowniczych nadmorskich wiosek wpisanych na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO. Miasto Genua jest także ważnym ośrodkiem kulturalnym i historycznym.

Lombardia: Region pełen kontrastów, z tętniącym życiem Mediolanem, jeziorem Como z urokliwymi willami i położonym w Alpach Parkiem Narodowym Stelvio.

Kampania: region, który słynie ze spektakularnego wybrzeża Amalfi z malowniczymi wioskami, takimi jak Positano i Amalfi. Jest także miejsce ważnych stanowisk archeologicznych, takich jak Pompeje i Herkulanum, które oferują zanurzenie się w historii starożytnego Rzymu.

Apulia: słynie z uroczych białych miasteczek, takich jak Alberobello z typowymi trulli, i pięknych plaż Salento.

Veneto: słynie z romantycznej Wenecji z kanałami i gondolami. Inne atrakcje to Weronka, słynąca z rzymskiego amfiteatru i domu Romea i Julii, Jezioro Garda, a także największe jezioro we Włoszech.

To tylko kilka z wielu regionów Włoch, które oferują różnorodne piękno naturalne i kulturowe.

Każdy region ma coś wyjątkowego do zaoferowania, a Włochy jako całość to prawdziwa skarbnica piękna.

Włochy mają fascynujące powietrze i jak opisano powyżej, mają szczególne dziedzictwo kulturowe i kulinarne.

Z technicznego punktu widzenia we Włoszech edukacja cyfrowa staje się coraz ważniejsza, nadal jednak pozostaje kilka wyzwań, którym należy sprostać. Cyfryzacja postępuje powoli, głównie ze względu na wyższy niż w innych krajach średni wiek populacji, co nieco utrudnia cyfryzację, a to może spowolnić innowacje i ograniczyć możliwości wzrostu gospodarczego. Jednakże w ostatnich latach poczyniono postępy w kierunku poprawy sytuacji.

Włochy dokonały digitalizacji wielu swoich usług. Na przykład usługi publiczne, takie jak zamawianie dokumentów, rezerwacja wizyt lekarskich i bankowych oraz składanie zeznań podatkowych, są teraz dostępne online. Oznacza to oszczędność czasu i wysiłku poprzez unikanie długich kolejek w biurach i wykonywanie wszystkich czynności w zaciszu domu. Cyfryzację pobudzono także w sektorze edukacji, gdzie we włoskich szkołach wzrosło wykorzystanie technologii cyfrowych. Nauka online i digitalizacja zasobów edukacyjnych stają się coraz bardziej powszechne. Młodzi Włosi



wydają się być bardziej na bieżąco z technologią niż starsi ludzie. Wychowali się w towarzystwie telefonów komórkowych, komputerów i Internetu, dlatego są z nimi zaznajomieni lepiej niż starsze pokolenia.

Jeśli chodzi o ekosystem edukacji cyfrowej we Włoszech, rząd zapewnia kilka rozwiązań cyfrowych dla systemu edukacji i ogólnego zarządzania instytucjami. INDIRE – agencja badań edukacyjnych Ministerstwa Edukacji opracowuje zasoby cyfrowe wspierające nauczanie i uczenie się. Jednak ogólnie rzecz biorąc, szkoły mają znaczną autonomię w wyborze infrastruktury cyfrowej. Od 2015 roku do dziś rząd zainwestował znaczną część środków w rozwój infrastruktury cyfrowej. Włochy są w pełni wspierane i finansowane przez UE w ramach krajowego planu odbudowy i zwiększania odporności, aby w kolejnych latach osiągnąć lepsze statystyki.

Można powiedzieć, że sprawa ta wzbudziła duże zainteresowanie, a rząd w pełni angażuje się we wspieranie nauczycieli w korzystaniu z technologii cyfrowych w szkołach poprzez liczne inicjatywy i działania praktyczne.

„Krajowy plan dla szkół cyfrowych” został wprowadzony w ramach reformy edukacji z 2015 r. i stanowi najważniejszy dokument operacyjny skupiający się na transformacji cyfrowej we włoskich szkołach. Został przyjęty w 2016 r. i działa w 4 kluczowych obszarach:

1. zapewnienie łączności,
2. zapewnienie innowacyjnych środowisk edukacyjnych za pomocą narzędzi i technologii cyfrowych,
3. wzmacnianie umiejętności cyfrowych uczniów i opracowywanie wysokiej jakości treści na potrzeby nauczania cyfrowego,
4. zapewnienie szkoleń zawodowych i rozwoju w zakresie edukacji cyfrowej.

Od tego czasu Plan Cyfrowy poprawił dostęp do infrastruktury sprzętowej w szkołach w całym Włoszech oraz zwiększył dostęp do urządzeń cyfrowych i stworzył ponad 14 000 innowacyjnych środowisk edukacyjnych (sale lekcyjne wyposażone w technologię, mobilne laboratoria i cyfrowe przestrzenie do pracy). Do 2025 r. Włochy zamierzają uzupełnić system edukacyjny w celu



utworzenia 100 000 innowacyjnych sal lekcyjnych za kwotę 2 miliardów euro (ze wsparciem finansowym UE).

Kolejnym elementem Narodowego Planu Odporności i Odbudowy jest „Cyfrowa Szkoła 2022-2026”, program, którego celem jest:

1. wdrożenie migrujących usług i aplikacji dla instytucji edukacyjnych w celu kwalifikacji rozwiązań chmurowych,
2. poprawa użyteczności usług cyfrowych oferowanych przez szkoły poprzez dostosowanie do poziomu standardowego,
3. przyspieszenie adaptacji scentralizowanej platformy dostępu do usług cyfrowych i dokonywania płatności na rzecz administracji publicznej,
4. promowanie przyjęcia systemu pojedynczego logowania w celu ułatwienia dostępu do usług cyfrowych świadczonych przez rząd.

Ogólnie rzecz biorąc, cyfryzacja we Włoszech trwa, ale jest wciąż w fazie rozwoju i może różnić się w zależności od regionu. Ważne byłoby, aby udało się zmniejszyć przepaść cyfrową między regionami i promować bardziej sprawiedliwą cyfryzację w całym kraju w równomierny sposób, aby wszyscy obywatele mogli korzystać z możliwości, jakie oferuje społeczeństwo cyfrowe.

Włochy poczyniły znaczne postępy w cyfryzacji, ale według raportu Komisji Europejskiej DESI 2022 nadal zajmują 18 miejsce na 27 państw członkowskich UE. Włochy pod względem łączności przekraczają średnią UE wynoszącą 66%, a zasięg 5G osiągnął 99% zamieszkałych obszarów w 2021 r. Jeśli chodzi o integrację technologii cyfrowych, Włochy pozostają w zgodzie z normami UE. Włoskie firmy i podmioty wykazują właściwe wykorzystanie e-fakturowania (95%) i usług w chmurze (52%). Jej problemami są opóźnienia w wykorzystaniu big data, sztucznej inteligencji i e-commerce.

Poprawy wymaga wymiar kapitału ludzkiego, plasując się na 25 miejscu w UE, w którym jedynie 46% populacji posiada umiejętności cyfrowe.

Włochy mają niski odsetek absolwentów kierunków ICT – zaledwie 1,4% włoskich absolwentów wybiera ten kierunek, co stanowi najniższy wynik w UE.



Na przepaść cyfrową między północnymi i południowymi Włochami może mieć wpływ kilka czynników, w tym dostępność infrastruktury cyfrowej, łączność z Internetem, poziom umiejętności cyfrowych i dostęp do zasobów technologicznych. Co ważne, Włochy nadal muszą usprawnić cyfryzację w wielu obszarach. Na przykład istnieje potrzeba zapewnienia niezawodnej i szybkiej łączności z Internetem na terenie całego kraju, aby promować powszechny dostęp do Internetu i korzystanie z usług cyfrowych.

Ogólnie rzecz biorąc, północne Włochy są uważane za bardziej zaawansowane pod względem cyfryzacji niż południe. W regionach północnych, takich jak Lombardia, Veneto i Emilia-Romania, występuje większa liczba dużych przedsiębiorstw, uniwersytetów i ośrodków badawczych, które promują innowacje technologiczne i wdrażanie nowych technologii.

Z drugiej strony południowe Włochy mogą stanąć przed większymi wyzwaniami związanymi z cyfryzacją ze względu na takie czynniki, jak słabiej rozwinięta infrastruktura cyfrowa oraz mniejsza dostępność usług i możliwości oferowanych przez społeczeństwo cyfrowe. W transporcie linie lotnicze, koleje i przewoźnicy autobusowi wdrażają rozwiązania cyfrowe, aby uprościć rezerwację biletów i poprawić jakość usług.

Aplikacje mobilne, strony internetowe i systemy biletów elektronicznych stają się coraz bardziej powszechne, umożliwiając pasażerom szybkie i wygodne rezerwowanie, płacenie oraz przeglądanie informacji o podróży. Rozwiązania cyfrowe zostały wprowadzone także w sektorze bankowym, np. procesy otwierania rachunków bankowych czy ubiegania się o kredyty hipoteczne i pożyczki. Usługi bankowe są w coraz większym stopniu udostępniane online, co umożliwia klientom dokonywanie transakcji, takich jak płatności, przelewy pieniężne, sprawdzanie salda i uzyskiwanie dostępu do usług inwestycyjnych bezpośrednio z aplikacji mobilnych.

Cyfryzacji ulegają także usługi pocztowe. W wielu włoskich urzędach pocztowych wprowadzono usługi online umożliwiające umawianie spotkań za pośrednictwem aplikacji lub zarządzanie przesyłkami i dostawami. Niektóre sektory mogą być bardziej zaawansowane w cyfryzacji usług, podczas gdy inne mogą pozostawać w tyle. Ogólnie jednak we Włoszech postępuje cyfryzacja



transportu, urzędów bankowych i usług pocztowych, zapewniając obywatelom większą wygodę i możliwości korzystania z tych usług.

Cyfryzacja sprzyja innowacjom, ekspansji biznesowej i tworzeniu nowych miejsc pracy w gospodarce cyfrowej. Bez odpowiedniej cyfryzacji kraj może utracić możliwości gospodarcze i pozostać w tyle za krajami bardziej zaawansowanymi. Bez dostępu do narzędzi i technologii cyfrowych niektóre osoby mogą zostać wykluczone ze społeczeństwa cyfrowego. Może to zwiększyć nierówność szans, szczególnie w przypadku grup znajdujących się w niekorzystnej sytuacji, takich jak osoby starsze, osoby niepełnosprawne lub osoby o niskich dochodach. Brak dostępu do usług online może ograniczyć dostęp do podstawowych usług, takich jak edukacja w zakresie opieki zdrowotnej i zatrudnienie. To tylko niektóre z negatywnych skutków, jakie brak cyfryzacji może mieć dla kraju. Ważne jest promowanie cyfryzacji i znalezienie odpowiednich strategii, aby uniknąć wszystkich negatywnych skutków, które mogą mieć wpływ na gospodarkę i możliwości kraju.

1.2.2 Opis spotkań lokalnych

W celu realizacji lokalnych spotkań wybrano uczestników (10 osób w grupie) oraz trenerów, którzy przygotowali plan i program zajęć. Ważne było także przygotowanie i znalezienie odpowiedniego miejsca na te zajęcia. W niektórych przypadkach do części teoretycznej potrzebowaliśmy projektora, a w części kulinarnej musieliśmy zaplanować składniki i dostęp do kuchni.

Uczestników naszych spotkań podzieliliśmy na 3 grupy, na które składały się:

- Seniorzy: zaprosiliśmy osoby, które miały trudności w dostępie do edukacji, m.in. mieszkające poza miastem, z niewielkimi ograniczeniami w poruszaniu się (co nie było przeszkodą w aktywnym angażowaniu się w warsztaty). Rekrutację tych osób ułatwiły lokalne instytucje i organizacje w Novarze, które na co dzień zajmują się aspektami edukacyjnymi osób starszych, takie jak Uniwersytet III Wieku, Klub Seniora czy Centrum Młodzieży: Uniwersytet im. Trzeciego Wieku, Klub Seniora, Konsorcjum Szkolnej Społeczności Biznesu, Uniwersytet UPO Novara.
- Uchodźcy i migranci: do udziału w projekcie zaprosiliśmy głównie uczniów z Centrum Edukacji Dorosłych w Novarze. Są to migranci, którzy uzupełniają edukację, uczęszczają na



kursy zawodowe i uczą się języka włoskiego w ośrodku, aby mieć szansę na zdobycie pracy i integrację.

- Osoby w trudnej sytuacji materialnej i rodzinnej – zaprosiliśmy także grupę osób, dla których udział w projekcie był okazją do wspólnego spotkania, integracji oraz zdobycia nowych doświadczeń i wiedzy, czego często nie mają możliwości zrobić ze względu na odmienne sytuacje życiowe.

Przebieg spotkań

Grupa I spotkała się 4 razy, a przebieg spotkań był następujący:

Spotkanie 1: Nowe technologie i bezpieczeństwo

Pierwsze spotkanie grupy „nr 1” odbyło się w ramach Novary. Jednym z celów było utworzenie grupy, ustalenie zasad współpracy grupowej. Przedstawiono cele i założenia projektu. Wszystkich uczestników poproszono o podzielenie się kilkoma informacjami o sobie. W pierwszej części spotkania przedstawiono następujące tematy: Komputer osobisty – sprzęt i oprogramowanie Windows oraz sposoby zarządzania systemem operacyjnym. Zarządzanie folderami i plikami; organizacja danych oraz sposoby zapisywania i odtwarzania danych. Wprowadziliśmy także pewne koncepcje bezpieczeństwa. Druga część spotkania poświęcona była temu, w jaki sposób zebrać dane niezbędne do zbudowania książki z przepisami oraz jaki układ powinien zostać zastosowany.





Ponieważ wszyscy ludzie w tej grupie pochodzą z Novary, postanowiono skoncentrować podstawowe przepisy na lokalnej kuchni. Ponadto próbowaliśmy tradycyjnego „Torta della Nonna”, czyli Ciasta Babci – włoskiego deseru z Piemontu.



Spotkanie 2: Informatyka i przepisy

Drugie spotkanie grupy „nr 1”, które odbyło się w Novarze, miało przede wszystkim na celu podjęcie decyzji o najlepszym układzie strony każdego przepisu. Każdy uczestnik był dobrze przygotowany do tego zadania i każdy dał swój wkład.

Pierwsze dwie godziny poświęcone były zaprezentowaniu różnych tematów, takich jak: Internet, Cyberbezpieczeństwo, terminologia WEB, silnik i przeglądarka internetowa, jak zorganizować skrzynkę e-mail i jak zarządzać kontem osobistym. Wszyscy uczestnicy wzięli udział w burzy mózgów, aby zdecydować, nad jakim rodzajem przepisów rozpocząć pracę. Wszystkim przydzielono zadanie opracowania co najmniej dwóch przepisów. Grupa jest bardzo zmotywowana, aby w krótkim czasie wykonać to zadanie i uwzględnić w nim inne przepisy.

Spotkanie 3: Przepisy cyfrowe

Trzecie spotkanie grupy „nr 1”, które odbyło się w Novarze. Głównym jego celem było utrwalenie pracy wykonanej przez uczestników i wybór przepisów, postanowiono także zamieścić kilka notatek dotyczących historii i tradycji obszaru Novara. Każdy uczestnik był dobrze przygotowany do tego zadania i każdy uczestnik dał swój wkład w postaci więcej niż jednego przepisu.



Pierwsze dwie godziny poświęcone były zaprezentowaniu różnych tematów, takich jak: bezpieczeństwo i obywatelstwo cyfrowe, spędziliśmy także czas na konsolidacji wszystkich tematów dotyczących pakietu Microsoft Office, jak lepiej korzystać z pakietu oraz jak zastosować więcej funkcjonalności w zakresie zarządzania dokumentami i organizacji arkusza kalkulacyjnego. Umożliwiło to wszystkim uczestnikom lepsze wykorzystanie narzędzi programowych do tworzenia dokumentów dotyczących budowy tabel receptur, które miały zostać zawarte w ostatecznej wersji e-booka. Wszyscy uczestnicy mogli określić szczegóły dotyczące przepisów, w tym sposób ich przygotowania i sugestie.

Spotkanie 4: Warsztaty ze świeżego makaronu – Techniki i technologie w kuchni

Spotkanie zostało podzielone na 3 części:

- Dyskusja na temat tradycyjnych potraw z regionu Piemontu
- Praktyczne laboratorium, w którym nasi uczestnicy mogli poznać technologie przetwarzania makaronu oraz skutecznie obsługiwać nowoczesne technologie i maszyny do produkcji makaronu. Dzięki tym maszynom restauracje mogą produkować niezliczone rodzaje makaronów – świeże, nadziewane, laminowane, suche, długie i krótkie.
- Ostatnim punktem spotkania była wspólna kolacja – jemy nasz domowy makaron.





Zespół doradców ds. technologii makaronu pomógł naszym uczestnikom zrozumieć technologie przetwarzania makaronu i nauczyć się, jak skutecznie obsługiwać nowoczesny sprzęt do makaronu. Uczestnicy aktywnie uczestniczyli w tym spotkaniu i wyprodukowali relację wideo oraz fotograficzną, która zostanie opublikowana w serwisie społecznościowym.



Grupa 2 spotkała się 4 razy, a przebieg spotkań był następujący:

Spotkanie 1

Pierwsze spotkanie grupy „nr 2” odbyło się w ramach Novary. Jednym z celów było utworzenie grupy, ustalenie zasad współpracy grupowej. Przedstawiono cele i założenia projektu. Wszystkich uczestników poproszono o podzielenie się kilkoma informacjami o sobie. Tę grupę tworzą obcokrajowcy i migranci mieszkający w Novarze.

W pierwszej części spotkania przedstawiamy następujące tematy: komputer osobisty – sprzęt i oprogramowanie Windows oraz sposoby zarządzania systemem operacyjnym. Zarządzanie folderami i plikami; organizacja danych oraz sposoby zapisywania i odtwarzania danych.



Wprowadzamy także pewne koncepcje bezpieczeństwa. Wszyscy uczestnicy wydają się być bardzo zmotywowani do doskonalenia swojej wiedzy technicznej, grupę tworzą ludzie z całego świata, a to powinna być okazja do opracowania serii przepisów z różnych krajów. W drugiej części spotkania każdy uczestnik skomponował swój pierwszy przepis w oparciu o tradycyjną kulturę swojego kraju, wszyscy pisali przepisy w tym samym układzie.



Spotkanie 2: IT i przepisy kulinarne z różnych krajów

Drugie spotkanie grupy „nr 2”, które odbyło się w Novarze. Głównym jego celem było podjęcie decyzji o najlepszym układzie strony każdego przepisu, ponieważ przepisy pochodzą z różnych krajów, każdy uczestnik umieścił flagę swojego kraju i krótki opis kultury i tradycji.

