

Módulo para os cursos de formação profissional em gastronomia sobre "Cozinha sustentável"



VET-ECOoking Promover a Cozinha Sustentável para lutar por um mundo melhor





Índice

Síntese	4
Introdução	6
1: O Projeto VET-ECooking	8
Visão geral	8
Objetivo geral	9
Objetivos específicos	9
Os Resultados	10
Grupos-Alvo	12
O Consórcio	14
2: Elaboração do Programa de Estudos	16
O projeto	16
Desenvolvimento do currículo	17
Repartição das Unidades	19
1. Sustentabilidade: Alimentos biológicos	20
2. Desperdício Alimentar	21
3. Nutrição	22
4. Recursos energéticos e hídricos	24
5. Embalagem dos Alimentos	25
6. Contexto real e aplicação de práticas sustentáveis	26
7. Cozinha Sustentável Prática	27
3: Metodologia	28
Preferências entre países	28
Procedimentos formativos	28
Duração da Formação	28
B-Learning (Aprendizagem Mista)	29
Procedimentos de navegação na plataforma	31
4: O Contexto Europeu e Local	34
EQF e ECVET	34
Inovação e Relevância Global	35
Adaptação aos contextos locais	35
5: Teste-Piloto	37





Objetivo e Metodologia	37
Implementação	40
Feedback	45
6: O Teste-Piloto	56
Visão geral das práticas culinárias sustentáveis e intercâmbio de conhecimentos	56
7: O Futuro da Cozinha Sustentável	60
Recomendações	60
Estratégia de Transferibilidade	61
Plano de Implementação para Organizações do Ensino e Formação Profissional	62
O caminho a seguir.....	63
Conclusão	64



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





Síntese

O Módulo de Formação VET-ECOoking sobre Gastronomia Sustentável figura um passo importante para colmatar a lacuna educativa no Ensino e Formação Profissional (EFP) relativamente às práticas culinárias sustentáveis. Esta iniciativa surgiu da constatação de que a educação culinária tradicional negligencia frequentemente o aspeto essencial da sustentabilidade. O objetivo do projeto é incutir uma consciência ambiental nas competências culinárias, encorajando uma nova geração de cozinheiros também dedicados a práticas sustentáveis.

A criação do curso de formação de 50 horas foi uma componente crítica deste projeto. Este curso foi meticulosamente concebido para combinar competências culinárias com princípios de sustentabilidade. Abrangeu um vasto leque de tópicos, incluindo a eficiência de recursos e a redução de resíduos, bem como o fornecimento sustentável de ingredientes. Metodologicamente, adotou-se uma abordagem equilibrada, combinando conhecimentos teóricos e práticos. Isto garantiu que os formandos não só compreendessem os conceitos de sustentabilidade, mas também tivessem a capacidade de os aplicar em ambientes culinários do mundo real.

A criação de uma plataforma online para b-learning (aprendizagem mista) revelou-se uma inovação significativa neste projeto. Esta plataforma evoluiu para um repositório de diversos materiais de aprendizagem, tais como vídeos, infografias e orientações para sessões práticas, permitindo uma experiência de aprendizagem rica e interativa. A estratégia de aprendizagem mista, que combinou recursos online com métodos tradicionais de sala de aula, revelou-se extremamente eficaz. Acomodou diferentes estilos de aprendizagem e proporcionou a flexibilidade necessária, melhorando a experiência de aprendizagem no seu global.

O feedback positivo obtido tanto dos formadores como dos formandos que participaram no processo de implementação do projeto demonstrou o sucesso do módulo nos países participantes: Alemanha, Grécia, Portugal e Áustria. A formação foi muito elogiada pela sua abordagem inovadora, relevância do conteúdo e aplicabilidade prática. Os formadores destes



Cofinanciado pela
União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





países manifestaram o desejo de incorporar este módulo em futuras aulas, adaptando-o às necessidades específicas dos seus alunos. A adaptabilidade e integração do módulo demonstraram o sucesso no colmatar da lacuna educacional verificada nos planos curriculares do EFP.

Ao incorporar a sustentabilidade na formação em cozinha, o módulo de formação VET-ECOoking colmatou uma lacuna crítica nestes cursos. A sua abordagem inovadora de aprendizagem mista e a receção positiva numa variedade de países demonstram a sua eficácia. O projeto não só marca um avanço significativo na formação em cozinha, como também se alinha com objetivos mais amplos de sustentabilidade ambiental, abrindo caminho para futuras aspirações em práticas culinárias sustentáveis.



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





Introdução

Numa era de preocupações ambientais significativas, o mundo da gastronomia é mais do que apenas satisfazer os sentidos do paladar; é também fazer uma mudança transformadora em direção à sustentabilidade. O projeto VET-ECOoking apresenta-se, assim, como um farol desta nova era, sendo pioneiro na integração de práticas sustentáveis no ensino culinário. Esta publicação explora a essência do projeto VET-ECOoking, sistematizando as suas descobertas e o impacto que pretende imprimir no futuro da gastronomia.

As escolhas que fazemos na nossa dieta podem reduzir significativamente o impacto ambiental da agricultura em grande escala, da pesca industrial e da criação de gado - indústrias notórias pela sua significativa pegada ecológica. A questão do desperdício alimentar agrava ainda mais estes impactos. Os défices atuais na pesca industrial, por exemplo, resultam numa perda de proteínas que poderia alimentar mais 72 milhões de pessoas por ano. Este facto recorda-nos claramente a importância de gerir os nossos recursos alimentares de forma sustentável.

Reconhecendo a importância destas questões, a Comissão Europeia está a tomar medidas decisivas, com o objetivo de reduzir para metade o desperdício alimentar em toda a UE até 2023, através de objetivos legais vinculativos. A Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO) define uma abordagem holística da sustentabilidade, destacando a eficácia dos recursos, a conservação da biodiversidade, o crescimento do bem-estar social, a resiliência às alterações climáticas e aos mercados flutuantes e o avanço de uma administração eficiente.

No entanto, as implicações da cozinha sustentável vão para além dos benefícios ambientais. Em 2017, uma em cada cinco mortes na UE estava ligada a dietas pouco saudáveis. Uma mudança para dietas à base de plantas não só atenua o risco de doenças crónicas, como também reduz a pressão ambiental dos nossos sistemas alimentares. Esta crescente consciencialização está a alimentar a procura de produtos biológicos, de um menor consumo de proteínas animais, de uma cozinha sem resíduos e de experiências gastronómicas ecológicas.

O projeto VET-ECOoking foi criado para responder a estas exigências diversas. Ao criar um



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





curso completo sobre cozinha sustentável, pretende-se resolver uma necessidade importante na Educação e Formação Profissional (EFP) para os cursos de cozinha. Este esforço vai ao encontro do imperativo ambiental de reduzir o desperdício alimentar, do imperativo de saúde pública de comer de forma mais saudável, da procura no mercado de trabalho de pessoas qualificadas em cozinha sustentável e da necessidade educativa de modernizar os currículos dos cursos de cozinha do EFP para corresponder aos regulamentos contemporâneos. Como resultado, o projeto não só contribui para a sustentabilidade ambiental, como também promove comunidades mais saudáveis e uma indústria culinária mais proactiva e preparada para o futuro.

Ficamos a saber mais sobre a conceção estratégica do projeto VET-ECOoking, o seu currículo único e as ramificações mais amplas do seu objetivo à medida que nos aprofundamos no projeto. Este não procura apenas redefinir a educação em cozinha, mas também de moldar um futuro onde a gastronomia e a sustentabilidade estão inextricavelmente ligadas, prometendo um mundo melhor para as gerações vindouras.



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





1: O Projeto VET-ECooking

Visão geral

O VET-ECooking surge como um projeto inovador no domínio da educação em cozinha, com o objetivo de transformar a abordagem culinária dos futuros chefes. O principal objetivo é criar uma nova geração de especialistas em culinária que não só sejam hábeis na preparação de refeições deliciosas, como também tenham consciência do seu impacto ambiental. Este objetivo é expresso na criação de um módulo de formação para os cursos de cozinha do Ensino e Formação Profissionais (EFP) centrado em abordagens de cozinha sustentáveis.

O VET-ECooking responde estrategicamente a três necessidades que estão interligadas:

-  *Sustentabilidade social e ambiental:* Centra-se nas necessidades de sustentabilidade da indústria alimentar.
-  *Exigências do mercado de trabalho:* Responde à necessidade do setor gastronómico, de acordo com as tendências dos consumidores para dietas orgânicas e sustentáveis.
-  *Inovação curricular:* Procura contribuir para atualizar os currículos do ensino e formação profissionais de forma a incluir "competências ecológicas" e alinhar-se com as exigências atuais e futuras do mercado de trabalho.



Cofinanciado pela
União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





Objetivo geral

O objetivo geral é tornar a cozinha sustentável uma componente obrigatória do ensino em cozinha em toda a UE. O VET-ECooking pretende fazê-lo diminuindo a pegada ambiental da indústria alimentar e de bebidas e relacionando-a com as atuais condições de mercado. O projeto é inspirado pelo desejo premente de abordar as repercussões ambientais e sanitárias do setor alimentar. Com a União Europeia a debater-se com questões como o enorme desperdício alimentar e os efeitos nocivos da produção em massa, o VET-ECooking pretende dotar os profissionais da cozinha dos conhecimentos e competências necessários para fazer a diferença. O projeto alinha-se com várias políticas e objetivos importantes da UE, incluindo o "Roteiro para uma Europa eficiente em termos de recursos" e a "Estratégia do Prado ao Prato".

Objetivos específicos

Existe um vasto leque de objetivos:

1. *Desenvolver um Módulo de Cozinha Sustentável:* Integrar um módulo abrangente sobre cozinha sustentável nos currículos nacionais dos cursos de formação profissional de cozinha.
2. *Reforçar as competências para uma gastronomia sustentável:* Promover nos alunos do ensino e formação profissional as competências técnicas e não técnicas que lhes permitam preparar uma gastronomia sustentável e de alta qualidade.
3. *Preparar os alunos para opções alimentares ecológicas:* Dotar os estudantes do ensino profissional das competências necessárias para enfrentar os desafios do local de trabalho, nomeadamente no que respeita à oferta de opções alimentares mais ecológicas.
4. *Promover os cursos de cozinha do ensino e formação profissional:* Elevar o perfil do ensino e formação profissional no domínio da cozinha.
5. *Defender os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável:* Utilizar a culinária como plataforma para promover a sensibilização para os principais objetivos de desenvolvimento sustentável, em especial os relacionados com a alimentação.





Os Resultados

O projeto VET-ECooking produziu resultados significativos, contribuindo para o avanço das práticas culinárias sustentáveis no setor da educação. Os principais resultados do projeto são os seguintes:

Resultado 1

Quadro de formação e estrutura curricular do VET-ECooking

A1) Avaliação comparativa dos programas curriculares existentes

Esta fase envolveu uma investigação documental exaustiva em escolas, universidades e outras instituições de ensino em cada país participante. O objetivo era avaliar as abordagens pedagógicas utilizadas para ensinar cozinha sustentável e avaliar o impacto destes programas de formação.

A2) Recolha de estudos de caso e boas práticas

Cada país parceiro reuniu um mínimo de cinco práticas exemplares relacionadas com a cozinha sustentável, tanto no domínio da formação como no mercado de trabalho, para servir de modelos para o currículo.

A3) Organização de mesas redondas

Estes debates foram realizados em cada país, envolvendo diversas partes interessadas, tais como proprietários de restaurantes, produtores, peritos em sustentabilidade e formadores de EFP. O objetivo era imaginar, em colaboração, o futuro da cozinha sustentável.





A4) Relatórios nacionais sobre cozinha sustentável

Estes relatórios compilaram os resultados das atividades A1, A2 e A3, incluindo os resultados da avaliação comparativa, as boas práticas e as conclusões das mesas redondas, proporcionando uma visão global do estado da cozinha sustentável.

A5) Definição dos programas de estudo

Utilizando os conhecimentos adquiridos nas atividades anteriores, a parceria definiu a estrutura e a metodologia de formação para o módulo "Cozinha Sustentável" nos cursos de cozinha do EFP, alinhando com os princípios do EQF e do ECVET, quando aplicável.

Resultado 2

Criação de recursos, desenvolvimento de plataforma online e testes-piloto no domínio do ensino e formação profissionais

A6) Desenvolvimento de conteúdos e recursos de formação

Com base nas conclusões do Resultado 1, os parceiros desenvolveram conteúdos e recursos de formação abrangentes, incluindo apresentações, exercícios práticos e diretrizes operacionais para os professores. Estes recursos foram validados por organizações ambientais, formadores do EFP e restaurantes para garantir a sua relevância e eficácia.

A7) Desenvolvimento de uma plataforma de formação

Foi criada uma plataforma centrada na funcionalidade e na facilidade de utilização que alberga todos os recursos de formação. A plataforma foi testada com pessoas interessadas de cada país para garantir a sua usabilidade.

A8) Testes-Piloto

A fase-piloto envolveu formadores e formandos de prestadores do EFP em todos os países parceiros, testando a eficácia e a aplicabilidade do currículo e dos recursos do VET-ECOoking.



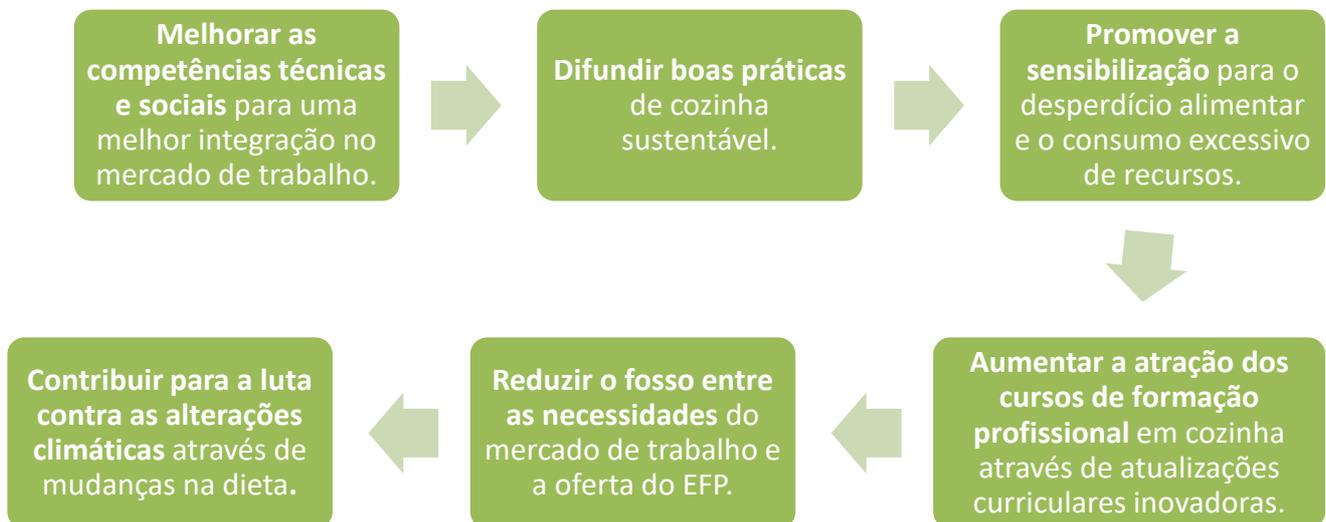


Esta fase incluiu também um evento de show cooking, que promoveu a troca de experiências e de boas práticas entre formadores e formandos.