Pierwsze dwie godziny poświęcone były zaprezentowaniu różnych tematów, takich jak: Internet, Cyberbezpieczeństwo, terminologia WEB, silnik i przeglądarka internetowa, jak zorganizować skrzynkę e-mail i jak zarządzać kontem osobistym. Wszyscy uczestnicy opracowali co najmniej dwa



przepisy i jeszcze jeden, który zostanie dodany na kolejnym spotkaniu. Grupa wydaje się być bardzo zmotywowana, choć składa się z młodych ludzi.

Spotkanie 3: Tytuł: E-book z przepisami

Trzecie spotkanie grupy „nr 2”, które odbyło się w Nowarze, miało przede wszystkim na celu utrwalenie pracy wykonanej przez uczestników i wybór poszczególnych receptur. Ponieważ grupę tworzą ludzie z różnych narodowości, wszyscy skupili swoją uwagę na tradycji i kulturze swojego kraju. Każdy uczestnik był dobrze przygotowany do tego zadania i każdy uczestnik dał swój wkład w postaci więcej niż jednego przepisu. Prawie wszystkie przepisy zachowały oryginalną nazwę w lokalnym języku, a na każdym z nich umieszczona jest flaga kraju.

Pierwsze dwie godziny poświęcone były na przedstawienie różnych tematów, takich jak: bezpieczeństwo i obywatelstwo cyfrowe, spędziliśmy także czas na konsolidacji wszystkich tematów dotyczących pakietu Microsoft Office, jak lepiej korzystać z pakietu oraz jak zastosować więcej funkcjonalności w zakresie zarządzania dokumentami i organizacji arkusza kalkulacyjnego. Umożliwiło to wszystkim uczestnikom lepsze wykorzystanie narzędzi programowych do tworzenia dokumentów dotyczących budowy tabel receptur, które miały zostać zawarte w ostatecznej wersji e-booka. Wszyscy uczestnicy mogli określić szczegóły dotyczące przepisów, w tym sposób ich przygotowania i sugestie.





Spotkanie 4: Warsztaty ze świeżego makaronu – Techniki i technologie w kuchni

Spotkanie zostało podzielone na 2 części:

- Praktyczne laboratorium, w którym nasi uczestnicy mogli poznać technologie przetwarzania makaronu oraz skutecznie obsługiwać nowoczesne technologie i maszyny do produkcji makaronu. Dzięki tym maszynom restauracje mogą produkować niezliczone rodzaje makaronów – świeże, nadziewane, laminowane, suche, długie i krótkie.
- Drugim punktem spotkania była wspólna kolacja – jemy nasz domowy makaron. Zespół doradców ds. technologii makaronu pomógł naszym uczestnikom zrozumieć technologie przetwarzania makaronu i nauczyć się, jak skutecznie obsługiwać nowoczesny sprzęt do makaronu. Uczestnicy aktywnie uczestniczyli w tym spotkaniu i wyprodukowali relację wideo oraz foto, która zostanie opublikowana w serwisie społecznościowym.

Grupa 3 spotkała się 4 razy. Spotkania miały następujący charakter:

Spotkanie 1: Spotkanie wprowadzające

Pierwsze wspólne dzielenie się kulinariami: risotto, danie rodzinne.

Pierwsze spotkanie miało na celu zbudowanie grupy młodych dorosłych, którzy wezmą udział w lokalnym think tanku, przedstawienie celów projektu i przyszłych działań oraz wypróbowanie pierwszych wspólnych warsztatów kulinarnych.



W pierwszej chwili dzielenia się kulinarnymi doświadczeniami postanowiono wspólnie z uczestnikami ugotować tradycyjny przepis z północnych Włoch: risotto. Wybór potrawy był raczej pretekstem do podzielenia się pierwszym tematem refleksji, a mianowicie wartością wspólnego gotowania i jedzenia oraz jedzeniem jako narzędziem dzielenia się i budowania wspólnoty. Danie, znane wielu chłopcom i dziewczętom jako przepis rodzinny, było okazją do przeżycia pierwszego



wspólnego obiadu towarzyskiego i wspólnotowego. Zapytaliśmy uczestników, co oznacza dla nich dzielenie się chwilą gotowania i spożywania posiłku: wielu z nich opowiadało o swoich wspomnieniach z dużych rodzinnych obiadów, jako momentów, w których mogli nawiązać kontakt z dziadkami lub innymi krewnymi, dla których spotkanie się w tym dniu to okazja; inni jednak podkreślali, że z ich doświadczeń wynika, że rola jedzenia jako „spoiwa” społecznego i kulturowego nie była czymś, czego mieli okazję doświadczyć w sferze rodzinnej. Było to coś, czego im brakowało, w więcej niż jednym przypadku z powodu braku silnej grupy rodzinnej (np. rozwiedzeni rodzice).



Spotkanie 2: Drugie dzielenie się kulinarniami: Pastiera czyli typowe ciasto wielkanocne

Drugie spotkanie odbyło się w Kantiere i po raz pierwszy ugotowaliśmy typowy wielkanocny deser z Neapolu: Pastierę. Pastiera to typowe ciasto neapolitańskie, przyrządzane z ciasta kruchego, ciasta z sera ricotta, gotowanej pszenicy, kandyzowanych owoców i przypraw. Uczestnicy pochodzą głównie z najbardziej marginalizowanych grup społecznych (byli migranci, bezrobotni), a ich rodziny często charakteryzują się biedą kulturową i ekonomiczną, sytuacja ta często prowadzi do błędnej edukacji żywieniowej, dlatego tak ważna jest praca z nimi w zakresie żywienia. Zajęcia kulinarne to wyjątkowy sposób na osiągnięcie odpowiedzialności i świadomości na temat tak fundamentalnego aspektu naszego życia.



Z radością upiekliśmy to wyjątkowe ciasto z pomocą kucharzki pochodzącej z Neapolu, na podstawie oryginalnego przepisu otrzymanego od babci. Wymiana integracyjna rozpoczęła się zgodnie z tą wieloletnią tradycją i była kontynuowana w laboratorium. Niektóre dziewczyny podzieliły się swoimi historiami i wspomnieniami na temat wspólnego gotowania z dziadkami podczas wakacji lub specjalnych okazji, a jeśli było to coś, czego nigdy nie doświadczyły, był to wyjątkowy pierwszy raz, aby spędzić miło czas i stworzyć coś razem.

Z radością uczestniczyli w pracach laboratoryjnych i z łatwością przeszli wszystkie etapy przygotowywania pastieri. W końcu byli bardzo dumni ze wspólnej pracy i wspólnego stworzenia czegoś pysznego. Później przeżyli chwilę degustacji, która umożliwiła i wzmocniła spójność grupy.





Spotkanie 3: Trzecie dzielenie się kulinariami: tradycje kulinarne, tradycje oporu

Trzecie spotkanie odbyło się w bardzo wyjątkowy dzień – 25 kwietnia – Dzień Wyzwolenia we Włoszech (Anniversario della Liberazione lub Festa della Liberazione), to święto państwowe we Włoszech upamiętniające wyzwolenie kraju przez wojska alianckie i włoski ruch oporu pod koniec drugiej wojny światowej.

Postanowiliśmy zorganizować spotkanie opowiadające o tradycjach kulinarnych związanych z ruchem oporu, poprzez narrację historyczną. Celem było zbadanie, w jaki sposób młodzi Włosi postrzegają swoje dziedzictwo kulinarne i angażują się w nie, szczególnie w odniesieniu do wydarzeń historycznych, które ukształtowały naród, ze szczególnym uwzględnieniem historii Fratelli Cervi. Fratelli Cervi to grupa 7 braci, którzy aktywnie uczestniczyli w ruchu oporu i którzy w dniu upadku ruchu faszystowskiego we Włoszech postanowili ugotować makaron dla całej wioski, aby uczcić koniec reżimu. Od tego momentu we Włoszech narodziła się tradycja organizowania „pastasciutta antifascista”, powracająca pod hasłem dzielenia się, bycia razem, celebrowania wartości antyfaszyzmu, wolności, sprawiedliwości i demokracji Rodziny Cervi. 25-go wspólnie gotowaliśmy i zjedliśmy pastasciutta opowiadając tę historię. Następnie zorganizowaliśmy krąg dyskusji, rozmawiając o roli tej historii i tej włoskiej tradycji kulinarnej na przestrzeni różnych pokoleń.

Choć większość uczestników była świadoma ruchu oporu i jego historycznego znaczenia, ich wiedza na temat związanych z nim tradycji kulinarnych była ograniczona. Tylko niewielki procent respondentów znał historię Fratelli Cervi i konkretne praktyki żywieniowe z tamtego okresu. Historia Fratelli Cervi poruszyła uczestników, inspirując ich do dalszego zgłębiania tradycji kulinarnych ruchu oporu. Gospodarstwo rodziny Cervi, które służyło jako miejsce spotkań bojowników ruchu oporu, było postrzegane jako symbol solidarności i odporności. Zgodziliśmy się, że tego rodzaju historia i tego rodzaju tradycje kulinarne służą jako łącznik z naszą tożsamością kulturową i historią.



Spotkanie 4: Czwarte dzielenie się kulinariami: sernik na początek lata

Czwarte i ostatnie spotkanie kulinarne odbyło się w kuchni organizacji Kantiere. Była to okazja do wspólnego świętowania rozpoczęcia lata. W wielu kulturach wspólne gotowanie i jedzenie to zwyczaj, który jednoczy ludzi, dlatego pomyśleliśmy, że wspólne gotowanie czegoś, aby uczcić ten wyjątkowy moment w roku: początek wakacji.

Zdecydowaliśmy się na świeży deser i wybraliśmy przepis składający się z sernika na zimno, z serka śmietankowego i śmietany, ciastek z masłem i polewą czekoladową oraz świeżymi owocami.

Dziewczyny aktywnie brały udział w każdym etapie tworzenia. W przygotowaniu pomaga nam młody cukiernik z cukierni w Verbanii. Dla części uczestników była to wspaniała i rzadka okazja do interakcji z profesjonalnym szefem kuchni, zwłaszcza, że niektórzy z nich uczęszczają do szkół kulinarnych.

Uczestnikom bardzo podobało się wspólne gotowanie i bardzo dobrze poradzi sobie z organizacją ról i zadań do wykonania podczas przygotowywania sernika. Uczestnicy opowiadali nam, że byli szczególnie szczęśliwi, gdy dowiedzieli się o nowym przepisie, ponieważ nie znali wielu deserów, które mogłaby ugotować.





1.2.3 Wnioski ze spotkań lokalnych wraz z opisem dobrych praktyk

Gotowanie jest uniwersalnym zadaniem ludzkości i jest ściśle związane z kulturą i językiem. Zrealizowane think tanki wyjaśniają zalety korzystania z gotowania w świecie rzeczywistym jako podstawy uczenia się nowych technologii, które poprawiają jakość życia. Przeanalizowano, w jaki sposób uczestnicy mogą wykorzystywać najnowsze technologie cyfrowe za pośrednictwem Internetu do poznawania różnych aspektów języków oraz powiązanych z nimi kultur i kuchni podczas gotowania posiłku, który można następnie wspólnie zjeść.

Nasze think tanki okazały się doskonałym narzędziem, ponieważ:

- były przydatne w dyskusji skupionej na możliwej społecznej roli jedzenia i gotowania. Na koniec podzieliliśmy się refleksją o tym, że zarówno ci, którzy mieli tradycję rodzinną związaną z jedzeniem, jak i ci, którzy jej nie mieli, kojarzyli to poczucie dzielenia się z rolą przyjaciół. Rozpoczęcie działań projektowych dla trzeciej grupy czyli wspólna kolacja, podczas której można było dzielić się opiniami i doświadczeniami, sama w sobie była sposobem na spotkanie się i poczucie, że jest mniej samotnie, poprzez dzielenie czasu na gotowanie i posiłek.
- były świetną okazją do nauczenia się czegoś nowego, a uzyskany wynik zakończył się sukcesem. Zobaczenie, co uczestnicy zrobili własnymi rękami i ciastem, okazało się bardzo dobre, dodało im sił i zwiększyło ich poczucie własnej skuteczności. Wspólne gotowanie było świetnym sposobem na wspólne spędzenie czasu, dla niektórych dziewcząt było to także świetny sposób na ćwiczenie swoich umiejętności kulinarnych i rozwijanie pasji do sztuki kulinarnej.
- służyły jako łącznik z naszą tożsamością kulturową i historią.
- uczestnicy mieli okazję porozmawiać z zawodowym cukiernikiem lub szefem kuchni i zadać pytania dotyczące pracy, która interesuje ich w przyszłości (szczególnie migrantów). Przede wszystkim była to kolejna wyjątkowa okazja do bycia razem, do doskonalenia umiejętności społecznych i relacyjnych, budowania pewności siebie i nowych umiejętności praktycznych, ale także do wspólnego świętowania wyjątkowych chwil.



Część 1.3 Opis lokalnych spotkań – Grecja

1.3.1 Opis kraju partnerskiego w odniesieniu do kuchni i tematyki IT.

W obliczu bezprecedensowych wyzwań globalnych współczesny krajobraz społeczny charakteryzuje się niepewnością i zmianami. Pandemia Covid-19 pozostawiła niezatarty ślad w społeczeństwach na całym świecie, wpływając na dynamikę gospodarczą, zmieniając zachowania społeczne i budząc obawy dotyczące zdrowia. Niniejszy raport koncentruje się na konkretnej sytuacji w Grecji, badając wpływ pandemii na tkankę społeczno-gospodarczą kraju oraz inicjatywy podjęte w celu sprostania pojawiającym się wyzwaniom.

Grecja, podobnie jak inne kraje, musiała uporać się ze złożonymi skutkami pandemii Covid-19. Spowolnienie gospodarcze spowodowane zamknięciami i ograniczeniami dotknęło różne sektory, zakłócając produkcję, łańcuchy dostaw i wzorce konsumpcji. Pracownicy musieli stawić czoła wyzwaniom, takim jak przystosowanie się do pracy zdalnej i niepewność zatrudnienia. Na przykład sektor hotelarsko-turystyczny, który wnosi duży wkład w grecką gospodarkę, doświadczył znacznych niepowodzeń z powodu ograniczeń w podróżowaniu i zmniejszonego zaufania konsumentów. Doprowadziło to do znacznego spadku zatrudnienia i dochodów osób zależnych od tych branż.

Negatywne psychospołeczne skutki pandemii w Grecji pogłębiają równoległe niepewności geopolityczne. Niepokój związany z zagrożeniami dla zdrowia związanymi z COVID-19 przeplata się z obawami dotyczącymi szerszej sytuacji geopolitycznej, co skutkuje zwiększonym niepokojem wśród społeczeństwa. Ta niepewność przejawiała się w zmianach w zachowaniach społecznych, wpływających na interakcje społeczne i życie codzienne.

Pozytywną stroną jest to, że pandemia przyspieszyła wdrażanie technologii cyfrowych w Grecji. W kraju zauważalny jest wzrost rozwoju gospodarki cyfrowej i wykorzystania usług cyfrowych w różnych aspektach życia codziennego. Praca zdalna, edukacja online i narzędzia komunikacji cyfrowej stały się integralną częścią, wskazując na zmianę w sposobie, w jaki ludzie pracują i komunikują się. Na przykład przedsiębiorstwa w Grecji zareagowały na potrzebę utrzymania ciągłości podczas zamknięcia, przyjmując platformy cyfrowe do celów wirtualnych spotkań,



współpracy online i handlu elektronicznego. Ta zmiana nie tylko uwzględniła wyzwania związane z pandemią, ale stała się trwałym aspektem życia codziennego.

Podsumowując, analiza sytuacji Grecji w obliczu pandemii Covid-19 ukazuje wieloaspektowy wpływ na społeczeństwo, na który wpływają niepewność geopolityczna, wyzwania gospodarcze i rosnąca integracja technologii cyfrowych.

Fala cyfryzacji w Grecji znacząco wpłynęła na osoby starsze, kształtując zarówno ich perspektywy zatrudnienia, jak i codzienność. Chociaż uzyskanie dokładnych danych na temat utraty miejsc pracy, szczególnie ze względu na brak umiejętności cyfrowych wśród osób starszych, pozostaje wyzwaniem, nadrzędne tendencje w Grecji podkreślają transformacyjne skutki cyfryzacji. Wraz z przyjęciem przez Grecję technologii cyfrowych wiele branż przeszło znaczące przemiany, wymagające nowych umiejętności. Osoby starsze, którym brakuje biegłości w posługiwaniu się narzędziami cyfrowymi, napotykały przeszkody w dostosowaniu się do tych zmian. Chociaż niektórym udało się przejść do cyfrowego środowiska pracy, dysproporcje w zakresie umiejętności cyfrowych przyczyniły się do luk w zatrudnieniu, szczególnie w sektorach podlegających szybkiej cyfryzacji.

Sektory o zwiększonym zapotrzebowaniu na umiejętności cyfrowe, takie jak usługi online, praca zdalna i handel elektroniczny, doświadczyły zmian w dynamice siły roboczej. Starsze osoby nieposiadające wystarczającej biegłości cyfrowej stanęły przed wyzwaniami związanymi z dostępem do możliwości w tych rozwijających się dziedzinach.

Wpływ na życie codzienne był wyraźny, szczególnie w zakresie dostępu do usług i łączności społecznej. Przejście na platformy internetowe umożliwiające świadczenie podstawowych usług stanowi wyzwanie dla osób starszych, które nie posiadają umiejętności informatycznych, potencjalnie utrudniając im dostęp do wizyt w placówce opieki zdrowotnej, bankowości internetowej i korzystanie z usług rządowych. Ponadto zwiększone wykorzystanie cyfrowych narzędzi komunikacji, zwłaszcza podczas pandemii, uwypukliło znaczenie interakcji społecznych w Internecie. Osoby starsze, którym brakuje umiejętności cyfrowych, mogły doświadczyć izolacji społecznej z powodu trudności w uczestnictwie w wirtualnych spotkaniach.



Uznając znaczenie włączenia cyfrowego, rząd grecki zainicjował programy mające na celu poprawę umiejętności cyfrowych wśród starszych obywateli. Wysiłki te mają na celu zmniejszenie przepaści cyfrowej poprzez oferowanie szkoleń i wsparcia, aby umożliwić osobom starszym przystosowanie się do krajobrazu cyfrowego.

Chociaż istnieją wyzwania, należy przyznać, że wiele starszych osób w Grecji z powodzeniem korzysta z narzędzi cyfrowych. Inicjatywy promujące umiejętność korzystania z technologii cyfrowych odgrywają kluczową rolę w minimalizowaniu dysproporcji i zapewnianiu aktywnego udziału w gospodarce cyfrowej. Podsumowując, wpływ cyfryzacji na osoby starsze w Grecji jest zróżnicowany i obejmuje wyzwania w zakresie zatrudnienia i życia codziennego, ale inicjatywy rządowe i ciągłe wysiłki na rzecz zwiększania umiejętności cyfrowych stwarzają możliwości dla bardziej włączającego społeczeństwa cyfrowego.