A9) Publicação final - "Promover uma cozinha sustentável para lutar por um mundo melhor":

A publicação final, que é o presente documento, visa fornecer uma descrição detalhada da metodologia VET-ECooking e as principais conclusões retiradas do projeto. Serve como um guia para os prestadores de EFP no setor da gastronomia em toda a Europa adotarem e implementarem os resultados do projeto, promovendo assim práticas de cozinha sustentáveis de forma mais ampla.

Para além disso, o projeto procura:



Grupos-Alvo

O projeto VET-ECooking foi concebido para responder a uma gama diversificada de grupos-alvo, cada um deles desempenhando um papel crucial no ecossistema culinário e educativo.

Estes grupos incluem:



Cofinanciado pela União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





- **Alunos/as do ensino e formação profissionais (EFP):** O foco principal do projeto gira em torno dos estudantes inscritos nos cursos de cozinha. Estes encontram-se numa fase crítica da sua formação, em que a incorporação de práticas sustentáveis pode ter um impacto significativo nas suas futuras práticas profissionais. O objetivo do projeto é fornecer a estes estudantes as competências e conhecimentos necessários para defenderem a gastronomia sustentável no futuro.
- **Educadores e Formadores em Cozinha:** Os educadores e formadores desempenham um papel importante na implementação do mais recente currículo de cozinha sustentável. O projeto visa equipá-los com as ferramentas, os recursos e a formação de que necessitam para instruir e motivar com êxito a próxima geração de cozinheiros. O projeto assegura um efeito multiplicador ao capacitar os educadores, atingindo um público mais vasto ao longo do tempo.
- **Profissionais:** Chefes de cozinha, donos de restaurantes e outros profissionais da restauração também são visados. Ao demonstrar as vantagens e a viabilidade da cozinha sustentável, o projeto espera influenciar as práticas atuais da indústria. Isto é fundamental para desenvolver um mercado que valorize e exija a gastronomia sustentável.
- **Comunidade local:** O projeto também pretende chegar à comunidade em geral, que inclui vendedores de alimentos locais, produtores e consumidores. O projeto visa criar um ambiente favorável às práticas sustentáveis, promovendo a sensibilização e o gosto pela cozinha sustentável em toda a comunidade.
- **Decisores políticos e autoridades educativas:** O projeto espera influenciar os decisores políticos e as autoridades educativas, provando a eficácia e a importância da inclusão da cozinha sustentável nos currículos de educação e formação. O objetivo é promover a incorporação da sustentabilidade nas políticas e normas educativas nacionais.





- **Grupos de defesa do ambiente e da saúde:** Ao colaborar com grupos dedicados à conservação do ambiente e à promoção da saúde, o projeto procura alinhar os seus objetivos com iniciativas mais amplas destinadas a reduzir o desperdício alimentar, a promover dietas saudáveis e a atenuar o impacto ambiental da indústria alimentar.

O Consórcio

O consórcio, que é maioritariamente constituído por prestadores de EFP no setor da gastronomia, identifica uma falta crítica de cursos de cozinha sustentável nos currículos atuais. Este projeto visa colmatar essa lacuna, associando as opções de aprendizagem às necessidades em constante evolução da indústria.

	<p>A low-tec gemeinnützige Arbeitsmarktförderungsgesellschaft Düren mbH é uma organização sem fins lucrativos, fundada em 1996 como parceira geral da comunidade protestante de Düren.</p>
	<p>A Eurotraining é uma organização educativa de âmbito nacional, especializada na oferta de cursos de EFP a nível terciário, bem como de várias outras oportunidades de formação para adultos. O seu principal objetivo é colmatar o fosso entre a procura e a oferta do mercado de trabalho, pelo que os seus serviços são altamente adaptáveis para refletir as circunstâncias em constante mudança.</p>





	<p>CEPROF é a sigla de "Centros Escolares de Ensino Profissional". É uma PME constituída em 1991 especificamente para a criação da Escola Profissional de Espinho (ESPE) - também criada em 1991 e é uma das mais antigas escolas de ensino profissional em Portugal (até 2004 todas as escolas de ensino profissional).</p>
	<p>A Associação Portuguesa de Start-Ups (APSU) é uma associação que congrega as Start-Ups portuguesas com o objetivo de criar sinergias que, em última análise, apoiem a implementação destas empresas. Para o efeito, a APSU presta apoio numa multiplicidade de áreas críticas para as empresas em fase de arranque.</p>
	<p>A principal competência da "die Berater" Unternehmensberatungs GmbH é a educação e formação de adultos. A die Berater® oferece consultoria holística, orienta colaboradores e gestores e é especializada em seminários de competências transversais, línguas e TIC.</p>





2: Elaboração do Programa Curricular

O projeto

O currículo VET-ECooking foi desenvolvido após um processo exaustivo de avaliação comparativa que identificou os atuais currículos do Ensino e Formação Profissional sobre conteúdos de cozinha sustentável. O projeto combinou métodos qualitativos, incluindo entrevistas e mesas redondas, com abordagens quantitativas como questionários. Esta combinação assegurou uma compreensão holística do estado atual do ensino da cozinha sustentável. A fase inicial incluiu uma extensa pesquisa documental, que definiu várias iniciativas de acordo com os seus objetivos, grupos-alvo, níveis e descrições curriculares. A recolha subsequente de estudos de caso, com um total de mais de 25 boas práticas de 4 países diferentes sobre cozinha sustentável, enriqueceu ainda mais este processo. Posteriormente, cada país realizou cerca de 25 entrevistas, ou seja, mais de 100 entrevistas, com um grupo diversificado de partes interessadas, incluindo proprietários de restaurantes, gestores, empregados, consumidores, produtores, peritos em sustentabilidade, profissionais do setor retalhista e formadores do ensino profissional em cozinha. Durante estas entrevistas, foram identificadas, entre outras coisas, as necessidades das partes interessadas. Foram dadas indicações úteis sobre os tópicos que não são suficientemente abordados nas aulas em cada um dos países europeus, mas que são de grande importância em cada uma das áreas no que diz respeito à sustentabilidade. Posteriormente, foram organizadas 4 mesas redondas no âmbito deste processo, que desempenharam um papel importante na condução do debate sobre o futuro da cozinha sustentável, suscitando a opinião de participantes com um vasto leque de conhecimentos e experiências. Além disso, as mesas redondas proporcionaram uma oportunidade de intercâmbio entre as partes interessadas, com frutuosas trocas de ideias.



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





Desenvolvimento do currículo

O currículo do módulo "Cozinha Sustentável", com a duração de 50 horas, foi elaborado com base nos conhecimentos adquiridos nestas atividades iniciais. O quadro de formação e a estrutura do currículo foram adaptados para refletir as recomendações dos peritos e as necessidades identificadas através de benchmarking, estudos de caso e mesas redondas.

O desenvolvimento do currículo VET-ECooking foi um processo metódico e colaborativo. Envolveu uma análise abrangente dos programas de formação culinária existentes, das práticas de sustentabilidade e das necessidades específicas do setor do EFP. Os parceiros do projeto tiveram em consideração os resultados e as informações resultantes das atividades anteriores, a fim de adaptar os conteúdos e recursos de formação mais adequados e orientados para os objetivos. Este processo incluiu uma investigação alargada e fases de conceção iterativas para garantir que o conteúdo era simultaneamente educativo e prático. A equipa centrou-se na criação de um currículo que fosse não só informativo, mas também envolvente, incorporando elementos interativos como sessões práticas de culinária e vídeos. Todos os parceiros utilizaram os elementos necessários, tais como fichas de trabalho práticas, folhetos e infografias baseadas em cada tema. O Relatório Global, que foi a quarta e principal atividade do Resultado 1 do projeto VET-ECooking, engloba: o Benchmarking, a Recolha de Estudos de Caso e Boas Práticas, as Entrevistas e as Mesas Redondas. Estas sugeriram que um curso de cozinha sustentável deveria ser dividido em diferentes fases:

- 1) Fundamentação teórica: ensino do conceito geral de sustentabilidade e nutrição;
- 2) Produção de matérias-primas e como o indivíduo pode escolhê-las com base na localidade e sazonalidade;
- 3) Métodos de confeção sustentáveis (relacionados com os recursos materiais e energéticos);
- 4) Desperdício alimentar;
- 5) Aplicação destas práticas em condições reais.





A atividade subsequente, o "Quadro de Formação", produziu a base para a elaboração do currículo. O módulo está estruturado em sete unidades distintas, cada uma centrada num aspeto crítico da cozinha sustentável:

- 1. Sustentabilidade: Alimentos Biológicos:** tem como objetivo ser uma unidade introdutória que abrange a diferença entre alimentos biológicos e não biológicos, explorando a cadeia alimentar e recomendando a utilização de produtos locais e sazonais;
- 2. Desperdício Alimentar:** Esta unidade explora a utilização de recursos para um sistema alimentar sustentável, explicando como criar um menor impacto no ambiente;
- 3. Nutrição:** reforça a importância de ter em conta o valor nutricional na preparação de um prato e de adotar uma dieta diversificada, tanto por razões ambientais como de saúde, referindo-se também à adoção de dietas vegetarianas e veganas;
- 4. Recursos energéticos e hídricos:** promove a adoção de energias limpas e explora as estratégias de reutilização de recursos e de redução do impacto em termos de consumo de energia e de água;
- 5. Embalagem dos alimentos:** propõe-se analisar o impacto ambiental dos produtos embalados, definindo estratégias de redução desse impacto para cada tipo de embalagem. Destaca igualmente a possibilidade de produtos não embalados e a forma como os alimentos podem ser armazenados em recipientes de armazenamento duradouros;
- 6. Contexto real e aplicação de práticas sustentáveis:** legislação alimentar e restrições a práticas sustentáveis, procedimentos de higiene e segurança alimentar alinhados com a sustentabilidade, fornecimento, transporte e logística, e gestão alimentar;
- 7. Cozinha Sustentável Prática:** esta é a unidade prática, na qual os formandos exploram um conjunto de produtos, práticas e formas possíveis de preparar ingredientes e refeições sustentáveis.





Repartição das Unidades

O módulo está estruturado em sete unidades distintas, cada uma centrada num aspeto-chave da cozinha sustentável. Cada unidade destina-se a dar aos alunos/as uma compreensão completa do assunto, com objetivos de aprendizagem específicos destinados a fornecer-lhes o know-how e as capacidades necessárias para se envolverem numa cozinha sustentável. O currículo garante que os alunos são capazes de utilizar técnicas sustentáveis em ambientes culinários do mundo real, abrangendo aplicações teóricas e práticas.

Foram desenvolvidos vários recursos de formação, posteriormente validados por organizações ambientais, entidades de formação profissional e restaurantes, no âmbito da atividade 6 "Desenvolvimento de conteúdos e recursos de formação". Estes recursos, adaptados a cada unidade, asseguram que os formadores estão bem equipados para ministrarem sessões de formação abrangentes e cativantes:

- **Apresentações Power Point:** Apresentação dos aspetos teóricos de cada unidade.
- **Fichas de trabalho:** Exercícios práticos para trabalho individual ou em grupo.
- **Folhetos e infográficos:** Material para fornecer dicas e informações num formato mais apelativo.
- **Vídeos:** Com preparações de receitas.
- **Receitas:** Uma coleção de receitas para Sopas, Pratos Principais, Brunch e Sobremesas.

Foram realizadas 3 reuniões de avaliação em cada país, num total de 12 reuniões de avaliação, a fim de verificar a qualidade e a pertinência dos materiais. Estas reuniões envolveram o triângulo "Ambiente-Educação-Mercado". Este triângulo era constituído por educadores, profissionais do sector e especialistas em sustentabilidade, aos quais foi dada informação e tempo suficientes para analisar o currículo e, mais especificamente, os recursos de formação. O feedback destas sessões foi crucial para aperfeiçoar o conteúdo, assegurando que este cumpria os elevados padrões exigidos para uma aprendizagem eficaz e com impacto. O processo de avaliação foi interativo, com várias rondas de feedback que conduziram a melhorias no currículo.





1. Sustentabilidade: Alimentos biológicos

Conteúdos	Objetivos de Aprendizagem	Duração	Recursos Formativos
<p>1.1. Alimentos Biológicos</p> <p>1.1.1. Produtos biológicos vs não biológicos</p> <p>1.1.2. A importância da adoção de produtos regionais e sazonais</p> <p>1.1.3. Alimentos que eu próprio posso cultivar facilmente</p> <p>1.2. Cadeia alimentar: das origens à cozinha</p> <p>1.3. Leitura e interpretação de rótulos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Compreender o conceito de alimentos biológicos; • Diferenciar produtos biológicos e não biológicos; • Compreender o impacto das escolhas alimentares no ambiente; • Identificar as principais etapas do processamento de alimentos; • Compreender o que é uma alimentação sustentável; • Identificar o valor nutricional de pratos sustentáveis; • Ler e interpretar rótulos e prazos de validade. 	7 horas	<ul style="list-style-type: none"> • Infográficos (3) • Folhetos (1) • Fichas de trabalho (3) • Apresentação Power Point (1)





Esta unidade estabelece as bases para todo o currículo, introduzindo o conceito de cozinha sustentável e a sua relevância no mundo culinário atual. Abrange os conceitos básicos de sustentabilidade na cozinha, incluindo uma visão geral das práticas sustentáveis e o seu impacto no ambiente e na indústria alimentar. Como unidade introdutória, prepara o terreno para discussões mais detalhadas nas unidades subsequentes, proporcionando uma compreensão contextual essencial para a apreensão de conceitos mais complexos.