1.3.2 Opis spotkań lokalnych

Lokalne „think tanki” były skrupulatnie zorganizowanymi warsztatami, podzielonymi na trzy odrębne grupy, przy czym każda grupa uczestniczyła w serii czterech spotkań. Każde spotkanie, prowadzone przez ekspertów z różnych dziedzin, dotyczyło innego tematu, sprzyjając bogatym dyskusjom, wymianie spostrzeżeń i badaniu potencjalnych rozwiązań. Fundamenty tych lokalnych „think tanków” zbudowano na zasadach współpracy, różnorodności i wiedzy specjalistycznej. Uczestnicy z różnych środowisk i dyscyplin zebrali się, aby wspólnie stawić czoła palącym wyzwaniom stojącym przed naszym społeczeństwem. Każde spotkanie, prowadzone przez ekspertów z odpowiednich dziedzin, stanowiło platformę do dogłębnych poszukiwań i wymiany pomysłów, zapewniając uwzględnienie różnorodnych perspektyw i zbadanie innowacyjnych rozwiązań. Dzięki wspólnym wysiłkom uczestników i ekspertów lokalne „think tanki” w Grecji stały się tętniącymi życiem ośrodkami kreatywności, spostrzeżeń i współpracy.

I Grupa w naszych lokalnych „think tanków z Grecji liczyła 10 osób, a wszystkie pochodziły z obszarów wiejskich. Żadna z nich nie miała wykształcenia akademickiego. Uczestnicy byli bardzo podekscytowani rozmową o gotowaniu i jego powiązaniu z kulturą, co było pierwszym tematem



dyskusji. Rozmowa o gotowaniu i kulturze zainteresowała wszystkich. Chcieli zbadać, w jaki sposób tradycje kulinarne są powiązane z kulturą Grecji. Zastanawiali się nad starymi sposobami gotowania na wsiach i tym, czym różni się to od gotowania w ruchliwych miastach. Zrozumieli, że kuchnia grecka opowiada historię o ludziach i ich sposobie życia. Kiedy zaczęli rozmawiać, wiele się nauczyli od siebie nawzajem i od prowadzących ich ekspertów. Dzielili się historiami o swoich ulubionych przepisach i pamiętali, jak jedzenie łączy rodziny. Rozmawiali także o tym, jak różne kultury na przestrzeni czasu wpływały na grecką kuchnię. Każdy w grupie miał coś wyjątkowego do przekazania, co sprawiło, że dyskusje były naprawdę zabawne. Opowiadali o swoich wspomnieniach związanych z gotowaniem z rodziną i o tym, jak dzięki temu poczuli się związani ze swoim dziedzictwem. To był świetny sposób na rozpoczęcie „think tanków” i poznanie kultury poprzez gotowanie.



Podczas kolejnego spotkania w ramach lokalnych „think tanków” w Grecji rozmawialiśmy o wartości odżywczej żywności i o tym, dlaczego jest ona ważna dla naszego zdrowia. Mieliśmy kilku gości specjalnych, którzy są blogerami kulinarnymi. Pokazali nam, jak czerpią z tradycyjnych przepisów i przyrządzają je w nowy, nowoczesny sposób. Ci blogerzy kulinarni nauczyli nas również, jak założyć blog. Wyjaśnili, że blogi są nowoczesnym sposobem dzielenia się przepisami i wskazówkami kulinarnymi. Dowiedzieliśmy się, jak technologia zmieniła sposób, w jaki pozyskujemy przepisy, przenosząc się ze staromodnych książek kucharskich na blogi internetowe. Podczas spotkania rozmawialiśmy o tym, dlaczego warto jeść zdrową żywność. Dowiedzieliśmy się o różnych składnikach odżywczych i o tym, jak pomagają naszemu organizmowi zachować siłę i zdrowie. Ciekawie było zobaczyć, jak tradycyjne greckie przepisy można uczynić zdrowszymi, stosując



określone składniki i metody gotowania. Ogólnie rzecz biorąc, było to zabawne i pouczające spotkanie, podczas którego dowiedzieliśmy się wiele o żywieniu i nowoczesnych technikach gotowania. Wyszliśmy zainspirowani do wypróbowania nowych przepisów, a może nawet do założenia własnych blogów kulinarnych.



Podczas naszego trzeciego spotkania lokalnych „think tanków” w Grecji rozmawialiśmy o przygotowywaniu zdrowych wersji naszych ulubionych tradycyjnych przepisów. Rozmawialiśmy o tym, jak możemy zmienić niektóre składniki, aby nasze dania były zdrowsze i unikały użycia zbyt dużej ilości tłuszczu.

Podczas spotkania podzieliliśmy się na małe grupy i wspólnie spisaliśmy nasze przepisy, korzystając z programu komputerowego Word. Niektórzy nie umieli posługiwać się Wordem, więc była to świetna okazja, aby nauczyć się czegoś nowego. Zapisywanie przepisów pomogło nam zrozumieć, jak przygotować zdrowsze wersje ulubionych potraw. Dowiedzieliśmy się, jak używać mniejszej ilości oleju i dodawać więcej warzyw, aby nasze posiłki były lepsze dla naszego organizmu. Był to pomocny i praktyczny sposób na naukę gotowania w zdrowszy sposób.

Podczas naszego ostatniego spotkania w ramach lokalnych „think tanków” w Grecji zbadaliśmy ideę tradycyjnej kuchni w nowoczesnym wydaniu. Na to wyjątkowe spotkanie odwiedziliśmy spółdzielnię kobiet w Larisie, gdzie mieliśmy okazję gotować ze świeżych składników prosto z ich gospodarstwa.



W spółdzielni widzieliśmy, jak uprawiają warzywa i winogrona. Robią nawet wino z winogron, które uprawiają. Ciekawie było dowiedzieć się o kulturowym znaczeniu tego miejsca i o tym, jak zachowują tradycyjne praktyki rolnicze, dostosowując się do nowoczesnych technik. Po zapoznaniu się z historią spółdzielni i jej znaczeniem kulturowym, zakasaliśmy rękawy i zaczęliśmy gotować. Pracując razem, przygotowywaliśmy małe dania ze świeżych składników, które zbieraliśmy z gospodarstwa. Było to praktyczne doświadczenie, które pozwoliło nam docenić związek między jedzeniem, kulturą i społecznością.

II Grupa, po pomyślnym zakończeniu spotkań z naszą pierwszą grupą, rozpoczęła swoje dyskusje. Podobnie jak poprzednio, zorganizowaliśmy z tą grupą cztery spotkania, aby zgłębić różne tematy i pobudzić wspólne myślenie.

Podczas naszego pierwszego spotkania z drugą grupą zebraliśmy się, aby omówić istotną kwestię zachowania greckich tradycji kulinarnych w dzisiejszym cyfrowym świecie. Uznaliśmy znaczenie naszego dziedzictwa kulturowego i znaczenie przekazywania go przyszłym pokoleniom. W miarę ciągłego rozwoju technologii zbadaliśmy, w jaki sposób narzędzia cyfrowe mogą służyć jako potężne narzędzia w ochronie i promowaniu tradycyjnych greckich przepisów.

Przez całe spotkanie prowadziliśmy ożywione dyskusje na temat różnych sposobów wykorzystania technologii w celu ochrony naszego dziedzictwa kulinarnego. Zagłębiliśmy się w potencjał platform cyfrowych, takich jak strony internetowe, media społecznościowe i aplikacje mobilne, w dzieleniu się autentycznymi greckimi przepisami z publicznością na całym świecie. Uczestnicy dzielili się swoimi spostrzeżeniami i doświadczeniami, przeprowadzając burzę mózgów na temat innowacyjnych pomysłów na skuteczne wykorzystanie narzędzi cyfrowych.

Ponadto zbadaliśmy praktyczne aspekty korzystania z tych narzędzi cyfrowych, poznając różne platformy i oprogramowanie, które mogą pomóc w dzieleniu się przepisami, blogowaniu kulinarnym i społecznościach internetowych poświęconych kuchni greckiej. Dzięki praktycznym pokazom i interaktywnym dyskusjom uczestnicy zdobyli cenne informacje na temat wykorzystania technologii jako środka do podtrzymywania i celebrowania naszego kulturowego dziedzictwa kulinarnego.



Podczas drugiego spotkania z drugą grupą zagłęбилиśmy się w temat prezentacji kuchni greckiej w przestrzeni cyfrowej. Dostrzegając ogromny potencjał platform cyfrowych w promowaniu naszego dziedzictwa kulinarnego, zbadaliśmy różne platformy internetowe i strategie skutecznego prezentowania kuchni greckiej szerszej publiczności.

Podczas spotkania omówiliśmy kilka cennych platform cyfrowych, które mogą służyć jako potężne narzędzia do prezentacji kuchni greckiej. Niektóre z tych platform obejmują:

- Media społecznościowe: zbadaliśmy możliwość wykorzystania popularnych mediów społecznościowych, takich jak Instagram, Facebook i Pinterest, do udostępniania atrakcyjnych wizualnie zdjęć i filmów przedstawiających dania kuchni greckiej. Platformy te oferują szeroki zasięg i umożliwiają uczestnikom nawiązanie kontaktu z entuzjastami jedzenia z całego świata.
- Strony i blogi z przepisami: uczestnicy dowiedzieli się, jak ważne jest tworzenie i prowadzenie serwisów i blogów z przepisami poświęconych kuchni greckiej. Platformy takie jak WordPress i Blogger zapewniają przyjazne dla użytkownika interfejsy umożliwiające publikowanie przepisów, dzielenie się wskazówkami kulinarnymi i nawiązywanie kontaktu ze społecznością miłośników jedzenia.
- YouTube: omówiliśmy potencjał YouTube jako platformy do udostępniania tutoriali kulinarnych, pokazów przepisów i kulinarnych vlogów podróżniczych poświęconych kuchni greckiej. Uczestnicy zapoznali się z procesem tworzenia i edytowania treści wideo w celu udoskonalenia swoich umiejętności cyfrowego opowiadania historii.



- Społeczności internetowe z przepisami: platformy takie jak Food.com oferują uczestnikom możliwość dzielenia się własnymi greckimi przepisami, nawiązywania kontaktu z innymi kucharzami domowymi i otrzymywania opinii na temat swoich kulinarnych dzieł.

Dzięki eksploracji praktycznej i ćwiczeniom praktycznym uczestnicy nauczyli się poruszać po różnych narzędziach cyfrowych, tworzyć angażujące treści i skutecznie przekazywać swój entuzjazm dla kuchni greckiej publiczności na całym świecie.

Podczas naszego trzeciego spotkania z drugą grupą zagłęбилиśmy się w ekscytującą dziedzinę cyfrowej gastronomii, mając na celu wykorzystanie technologii do usprawnienia turystyki w Grecji poprzez prezentację naszych bogatych tradycji kulinarnych. Dostrzegając znaczącą rolę, jaką jedzenie odgrywa w turystyce kulturowej, poszukiwaliśmy innowacyjnych narzędzi i strategii cyfrowych, których celem jest zachęcenie odwiedzających do bezpośredniego kontaktu z kuchnią grecką. Podczas spotkania omawialiśmy koncepcję wirtualnych wycieczek kulinarnych, które pozwalają podróżnym poznawać greckie skarby kulinarne z ich własnych domów. Dzięki wciągającym wirtualnym doświadczeniom odwiedzający mogą podróżować po tętniących życiem targach spożywczych, uroczych wiejskich tawernach i nadmorskich restauracjach, zyskując wgląd w różnorodne smaki i tradycje kuchni greckiej.

Dodatkowo rozważaliśmy pomysł stworzenia cyfrowego przewodnika kulinarnego, który przedstawiałby restauracje, które trzeba odwiedzić, lokalne restauracje i ukryte kulinarne perełki w całej Grecji. Ten cyfrowy przewodnik zapewni podróżnym cenne informacje o tym, gdzie znaleźć autentyczne dania kuchni greckiej, regionalne specjały i wyjątkowe doznania kulinarne, pomagając im w dokonywaniu świadomych wyborów podczas podróży.

Ponadto dowiedzieliśmy się o potencjale interaktywnych map cyfrowych prezentujących kulinarne hotspoty i atrakcje kulinarne w różnych regionach Grecji. Mapy te mogą prowadzić podróżnych po przygodach kulinarnych, podkreślając lokalne festiwale żywności, lekcje gotowania i atrakcje, które celebrują greckie dziedzictwo kulinarne. Oto niektóre przykłady narzędzi i platform cyfrowych, które mogą pobudzić turystykę kulinarną w Grecji:



Wirtualne wycieczki kulinarne: platformy takie jak Google Arts i Culture oferują wirtualne wycieczki po kultowych greckich miejscach, w tym na targowiskach spożywczych, winnicach i gajach oliwnych. Cyfrowe przewodniki kulinarne: witryny i aplikacje, takie jak TripAdvisor, zawierają recenzje i rekomendacje generowanych przez użytkowników restauracji i lokali gastronomicznych w całej Grecji.

Interaktywne mapy: niestandardowe mapy utworzone przy użyciu platform takich jak Mapy Google mogą przedstawiać atrakcje kulinarne, festiwale kulinarne i doświadczenia kulinarne w różnych regionach Grecji.

Osoby wpływowe w mediach społecznościowych: współpraca z wpływowymi osobami na platformach takich jak Instagram i YouTube może pomóc zaprezentować kuchnię grecką szerszej publiczności i zainspirować podróżnych do odkrywania kulinarnych miejsc w Grecji.

Podczas naszego ostatniego spotkania gościliśmy z lokalnych producentów. Przynieśli pyszne jedzenie z własnych produktów, a my mieliśmy bufet, w którym mogliśmy delektować się smakołykami.

Podczas tego spotkania producenci opowiedzieli nam, w jaki sposób wykorzystują technologię, aby informować ludzi o swoich produktach i w jaki sposób je promują.

Dowiedzieliśmy się o różnych sposobach, takich jak media społecznościowe, strony internetowe, możliwych do wykorzystania aby dotrzeć do większej liczby osób i rozpowszechnić informacje o swoich produktach. Pokazali nam, jak robią zdjęcia i filmy przedstawiające swoje gospodarstwa i produkty, a następnie udostępniają je w Internecie. Wyjaśnili także, w jaki sposób korzystają ze stron internetowych i sklepów internetowych, aby sprzedawać swoje towary bezpośrednio klientom.





W **Grupie III** nasze pierwsze spotkanie dotyczyło wykorzystania technologii, aby pomóc kucharzom i producentom żywności. Rozmawialiśmy o tym, jak technologia może sprawić, że gotowanie stanie się łatwiejsze i przyjemniejsze dla wszystkich. Podczas tego spotkania omawialiśmy, w jaki sposób różne rodzaje technologii mogą służyć jako niezawodni pomocnicy kuchenni. Dowiedzieliśmy się o aplikacjach do gotowania na telefonach i tabletach, które udostępniają szczegółowe przepisy i przydatne wskazówki podczas gotowania. Rozmawialiśmy również o tym, jak niektóre gadzety kuchenne, takie jak inteligentne piekarniki czy roboty kuchenne, mogą sprawić, że gotowanie stanie się szybsze i prostsze.

Uczestnicy dzielili się swoimi doświadczeniami związanymi z wykorzystaniem technologii w kuchni, niezależnie od tego, czy chodzi o oglądanie filmów o gotowaniu w Internecie, aby uczyć się nowych przepisów, czy o używanie aplikacji do porządkowania list zakupów. Rozmawialiśmy o tym, jak technologia może sprawić, że gotowanie będzie bardziej dostępne dla każdego, niezależnie od poziomu umiejętności i doświadczenia.



Ogólnie rzecz biorąc, była to interesująca dyskusja, która pokazała nam, jak technologia może być cennym narzędziem w kuchni, sprawiając, że gotowanie staje się przyjemniejsze i dostępne dla wszystkich zaangażowanych osób.



Podczas naszego drugiego spotkania zgłębiliśmy fascynujący pomysł ożywiania jedzenia za pomocą opowiadania historii i technologii. Zaczęliśmy od omówienia, że tradycyjne potrawy często mają bogatą historię i znaczenie kulturowe, co czyni je czymś więcej niż tylko posiłkami – są częścią naszego dziedzictwa.

Aby uczynić tę historię jeszcze bardziej przekonującą, rozmawialiśmy o kreatywnym wykorzystaniu technologii. Wyobraziliśmy sobie interaktywne strony internetowe, na których można kliknąć zdjęcie potrawy i odkryć jej tajemnice – poznać składniki, region, z którego pochodzi i historie, które się za nim kryją. Przeprowadziliśmy burzę mózgów, aby uczynić to doświadczenie jeszcze bardziej wciągającym. Być może moglibyśmy zamieścić filmy przedstawiające szefów kuchni dzielących się wskazówkami kulinarnymi lub wywiady z lokalnymi rolnikami wyjaśniającymi, w jaki sposób uprawiają rośliny.



W miarę postępu spotkań wcielamy nasze pomysły w życie. Zebraliśmy laptopy i zaczęliśmy pisać w dokumentach Worda, tworząc przepisy na nasze ulubione dania. Do każdego przepisu dodaliśmy coś ekstra, niezależnie od tego, czy był to osobisty komentarz na temat tego, dlaczego tak pokochaliśmy dane danie, czy też ciekawostka na temat jego pochodzenia.

Pod koniec sesji nie tylko zbadaliśmy ekscytujące możliwości łączenia jedzenia, opowiadania historii i technologii, ale także stworzyliśmy własną cyfrową książkę kucharską wypełnioną pysznymi daniami i historiami, które czynią je wyjątkowymi. Było to naprawdę inspirujące i przyjemne doświadczenie, które pokazało nam siłę kreatywności i współpracy.

Na nasze trzecie spotkanie wybraliśmy się do Rapsani, wioski niedaleko Larisy, gdzie rozpoczęliśmy wspaniałą przygodę z winem i jedzeniem. Mieliśmy okazję zanurzyć się w bogatych tradycjach kulinarnych regionach i poznać wielowiekowe przepisy przekazywane z pokolenia na pokolenie. Próbując smaków lokalnej kuchni, takich jak klasyczna spanakopita przygotowywana tradycyjnymi technikami, przenieśliśmy się w czasie i poznaliśmy autentyczne smaki dziedzictwa kulinarnego wioski. Mieliśmy także przyjemność degustować słynne wino z tej wsi, odkrywając tajniki jego produkcji i cechy, które czynią je tak wyjątkowym.

Jednak pomimo kulinarnych skarbów wioski, odkryliśmy, że pozostaje ona stosunkowo nieznaną ze względu na ograniczoną obecność w mediach społecznościowych. Dostrzegając potencjał technologii w zwiększaniu widoczności wioski i przyciąganiu większej liczby gości, podkreśliliśmy znaczenie wykorzystania mediów społecznościowych oraz cyfrowych strategii marketingu i promocji w celu zaprezentowania oferty kulturalnej i gastronomicznej wioski szerszej publiczności.



Podczas naszej ostatniej sesji zagłębiliśmy się w szeroką gamę globalnych smaków dostępnych online. Wyruszyliśmy w wirtualną podróż poznając kuchnie i kultury z całego świata. Ten wyjątkowy „think tank” zapewnił uczestnikom platformę do doskonalenia swoich umiejętności cyfrowych i jednocześnie zanurzenie w doświadczeniach kulinarnych i kulturowych.

Podczas sesji uczestnicy mieli okazję wybrać swój ulubiony kraj i zagłębić się w jego bogactwo kulturowe. Przeglądaliśmy fakty kulturowe, zagłębialiśmy się w historię kraju i odkrywaliśmy autentyczne przepisy, a wszystko to w zaciszu naszych ekranów. Był to wciągający i interaktywny sposób na poznanie różnych kultur i ich tradycji kulinarnych.

Pod koniec sesji zastanawialiśmy się, jak „think tanki” nie tylko poszerzyły naszą wiedzę na temat kuchni globalnych, ale także pomogły nam udoskonalić nasze umiejętności cyfrowe w zabawny i interesujący sposób. Łącząc eksplorację kulinarną z nauką cyfrową, uczestnicy mogli być na bieżąco i dostosowywać się do stale zmieniającego się krajobrazu cyfrowego.

W ramach lokalnych think tanków zorganizowaliśmy dodatkowy warsztat zatytułowany „Hack the Map in Larisa!” Te wyjątkowe warsztaty dały uczestnikom możliwość wybrania się w dwudniową podróż mającą na celu zwiedzanie historycznego centrum Larisy i stworzenie nowoczesnej mapy multimedialnej przy użyciu innowacyjnych technologii.

Warsztaty rozpoczęły się zaproszeniem do udziału ciekawych i kreatywnych starszych osób zainteresowanych zwiedzaniem swojego miasta. W ciągu dwóch dni uczestnicy nauczyli się



wykorzystywać nowe technologie, takie jak skanowanie 3D i aplikacje fotograficzne, do gromadzenia danych i tworzenia nowoczesnej mapy centrum Larisy.

Pierwszego dnia uczestnicy wyruszyli na wycieczkę z przewodnikiem po historycznym centrum miasta, której celem było „zhakowanie” jego mapy poprzez zebranie interesujących danych i skanów 3D. Odkrywali ulice, zabytki i ukryte klejnoty Larisy, chwytając w swoich obiektywach esencję miasta.

Drugiego dnia uczestnicy ponownie spotkali się w laboratorium Future Learning w JOIST Innovation Park, aby przetworzyć zebrane dane i stworzyć środowisko rzeczywistości rozszerzonej (AR).

Wykorzystując swoją kreatywność i wyobraźnię, uczestnicy zaimportowali dane do środowiska AR, aby stworzyć unikalną i nowoczesną mapę centrum Larisy.

Podczas warsztatów uczestnicy byli zachęceni do współpracy, krytycznego myślenia i uwalniania swojej kreatywności. Wykorzystując technologię do opowiedzenia historii na swój własny, niepowtarzalny sposób, uczestnicy mogli zaprezentować swoje innowacyjne spojrzenie na Larisę i przyczynić się do stworzenia multimedialnej mapy, która odzwierciedla tętniącą życiem kulturę i historię miasta.

Ogólnie rzecz biorąc, warsztaty okazały się ogromnym sukcesem, a uczestnicy wyrazili entuzjazm i podekscytowanie możliwością zdobycia nowych umiejętności i zwiedzania miasta w kreatywny i interaktywny sposób. Było to świadectwo potęgi technologii we wspieraniu współpracy, kreatywności i zaangażowania społeczności.

1.3.3 Wnioski ze spotkań lokalnych wraz z opisem dobrych praktyk

Przez cały cykl spotkań wyruszyliśmy w edukacyjną podróż odkrywając skrzyżowanie tradycji kulinarnych, technologii i kultury. Od odkrywania historii kryjących się za tradycyjnymi przepisami po wykorzystanie potencjału narzędzi cyfrowych do promowania dziedzictwa kulinarnego – każda sesja była pełna cennych spostrzeżeń i wzbogacających doświadczeń. Gdy zastanawiamy się nad naszymi dyskusjami i działaniami, wyłoniło się kilka dobrych praktyk, które świadczą o powodzeniu wdrożonych przez nas działań.

Spotkania posłużyły jako źródło wzmocnienia pozycji uczestników z obszarów wiejskich, z których wielu doświadczyło utraty pracy i trudności ekonomicznych podczas pandemii Covid-19.

Zapewniając wspierające środowisko do nauki i szkolenia w zakresie umiejętności praktycznych,



spotkania dały uczestnikom możliwość odbudowania pewności siebie, odkrycia nowych dróg rozwoju osobistego i zawodowego oraz wytyczenia ścieżki do lepszej przyszłości.

Dla uczestników z ograniczonym doświadczeniem w zakresie umiejętności cyfrowych sesje posłużyły jako brama do cyfrowego świata. Dzięki zajęciom i interaktywnym warsztatom uczestnicy zdobyli praktyczne umiejętności korzystania z narzędzi i platform cyfrowych do opowiadania historii, promowania dziedzictwa kulturowego i zwiększania swoich szans na zatrudnienie. Od nauki poruszania się w świecie mediów społecznościowych po tworzenie treści cyfrowych i nawiązywanie kontaktu ze społecznościami internetowymi – uczestnicy wykorzystali technologię jako sposób na wzmocnienie pozycji i wyrażanie siebie.

Unikalne podejście polegające na wykorzystaniu eksploracji kulturowych i kulinarnych do nauki umiejętności cyfrowych okazało się zarówno angażujące, jak i skuteczne. Uczestnicy mogli nawiązać kontakt ze swoim dziedzictwem kulturowym, poznać tradycyjne przepisy i historie związane z jedzeniem, które uwielbiali, a wszystko to przy okazji zdobywając cenne umiejętności korzystania z technologii cyfrowych. Wypełniając lukę między tradycją a technologią, sesje sprzyjały poczuciu zachwytu i kreatywności, jednocześnie wyposażając uczestników w narzędzia potrzebne do prosperowania w coraz bardziej cyfrowym świecie.

Co najważniejsze, sesje zaszczepiły uczestnikom poczucie odporności i zdolności adaptacyjnych, umożliwiając im pokonywanie wyzwań i pewne wykorzystanie nowych możliwości. Dzięki wspólnym doświadczeniom edukacyjnym i praktycznemu zaangażowaniu uczestnicy nauczyli się radzić sobie z niepewnością, kreatywnie myśleć i dostosowywać się do zmieniających się okoliczności.

Wykorzystując siłę kultury, sztuki kulinarnej i umiejętności cyfrowych, uczestnicy wyszli ze spotkań z nowo odkrytymi umiejętnościami, wiedzą i odpornością, aby z optymizmem i determinacją stawić czoła przyszłości.

Podsumowując, sesje odegrały kluczową rolę we wzmacnianiu pozycji uczestników z obszarów wiejskich, pomagając im w rozwijaniu umiejętności korzystania z technologii cyfrowych, odkrywaniu dziedzictwa kulturowego i kulinarnego oraz budowaniu odporności w obliczu przeciwności losu.

Łącząc kulturę, sztukę kulinarną i umiejętności cyfrowe, spotkania zapewniły uczestnikom narzędzia i pewność siebie, których potrzebują, aby prosperować w szybko zmieniającym się krajobrazie cyfrowym i wykorzystywać nowe możliwości rozwoju osobistego i zawodowego.

Podczas naszych dyskusji, wyłoniło się kilka dobrych praktyk, które świadczą o powodzeniu wdrożonych przez nas działań.



Jednym z najważniejszych osiągnięć naszych spotkań była integracja nauczania interdyscyplinarnego. Łącząc eksplorację kulinarną z dyskusjami na temat technologii, umiejętności cyfrowych i uznania kulturowego, stworzyliśmy całościowe środowisko uczenia się, które spodobało się uczestnikom o różnorodnych zainteresowaniach i pochodzeniu. To interdyscyplinarne podejście nie tylko sprzyjało kreatywności i innowacyjności, ale także zachęcało uczestników do tworzenia znaczących powiązań między różnymi obszarami wiedzy.

Kolejnym kluczowym czynnikiem sukcesu był nacisk na praktyczne zaangażowanie i uczenie się przez doświadczenie. Poprzez interaktywne warsztaty, pokazy kulinarne i wirtualne wycieczki uczestnicy aktywnie włączali się w proces nauki. Angażując wszystkie zmysły i pozwalając uczestnikom zanurzyć się w praktycznych zajęciach, stworzyliśmy niezapomniane doświadczenia edukacyjne, które były zarówno przyjemne, jak i pouczające.

Nasze spotkania posłużyły także jako platforma do współpracy i budowania społeczności.

Uczestnicy mieli okazję nawiązać kontakt z osobami o podobnych poglądach, podzielić się swoją wiedzą i doświadczeniami oraz nawiązać znaczące relacje. Duch współpracy był widoczny w dyskusjach grupowych, podczas których uczestnicy wymieniali się pomysłami, uczyli się od siebie nawzajem i wspólnie pracowali nad rozwiązywaniem problemów. To poczucie wspólnoty sprzyjało wspierającemu środowisku uczenia się, w którym każdy czuł się doceniany i włączany.

Istotnym rezultatem naszych spotkań było podniesienie kompetencji cyfrowych wśród uczestników.

Dzięki praktycznym działaniom i dyskusjom na temat narzędzi i platform cyfrowych uczestnicy zdobyli praktyczne umiejętności wykorzystania technologii do promowania dziedzictwa kulinarnego i opowiadania historii. Co więcej, nasza eksploracja innowacyjnych praktyk cyfrowych, takich jak doświadczenia rzeczywistości rozszerzonej i interaktywne opowiadanie historii, zachęciła uczestników do kreatywnego myślenia i wykorzystania nowych technologii jako narzędzi ochrony i promocji kultury.

Wreszcie, nasze spotkania podkreśliły znaczenie kultury i ochrony dziedzictwa kulturowego.

Zagłębiając się w historie kryjące się za tradycyjnymi przepisami i odkrywając kulturowe znaczenie jedzenia, uczestnicy zyskali głębsze uznanie dla tradycji kulinarnych i ich roli w kształtowaniu tożsamości i społeczności. Poprzez dyskusje na temat promowania dziedzictwa kulinarnego podkreślaliśmy wartość zachowania praktyk i tradycji kulturowych dla przyszłych pokoleń.

W ramach spotkań uczestnicy wspierali się w zakresie poruszanych zagadnień ICT poprzez wzajemne instruowanie, pomoc, dzieleniem się własnymi „dobrymi praktykami”, używając przy tym



„niesformalizowanego języka” co dodatkowo wpływało na pozytywną atmosferę w ramach spotkań oraz ich wysoką efektywność edukacyjną.

Podsumowując, nasza seria spotkań zakończyła się ogromnym sukcesem dzięki zaangażowaniu i entuzjazmowi wszystkich zaangażowanych uczestników. Dzięki interdyscyplinarnemu uczeniu się, praktycznemu zaangażowaniu, współpracy, umiejętnościom korzystania z technologii cyfrowych i uznaniu kultury stworzyliśmy dynamiczne środowisko uczenia się, które celebruje bogaty gobelin tradycji kulinarnych i wspiera kreatywność, innowacyjność i budowanie społeczności. Patrząc w przyszłość, nadal jesteśmy zaangażowani w kontynuację naszej podróży polegającej na eksploracjach i odkryciach, wykorzystując technologię i wymianę kulturalną w celu promowania dziedzictwa kulinarnego i wzbogacania życia.



Część 2 Podsumowanie międzynarodowego “think tanku”

Założenia projektu przewidywały zrealizowanie międzynarodowego think tanku w Polsce. W tym wydarzeniu miało wziąć udział 15 osób z organizacji wnioskującej (w tym 5 ekspertów oraz 10 uczestników z minimum 3 różnych organizacji (w tym nieformalnych), które brały udział w spotkaniach lokalnych) oraz po 8 osób od każdego z partnerów (w tym 2 ekspertów oraz 6 uczestników z minimum 2 różnych organizacji (w tym nieformalnych), które brały udział w spotkaniach lokalnych). Celem planowanego spotkania międzynarodowego było pogłębienie działań podejmowanych przez partnerów projektu w ramach działań lokalnych.

W partnerstwie ustalono termin spotkania na 26, 27 i 28 września 2023 r. Ustalając termin wzięto pod uwagę dostępność połączeń lotniczych z krajów organizacji partnerskich. W kolejnym kroku wytypowano miejsce spotkania, które musiało zapewnić równocześnie przestrzeń do pracy warsztatowej (w tym dostęp do możliwie profesjonalnie wyposażonej kuchni) oraz miejsca noclegowe. Miejsce, spełniającym powyższe wymagania okazała się „Stara Warzelnia” w miejscowości Baryczka.





W ośrodku dostępne były zarówno sale szkoleniowe, jak i profesjonalnie wyposażona kuchnia oraz wymagana liczba miejsc noclegowych. Atrakcyjność wybranego miejsca podniosło jego historyczne usytuowanie na szklaku solnym oraz bliskość tężni solankowej. Początek eksploatacji złoża solanki na tym terenie datuje się na XVI i XVII w. W Sołonce odkryto studnię solankową o głębokości 25 metrów, która pochodzi z 1596 roku. W latach 1999-2001 studnia (zasypana w XVII wieku) znalazła się w rękach prywatnych i została częściowo odremontowana. W okresie 2009-2010 utworzono na studni kaskady solne o charakterze zdrojowym. W 2011 roku na terenie tężni odkryto drugą studnię kamienną pochodzącą z XVII wieku. Wydobywana solanka zawiera dużą ilość sodu, jodków, bromków czy chlorków. Tężnie są szczególnie atrakcyjne dla kuracjuszy oraz dzieci. Bliskość lasu dodaje miejscu walorów przyrodniczych i podnosi jakość jodowanego powietrza.⁷

Po ustaleniu kwestii organizacyjnych każdy z partnerów wytypował przepisy, nad którymi wspólnie z osobami z pozostałych zespołów, będzie chciał pracować. Z założenia wszyscy uczestnicy angażowani byli w działania wspólne, a nie tylko w przygotowanie potraw, reprezentujących ich kraj. Na podstawie dostarczonych przepisów STAWIL zakupił niezbędne produkty spożywcze.



⁷ <https://greenvelo.pl/detal/375-greenvelo-solonka-teznie-solne>



Przepisy przygotowane przez zespół z Polski

Zalewajka

Składniki:

Bulion drobiowy: 1 l

Zakwas żuru: 1 l

Wędzonka: 500 g

Borowik: 200 g

Sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Śmietana kwaśna: 300 ml

Cebula: 1 szt.

Czosnek: 4 ząbki

Smalec do smażenia

Opis przygotowania:

Wędzonkę pokroić w kostkę, podsmażyć na smalcu. Cebulę pokroić w kostkę, czosnek drobno posiekać, dodać do smażonej wędzonki. Bulion wymieszać z żurem i zagotować z przyprawami. Dodać wędzonkę z cebulą i czosnkiem. Gotować 30 min.





Kaszotto z grzybami

Składniki:

Kasza pęczak: 1kg

Masło: 100 g

Oliwa z oliwek: 3 łyżki

Grzyby suszone: 50 g

Bulion warzywny: 2 l



Opis przygotowania:

Postępować jak przy risotto – na oliwie podsmażyć kaszę, dodawać bulion partiami.

Osobno ugotować grzyby i razem z wywarem

dodać do kaszy. Doprawić solą i pieprzem, po ściągnięciu z ognia dodać masło i wymieszać.





Pulpety z karku wołowego

Składniki:

Kark wołowy mielony: 1 kg

Cebula drobno pokrojona: 2 szt.

Czosnek: 4 zębki

Bułka namoczona: 3 szt.

Natka pietruszki i koper drobno pokrojone

Bulion wołowy: 0,5 l

Sól, pieprz

Śmietana 18%: 250 ml

Mąka: do obtoczenia

Olej do smażenia

Jajka: 3 szt.



Opis przygotowania:

Bułkę namoczoną i zmieloną wymieszać z mięsem, zieleńką, jajkami i przyprawami. W trakcie mieszania dolewać bulion wołowy. Formować małe pulpety. Pulpety oprószyć mąką i podsmażyć. Podlać pozostałym bulionem i dusić 30 min. Zagęścić śmietaną lub zasmażką.





Sałatka polsko-włosko-grecka

Składniki:

Sałata Rzymska: 200 g

Figi: 4 szt.

Grecki ser kozi lub owczy: 200 g

Orzechy włoskie w karmelu: garść

Cebula czerwona: 1 szt.

Pomidorki koktajlowe: 10 szt.

Dressing z dodatkiem cytrusów

Sok z cytryny i limonki: 2 łyżki

Skórka z cytryny i limonki: 2 łyżeczki

Miód: 1 łyżka

Ocet (np. jabłkowy): 2 łyżki

Oliwa extra virgin: ¼ szklanki

sól morska, świeżo mielony pieprz



Opis przygotowania:

Figi przekroić na połówki, posypać cukrem, skarmelizować palnikiem. Na półmisku rozłożyć sałatę, na nią położyć ser pokrojony w kostkę, przekrojone na pół pomidorki koktajlowe, pokrojoną w piórka cebulę oraz skarmelizowane figi. Składniki na dressing dokładnie wymieszać. Przygotowaną sałatę połączyć cytrusowym dressingiem.



Współfinansowane przez
Unię Europejską





Przepisy przygotowane przez zespół z Włoch

Pasta all'amatriciana

Składniki:

Makaron bucatini lub spaghetti: 320 g

Guanciale: 150 g

Pomidory bez skórki: 400g

Ser: pecorino Romano lub parmezan: 80 g

Białe wytrawne wino: ½ szklanki

Papryczka chili: 1 szt.

Oliwa extra virgin

Sól



Opis przygotowania:

Umieścić guanciale pokrojone w paski (małe równe prostokąty, niezbyt cienkie) na patelni razem z małym kawałkiem papryczki chili.

Podgrzej na dużym ogniu (bez dodawania oleju), aż będą rumiane, chrupiące i złociste, ale nie przypalone i uwolnią cały olej.



Następnie odsącz kawałki guanciale i odłóż je na bok, a w międzyczasie na patelnię z tłuszczem pozostałym po guanciale dodaj papryczkę chili.

Dodaj kolejne 2 łyżki oliwy na patelnię, pozwól jej się rozgrzać. Zdeglasuj białym winem, gdy całkowicie odparuje, dodaj obrane ze skórki pomidory pokrojone na małe kawałki.

Następnie gotuj na umiarkowanym ogniu przez około 15-18 minut.

Na koniec dodaj sól. W międzyczasie dodaj sól do wody na makaron. Na koniec gotuj makaron przez około 4 minuty (ma tylko zmięknąć). Odcedź makaron i umieść go bezpośrednio na patelni z sosem.

Pozwól bucatini/ spaghetti podsmażyć się na patelni. Pod koniec gotowania dodaj starty ser, chrupiący boczek i wymieszaj wszystko razem.