2. Desperdício Alimentar

Conteúdos	Objetivos de Aprendizagem	Duração	Recursos Formativos
<p>2.1 O uso responsável de recursos para um sistema sustentável</p> <p>2.2 A importância de não desperdiçar alimentos</p> <p>2.2.1 Comprar e utilizar as quantidades corretas</p> <p>2.2.2 Como utilizar todas as partes de um produto</p> <p>2.2.3 A utilização de produtos não apelativos do ponto de vista comercial</p> <p>2.3 Separação de resíduos</p>	<ul style="list-style-type: none"> Compreender a importância de utilizar os recursos de uma forma responsável; Reconhecer a importância de não desperdiçar alimentos; Aprender a utilizar todas as partes de um produto cru; Identificar potencialidades em produtos apelativos não comerciais; 	5 horas	<ul style="list-style-type: none"> Infográficos (1) Fichas de trabalho (3) Apresentação Power Point (1)





2.3.1 Resíduos orgânicos	<ul style="list-style-type: none"> • Perceber como a separação de resíduos pode ser útil numa economia circular. 		
2.3.2 Compostagem e fertilizantes naturais			

Esta unidade enfatiza a importância do fornecimento de ingredientes na cozinha sustentável, destacando o papel dos alimentos orgânicos. Aprofunda os benefícios da agricultura biológica, o abastecimento local e o impacto ambiental da produção alimentar. Compreender o abastecimento de alimentos orgânicos é crucial para unidades posteriores que discutem a preparação de refeições e o desenvolvimento de receitas com um foco sustentável.

3. Nutrição			
Conteúdos	Objetivos de Aprendizagem	Duração	Recursos Formativos
<p>3.1 Nutrição e saúde</p> <p>3.2 A mudança começa à mesa</p> <p>3.3 A importância de uma dieta diversificada e das opções existentes</p> <p>3.3.1 Proteínas animais e vegetais</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Compreender a importância da nutrição na preparação de um prato; • Reconhecer a seleção de alimentos como uma prática sustentável; • Identificar os benefícios do 	5 horas	<ul style="list-style-type: none"> • Infográficos (1) • Fichas de trabalho (4) • Apresentação Power Point (1)



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





<p>3.3.2 A adoção de dietas alternativas: pratos vegetarianos e veganos</p> <p>3.4 Nutrição sustentável</p> <p>3.4.1. O valor nutricional dos regimes alimentares sustentáveis</p> <p>3.5 Sentir-se bem</p> <p>3.6 Assistentes digitais</p> <p>3.7 Roda dos alimentos</p>	<p>consumo de proteína vegetal e de produtos sazonais.</p>		
<p>A redução do desperdício alimentar é uma componente fundamental da cozinha sustentável, o que torna esta unidade essencial. Esta unidade aborda métodos para reduzir o desperdício na cozinha, tais como o armazenamento adequado, a reutilização de sobras e a utilização eficiente dos alimentos. Os princípios aqui aprendidos são postos em prática durante as sessões de cozinha, influenciando a forma como as receitas são desenvolvidas e as refeições são preparadas.</p>			





4. Recursos energéticos e hídricos

Conteúdos	Objetivos de Aprendizagem	Duração	Recursos Formativos
4.1 Equipamento de cozinha e consumo de energia	<ul style="list-style-type: none">• Identificar o consumo energético do equipamento de cozinha;	4 horas	<ul style="list-style-type: none">• Infográficos (1)• Folhetos (1)• Fichas de trabalho (4)• Apresentação Power Point (1)
4.2 Energia limpa	<ul style="list-style-type: none">• Explicar o que são energias limpas;		
4.3 Estratégias de confeção com baixo impacto energético	<ul style="list-style-type: none">• Preparar estratégias para reduzir o impacte energético;		
4.4 Reutilização dos recursos hídricos e práticas sustentáveis	<ul style="list-style-type: none">• Identificar opções de reutilização de água e práticas sustentáveis de utilização de água.		

Esta unidade combina nutrição e sustentabilidade, abordando o aspeto saudável da cozinha. Discute valores nutricionais, dietas equilibradas e como tomar decisões a longo prazo pode levar a hábitos alimentares mais saudáveis. Os conhecimentos nutricionais servem de base para o desenvolvimento de receitas que são simultaneamente amigas do ambiente e equilibradas do ponto de vista nutricional.





5. Embalagem dos Alimentos

Conteúdos	Objetivos de Aprendizagem	Duração	Recursos Formativos
<p>5.1 O impacto ambiental da utilização de produtos embalados</p> <p>5.2 Preferência por produtos não embalados</p> <p>5.3 Gestão de resíduos e métodos de eliminação</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer o impacto ambiental dos produtos embalados; • Compreender as vantagens de comprar produtos não embalados; • Identificar diferentes métodos de gestão de resíduos (por exemplo, reciclagem, degradação anaeróbia, lixo, polímeros biodegradáveis). 	4 horas	<ul style="list-style-type: none"> • Infográficos (1) • Folhetos (1) • Fichas de trabalho (4) • Apresentação Power Point (1)

Devido ao facto de a conservação de recursos ser uma componente crítica da sustentabilidade, esta unidade é fundamental. Descreve técnicas para reduzir o consumo de energia e água nos processos de cozinhar os alimentos. As técnicas de conservação são diretamente aplicáveis em sessões práticas de cozinha, influenciando os métodos e práticas.





6. Contexto real e aplicação de práticas sustentáveis

Conteúdos	Objetivos de Aprendizagem	Duração	Recursos Formativos
6.1 Procedimentos e produção industrial de alimentos 6.2 Legislação alimentar 6.3 Segurança alimentar	<ul style="list-style-type: none">• Explicar o processo de produção industrial de alimentos;• Identificar as limitações da legislação alimentar à aplicação de práticas culinárias sustentáveis;• Compreender os regulamentos de gestão e higiene alimentar.	5 horas	<ul style="list-style-type: none">• Folhetos (4)• Fichas de trabalho (3)• Apresentação Power Point (1)

A importância desta unidade decorre do facto de a embalagem ter um impacto significativo no impacto ambiental dos alimentos. Discute opções de embalagem sustentáveis, bem como formas de reduzir o uso de plástico na indústria culinária. Os princípios desta unidade são fundamentais quando se considera a apresentação e o armazenamento dos alimentos, uma vez que se relacionam com os aspetos práticos de cozinhar e servir.





7. Cozinha Sustentável Prática

Conteúdos	Objetivos de Aprendizagem	Duração	Recursos Formativos
<p>7.1. Conservação e armazenamento de alimentos</p> <p>7.2 Técnicas de conservação dos alimentos: chutneys, alimentos desidratados, pickles, purés e polpas</p> <p>7.3. Métodos e técnicas de confeção</p> <p>7.4. Refeições sustentáveis: práticas, produtos e receitas</p> <p>7.4.1. Pequeno-almoço & Brunch</p> <p>7.4.2. Aperitivos/entradas</p> <p>7.4.3. Prato principal</p> <p>7.4.4. Sobremesas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Compreender os melhores métodos para conservar e armazenar diferentes tipos de alimentos; • Descrever diferentes tipos de métodos e técnicas de cozedura sustentáveis; • Identificar e utilizar técnicas de conservação de alimentos para otimizar a longevidade dos alimentos; • Ser capaz de criar e reproduzir receitas sustentáveis; • Aplicar técnicas de cozinha sustentável. 	20 horas	<ul style="list-style-type: none"> • Vídeos (9) • Receitas (4) • Apresentação Power Point (1)

Esta unidade é a síntese de todas as unidades anteriores, centrando-se na aplicação prática dos conceitos aprendidos. Consiste em sessões práticas de cozinha em que os formandos aplicam técnicas de cozinha sustentável, aquisição de ingredientes, gestão de resíduos e





princípios nutricionais em situações realistas. Esta unidade integra todos os conhecimentos teóricos das unidades anteriores, permitindo aos formandos ganhar experiência prática com práticas de cozinha sustentável.

3: Metodologia

Preferências entre países

Procedimentos formativos

Identificaram-se diferentes preferências por metodologias de formação nos diferentes países:

- **Grécia e Alemanha:** Uma notável popularidade da formação online, com aprendizagem ao próprio ritmo, seminários interativos e uma combinação de conteúdos teóricos e práticos.
- **Portugal:** Uma mistura de aprendizagem presencial, em contexto de trabalho e centrada no aluno no ensino formal, com uma preferência crescente por formatos online no ensino informal.
- **Áustria:** Uma preferência pela aprendizagem presencial e baseada no trabalho, com forte ênfase nas abordagens orientadas para a prática e para a investigação nos cursos universitários.

A pandemia de COVID-19 realçou a importância da integração de plataformas online nas sessões de formação, com uma abertura crescente a modelos de aprendizagem híbridos.

Duração da Formação

A duração dos cursos de cozinha sustentável existentes varia significativamente entre países:

- **Alemanha:** Aproximadamente 20-30 horas.
- **Portugal:** 25 a 50 horas.
- **Grécia:** Entre 10-20 horas.





- **Áustria:** Os cursos fazem parte dos graus universitários, e são ministrados em semestres.

Dada a variedade de tópicos e a novidade do assunto para muitos formandos, elaborou-se um módulo de formação profissional de 50 horas sobre cozinha sustentável para o projeto VET-ECOoking.

B-Learning (Aprendizagem Mista)

O projeto VET-ECOoking utiliza uma estratégia de aprendizagem mista que combina o ensino presencial e online. A abordagem combinada satisfaz as várias necessidades dos formandos, garantindo a acessibilidade e a sua praticabilidade.

1. Formato de aprendizagem online:

- **Plataforma de Formação:** Os conteúdos dos módulos estão acessíveis através da plataforma de formação VET-ECOoking. Esta plataforma foi concebida para fornecer materiais de formação aos participantes de forma eficiente. Os formandos podem aceder à mesma através do seguinte link: [Plataforma de Formação VET-ECOoking](#)
- **Acesso em diferentes idiomas:** A plataforma disponibiliza conteúdos nas várias línguas do consórcio, incluindo inglês, alemão, grego e português, de modo a facilitar a compreensão e a sua acessibilidade.
- **Materiais:** Cada unidade tem como objetivo fornecer os seguintes recursos:





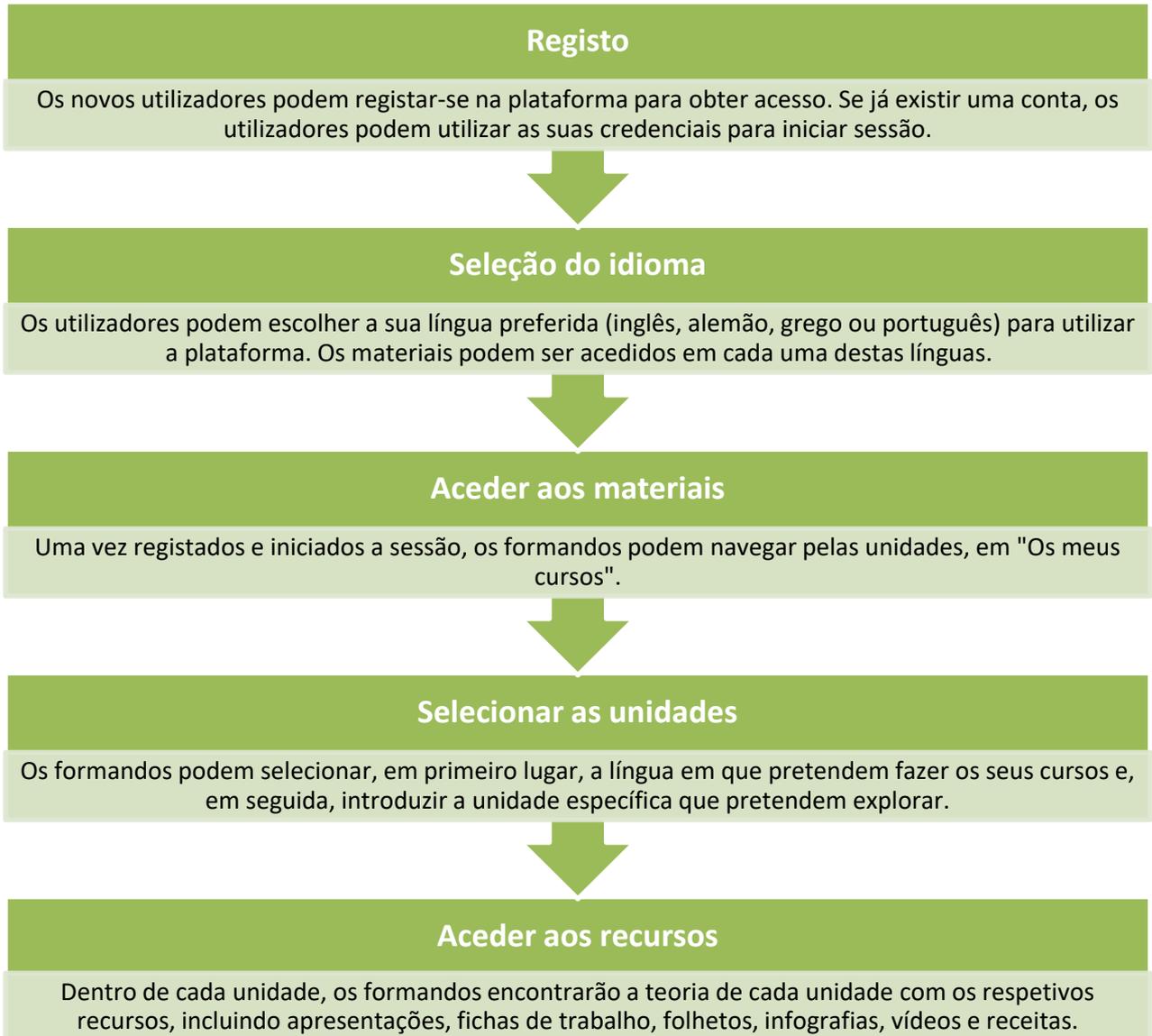
Apresentação PowerPoint	<ul style="list-style-type: none">• Estas apresentações descrevem os aspetos teóricos de cada unidade, oferecendo um conteúdo estruturado e informativo. Podem ser encontradas em todas as 7 unidades.
Folhetos	<ul style="list-style-type: none">• Para oferecer informações rápidas e acessíveis num formato visualmente apelativo, os folhetos sobre os pontos-chave da unidade encontram-se nas unidades 1, 4 e 6.
Infográficos	<ul style="list-style-type: none">• Para aumentar o envolvimento, as dicas e informações são apresentadas num formato visual através de infografias nas unidades 1, 2, 3, 4 e 5.
Vídeos	<ul style="list-style-type: none">• Para a unidade 7, os vídeos com preparações de receitas oferecem orientação visual e melhoram a compreensão.
Listas de receitas	<ul style="list-style-type: none">• Uma coleção de receitas para Sopas, Pratos Principais, Brunch e Sobremesas fornecem informações práticas e podem ser encontradas na Unidade 7.
Fichas de trabalho	<ul style="list-style-type: none">• Estão disponíveis exercícios práticos para trabalho individual ou em grupo, permitindo aos formandos aplicar os seus conhecimentos e participar de forma interativa. Podem ser encontrados em todas as 7 unidades.





Procedimentos de navegação na plataforma

Os formandos encontrarão os materiais de formação organizados em cada unidade da plataforma. A navegação na plataforma segue os seguintes passos gerais:



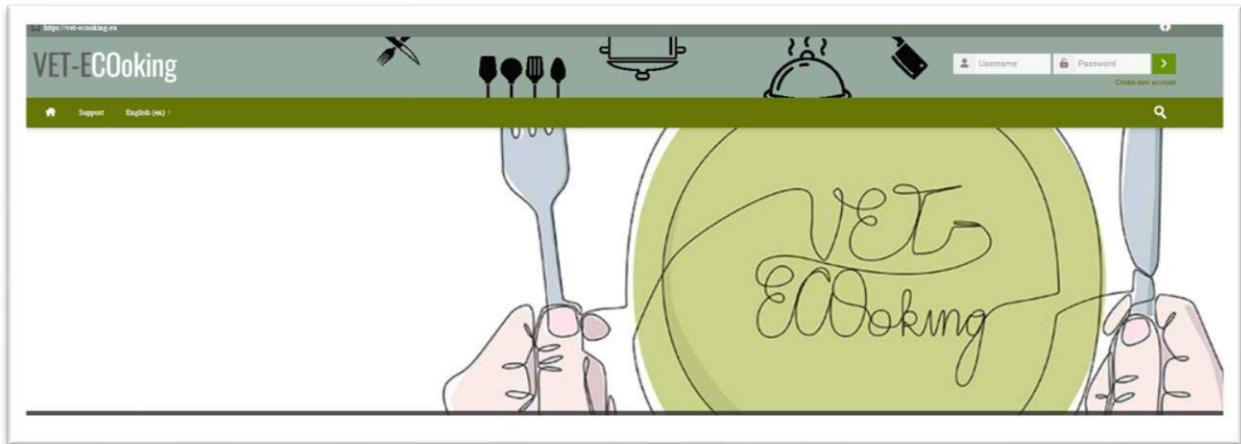


Figura 1 – Página inicial da plataforma

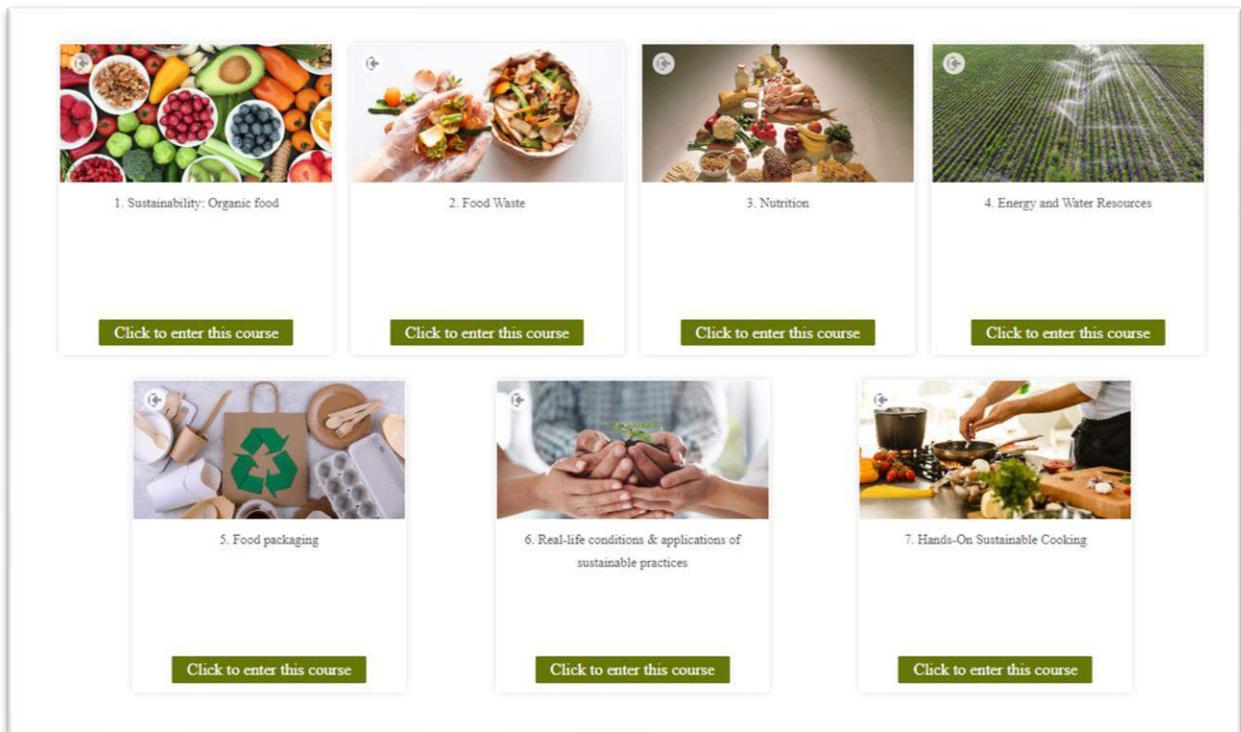


Figura 2 – Seleção de unidades

2. Formação presencial:



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





- **Sessões Interativas:** Estas sessões foram concebidas para facilitar a interação direta entre formadores e formandos. Privilegiam a aplicação prática dos conceitos teóricos aprendidos online.
- **Sessões de Cozinha Prática:** Os formandos participam em exercícios práticos, aplicando estratégias culinárias sustentáveis num ambiente de cozinha real. Esta abordagem prática ajuda a solidificar os conceitos aprendidos e melhora o desenvolvimento de competências.
- **Utilização de recursos:** Durante as sessões presenciais, os formadores utilizam os mesmos materiais disponíveis online (apresentações em PowerPoint, fichas de trabalho, folhetos, infográficos) para garantir a consistência e reforçar a aprendizagem.
- **Complementação de materiais online:** A formação presencial está estruturada para complementar e desenvolver as componentes de aprendizagem online, criando uma experiência de aprendizagem coesa e abrangente.





4: O Contexto Europeu e Local

EQF e ECVET

O currículo do projeto VET-ECooking foi cuidadosamente concebido para se alinhar com o Quadro Europeu de Qualificações (EQF) e o Sistema Europeu de Créditos do Ensino e Formação Profissionais (ECVET). Este alinhamento garante que as qualificações e competências adquiridas através do projeto VET-ECooking são reconhecidas e transferíveis entre os estados membros da UE.

1. Considerações sobre o EQF:

- O módulo é essencialmente concebido de acordo com o nível 4 do EQF, centrando-se em amplos conhecimentos factuais e teóricos no domínio da cozinha sustentável.
- O desenvolvimento de competências é enfatizado, particularmente na geração de soluções para problemas específicos na cozinha sustentável.
- O módulo promove a responsabilidade e a autonomia, encorajando os formandos a desenvolver receitas e técnicas sustentáveis, em conformidade com os descritores do EQF.

2. Aplicação do ECVET:

- A tónica nos resultados da aprendizagem e não no tempo passado em formação está em conformidade com os princípios do ECVET.
- Esta abordagem facilita a transferência e o reconhecimento de competências em diferentes países e setores, aumentando a mobilidade e as oportunidades de carreira dos formandos.





Inovação e Relevância Global

O projeto VET-ECooking destaca-se no seu domínio pelo/a:

- **Abordagem Inovadora:** Ao contrário de muitos programas existentes, o projeto VET-ECooking foi concebido como um módulo de formação formal especificamente para formandos de nível 4, preenchendo uma lacuna nos currículos relativos à cozinha sustentável.
- **Contexto Global:** Instituições de renome como o Le Cordon Bleu estão a começar a oferecer formação semelhante, realçando a importância global da cozinha sustentável. No entanto, estes são frequentemente cursos de aprendizagem ao longo da vida e não estão integrados na formação regular de nível 4.
- **Traço Distintivo:** O projeto visa formar sistematicamente profissionais para responder às necessidades do mercado local em matéria de cozinha sustentável, em vez de se basear em iniciativas esporádicas.

Adaptação aos contextos locais

Embora mantendo uma essência pan-europeia, o currículo do VET-ECooking é sensível às tradições culinárias únicas e aos desafios de sustentabilidade de cada país participante:

- **Respeitar a diversidade culinária**

A tradição culinária da Europa é um conjunto interligado de diferentes costumes, ingredientes e técnicas de cozinha. Devido à sua estrutura flexível, o programa VET-ECooking pode incorporar uma vasta gama de tradições culinárias. Esta adaptabilidade garante que os alunos possam relacionar conceitos de cozinha sustentável com cozinhas locais com as quais estão familiarizados, tornando a sua experiência de aprendizagem mais interessante e relevante.

As refeições tradicionais mediterrânicas e os métodos de cozinha que estão de acordo com as práticas ecológicas, por exemplo, podem ser enfatizados no currículo na Grécia. Na Alemanha e na Áustria, por outro lado, a ênfase pode ser colocada na incorporação da sustentabilidade na cozinha tradicional alemã e austríaca. O reconhecimento da diversidade culinária promove



Cofinanciado pela
União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





uma maior compreensão e apreciação do rico legado culinário da Europa, para além de melhorar o processo educativo.

Responder aos desafios locais em matéria de sustentabilidade

O ambiente, a geografia e as circunstâncias financeiras são apenas algumas das variáveis que influenciam as preocupações de sustentabilidade específicas de cada país europeu. Dado que foi adaptado para enfrentar estes desafios, o currículo do VET-ECOoking é uma ferramenta eficaz para a educação ambiental e de sustentabilidade a nível local.

Dada a extensa linha costeira de Portugal e as suas tradições piscatórias de longa data, por exemplo, o currículo poderia enfatizar os métodos sustentáveis de confeção de marisco. Na Áustria, pode ser dada prioridade à utilização de ingredientes alpinos de origem local e de métodos agrícolas sustentáveis. Num país como a Alemanha, com um ambiente industrial robusto e um compromisso com a sustentabilidade ambiental, o currículo poderia centrar-se na integração de práticas sustentáveis no quadro da culinária urbana. O currículo na Grécia, com a sua extensa história e clima mediterrânico, poderia centrar-se nas práticas culinárias tradicionais gregas, alinhando-as com os princípios modernos de sustentabilidade. O programa de formação permite que os formandos se tornem catalisadores da mudança nos seus próprios grupos, proporcionando-lhes conhecimentos especializados e autonomia através da análise destas questões de sustentabilidade local.

Envolvimento com as indústrias locais

A relação do currículo com as indústrias alimentares regionais serve para aumentar ainda mais a sua relevância. Ao ter em conta as necessidades e práticas destas indústrias, o currículo torna-se relevante para o futuro ambiente profissional dos formandos.

Este compromisso pode envolver parcerias com restaurantes, produtores de alimentos e grupos ambientais próximos. Isto pode implicar a colaboração com adeptos da dieta mediterrânica na Grécia e em Portugal ou com produtores de alimentos biológicos na Alemanha e na Áustria. Este método garante que o ensino não é apenas teórico, mas também baseado na realidade dos cenários alimentares e de sustentabilidade regionais.





5: Teste-Piloto

Objetivos e Metodologia

O currículo de 50 horas sobre cozinha sustentável foi validado e melhorado através do teste piloto do projeto VET-ECooking. O teste-piloto incluiu 10 a 15 horas de formação para avaliar a utilidade, a relevância e a aplicabilidade prática do material. Os testes-piloto envolveram uma série de participantes, incluindo formadores com vasta experiência em cozinha e formandos ansiosos por aprender e aplicar novos conceitos. A dinâmica entre formadores e formandos foi vital, uma vez que facilitou uma troca de ideias e de feedback que foi fundamental para aperfeiçoar o currículo. Para atingir um total de 8 formadores e 80 formandos, a técnica exigiu o envolvimento de 2 formadores e de pelo menos 20 formandos em cada um dos países participantes (Alemanha, Áustria, Grécia e Portugal). De seguida, detalham os vários aspetos da implementação da formação, destacando os recursos, espaços, técnicas e procedimentos utilizados.

O projeto-piloto ofereceu **3 calendarizações diferentes** (intensivo, aulas à noite, workshop ao fim de semana) para se adaptar aos vários horários e preferências de aprendizagem.

Intensivo

- 1 semana
- 3 horas/dia
- Permite aos formandos mergulharem no material e nas atividades, promovendo uma experiência semelhante à de um campo de treino. No entanto, pode ser cansativo e não permitir uma reflexão profunda ou a aplicação da aprendizagem em contextos reais

Aulas à noite

- 3 semanas
- 1-1,5 horas/dia
- Este método funciona bem para os formandos que só podem dedicar tempo à noite, depois do trabalho ou da escola. Permite uma repetição e reflexão mais espaçadas, mas pode arrastar a dinâmica durante um período mais longo.

Workshops aos fim de semana

- 2 fins-de-semana
- 3,75 horas/dia
- Esta opção é adequada para quem trabalha ou estuda durante a semana. Mantém um nível de intensidade, mas permite uma semana de reflexão e de auto-estudo entre os dois fins-de-semana.





Esta abordagem assegurou uma avaliação abrangente do currículo, cobrindo as sete unidades e utilizando diversos materiais de formação, como apresentações, fichas de trabalho e vídeos.

Os formadores receberam uma variedade de materiais para os ajudar a proporcionar uma experiência de formação imersiva e interativa. Entre eles, encontravam-se apresentações, fichas de trabalho, folhetos, infográficos e vídeos. Este conjunto diversificado de recursos assegurou que as sessões de formação fossem não só exaustivas, mas também cativantes, indo ao encontro de vários estilos e preferências de aprendizagem.

O currículo foi concebido com a adaptabilidade em mente, permitindo aos formadores adaptar o conteúdo às necessidades e níveis de especialização dos seus formandos. Os formadores tinham total controlo sobre o fluxo e a metodologia das sessões, sendo fortemente encorajada a utilização de técnicas participativas, dinâmicas de grupo, simulações e outros métodos de aprendizagem ativa. Foram também sugeridos quebra-gelos e dinamizadores para manter os formandos empenhados e entusiasmados.