Spróbuj na gorąco! Jeśli coś zostanie, można to odgrzać następnego dnia z 1 łyżką oliwy lub zrobić smaczny omlet z makaronem!

VINCISGRASSI

Składniki:

Makaron jajeczny w bardzo cienkich

płatach: 250 g

Tarty parmezan: 500g

Mozzarella: 800g

Oliwa z oliwek do smaku

Ragout mięsne:

Mięso mielone: 500 g

Kiełbasa: 500 g

Marchewka: 1 szt.

Seler naciowy: 2 łodygi

Cebula: 1 szt.

Białe wino do smaku





Opis przygotowania:

Przede wszystkim, przygotowując vincisgrassi, poświęć się przygotowaniu sosu mięsnego.

Posiekaj seler, marchewkę i cebulę i zrumień na dużej patelni z odrobiną oleju. Następnie dodaj mięso mielone i kielbasę. Całość dobrze zrumień. Dodaj przecier pomidorowy i dopraw solą i pieprzem.

Zmniejszyć ogień i gotować sos mięsny przez około dwie godziny, od czasu do czasu mieszając. Na blasze do pieczenia rozłożyć warstwę sosu mięsnego, dodać arkusz ciasta francuskiego i przykryć większą ilością sosu mięsnego oraz obficie posypać startym parmezanem i cienko pokrojoną mozzarellą. Powtórzyć sekwencję do 10 warstw (jest to jedna z cech charakterystycznych vincisgrassi). Piec w temperaturze 180°C przez około 30 minut.

Tiramisu

Składniki:

Mascarpone: 750 g

Cukier: 120 g

Jajka: 260 gramów (ok. 5 średnich)

Kawa mokka

Biszkopty: 250 g

Gorzkie kakao w proszku: do
posypania





Opis przygotowania:

Najpierw przygotuj kawę i pozwól jej ostygnąć. Dodaj cukier do smaku.

Oddziel białka i żółtka.

Ubij żółtka trzepaczką elektryczną, dodając połowę cukru, aż się spienią; teraz dodaj mascarpone, aż będzie gęste i dość twarde. Włóż do lodówki.

Białka ubij na sztywną pianę z pozostałym cukrem. Gdy uzyskasz sztywną masę (kiedy odwrócisz miskę do góry dnem, zawartość nie może wypaść), dodaj krem mascarpone, delikatnie obracając od dołu do góry.

Krem mascarpone jest już gotowy.

Rozłóż obfitą łyżkę na dnie formy do pieczenia, zanurz biszkopty w kawie na kilka sekund i rozprowadź je, starając się ułożyć je w tym samym kierunku, tworząc warstwę. Dodaj krem mascarpone i wyrównaj, całkowicie przykrywając biszkopty.

Postępuj w ten sam sposób, tworząc kolejną warstwę biszkoptów i kremu mascarpone.

Na koniec posyp całą górną warstwę kakao w proszku.

Pozostaw w lodówce na kilka godzin, a tiramisu będzie gotowe do spożycia.

Przepisy przygotowane przez zespół z Grecji

Moussaka

Składniki:

Mielona wołowina lub jagnięcina: 500g

ground

Bakłażan: 2 duże

Ziemniaki: 2 duże

Cebula: 1 (pokrojona)

Czosnek: 2 zębki (przeciśnięte)

Pomidory z puszki: 400g

Przecier pomidorowy krojone: 2 łyżeczki

Oregano suszone: 1 łyżeczka

Tymianek suszony: 1 łyżeczka

Cynamon mielony: 1/2 łyżeczki

Sól i pieprz do smaku

Parmezan tarty: 50 g

Bułka tarta: 50g

Oliwa do smażenia



Opis przygotowania:

Nagrząć piekarnik do 180°C (350°F).

Ziemniaki obrać i pokroić w cienkie plastry. Bakłażany pokroić wzdłuż w plastry. Na rozgrzanej oliwie delikatnie zeszklić cebule i czosnek. Dodać mielone mięso, podsmażyć do zbrązowienia. Odsączyć nadmiar tłuszczu.

Wymieszać z pokrojonymi pomidorami, przecierem pomidorowym, oregano, tymiankiem, cynamonem, solą i pieprzem. Dusić 10 minut.

Na osobnej patelni podsmaż plastry bakłażana i ziemniaków na złoty kolor. Odsączyć z nadmiaru oleju na ręcznikach papierowych.

W naczyniu do pieczenia ułóż połowę plasterków bakłażana i ziemniaków. Rozłóż równomiernie mieszankę mięsną na ziemniakach i bakłażanie. Na wierzch połów pozostałe plasterki bakłażana i ziemniaków.

Wymieszaj parmezan z bułką tartą, posyp po wierzchu. Piec 45-50 minut, aż będzie złociste i bulgoczące. Przed podaniem pozwól mu lekko ostygnąć.

Spanakopita

Składniki:

CIASTO

Mąka pszenna: 500 g

Oliwa z oliwek: 100 ml

Ocet winny (biały): 20 ml

Cukier kryształ: 10 g

Sól: 1 1/2 łyżeczki

Woda: 210 ml

Oliwa z oliwek: 200 ml (do posmarowania)

Nadzienie:

Oliwa z oliwek: 2 łyżki

Cebula dymka: 3 szt.

Szpinak: 1 kg

Mięta grubo siekana: 1/2 pęczka grubo

1 pęczek hartworta (śródziemnomorskie zioło)

Oregano: 4 gałązki świeże

Koper: 1/3 pęczka

Skórka cytrynowa: z 1 cytryny

Ser feta: 500 g (pokruszonego)

Serek śmietankowy: 200 g



Opis przygotowania:

Rozgrzej piekarnik do 190°C (374°F).

Szpinak podsmaż na patelni, aż zwiędnie i płyn odparuje. Przełóż do miski. Dodaj posiekaną dymkę, miętę, koperek, skórkę z cytryny, pokruszony ser feta, serek śmietankowy, oliwę, sól i pieprz.

Dobrze wymieszaj.

Ciasto filo podzieli na 6 równych części. Rozwałkuj pierwszy kawałek ciasta cienko na blacie posypanym mąką. Okrągłą formę do pieczenia o średnicy 30 cm posmaruj oliwą z oliwek. Na dnie formy ułóż 4 arkusze filo, skrop oliwą. Dodaj równomiernie nadzienie szpinakowe do filo. Przykryj jeszcze 2 arkuszami filo i skrop oliwą z oliwek. Połóż ostatni arkusz filo na cieście, zawiń krawędzie. Natnij powierzchnię nożem, skrop pozostałą oliwą z oliwek.

Piecz 45-60 minut, aż będą złociste i chrupiące. Wyjmij z piekarnika, pokrój na kawałki i podawaj.





Galatopita

Składniki:

Ciasto filo: 6 arkuszy

Masło: 100 g masła

Cynamon: 1 łyżka

Cukier puder: 2 łyżki

SKŁADNIKI NA KREM

Mleko: 3 litry (na dużą patelnię)

Cukier: 2 szklanki

Skórka z cytryny lub pomarańczy: 1 szklanka

Mąka: 10 pełnych łyżek (4 mąki pszennej, 4 kaszy manny, 2 mąki kukurydzianej)

Wanilia: 3 laski

Jajka: 5 szt.

Masło: 1 łyżka

Opis przygotowania:

Podgrzej mleko w rondlu na średnim ogniu. Gdy zacznie wrzeć, dodaj cukier, skórkę, laskę wanilii, mąki, mieszaj przez 2-3 minuty, aż lekko zgęstnieje. Zdjąć z ognia, dodać masło i jajka, wymieszać trzepaczką.

Na blaszce układamy 6 arkuszy ciasta francuskiego jeden po drugim, smarując każdy z nich dokładnie roztopionym masłem. Arkusze układa się na bocznych ściankach arkusza. Długie i krótkie boki można obracać.

Rozłóż równomiernie nadzienie na blaszce wyłożonej ciastem i złoż brzegi ciasta do wewnątrz, tak aby lekko przylegały do nadzienia.

Ciasto mleczne pieczemy w temperaturze 190°C przez ok. 60 minut. Jeżeli powierzchnia stanie się ciemniejsza, blachę można po ok. 35 minutach przykryć papierem do pieczenia i kontynuować pieczenie.

Odstawić do ostygnięcia na około 20 minut i posypać cukrem pudrem i cynamonem.



Wnioski z międzynarodowego think tanku

W międzynarodowym think tanku wzięło udział ostatecznie 30 osób (w tym 15 z Polski, 8 z Włoch i 7 z Grecji). Organizacji spotkania, w stosunkowo różnorodnym kulturowo gronie, pozwoliła uzyskać ciekawe rezultaty:

- wymiana kulturowa: uczestnicy mieli okazję poznać i doświadczyć różnorodności kulturowej i kulinarnej każdego kraju; mogli uczyć się o tradycyjnych potrawach, zwyczajach kulinarnej sztuki oraz o różnicach i podobieństwach w podejściu do gotowania i jedzenia; różnice te były szczególnie zauważalne w porównaniu Polski z Grecją i Włochami,
- nawiązywanie nowych relacji: spotkanie takiej różnorodnej grupy osób prowadziło do nawiązania nowych kontaktów i relacji międzykulturowych; uczestnicy mieli okazję poznać się nawzajem, dzielić się swoimi doświadczeniami i zainteresowaniami, co może przyczynić się do budowania więzi między ludźmi z różnych krajów; uczestnicy stworzyli wspólną grupę w aplikacji Whatsapp i wymieniali się zdjęciami i przepisami;
- rozwój umiejętności kulinarnych: wspólne gotowanie było doskonałą okazją do nauki nowych technik kulinarnych, poznawania nowych składników i potraw oraz doskonalenia umiejętności gotowania; każdy kraj ma swoje unikalne tradycje kulinarne, dlatego uczestnicy mogli wiele się nauczyć od siebie nawzajem;
- wymiana wiedzy i doświadczeń: oprócz kulinarnych umiejętności, uczestnicy mogli również wymieniać się wiedzą na temat swoich krajów, historii, tradycji oraz obyczajów, mogli dzielić się swoimi doświadczeniami życiowymi i zawodowymi, co prowadziło do wzajemnego inspirowania się i zdobywania nowych perspektyw;
- kreowanie więzi międzykulturowych: poprzez wspólne działanie i współpracę nad projektem, uczestnicy mieli okazję do budowania więzi międzykulturowych opartych na wzajemnym szacunku, zrozumieniu i tolerancji; takie spotkania mogą pomóc w promowaniu idei współpracy ponadnarodowej i porozumienia.

W ramach spotkania międzynarodowego zorganizowano uroczystą kolację – aby stworzyć uczestnikom spotkania dodatkową okazję do wymiany doświadczeń związanych z tematyką spotkania oraz do nawiązywania znajomości i budowania relacji (rozmowy o tradycjach kulinarnych, charakterystycznych dla danego kraju czy rejonu, tańcach, muzyce).



W sytuacjach ewentualnej bariery językowej – uczestnicy komunikowali się wykorzystując gest, mimikę, pokaz oraz translatory dostępne w Internecie w oparciu o własne telefony.

Ogólnie rzecz biorąc, tego rodzaju międzynarodowe spotkania mogą przynieść wiele korzyści dla wszystkich uczestników, zarówno pod względem osobistym, jak i zawodowym, oraz przyczynić się do promowania dialogu międzykulturowego i wzajemnego zrozumienia.



Wartymi podkreślenia rezultatami spotkania, są te związane z funkcjonowaniem organizacji partnerskich. STAWIL jako instytucja odpowiedzialna za realizację zadania, nabył nowe doświadczenia, a jego zespół rozwinął swoje umiejętności organizacyjne, ucząc się równocześnie reagowania na zmienność sytuacji. W trakcie think tanku pojawiły się sytuacje wynikające z różnic międzykulturowych, których wystąpienie zaskoczyło zespół, ale dzięki wspólnemu działaniu osób zarządzających i ekspertów, międzynarodowy think tank okazał się wielkim sukcesem.



Współfinansowane przez
Unię Europejską





Część 3 Description of questionnaires and feedback from participants

W celu ewaluacji działań podjętych w ramach lokalnych think tanków i międzynarodowego spotkania, wśród uczestników przeprowadzono badanie ankietowe.

Metodologia ankietowania obejmowała dystrybucję formularzy ankiety w formie papierowej lub elektronicznej wśród uczestników spotkań po ich zakończeniu. Ankiety zawierały pytania dotyczące różnych aspektów spotkań, w tym ich wpływu na wiedzę i postawy uczestników, a także spostrzeżeń, wniosków i sugestii uczestników dotyczących zrealizowanych działań.

Kontekst badań obejmuje jego międzynarodowy charakter projektu oraz jego zakres tematyczny.

Zrealizowane spotkania były częścią większego projektu, mającego na celu wytworzenie w ramach współpracy ponadnarodowej narzędzi edukacyjnych, powszechnie dostępnych i atrakcyjnych na wielu płaszczyznach, dostosowanych do potrzeb osób z różnych grup wiekowych.

Uczestnicy uzupełniali dwa rodzaje ankiet – jedna ankiety dotyczy wniosków po spotkaniach lokalnych, a druga po spotkaniu międzynarodowym. Analiza wyników ankiet pozwoli na lepsze zrozumienie opinii i odczuć uczestników wobec spotkań.

3.1 Badanie ankietowe dotyczące lokalnych think tanków

Ankiety dotyczące zrealizowanych lokalnych think tanków uzupełniło łącznie 109 osób, w tym 50 osób z Polski, 30 osób z Włoch oraz 29 osób z Grecji. Uczestnikom zdano 7 zamkniętych pytań, w których zostali poproszeni o ocenienie na ile zgadzają się z przedstawionymi stwierdzeniami związanymi z realizowanymi think tankami (w odniesieniu do wszystkich zrealizowanych spotkań). Uczestnicy mogli odpowiedzieć wskazując jedną z następujących opcji:

- zdecydowanie się zgadzam
- zgadzam się
- nie wiem
- zdecydowanie się nie zgadzam
- nie zgadzam się.

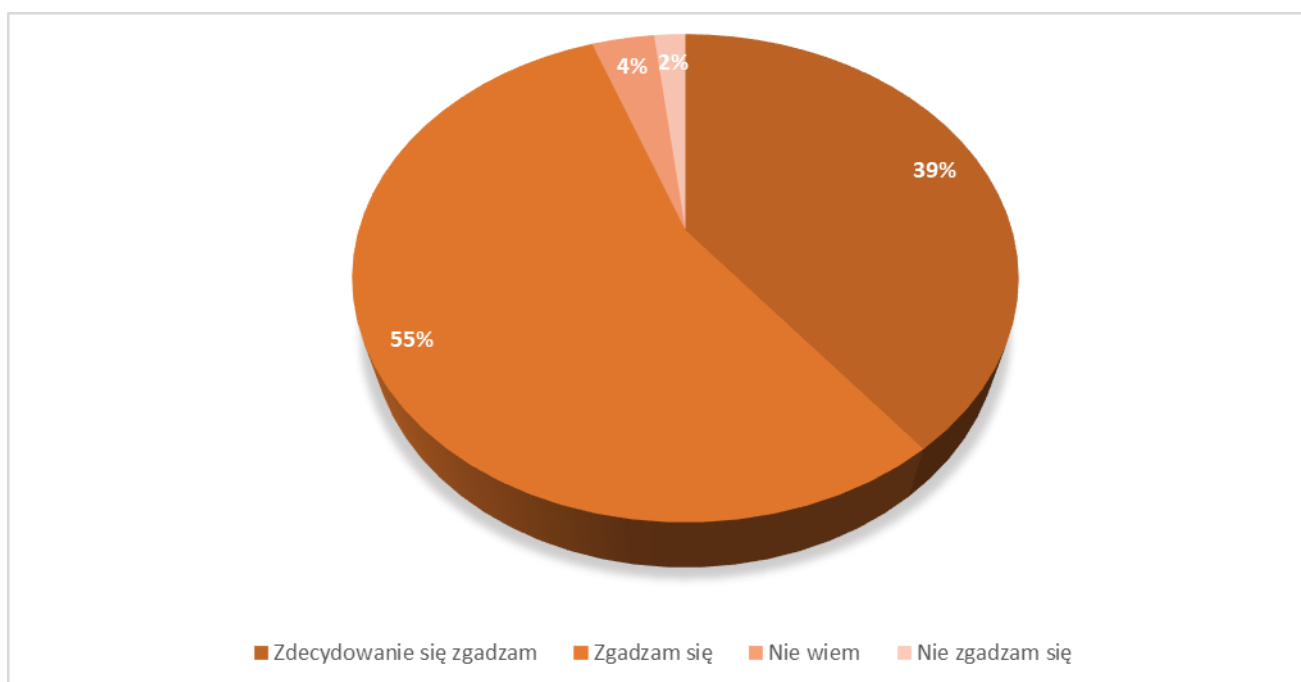
Uczestnicy mogli odpowiedzieć również na jedno otwarte pytanie dotyczące ich własnych wniosków i spostrzeżeń.

Poniżej przedstawimy analizę uzyskanych wyników.



Stwierdzenie 1: Udział w spotkaniach wpłynął na rozwój moich umiejętności związanych z wykorzystaniem smartfonu, Internetu, wyszukiwaniem informacji, korzystaniem z mediów społecznościowych (np. Facebook), itp. w życiu codziennym.

Łącznie 94,5% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosła się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. Pozostali uczestnicy wskazali odpowiedź: nie wiem (3,67%) oraz nie zgadzam się (1,83%). W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu realizującego spotkania. 93,33% uczestników spotkań organizowanych przez NR odniosło się pozytywnie do powyższego stwierdzenia, 6,67% (2 osoby), wskazało na odpowiedź: nie wiem. Z kolei w przypadku spotkań realizowanych przez iED, odpowiedź zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się wskazało 86,21% ankietowanych, a po 6,90% (po 2 osoby) ankietowanych wskazało odpowiedź: nie wiem i nie zgadzam się. Wśród uczestników spotkań realizowanych przez STAWIL odpowiedzi pozytywne stanowią 100% wskazań.