O procedimento de formação foi estrategicamente planeado para cobrir 20-30% do módulo de 50 horas dentro deste período de 10-15 horas. Isto envolveu uma seleção cuidadosa de conteúdos que captavam a essência de todo o currículo. Segue-se uma lista dos conteúdos sugeridos para cada unidade, que os formadores consultaram para prosseguir com as suas ações de formação:



Cofinanciado pela
União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





Sustentabilidade: Alimentos Biológicos

- Introdução à sustentabilidade e à sua importância.
- Breve apresentação (abreviada, se necessário) para dar uma visão geral.
- 1 ficha de trabalho para envolver os formandos.
- 1 folheto que destaque os pontos principais.

Desperdício Alimentar

- Breve apresentação para explicar a importância da redução do desperdício alimentar.
- 1 ficha de trabalho que incide sobre formas práticas de reduzir o desperdício.
- 1 infografia para uma representação visual.

Nutrição

- Conceitos nutricionais fundamentais.
- Breve apresentação para explicar os conceitos básicos.
- 1 ficha de trabalho para destacar a aplicação prática.
- 1 infografia para um resumo visual.

Recursos Energéticos e Hídricos

- Conceitos fundamentais de conservação da energia e da água na cozinha.
- 1 ficha de trabalho com exercícios práticos.
- A infografia ou o folheto, consoante o que for mais conciso.

Embalagem dos Alimentos

- Breve apresentação sobre o impacto ambiental das embalagens de alimentos.
- 1 ficha de trabalho sobre alternativas sustentáveis.
- 1 infografia para um resumo visual.

Contexto real e aplicação de práticas sustentáveis

- Apresentação geral.
- 1 ficha de trabalho para compreensão prática.
- 4 folhetos centrados em Portugal, Áustria, Alemanha ou Grécia para dar uma perspetiva localizada (cada país pode centrar-se no seu respetivo folheto).

Cozinha Sustentável Prática

- Uma apresentação abreviada que destaque o essencial.
- 1 PDF com receitas, de preferência uma que represente uma refeição equilibrada (por exemplo, pratos principais).
- 1 vídeo onde uma receita é recriada para um tutorial visual.
- A atividade culinária em que os formadores escolhem uma receita para preparar com os alunos.





Implementação

A fase de testes-piloto do projeto VET-ECooking foi um passo crucial para validar a eficácia e o carácter prático do módulo de cozinha sustentável. Em todos os países parceiros, a implementação dos testes-piloto foi levada a cabo com um enfoque na aplicação prática, no envolvimento e na recolha exaustiva de feedback. Esta fase proporcionou uma visão inestimável da aplicabilidade dos materiais de formação no mundo real e da relevância do currículo para as diversas necessidades dos estudantes e formadores do EFP.

1. Alemanha:

O teste piloto do módulo VET-ECooking na Alemanha realizou-se durante quatro dias e envolveu 52 formandos e 3 formadores. Cada dia teve uma duração de 5 horas e incidiu sobre as Unidades 1, 2, 4 e 7. A preparação começou com uma sessão de boas-vindas à plataforma online, a que se seguiram apresentações em PowerPoint que introduziram o tema do dia. De seguida, os formandos receberam folhetos e/ou infografias e participaram em tarefas com recurso a fichas de trabalho. A preparação e a degustação de vários pratos fizeram parte da componente prática. O conteúdo e as atividades foram cuidadosamente escolhidos e planeados em conjunto com os professores do curso, tendo em conta os níveis de aprendizagem dos participantes e o currículo existente para garantir a integração do módulo na sua experiência educativa.



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





Figura 3 – Teste-piloto na Alemanha



Figura 4 – Teste-piloto na Alemanha

2. Portugal

Em Portugal, 20 formandos e 3 formadores participaram no teste piloto do VET-ECOoking. A formação foi dividida em três sessões síncronas para permitir uma maior compreensão do currículo. Durante o teste-piloto, cada unidade foi abordada durante uma hora, com uma



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





sessão extra de quatro horas inteiramente dedicada aos aspetos práticos da unidade 7. A plataforma online foi utilizada para aceder a materiais de formação, tais como apresentações em PowerPoint, exercícios e vídeos. Esta abordagem teve como objetivo dar aos participantes uma visão geral do currículo, com destaque para a aplicação prática na unidade 7, onde os formandos criaram receitas sustentáveis.

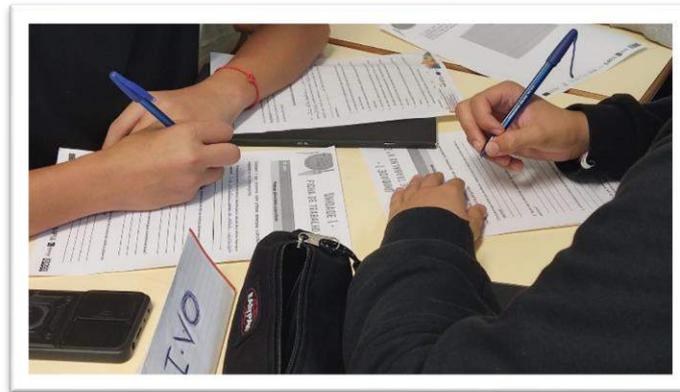


Figura 5 – Teste piloto em Portugal

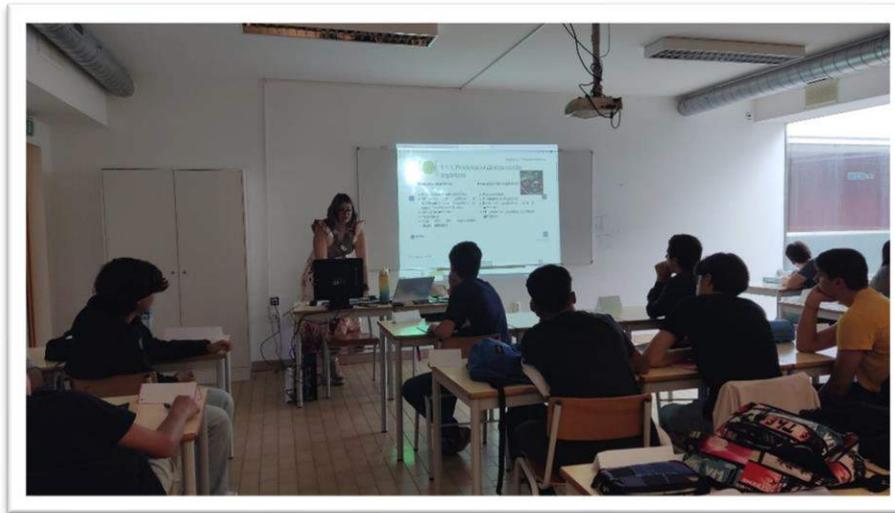


Figura 6 – Teste piloto em Portugal

3. Grécia

Na Grécia, o teste piloto do VET-ECOoking envolveu 2 formadores e 20 formandos. A formação foi estruturada como um programa intensivo, abrangendo quatro sessões ao longo de duas





semanas, cada uma com a duração de quatro horas. Este formato permitiu uma exploração aprofundada de todo o currículo de cozinha sustentável, abrangendo as sete unidades. A formação combinou recursos online com materiais impressos, como folhetos e fichas de trabalho para cada unidade. Esta abordagem assegurou uma experiência de aprendizagem abrangente, combinando conhecimentos teóricos com aplicação prática.



Figura 7 – Teste piloto na Grécia

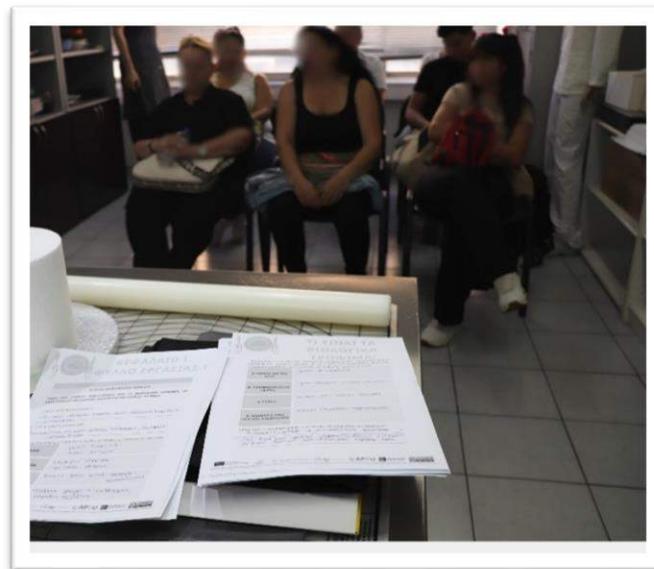


Figura 8 - Teste piloto na Grécia



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





4. Áustria

O teste piloto do VET-ECOoking na Áustria, realizado no TOP-Lokal, envolveu 18 formandos e 4 formadores durante quatro dias. Este cenário único, centrado na formação de indivíduos desempregados de longa duração para o sector da gastronomia, proporcionou um ambiente ideal para a implementação do módulo VET-ECOoking. As sessões abrangeram as Unidades 1, 2, 4 e 7, escolhidas com base nas necessidades e antecedentes dos formandos. Os formadores utilizaram o "Módulo de Formação para cursos de EFP" para orientar breves apresentações introdutórias, seguidas de atividades interativas com recurso a fichas de trabalho, folhetos, infografias e receitas. Esta abordagem garantiu que a formação fosse envolvente, relevante e acessível, alinhando-se com o objetivo do programa de preparar os participantes para carreiras de sucesso na área da gastronomia.



Figura 9 – Teste piloto na Áustria



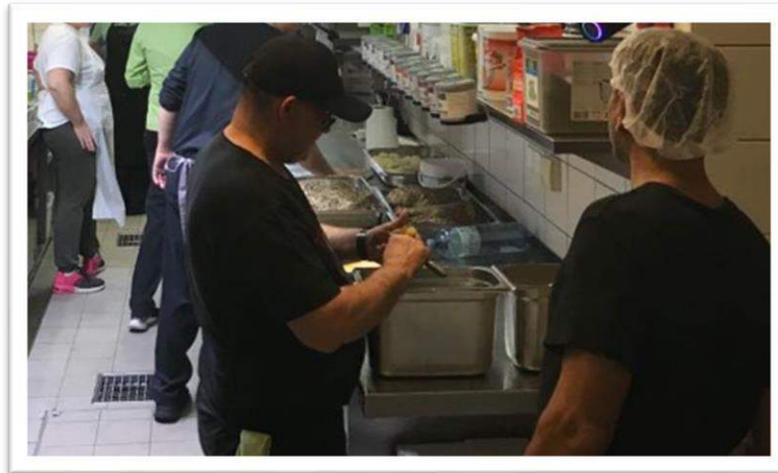


Figura 10 - Teste piloto na Áustria

Feedback

O feedback positivo e as sugestões dos formadores e dos estudantes dos vários países apontam para as possibilidades para o impacto mais alargado do módulo. O conhecimento adquirido foi fundamental para melhorar o currículo, assegurando que continua a ser completo, interessante e pertinente tanto para as exigências da indústria culinária como para a sustentabilidade ambiental.

Por país:

1. Alemanha:

-  **Formadores:** O módulo de formação foi altamente considerado pela sua boa metodologia, conteúdo informativo e relevância para o futuro ensino da culinária. Os formadores apreciaram o equilíbrio entre os materiais teóricos e práticos e consideraram o fluxo do curso excelente. Planeiam adaptar e integrar o conteúdo nas suas futuras aulas, com sugestões para uma orientação mais prática e informação alargada.
-  **Participantes:** De um modo geral, os participantes classificaram a formação como excelente em termos de variedade de atividades, relevância do conteúdo e utilidade dos recursos. Consideraram que o equilíbrio entre teoria e prática era bom e que a linguagem utilizada na plataforma era acessível à maioria. A formação foi considerada





importante tanto para as práticas de suscetibilidade profissional como pessoal. As sugestões de melhoria incluíram mais atividades práticas, apresentações mais curtas e ajustes linguísticos para falantes não nativos.

Impressão Geral: A formação piloto foi bem sucedida na transmissão de conhecimentos sobre práticas culinárias sustentáveis, com uma receção positiva tanto por parte dos formadores como dos participantes. O feedback indica uma base sólida com espaço para melhorias em aplicações práticas e acessibilidade linguística.