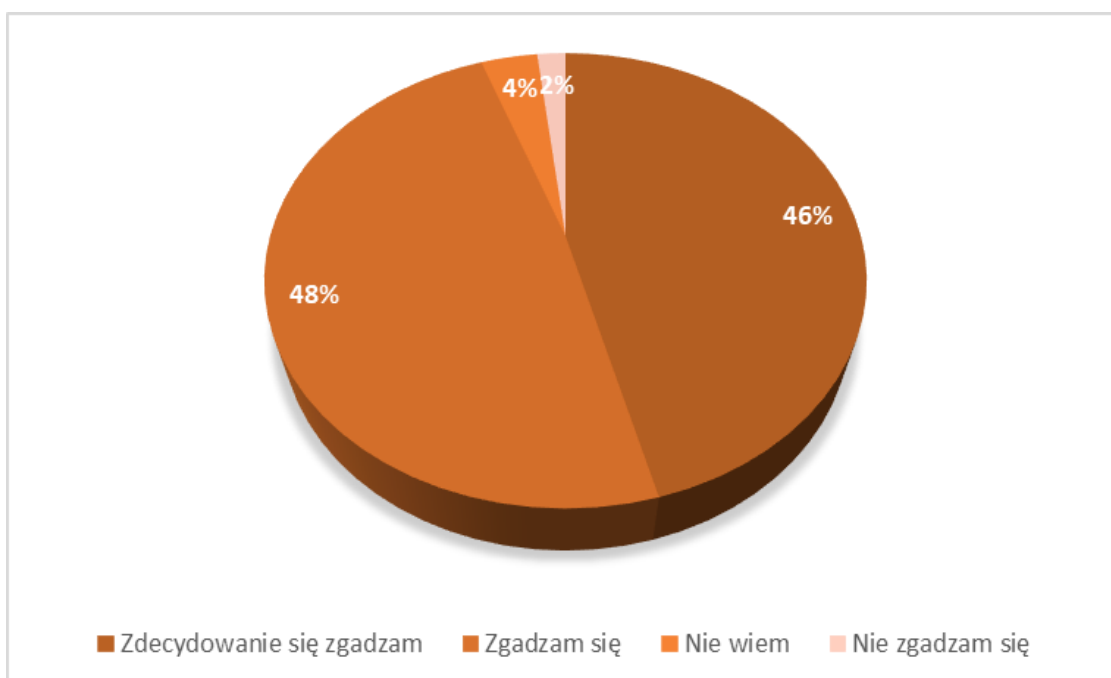


Wykres 1 Wpływ udziału w lokalnych think tankach na rozwój umiejętności związanych z wykorzystaniem smartfonu, Internetu, wyszukiwaniem informacji, korzystaniem z mediów społecznościowych (np. Facebook), itp. w życiu codziennym



Stwierdzenie 2: Udział w spotkaniach wpłynął na rozwój mojej wiedzy związanej z tradycyjnym przygotowaniem potraw (wiedza kulinarno-kulturalna)

Podobnie jak, w przypadku stwierdzenia 1 łącznie 94,5% wszystkich uczestników badania wskazało pozytywne odpowiedzi (zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się). Pozostali uczestnicy wskazali odpowiedź: nie wiem (3,67%) oraz nie zgadzam się (1,83%). W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu realizującego spotkania. 96,67% uczestników spotkań organizowanych przez NR odniosło się pozytywnie do powyższego stwierdzenia, 3,33% (1 osoba), wskazało na odpowiedź: nie wiem. Z kolei w przypadku spotkań realizowanych przez iED, odpowiedź zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się wskazało 82,76% ankietowanych, 10,34% (3 osoby) ankietowanych wskazało odpowiedź: nie wiem, a 6,90% (2 osoby) wskazało odpowiedź: nie zgadzam się. Wśród uczestników spotkań realizowanych przez STAWIL odpowiedzi pozytywne stanowią 100% wskazań.



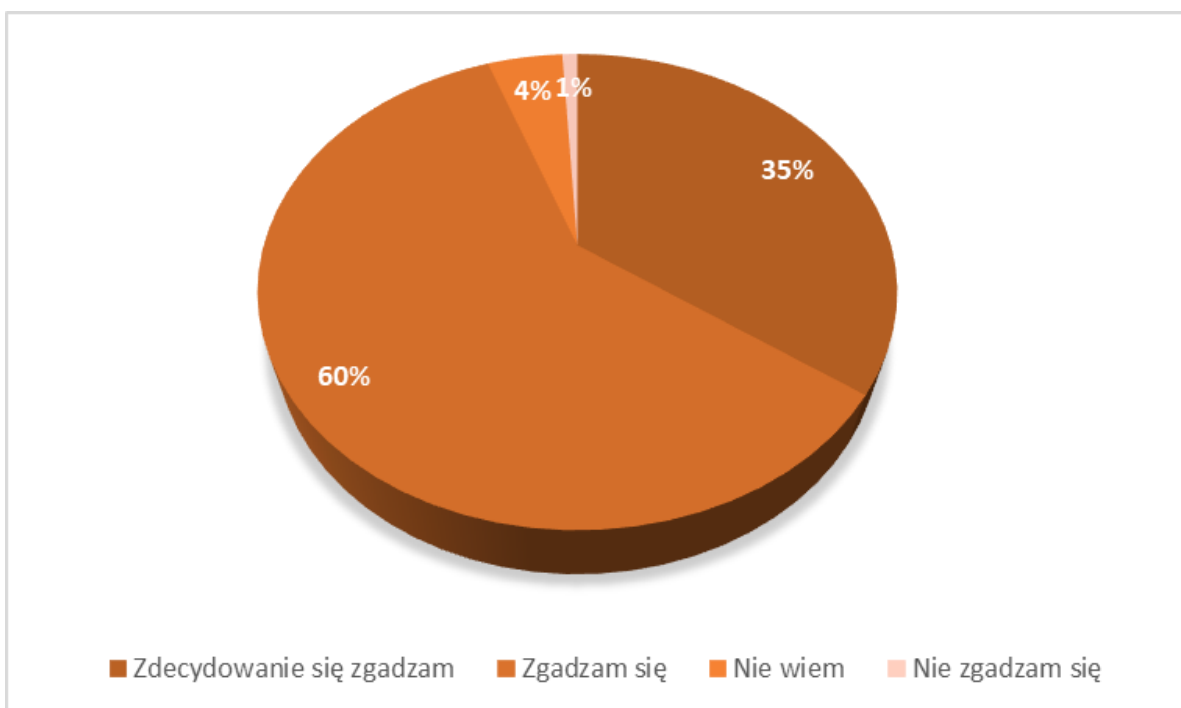
Wykres 2 Wpływ udziału w lokalnych think tankach na rozwój wiedzy związanej z tradycyjnym przygotowaniem potraw (wiedza kulinarno-kulturalna)

Stwierdzenie 3: Jest dla mnie ważne to, że biorąc udział w spotkaniach lokalnych mogłam/tem wymieniać się wiedzą z innymi uczestnikami i prowadzącymi



W przypadku 3 stwierdzenia zauważalna jest większa różnorodność odpowiedzi.

Łącznie 94,5% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosła się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam (34,86% odpowiedzi) i zgadzam się (59,63% odpowiedzi). Pozostali uczestnicy wskazali odpowiedź: nie wiem (4,59%) oraz nie zgadzam się (0,92%). Zdecydowanie więcej uczestników z Włoch niż z Polski i Grecji wskazuje odpowiedź: zdecydowanie zgadzam się. Odpowiednio: 53,33% (NR), 28% (STAWIL) i 27,59% (iED). Łącznie 96,67% uczestników spotkań organizowanych przez NR odniosło się pozytywnie do powyższego stwierdzenia, 3,33% (2 osoba), wskazało na odpowiedź: nie wiem. Z kolei w przypadku spotkań realizowanych przez iED, odpowiedź zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się wskazało 89,66% ankietowanych, 6,90% (2 osoby) ankietowanych wskazało odpowiedź: nie wiem, a 3,45% (1 osoba) wskazało odpowiedź: nie zgadzam się. Wśród uczestników spotkań realizowanych przez STAWIL odpowiedzi pozytywne stanowią 96% wskazań. 4% osób wskazało odpowiedź: nie wiem.

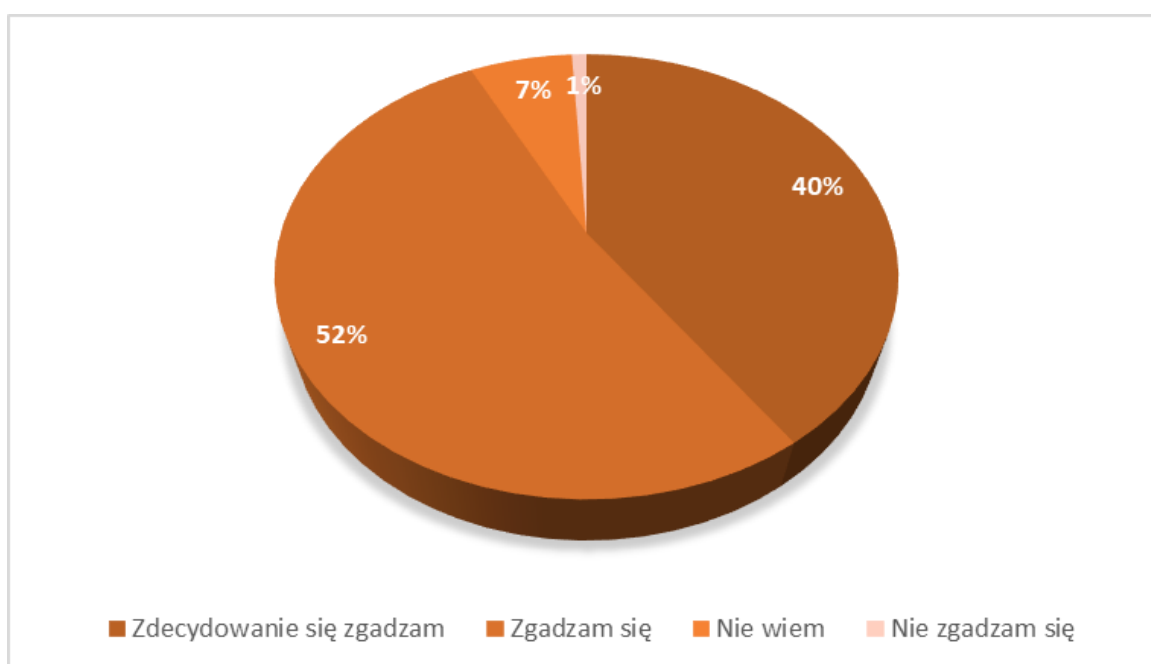


Wykres 3 Znaczenie możliwości wymiany wiedzy w trakcie lokalnych think tanków dla uczestników



Stwierdzenie 4: Dzięki uczestnictwu w spotkaniach lokalnych nabyłam/ łem większej pewności w wykorzystaniu nowoczesnego sprzętu w kuchni oraz wykorzystaniu Internetu do wyszukiwania informacji

Łącznie 92,66% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosło się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. Pozostali uczestnicy wskazali odpowiedź: nie wiem (6,42%) oraz nie zgadzam się (0,92%). W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu realizującego spotkania. 86,67% uczestników spotkań organizowanych przez NR odniosło się pozytywnie do powyższego stwierdzenia, 13,33% (4 osoby), wskazało na odpowiedź: nie wiem. Z kolei w przypadku spotkań realizowanych przez iED, odpowiedź zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się wskazało 96,55% ankietowanych, a 3,45% (1 osoba) ankietowanych wskazało odpowiedź: nie zgadzam się. Wśród uczestników spotkań realizowanych przez STAWIL odpowiedzi pozytywne stanowią 94% wskazań. Z kolei 6% (3 osoby) wskazało odpowiedź: nie wiem.



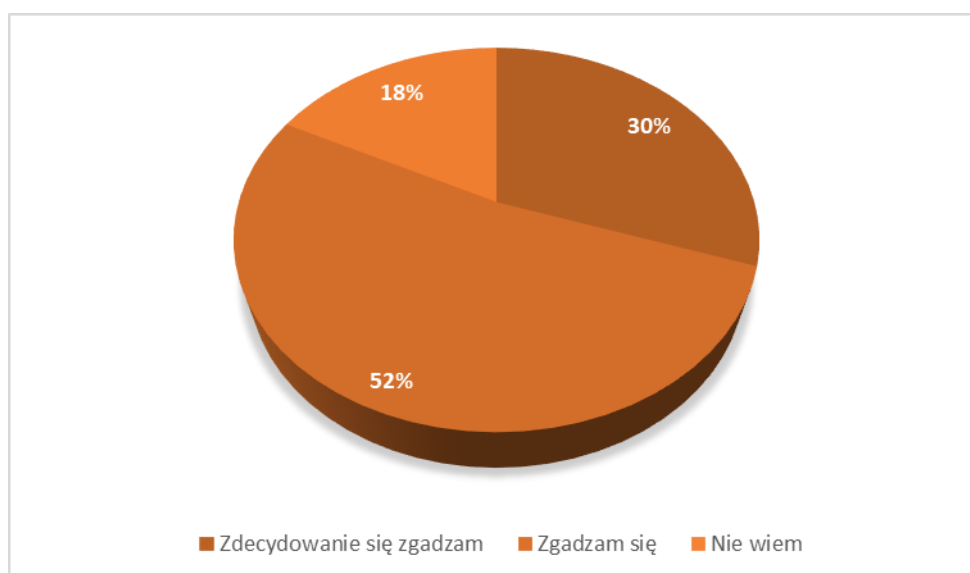
Wykres 4 Wpływ uczestnictwa w spotkaniach lokalnych na nabycie przez uczestników pewności w wykorzystaniu nowoczesnego sprzętu w kuchni oraz wykorzystaniu Internetu do wyszukiwania informacji



Stwierdzenie 5: Dzięki realizowanym spotkaniom lokalnym planowane filmy i ebook będą lepiej dopasowane do potrzeb związanych z rozwojem kompetencji podnoszących jakość życia

Łącznie 82,57% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosła się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. Pozostali uczestnicy wskazali odpowiedź: nie wiem (17,43%). W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu realizującego spotkania. 73,33% uczestników spotkań organizowanych przez NR odniosło się pozytywnie do powyższego stwierdzenia, 26,67% (8 osób), wskazało na odpowiedź: nie wiem. Z kolei w przypadku spotkań realizowanych przez iED, odpowiedź zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się wskazało 72,41% ankietowanych, a po 27,59% (8 osób) ankietowanych wskazało odpowiedź: nie wiem. Wśród uczestników spotkań realizowanych przez STAWIL odpowiedzi pozytywne stanowią 94% wskazań. Pozostałe 6% ankietowanych wskazało odpowiedź: nie wiem.

Powyższe stwierdzenie służyło weryfikacji założonego w projekcie wskaźnika: Procent uczestników spotkań pozytywnie oceniających wpływ podejmowanych działań w ramach lokalnych „think tanków” na możliwość wypracowania narzędzi edukacyjnych służących rozwijaniu kompetencji podnoszących jakość życia. W projekcie założono wartość wskaźnika na poziomie 80%. Mając na uwadze wskazania uczestników spotkań lokalnych, należy uznać, że osiągnięto zakładany wskaźnik.

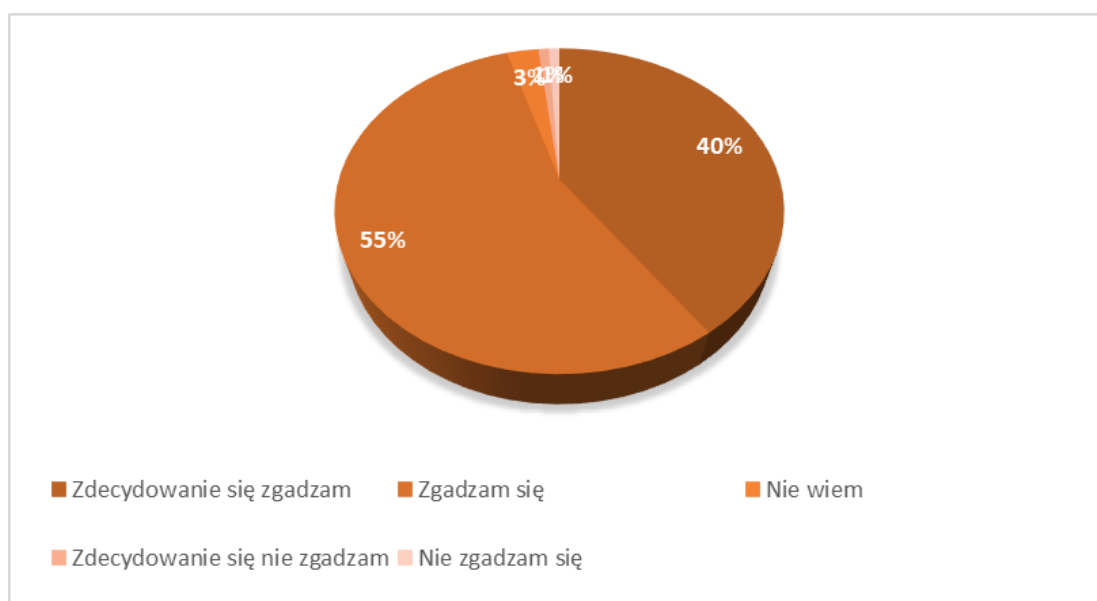


Wykres 5 Ocena wpływu realizowanych spotkań lokalnych na dopasowanie planowanych filmów i ebooka do potrzeb związanych z rozwojem kompetencji podnoszących jakość życia



Stwierdzenie 6: Udział w spotkaniach spowodował u mnie wzrost akceptacji dla siebie samej/samego oraz swoich umiejętności i wiedzy w zakresie ICT?

Łącznie 95,41% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosła się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. Pozostali uczestnicy wskazali odpowiedź: nie wiem (2,75%) oraz po 1 osobie (tj. po 0,92%) wskazało odpowiedź: zdecydowanie się nie zgadzam i nie zgadzam się. W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu realizującego spotkanie. 90% uczestników spotkań organizowanych przez NR odniosło się pozytywnie do powyższego stwierdzenia, 10% (3 osoby), wskazało na odpowiedź: nie wiem. Z kolei w przypadku spotkań realizowanych przez iED, odpowiedź zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się wskazało 93,1% ankietowanych, a po 3,45% (po 1 osobie) ankietowanych wskazało odpowiedź: zdecydowanie się nie zgadzam i nie zgadzam się. Wśród uczestników spotkań realizowanych przez STAWIL odpowiedzi pozytywne stanowią 100% wskazań. Co oznacza, że ogółem uczestnicy spotkań realizowanych przez STAWIL i iED lepiej oceniają wpływ udziału w spotkaniach lokalnych na ich poziom akceptacji samej/samego oraz swoich umiejętności wiedzy w zakresie IT niż uczestnicy spotkań organizowanych przez NR. Z kolei mimo ogólnie bardzo wysokiego wskaźnika pozytywnych odpowiedzi, wśród uczestników spotkań iED pojawią się również negatywne oceny.