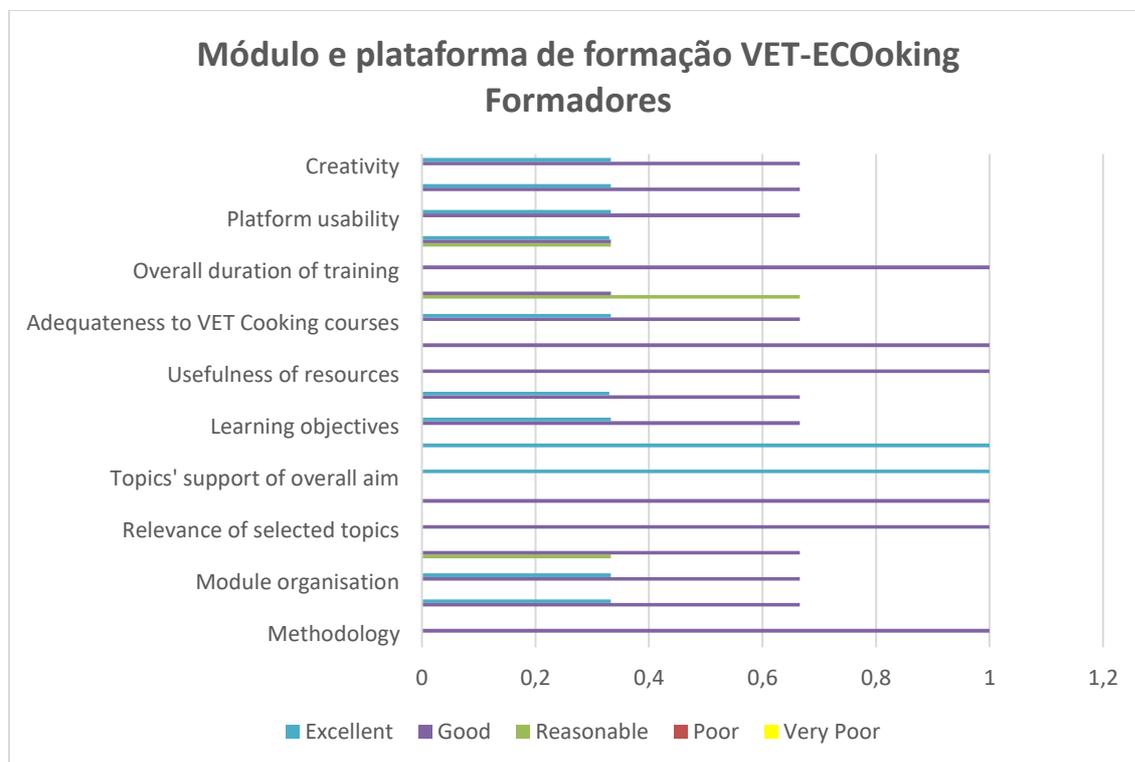


Gráfico 1 - Avaliação do módulo de formação e da plataforma VET-ECooking pelos formadores na Alemanha



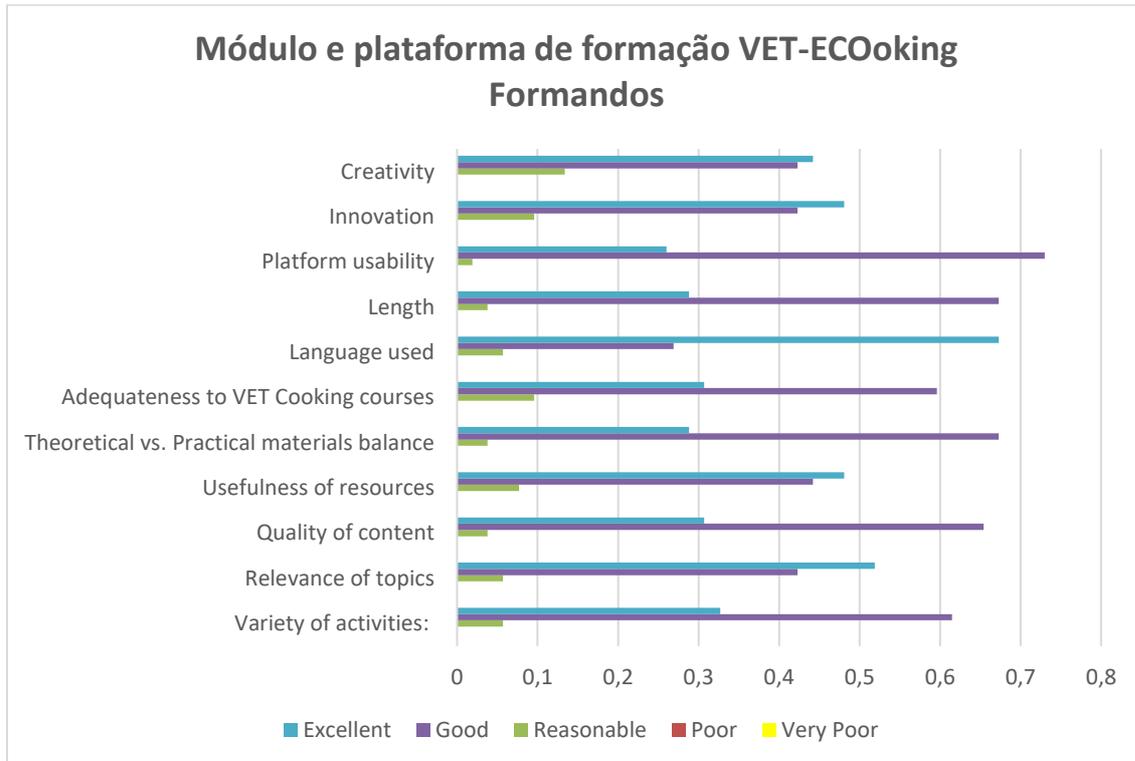


Gráfico 2 - Avaliação do módulo de formação e da plataforma VET-ECOoking pelos formandos na Alemanha

2. Portugal

- Formadores:** Por unanimidade, classificaram o módulo como excelente em todos os aspetos, destacando o seu papel fundamental na educação sobre práticas alimentares sustentáveis. Salientaram a sua importância na minimização do impacto ambiental e na utilização responsável dos recursos.
- Formandos:** Deram opiniões mistas, com a maioria a classificar vários aspetos como excelentes, mas alguns acharam a parte teórica menos cativante. O feedback variou entre achar o módulo muito bom e interessante e aborrecido, com sugestões para mais aulas práticas.
- Impressão Geral:** A formação foi, de um modo geral, bem recebida, sobretudo pela sua aplicação prática e pelo seu enfoque nas práticas culinárias sustentáveis. Embora a maioria tenha considerado a formação enriquecedora e relevante, há margem para





melhorias no sentido de tornar o conteúdo teórico mais cativante e aumentar as sessões práticas.

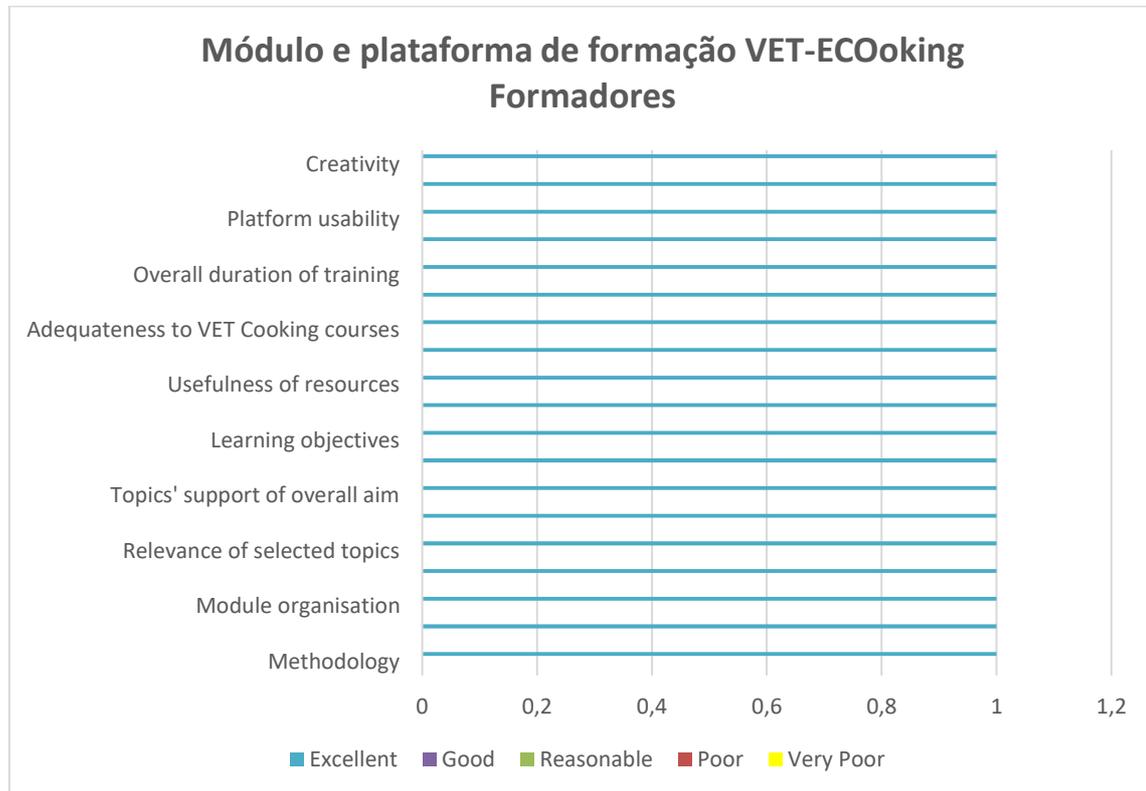


Gráfico 3 - Avaliação do módulo de formação e da plataforma VET-ECOoking pelos formadores em Portugal



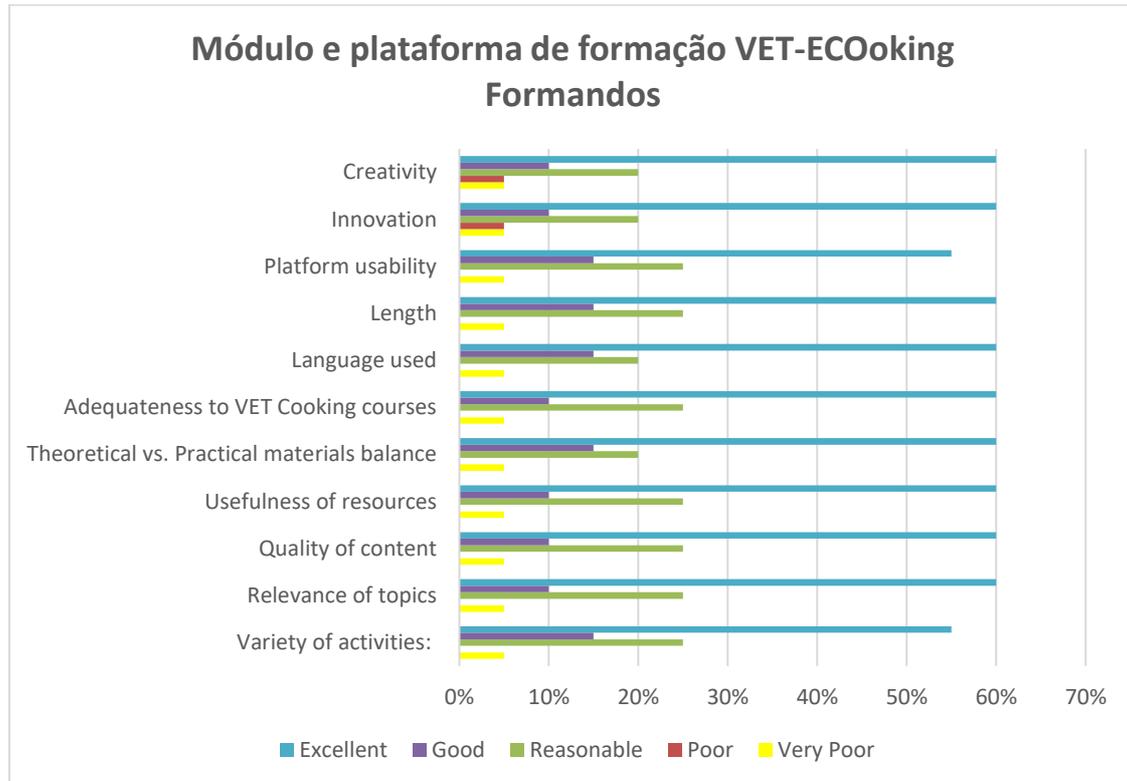


Gráfico 4 - Avaliação do módulo de formação e da plataforma VET-ECOoking pelos formandos em Portugal

3. Grécia:

- Formadores:** Os formadores classificaram o módulo de forma positiva em vários aspetos, elogiando particularmente a metodologia, a qualidade dos conteúdos e a sua relevância. Sugeriram um conteúdo mais específico para a pastelaria e padaria e um aprofundamento das práticas regionais.
- Formandos:** As aulas práticas de cozinha e o enfoque na redução do desperdício alimentar foram apreciados, tendo a maioria classificado estes aspetos como excelentes. Alguns desejavam mais funcionalidades interativas da plataforma e conteúdos mais aprofundados sobre temas específicos de sustentabilidade.
- Impressão geral:** A formação foi considerada abrangente e esclarecedora, cobrindo eficazmente tópicos de cozinha sustentável. As reações destacaram um forte apreço pela aprendizagem prática e indicaram áreas para maior aprofundamento e melhoria.



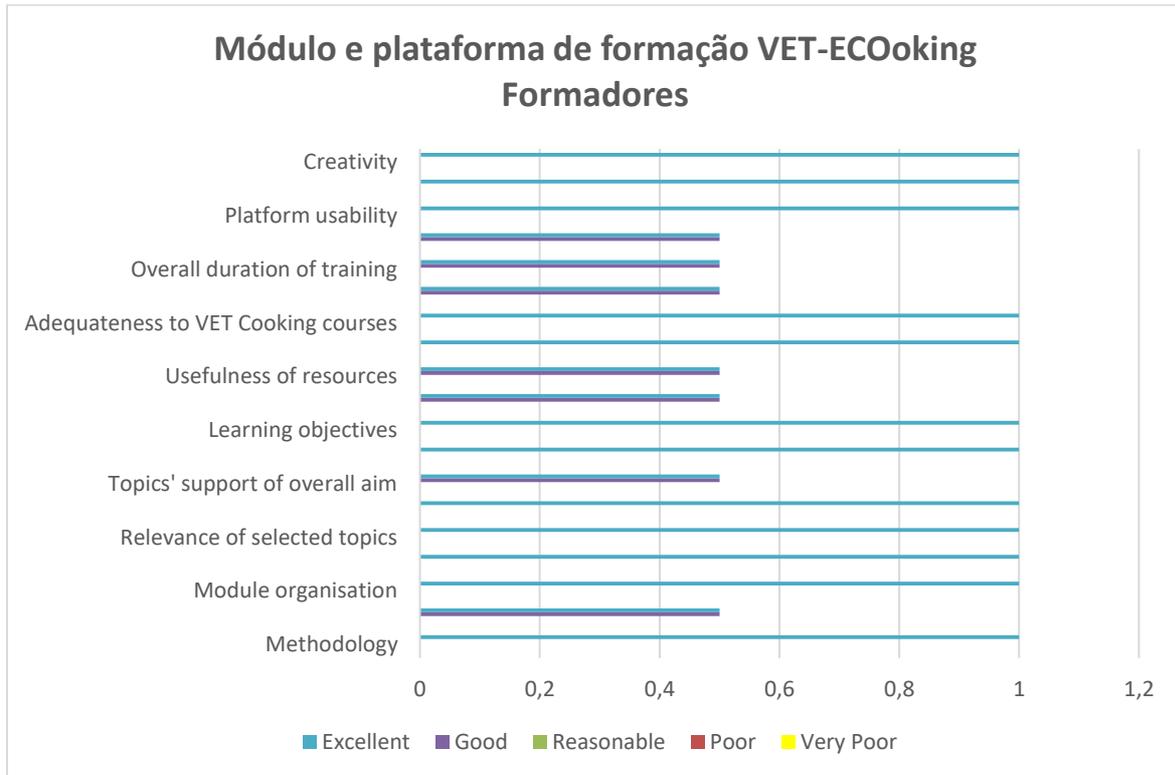


Gráfico 5 - Avaliação do módulo de formação e da plataforma VET-ECOoking pelos formadores na Grécia



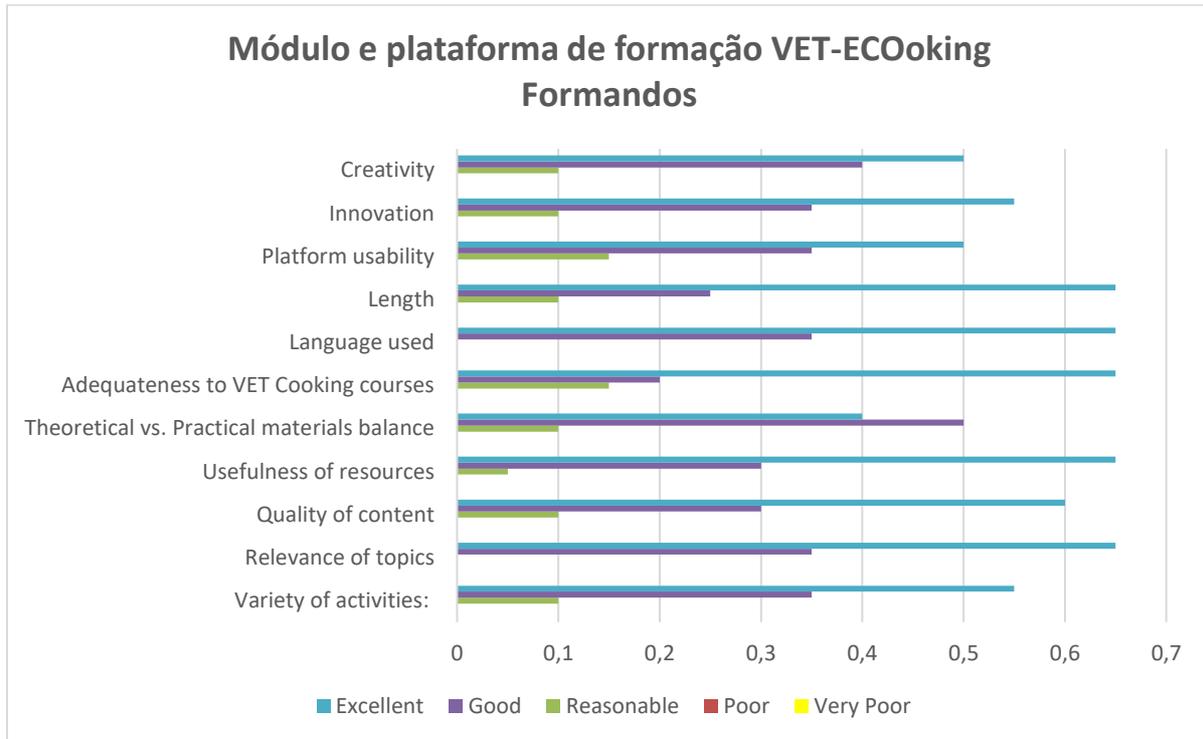


Gráfico 6 - Avaliação do módulo de formação e da plataforma VET-ECOoking pelos formandos na Grécia

4. Áustria

- Formadores:** Classificaram a maioria dos aspetos do módulo como muito bons, particularmente a metodologia, a variedade de atividades e a qualidade do conteúdo. No entanto, referiram a língua como uma barreira, sugerindo a necessidade de simplificação e de mais opções linguísticas. A relevância do conteúdo foi reconhecida, mas foi salientada a necessidade de trabalho preparatório devido a questões linguísticas.
- Formandos:** Deram classificações elevadas em todos os aspetos, apreciando a variedade, a relevância e a qualidade dos conteúdos. Consideraram a plataforma útil e útil, especialmente pela sua acessibilidade após a formação. No entanto, sugeriram melhorias na simplicidade linguística e mais opções linguísticas, e alguns tiveram problemas técnicos com o website.
- Impressão Geral:** Tanto os formadores como os formandos consideraram o módulo benéfico, especialmente em termos de conteúdo e de aplicação prática. A necessidade





de simplificação linguística e de mais opções linguísticas foi um tema comum, indicando uma barreira à acessibilidade. O módulo foi bem recebido pela sua abordagem abrangente e relevância prática, mas melhorias na acessibilidade linguística e nos aspectos técnicos da plataforma poderiam melhorar a experiência.

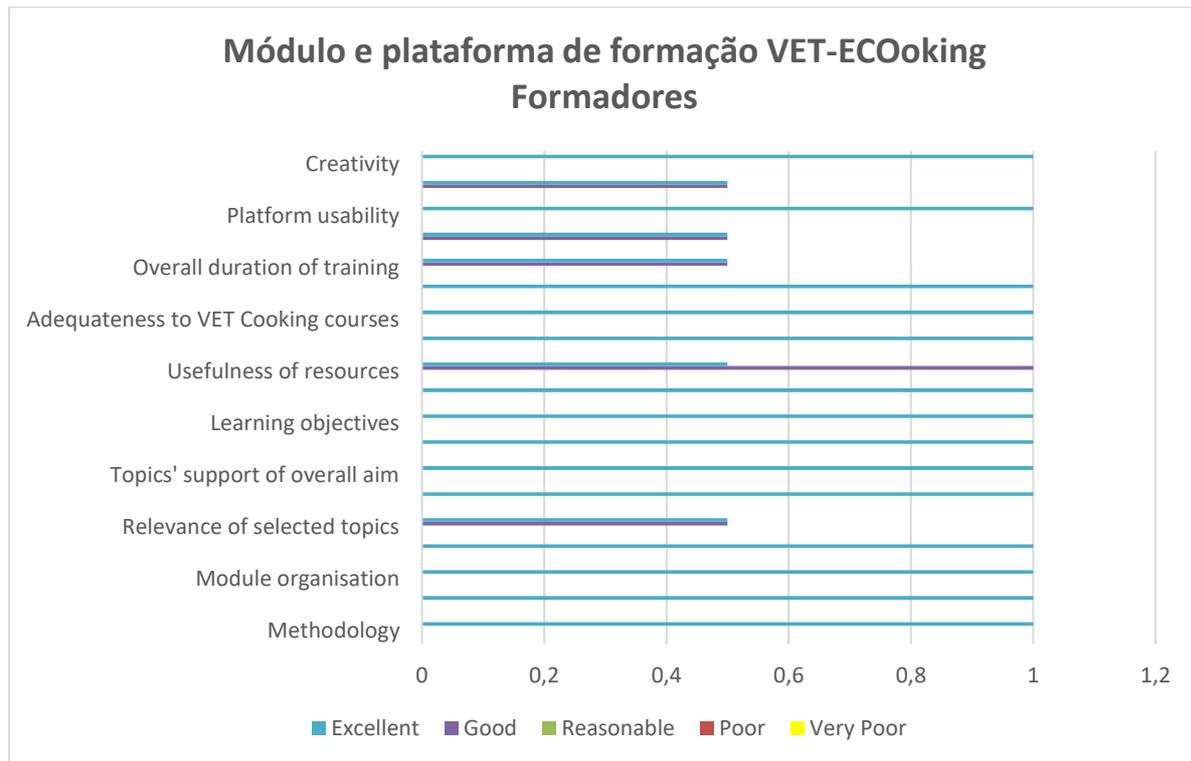


Gráfico 7 - Avaliação do módulo de formação e da plataforma VET-ECOoking pelos formadores na Áustria



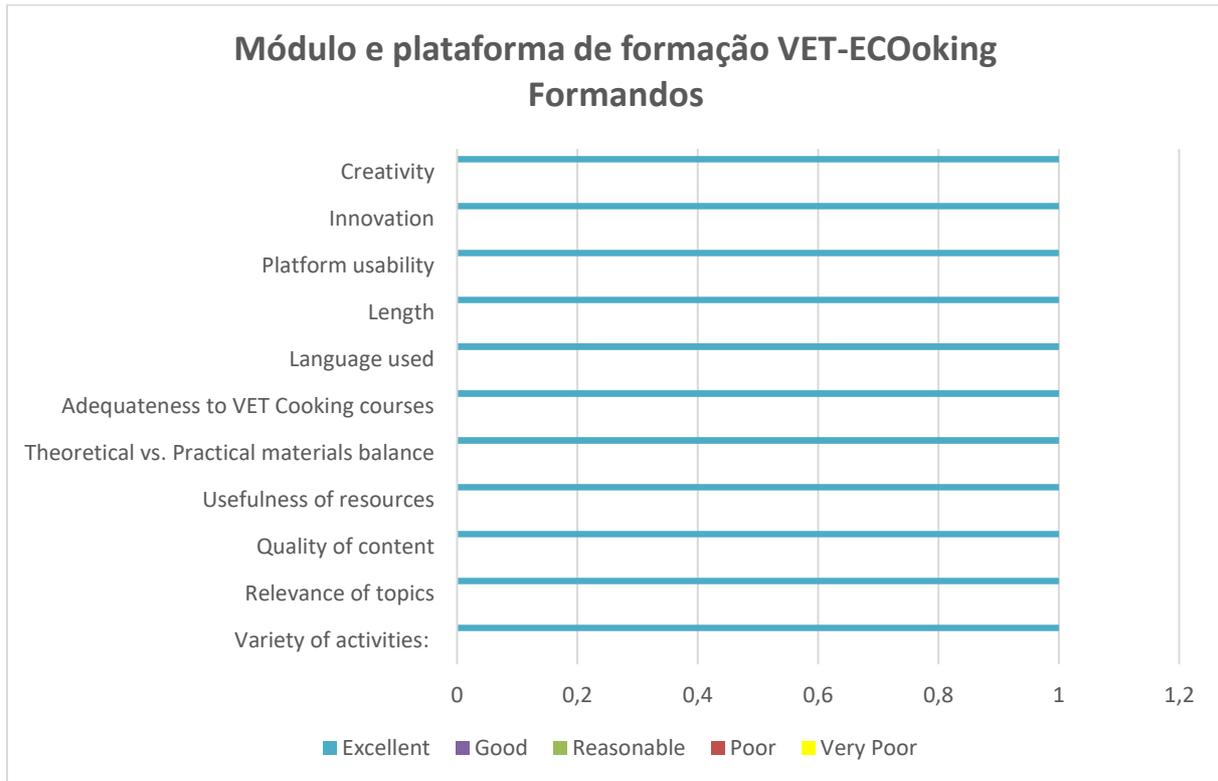


Gráfico 8 - Avaliação do módulo de formação e da plataforma VET-ECOoking pelos formandos na Áustria

O resultado mais significativo do teste-piloto foi o impacto tangível nas percepções e práticas dos formandos relativamente à cozinha sustentável. Muitos formandos referiram uma maior sensibilização para as questões de sustentabilidade no domínio da cozinha e manifestaram um grande interesse em incorporar estas práticas nos seus futuros empreendimentos culinários.



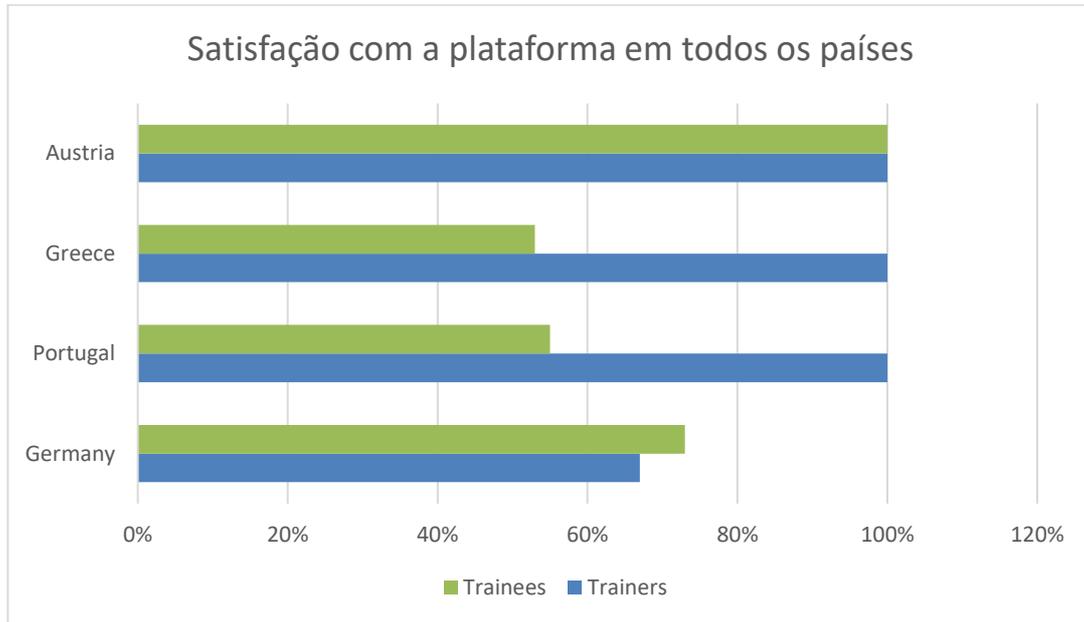


Gráfico 9 – Percentagem de classificações excelentes em termos de satisfação com a plataforma em todos os países

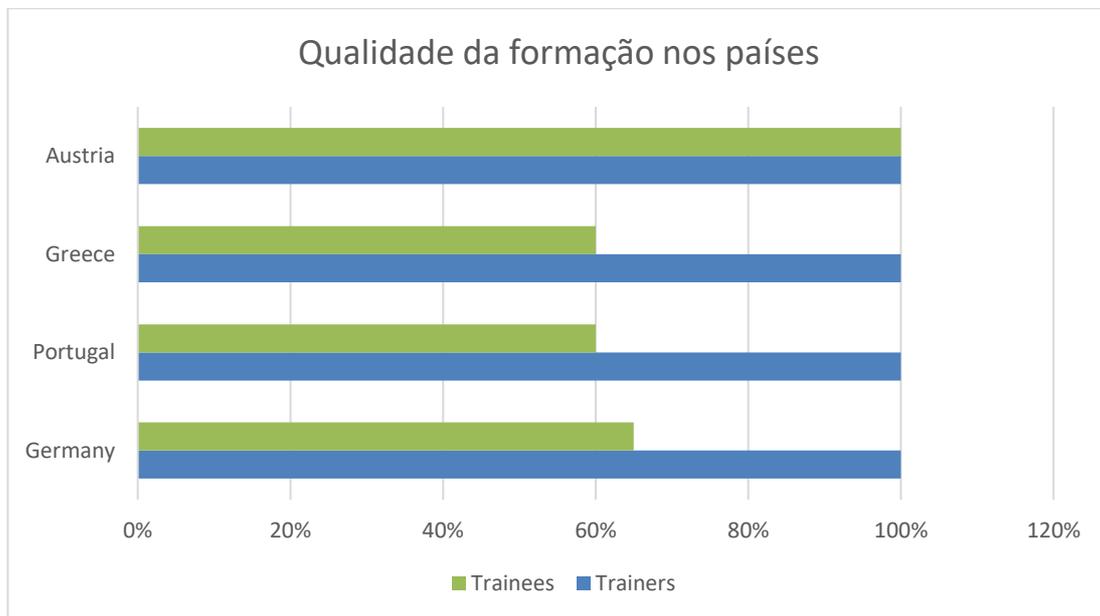


Gráfico 10 – Percentagem de classificações excelentes em termos de qualidade da formação nos países

Em suma, os testes-piloto foram uma mistura de aprendizagem estruturada, envolvimento interativo e feedback crítico, tendo todos eles desempenhado um papel fundamental na definição do currículo final do VET-ECooking. Estes testes não se destinaram apenas a avaliar





a eficácia do currículo, mas também a compreender o seu impacto na futura geração de profissionais de cozinha.