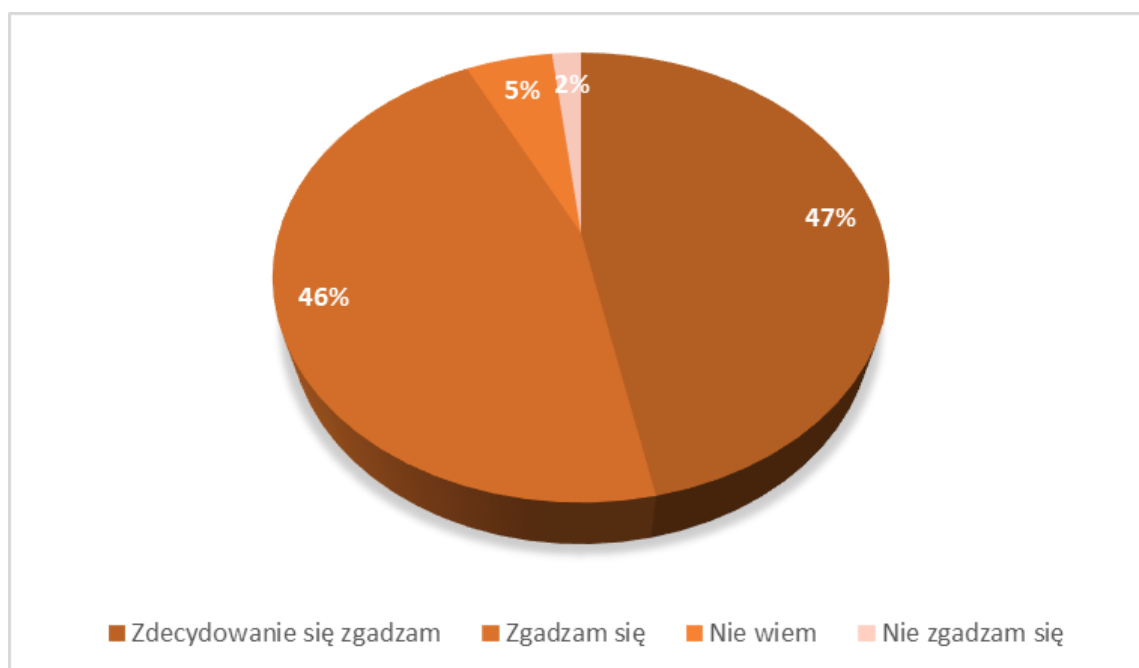


Wykres 6 Ocena wpływu udziału w spotkaniach lokalnych na wzrost akceptacji dla siebie samej/samego oraz swoich umiejętności i wiedzy w zakresie ICT



Stwierdzenie 7: Udział w spotkaniach zwiększył moje przekonanie do wykorzystywania w życiu codziennym wiadomości i umiejętności pozyskanych w ramach spotkań, w szczególności w zakresie ICT?

Łącznie aż 92,66% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosła się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. Pozostali uczestnicy wskazali odpowiedź: nie wiem (5,5%). Dwie osoby (1,83% wszystkich badanych), wskazała odpowiedź: nie zgadzam się. W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu realizującego spotkanie. 90% uczestników spotkań organizowanych przez NR odniosło się pozytywnie do powyższego stwierdzenia, 10% (3 osoby), wskazało na odpowiedź: nie wiem. Z kolei w przypadku spotkań realizowanych przez iED, odpowiedź zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się wskazało 86,21% ankietowanych, a po 6,9% (po 2 osoby) ankietowanych wskazało odpowiedź: nie wiem i nie zgadzam się. Wśród uczestników spotkań realizowanych przez STAWIL odpowiedzi pozytywne stanowią 98% wskazań. Pozostałe 2% (1 osoba) ankietowanych wskazało odpowiedź: nie wiem.



Wykres 7 Ocena wpływu udziału w spotkaniach lokalnych na wzrost przekonania do wykorzystywania w życiu codziennym wiadomości i umiejętności pozyskanych w ramach spotkań, w szczególności w zakresie ICT



Pytanie otwarte: Własne spostrzeżenia, wnioski i sugestie, dotyczące odbytych spotkań

Nieco poniżej 50% uczestników zdecydowało się odpowiedzieć na pytanie otwarte. Wszystkie komentarze były pozytywne. Zdarzyły się odpowiedzi „brak komentarza” lub „wszystko ok”, które nie są brane. Uczestnicy podzielili się wnioskami, które można zebrać w następujące grupy:

- dobra organizacja spotkań oraz ciekawa, przekrojowa tematyka,
- metoda realizacji think tanków pozwoliła na poprawę kompetencji cyfrowych, co jest bardzo pomocne,
- idea think tanków jako pozytywne i pomocne działanie, które według uczestników powinno być oferowane w różnych miastach,
- dzielenie się wiedzą, doświadczeniami, opiniami i pomysłami, jest bardzo przydatne i rozwojowe,
- kontekst grupowy jest najcenniejszym elementem, który wzbudził zaufanie uczestników
- udział w spotkaniach pozwolił odkrywać znacznie tradycji, a zwłaszcza sztuki gotowania, a także odkrywać interesujące fakty o kulturze, co było wzbogacające i pobudziło uczestników do wykorzystywania technologii cyfrowych i gotowania (poza spotkaniami),
- sposób realizacji think tanków pozwolił na przekrojowy rozwój umiejętności,
- think tanki dały uczestnikom możliwość uczestniczenia w działaniach, które na co dzień nie są organizowane w ich otoczeniu
- spotkania pozwoliły uczestnikom odkryć, jak dużo wiedzą na temat gotowania.

Wnioski:

Ankietowani wyraźnie wykazali zadowolenie z przyjętej formy aktywności (lokalnych think tanków), podkreślając korzyści zarówno w obszarze kulinarnym, jak i technologicznym.

Uczestnictwo w takich spotkaniach pozwoliło im nie tylko rozwijać umiejętności kulinarne i poznawać nowe przepisy, ale również poszerzać swoje kompetencje w obszarze technologii informacyjno-komunikacyjnych.



Główne pozytywne aspekty zrealizowanych think tanków (na podstawie wskazań ankietowanych):

- integracja społeczna: spotkania te sprzyjały integracji lokalnej społeczności, tworząc okazję do wspólnego spędzania czasu oraz wymiany doświadczeń,
- rozwój umiejętności kulinarnych: uczestnicy mieli możliwość uczenia się nowych technik gotowania, poznawania różnorodnych kuchni oraz eksperymentowania z nowymi przepisami,
- poszerzenie kompetencji ICT: poprzez wymianę wiedzy i doświadczeń w obszarze technologii, uczestnicy zyskali nowe umiejętności z zakresu obsługi smartfonów, Internetu, aplikacji oraz programów związanych z gotowaniem i kulinariami,
- kreowanie pozytywnych relacji społecznych: spotkania sprzyjały budowaniu sieci kontaktów oraz tworzeniu pozytywnego środowiska, w którym uczestnicy mogli wzajemnie motywować się do rozwoju,
- radość z nauki: wielu uczestników podkreśliło radość płynącą z nauki nowych rzeczy zarówno w kuchni, jak i w obszarze technologicznym, co wpłynęło pozytywnie na ich samopoczucie i satysfakcję z uczestnictwa w spotkaniach.

Podsumowując, wyniki ankiet wskazują, że spotkania realizowane w społecznościach lokalnych, które integrują gotowanie z nauką kompetencji ICT, są bardzo pozytywnie odbierane przez uczestników. Takie inicjatywy mogą stanowić cenne narzędzie wspierające rozwój osobisty, społeczny i zawodowy uczestników, oraz przyczynić się do budowania silniejszych więzi społecznych w lokalnych społecznościach.

3.2 Badanie ankietowe dotyczące międzynarodowego think tanku

Ankiety dotyczące zrealizowanego międzynarodowego think tanku uzupełniło łącznie 22 osoby, w tym 10 osób z Polski, po 6 osób z Włoch i Grecji. Uczestnikom zdano 7 zamkniętych pytań, w których zostali poproszeni o ocenienie na ile zgadzają się z przedstawionymi stwierdzeniami związanymi zrealizowanym think tankiem. Uczestnicy mogli odpowiedzieć wskazując jedną z następujących opcji:

- zdecydowanie się zgadzam
- zgadzam się
- nie wiem



- zdecydowanie się nie zgadzam
- nie zgadzam się.

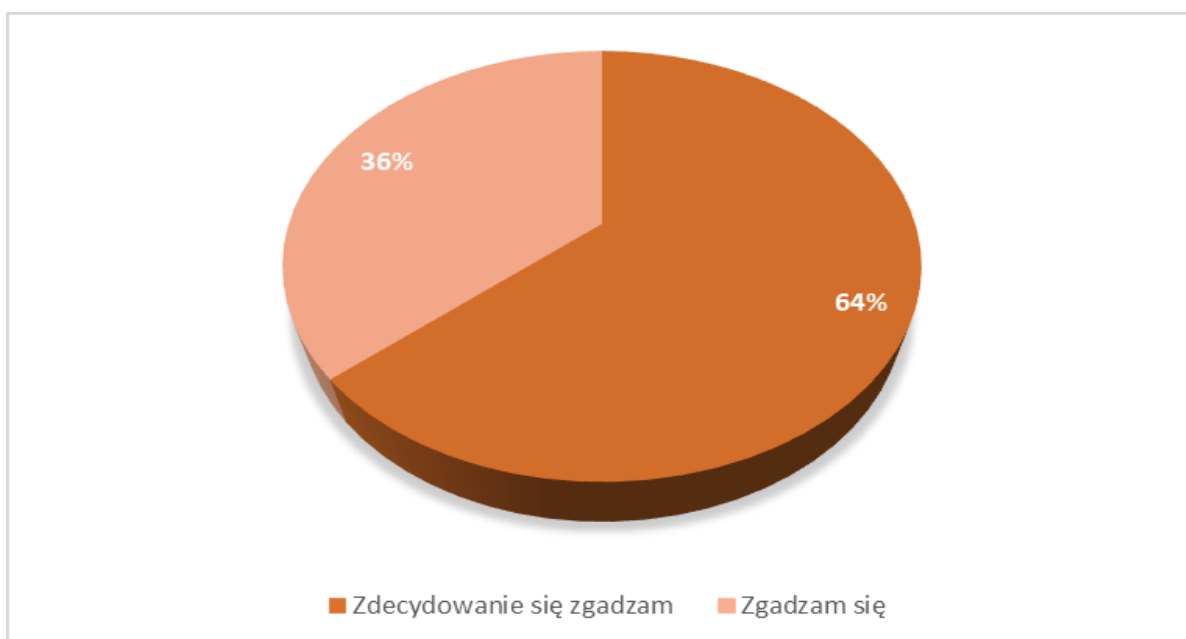
Uczestnicy mogli odpowiedzieć również na jedno otwarte pytanie dotyczące ich własnych wniosków i spostrzeżeń.

Poniżej przedstawimy analizę uzyskanych wyników.

Stwierdzenie 1: Udział w spotkaniu wpłynął na rozwój moich umiejętności związanych z dzieleniem się wiedzą i wymianą doświadczeń

Łącznie 100% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosła się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. 63,64% wszystkich odpowiedzi stanowią odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam, a 36,36% – zgadzam się.

W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu, który zrekrutował uczestnika. Ponad 66% uczestników spotkania międzynarodowego ze NR i iED odniosło się pozytywnie do powyższego stwierdzenia, wskazując na odpowiedź: zdecydowanie zgadzam się. Pozostałe nieco ponad 33% wskazało odpowiedź: zgadzam się. Pozytywne odpowiedzi uczestników z Polski dzielą się w nieco innej proporcji – 60% ankietowanych wskazuje odpowiedź zdecydowanie zgadzam się, a 40% wskazuje odpowiedź zgadzam się.



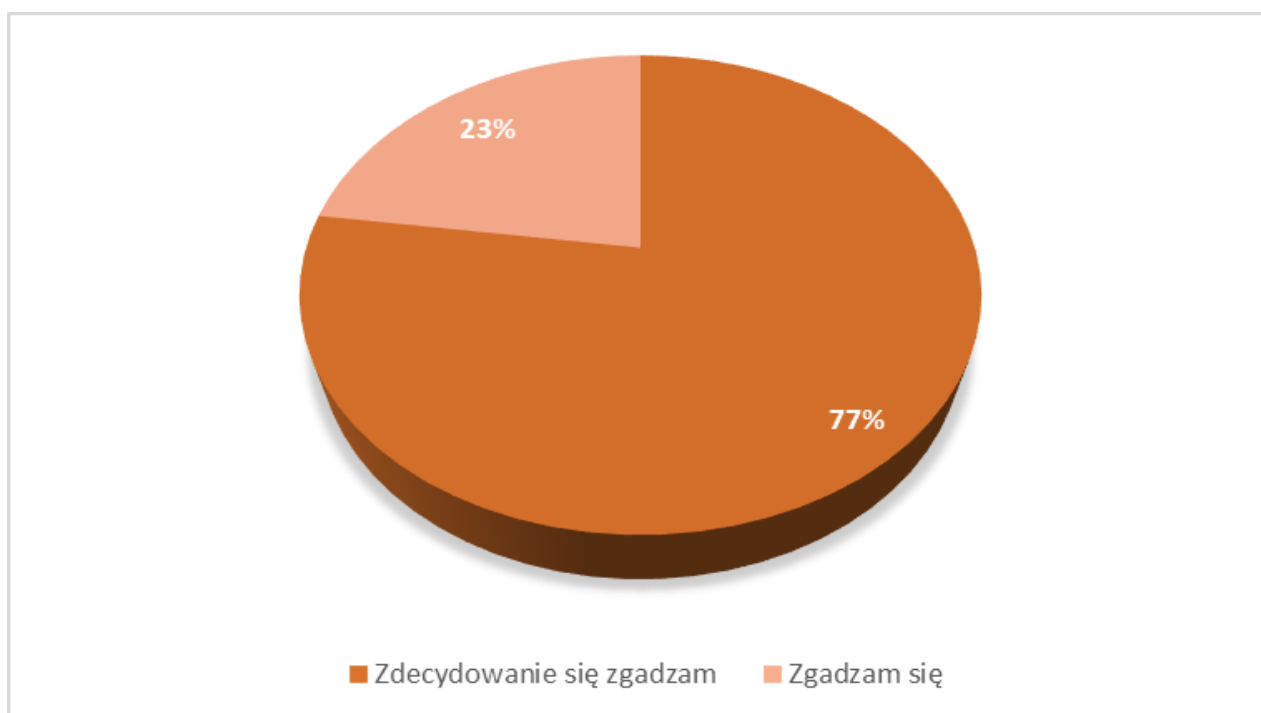
Wykres 8 Ocena wpływu udziału w spotkaniu na rozwój umiejętności związanych z dzieleniem się wiedzą i wymianą doświadczeń



Stwierdzenie 2: Udział w spotkaniach wpłynął na rozwój mojej wiedzy związanej z tradycyjnymi kulinarnymi innych krajów

łącznie 100% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosła się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. 77,27% wszystkich odpowiedzi stanowią odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam, a 22,73% – zgadzam się.

W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu, który zrekrutował uczestnika. Ponad 80% uczestników spotkania międzynarodowego ze NR i STAWIL odniosło się pozytywnie do powyższego stwierdzenia, wskazując na odpowiedź: zdecydowanie zgadzam się. Pozostali wskazali odpowiedź: zgadzam się. Pozytywne odpowiedzi uczestników z Grecji dzielą się w nieco innej proporcji – 66,67% ankietowanych wskazuje odpowiedź zdecydowanie zgadzam się, a 33,33% wskazuje odpowiedź zgadzam się.



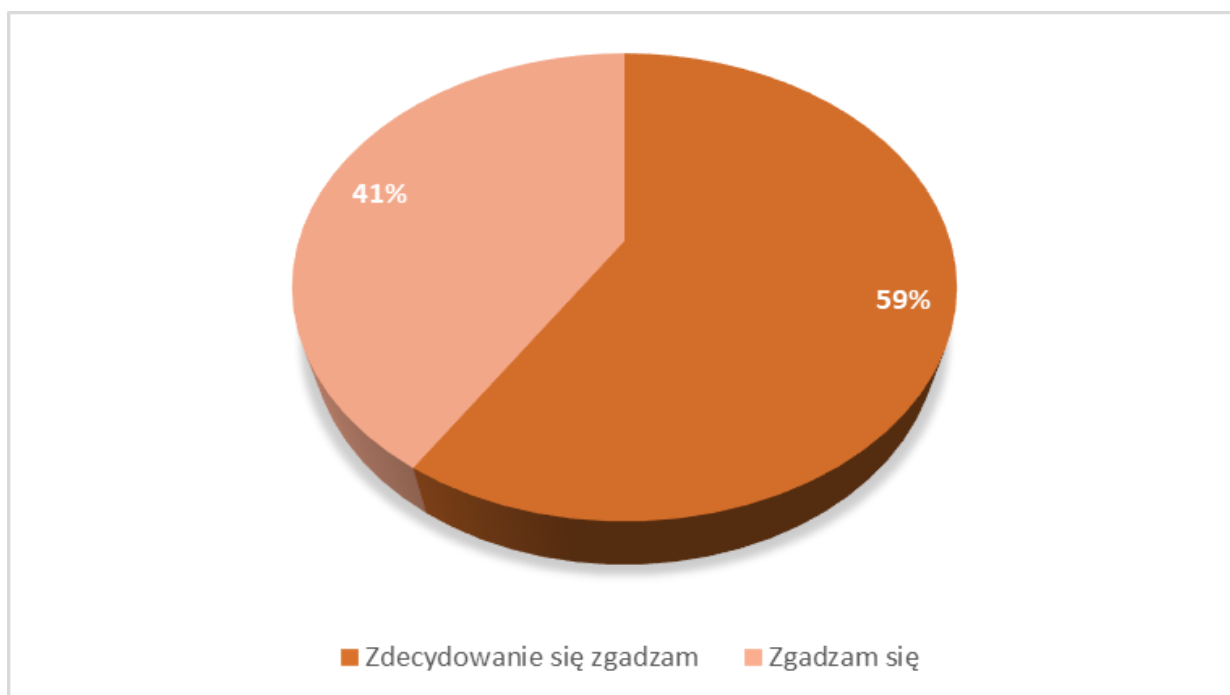
Wykres 9 Ocena wpływu udziału w spotkaniu na rozwój na rozwój mojej wiedzy związanej z tradycyjnymi kulinarnymi innych krajów



Stwierdzenie 3: Jest dla mnie ważne to, że biorąc udział w spotkaniu międzynarodowym mogłam/ łem wymieniać się wiedzą z innymi uczestnikami i prowadzącymi

łącznie 100% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosła się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. 59,09% wszystkich odpowiedzi stanowią odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam, a 40,91% – zgadzam się.

W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu, który zrekrutował uczestnika. Zdecydowanie najbardziej pozytywnie do tego stwierdzenia odnieśli się uczestnicy z NR – 83,33% ankietowanych wskazało odpowiedź zdecydowanie zgadzam się. W przypadku uczestników z iED taką odpowiedź wskazało 66,67% ankietowanych, w przypadku uczestników ze STAWIL – 40% ankietowanych.



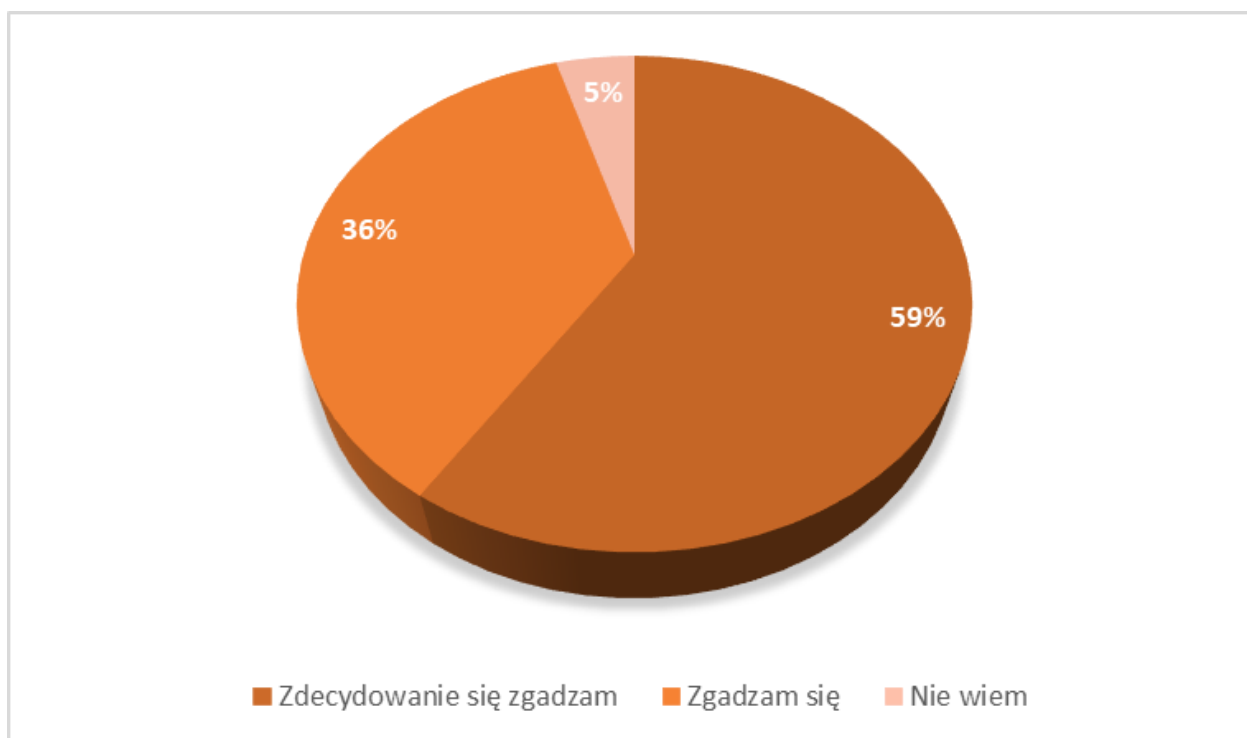
Wykres 10 Znaczenie możliwości wymiany wiedzy w trakcie międzynarodowego think tanku dla uczestników



Stwierdzenie 4: Dzięki uczestnictwu w spotkaniu międzynarodowym nabyłam/ łem większej pewności w wykorzystaniu nowoczesnego sprzętu w kuchni oraz wykorzystaniu Internetu

łącznie 95,45% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosła się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. 59,09% wszystkich odpowiedzi stanowią odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam, a 36,36% – zgadzam się. Pozostałe (1 osoba, 4,55% wszystkich odpowiedzi) wskazania dotyczą odpowiedzi: nie wiem.

W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu, który zrekrutował uczestnika. Zdecydowanie najbardziej pozytywnie do tego stwierdzenia odnieśli się uczestnicy ze STAWIL – 70% ankietowanych wskazało odpowiedź zdecydowanie zgadzam się. W przypadku uczestników z iED i NR taką odpowiedź wskazało 50% ankietowanych.



Wykres 11 Wpływ uczestnictwa w spotkaniu międzynarodowym na nabycie przez uczestników pewności w wykorzystaniu nowoczesnego sprzętu w kuchni oraz wykorzystaniu Internetu do wyszukiwania informacji

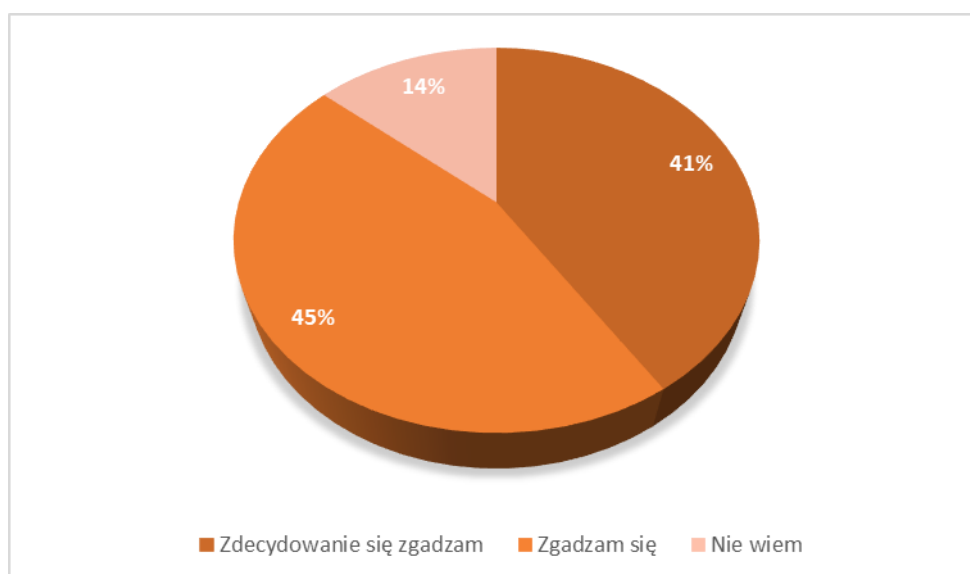


Stwierdzenie 5: Dzięki zrealizowanemu spotkaniu międzynarodowemu planowane filmy i ebook będą lepiej dopasowane do potrzeb związanych z rozwojem kompetencji podnoszących jakość życia

Łącznie 86,36% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosła się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. 40,91% wszystkich odpowiedzi stanowią odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam, a 45,45% – zgadzam się. Pozostałe (3 osoby, 13,64% wszystkich odpowiedzi) wskazania dotyczą odpowiedzi: nie wiem.

W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu, który zrekrutował uczestnika. Zdecydowanie najbardziej pozytywnie do tego stwierdzenia odnieśli się uczestnicy z NR – 50% ankietowanych wskazało odpowiedź zdecydowanie zgadzam się. W przypadku uczestników z STAWIL taką odpowiedź wskazało 40% ankietowanych, a w przypadku uczestników z iED – 33,33%.

Powyższe stwierdzenie służyło weryfikacji założonego w projekcie wskaźnika: Procent uczestników spotkań pozytywnie oceniających wpływ podejmowanych działań w ramach międzynarodowego „think tanku” na możliwość wypracowania narzędzi edukacyjnych służących rozwijaniu kompetencji podnoszących jakość życia. W projekcie założono wartość wskaźnika na poziomie 80%. Mając na uwadze wskazania uczestników spotkania międzynarodowego, należy uznać, że osiągnięto zakładany wskaźnik.



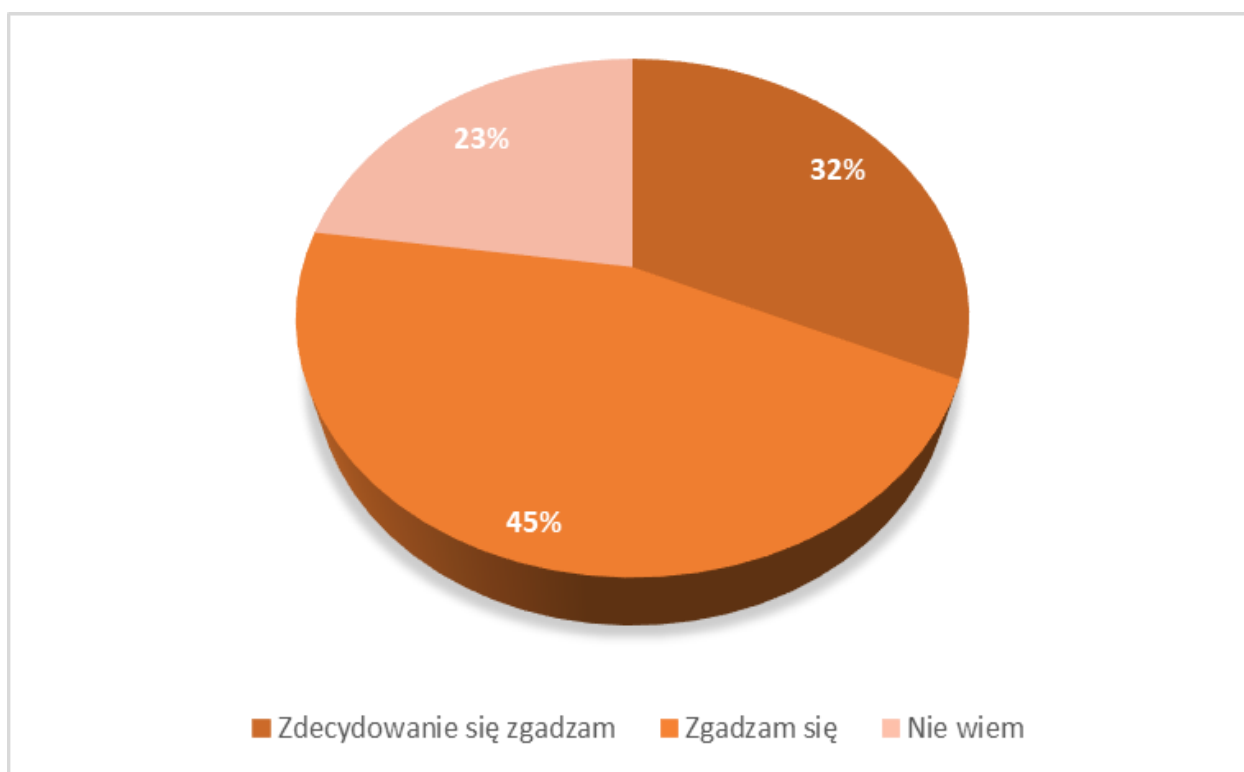
Wykres 11 Ocena wpływu realizowanego spotkania międzynarodowego na dopasowanie planowanych filmów i ebooka do potrzeb związanych z rozwojem kompetencji podnoszących jakość życia



Stwierdzenie 6: Udział w spotkaniu spowodował u mnie wzrost akceptacji dla siebie samej/samego oraz swoich umiejętności i wiedzy w zakresie ICT?

Łącznie 77,27% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosła się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. 31,82% wszystkich odpowiedzi stanowią odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam, a 45,45% – zgadzam się. Pozostałe (5 osób, 22,73% wszystkich odpowiedzi) wskazania dotyczą odpowiedzi: nie wiem.

W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu, który zrekrutował uczestnika. Zdecydowanie najbardziej pozytywnie do tego stwierdzenia odnieśli się uczestnicy z NR – 66,67% ankietowanych wskazało odpowiedź zdecydowanie zgadzam się. W przypadku uczestników z STAWIL taką odpowiedź wskazało 40% ankietowanych, a w przypadku uczestników z iED – 33,33%.



Wykres 13 Ocena wpływu udziału w spotkaniu międzynarodowym na wzrost akceptacji dla siebie samej/samego oraz swoich umiejętności i wiedzy w zakresie ICT



Stwierdzenie 7: Udział w spotkaniu zwiększył moje przekonanie do wykorzystywania w życiu codziennym wiadomości i umiejętności pozyskanych w ramach spotkania, w szczególności w zakresie ICT?

Łącznie 86,36% wszystkich uczestników badania pozytywnie odniosło się do tego stwierdzenia, wskazując odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam i zgadzam się. 45,45% wszystkich odpowiedzi stanowią odpowiedź: zdecydowanie się zgadzam, a 40,91% – zgadzam się. Pozostałe (2 osoby, 9,09% wszystkich odpowiedzi) wskazania dotyczą odpowiedzi: nie wiem oraz (1 osoba, 4,55% wszystkich wskazań) – zdecydowanie się nie zgadzam.

W odpowiedziach ankietowanych widać niewielką różnicę w zależności od podmiotu, który zrekrutował uczestnika. Zdecydowanie najbardziej pozytywnie do tego stwierdzenia odnieśli się uczestnicy z NR – 83,33% ankietowanych wskazało odpowiedź zdecydowanie zgadzam się. W przypadku uczestników z STAWIL taką odpowiedź wskazało 30% ankietowanych, a w przypadku uczestników z iED – 33,33%.



Wykres 14 Ocena wpływu udziału w spotkaniu międzynarodowym na wzrost przekonania do wykorzystywania w życiu codziennym wiadomości i umiejętności pozyskanych w ramach spotkań, w szczególności w zakresie ICT



Pytanie otwarte: Własne spostrzeżenia, wnioski i sugestie, dotyczące odbytych spotkań

Większość uczestników zdecydowało się na odpowiedź na pytanie otwarte. Wszystkie komentarze były pozytywne (poza jednym wskazaniem, które odnosiło się do niewystarczającej ilości dni spotkania). Uczestnicy podzielili się wnioskami, które można zebrać w następujące grupy:

- spotkanie bardzo satysfakcjonujące,
- pomocni i kompetentni ludzie,
- bycie częścią tego spotkania było bardzo interesującym i owocnym doświadczeniem,
- spotkanie było niesamowitą okazją do poznania nowych kultur i ich kuchni,
- spotkanie umożliwiło wymianę wiedzy i doświadczeń w ciekawym, międzynarodowym zespole.

Wnioski:

Ankietowani wyraźnie wykazali zadowolenie z przyjętej formy aktywności (międzynarodowy think tank), podkreślając szczególnie korzyści w obszarze kulinarnym i kulturowym. Korzyści w obszarze technologicznym nie były tak często wymieniane przez uczestników. Uczestnictwo w spotkaniu międzynarodowym pozwoliło im nie tylko rozwijać umiejętności kulinarne i poznawać nowe przepisy, ale również poszerzać swoje horyzonty kulturowe.

Wytyczne do ebooka

Ebook kulinarny, aby spełniać funkcję edukacyjną, powinien być napisany w sposób przystępny, klarowny i bogaty w treści edukacyjne. Na podstawie prowadzonych spotkań i wniosków ekspertów należy wskazać następujące kluczowe elementy, które powinny być uwzględnione:

- struktura i organizacja: ebook powinien być logicznie podzielony na sekcje i podsekcje, co ułatwi czytelnikowi nawigację i znalezienie konkretnych informacji; może to obejmować rozdziały związane z różnymi kuchniami świata, rodzajami potraw, technikami gotowania, składnikami czy też specjalnymi dietami;
- wyjaśnienia i instrukcje krok po kroku: w przypadku receptur, ważne jest, aby zawierały one jasne, zrozumiałe instrukcje, które krok po kroku przeprowadzą czytelnika przez



proces przygotowania dania; wyjaśnienia dotyczące technik kulinarnych, wyboru składników oraz sposobów przygotowania potraw również są kluczowe;

- ilustracje i zdjęcia: dodanie ilustracji, zdjęć lub filmików może znacząco ułatwić zrozumienie prezentowanych technik i etapów przygotowywania potraw; obrazki mogą również być pomocne w identyfikacji składników oraz prezentacji końcowego efektu dania;
- informacje dodatkowe: ebook może zawierać dodatkowe informacje, takie jak ciekawostki o kuchniach świata, historie dania czy wskazówki dotyczące zdrowego odżywiania; może to poszerzyć wiedzę czytelnika i sprawić, że książka stanie się bardziej atrakcyjna;
- przepisy adaptacyjne: warto również uwzględnić przepisy adaptacyjne, które umożliwią czytelnikom dostosowanie potraw do swoich indywidualnych potrzeb, takich jak preferencje smakowe, alergie pokarmowe czy dietetyczne ograniczenia;
- baza wiedzy kulinarnej: ebook może zawierać również sekcję z podstawowymi informacjami kulinarnymi, takimi jak techniki krojenia, przechowywania produktów czy zasady łączenia smaków; to może być szczególnie przydatne dla początkujących kucharzy;
- interaktywne elementy: jeśli to możliwe, warto dodać interaktywne elementy, takie jak quizy, zadania czy formularze, które pozwolą czytelnikom aktywnie uczestniczyć w procesie nauki i utrwalenia zdobytej wiedzy.

Wreszcie, kluczowe jest również, aby zachować klarowność i poprawność językową, unikając nadmiernego skomplikowania terminologii kulinarnych oraz zapewniając czytelny i przystępny styl pisania.

Wytyczne do filmów edukacyjnych

Krótki film edukacyjny, aby spełnić swoją funkcję, powinien posiadać szereg cech, które umożliwią skuteczne przekazywanie wiedzy i osiąganie zamierzonych celów edukacyjnych. Oto kilka kluczowych elementów, które powinny zostać uwzględnione:



- zrozumiała i przystępna tematykę: tematyka filmów powinna być łatwo zrozumiała dla osób o niskich umiejętnościach podstawowych z zakresu technologii informatycznych; należy unikać zbyt zaawansowanych pojęć i skupić się na podstawowych zagadnieniach;
- konkretność i zwięzłość: treść filmów należy dostosować do możliwości percepcyjnych odbiorców; należy unikać zbyt długich monologów czy skomplikowanych wyjaśnień; należy skupić się na konkretach i prezentować informacje w klarowny sposób;
- wizualizacja informacji: należy wykorzystać grafiki, animacje i inne narzędzia wizualne, aby ułatwić zrozumienie prezentowanych treści; dobrze zilustrowane przykłady i wyjaśnienia mogą znacznie ułatwić przyswajanie wiedzy;
- praktyczne zastosowania: należy przedstawić przykłady praktycznego zastosowania omawianych zagadnień w życiu codziennym; pokazać, jakie korzyści mogą wynikać z posiadania podstawowych umiejętności z zakresu technologii informatycznych;
- jasność i czytelność komunikacji: należy mówić wolno i wyraźnie, unikać skomplikowanego języka technicznego i terminologii specjalistycznej, stosować proste i zrozumiałe zwroty oraz pamiętać o odpowiednim tempie mowy;
- seria krótkich filmów tematycznych: dobrze jest podzielić materiał na krótkie, przejrzyste filmy, każdy poświęcony innemu zagadnieniu z zakresu IT, taka struktura ułatwi osobom o niskich umiejętnościach koncentrację i przyswajanie wiedzy;
- różnorodne tematy: dobrze jest skupić się nie tylko na podstawowych zagadnieniach, takich jak obsługa komputera czy korzystanie z Internetu, ale także na tematach związanych z bezpieczeństwem w sieci czy obsługą podstawowych aplikacji;
- dostępność i łatwość użycia: filmy powinny być udostępnione na różnych platformach, takich jak YouTube czy strony internetowe; należy upewnić się, że są dostępne i mogą być łatwo przeglądane, nawet dla osób z ograniczonymi umiejętnościami technicznymi.

Dobrze jest również umożliwić odbiorcom komentowanie i ocenianie filmów, co poprawi ich efektywność (poprzez zbieranie opinii i feedbacku od widzów).