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





6: O Teste-Piloto

Visão geral das práticas culinárias sustentáveis e intercâmbio de conhecimentos

O evento Show Cooking provou ser muito mais do que uma mera demonstração de competências culinárias; foi uma troca colaborativa de pensamentos, ideias e sugestões entre formadores e formandos dos países parceiros. Cada parceiro escolheu uma ou duas receitas que incorporavam princípios de cozinha sustentável, tais como a prevenção do desperdício alimentar, a utilização de ingredientes regionais e orgânicos e a utilização de métodos de cozinha energeticamente eficientes. Este evento não só demonstrou aplicações práticas da cozinha sustentável, como também facilitou debates que ligaram estas práticas a temas de sustentabilidade mais alargados. Uma característica interessante do evento Show Cooking foi a inclusão de um questionário Kahoot online, que incluía perguntas derivadas dos materiais desenvolvidos. Este questionário interativo envolveu todas as nacionalidades como grupos numa competição amigável para testar os seus conhecimentos sobre práticas culinárias sustentáveis.

Enquanto investigamos cada aspeto da contribuição de cada país, é fundamental reconhecer a unidade de objetivo subjacente: incorporar completamente a sustentabilidade nas artes culinárias. Todas as receitas e discussões refletiram a dedicação a um futuro culinário mais sustentável e ambientalmente consciente, desde o bolo de limão da Grécia à sopa de abóbora da Alemanha, e desde os bolinhos de espinafres da Áustria à inspiração de outono de Portugal.



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





Figura 11 – Evento de Show Cooking

Cada país interpretou e apresentou este tema, acrescentando o seu próprio toque à história global da gastronomia sustentável.

1. Alemanha

- O evento destacou a acessibilidade dos produtos regionais e sazonais.
- A maioria dos ingredientes foi comprada na loja de produtos agrícolas local ou colhida na sua própria horta. Também foram utilizados legumes menos apelativos comercialmente nos pratos.
- Sessões práticas de culinária, incluindo sopa de abóbora e risoto de cogumelos, transpuseram a teoria para a prática.
- Os participantes receberam produtos regionais para recriar os pratos em casa, reforçando a experiência de aprendizagem.

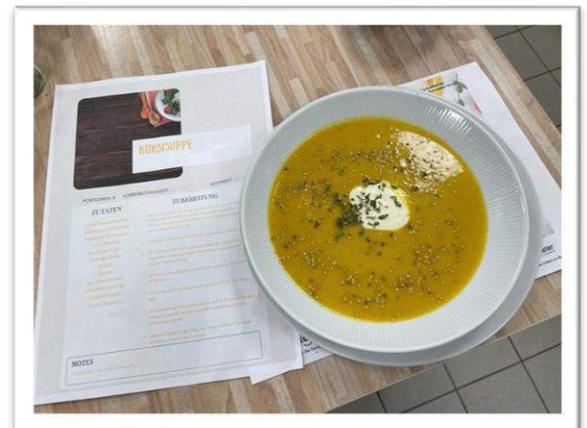


Figura 12 – O evento de show cooking na Alemanha





2. Portugal

- Os formandos manifestaram uma maior sensibilização para a cozinha sustentável, nomeadamente no que respeita à seleção dos ingredientes e à minimização dos resíduos.
- Uma atividade prática envolveu a criação de uma receita inspirada no outono, utilizando ingredientes locais e sustentáveis, realçando a evolução da paisagem culinária e as exigências do mercado.



Figura 13 – O evento de show cooking em Portugal

3. Grécia

- A equipa apresentou um bolo de limão com ingredientes sazonais, exemplificando uma cozinha sustentável.
- O evento equilibrou teoria e prática, com a equipa a participar ativamente em debates e a partilhar ideias sobre cozinha sustentável.



Figura 14 – O evento de show cooking na Grécia

4. Áustria

- O evento incluiu elementos interativos como um questionário Kahoot e debates, aumentando o envolvimento.
- Apesar da impossibilidade de alguns formandos e formadores participarem online, o evento gravado constitui um valioso recurso de aprendizagem.



Figura 15 – O evento do show cooking na Áustria.





O evento Show Cooking também incluiu um segmento de discussão envolvente, no qual professores e alunos partilharam as suas experiências e perceções. As questões-chave para os professores giravam em torno dos desafios e êxitos encontrados durante os testes-piloto, das alterações introduzidas nos métodos de formação e dos comentários ou histórias de sucesso memoráveis. Esta discussão forneceu informações úteis sobre a aplicação prática do currículo e o seu impacto nos formandos.

Os aspetos mais interessantes e valiosos do módulo de cozinha sustentável foram destacados pelos alunos, bem como a forma como a sua participação influenciou a sua compreensão e prática da cozinha sustentável. Este feedback foi fundamental para compreender a eficácia do módulo do ponto de vista do formando e realçou o impacto da formação no mundo real nas suas vidas diárias e profissionais.

O evento Show Cooking integrou com sucesso demonstrações práticas de cozinha com discussões perspicazes, enfatizando a importância das práticas de cozinha sustentável. A abordagem única de cada país e as receitas apresentadas refletiram as diversas tradições culinárias e os desafios da sustentabilidade na Europa. Foi demonstrado que um menu composto por entradas, pratos principais e sobremesas pode ser sustentável à escala europeia. Este evento não só demonstrou a aplicação prática do currículo VET-ECooking, como também reforçou a importância da gastronomia sustentável na educação e na prática culinárias contemporâneas.



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





7: O Futuro da Cozinha Sustentável

Recomendações

Os esforços conjuntos de agências governamentais, instituições alimentares e outras partes interessadas podem determinar a direção da cozinha sustentável no futuro. Como base de formação para aspirantes a cozinheiros, as escolas com cursos de cozinha precisam de incorporar a sustentabilidade nos seus currículos. Esta síntese necessita de uma abordagem prática em que os alunos compreendam a essência da sustentabilidade, limitem o desperdício e compreendam os efeitos ecológicos das suas práticas culinárias. Estas organizações devem encorajar colaborações com agricultores e produtores de alimentos regionais, promovendo uma estratégia "da quinta para a mesa" que impulse as economias regionais e diminua a pegada de carbono do transporte de alimentos.

O ambiente em que se pratica a cozinha sustentável é grandemente influenciado pelos governos. A aplicação de normas que promovem a redução de resíduos no setor alimentar e a oferta de incentivos para métodos agrícolas sustentáveis são exemplos do papel fundamental que as intervenções políticas desempenham. Embora possam ser concedidos incentivos a restaurantes e outros estabelecimentos culinários que adotem e promovam métodos sustentáveis, as iniciativas educativas podem aumentar a compreensão do público sobre as técnicas de cozinha sustentável. Os governos também podem apoiar a investigação sobre tecnologias alimentares sustentáveis, investigando novas abordagens à produção de alimentos, como a carne cultivada em laboratório e a agricultura vertical, que têm o potencial de transformar a indústria alimentar e, ao mesmo tempo, diminuir o seu impacto ambiental.

Os produtores agrícolas, os vendedores e os proprietários de restaurantes são exemplos de partes interessadas que precisam de compreender o seu papel na promoção da sustentabilidade. A adoção de ações sustentáveis vai para além da simples ética; é uma estratégia de negócio que se enquadra numa base de consumidores cada vez mais consciente do ambiente. Para além de ajudar a conservar o ambiente, os restaurantes que implementam práticas sustentáveis - tais como a utilização de ingredientes de origem local, a redução do desperdício e



Cofinanciado pela
União Europeia

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





a oferta de opções de menu à base de plantas - também atraem clientes que respeitam a sustentabilidade. Para satisfazer a procura crescente de produtos ecológicos, os fornecedores e fabricantes também têm de se adaptar, concentrando-se em técnicas sustentáveis.

Estratégia de Transferibilidade

Uma estratégia orientada para a transferibilidade dos resultados do projeto é fundamental para garantir a aplicação eficaz e generalizada destas recomendações. O plano delinea a forma como o projeto pode ser levado a cabo em vários países e grupos-alvo, mantendo a sua viabilidade e impacto duradouros.

A estratégia de transferibilidade do Consórcio baseia-se nos seguintes princípios essenciais:

1. **Relevância:** Identificar e envolver as partes interessadas que beneficiarão diretamente dos resultados do projeto. Isto inclui instituições de formação profissional, escolas de culinária, restaurantes e organizações ambientais.
2. **Multiplificação:** Colaborar com as partes interessadas que possuem redes extensas, permitindo a ampla disseminação dos materiais, resultados e melhores práticas do projeto.
3. **Eficácia:** Estabelecer parcerias com organizações que demonstrem um grande interesse e possuam os recursos necessários para implementar a formação de pessoal com base no currículo do projeto VET-ECOoking.
4. **Impacto:** Trabalhar com entidades que possam contribuir significativamente para o impacto positivo e duradouro dos resultados do projeto.
5. **Sustentabilidade:** Assegurar a utilização contínua e a relevância dos resultados do projeto por parte das organizações envolvidas, empenhadas em manter e desenvolver as iniciativas do projeto para além do período de financiamento.





Plano de Implementação para Organizações do Ensino e Formação Profissional

Para facilitar a adoção do curso VET-ECooking pelas organizações de ensino e formação profissional, pode ser seguido o seguinte plano:

1. **Seleção dos participantes:** Identificar e selecionar os alunos e professores de ensino e formação profissional da instituição para receberem formação na plataforma de formação VET-ECooking.
2. **Análise do mercado:** Organizar reuniões entre professores e restaurantes locais para compreender as atuais exigências do mercado e adaptar a formação em conformidade.
3. **Integração no currículo:** Incorporar o módulo VET-ECooking no currículo culinário existente, assegurando que a sustentabilidade se torna um aspeto fundamental da educação culinária.
4. **Feedback and Adaptação contínuos:** Estabelecer um ciclo de feedback com todas as partes interessadas, incluindo estudantes, professores e parceiros da indústria, para aperfeiçoar e adaptar continuamente o programa de formação.
5. **Envolvimento e consciencialização da comunidade:** Envolver a comunidade em geral para aumentar a consciencialização sobre práticas culinárias sustentáveis e a importância da gestão ambiental no campo da culinária.
6. **Parcerias e colaborações a longo prazo:** Promover parcerias de longo prazo com empresas locais, grupos ambientais e outras organizações relevantes para garantir a relevância e o impacto contínuos da formação.
7. **Monitorização e avaliação:** Monitorizar e avaliar regularmente a eficácia da formação, fazendo os ajustes necessários para garantir que se mantém atualizada em relação às tendências da indústria e aos desafios ambientais.





O caminho a seguir

Imaginar a indústria culinária do futuro com a sustentabilidade no seu centro é um conceito revolucionário e emocionante. Neste cenário culinário do futuro, a sustentabilidade é um componente essencial de cada refeição preparada e de cada ingrediente utilizado, e não uma reflexão tardia. Neste mundo, os chefes de cozinha não são apenas mestres do sabor, mas também administradores ambientais, com conhecimentos e capacidades para preparar alimentos de forma a proteger e preservar o ambiente.

Iniciativas como o VET-ECOoking estão a desempenhar um papel significativo na reformulação do futuro do mundo da culinária. Estes esforços visam garantir que as futuras gerações de cozinheiros estejam mais do que familiarizadas com a cozinha sustentável, incorporando práticas sustentáveis na formação profissional dos jovens cozinheiros. Esta educação vai para além da preparação de alimentos e inclui uma compreensão do sistema alimentar como um todo, desde o abastecimento de ingredientes até à gestão dos resíduos alimentares e à conservação de energia na cozinha.

O futuro também reserva a possibilidade de avanços tecnológicos que promovam uma cozinha sustentável. Os avanços nos eletrodomésticos de cozinha que reduzem o consumo de energia, os avanços nas tecnologias de conservação de alimentos que prolongam o prazo de validade sem sacrificar a qualidade e o estabelecimento de novas fontes amigas do ambiente estão todos no horizonte. Estas tecnologias, combinadas com uma comunidade alimentar informada e ambientalmente consciente, têm o potencial de diminuir substancialmente o impacto ambiental dos actuais sistemas alimentares.

O futuro da cozinha sustentável parece promissor. É necessário um esforço de colaboração de todos, desde os chefes locais até às autoridades mundiais. O mundo da culinária pode desempenhar um papel crucial inegável no movimento global em direção à sustentabilidade ambiental, aceitando práticas sustentáveis, informando as gerações vindouras e investindo em avanços tecnológicos. A jornada é longa e desafiadora, mas os resultados, que resultam num planeta muito mais saudável, valem a pena.





Conclusão

O projeto VET-ECooking lançou-se numa viagem transformadora para remodelar a indústria culinária com a utilização de valores de sustentabilidade. Esta tentativa exigente espera deixar uma marca no mundo da cozinha.

A realização mais notável do VET-ECooking é a sua capacidade de integrar métodos culinários sustentáveis na formação dos futuros cozinheiros. O projeto criou um novo padrão no ensino da culinária ao conceber um currículo completo que inclui não só a formação culinária, mas também os elementos culturais, económicos e de sustentabilidade dos alimentos. A eficácia e a relevância do currículo foram demonstradas nos testes-piloto bem sucedidos que se realizaram nos países parceiros, envolvendo um número significativo de formadores e formandos. Esta realização foi ainda demonstrada pela organização de eventos de Show Cooking, que deram vida aos princípios da cozinha sustentável.

No entanto, houve algumas dificuldades no caminho, uma vez que foi necessário planear com antecedência e ser adaptável, enquanto a modificação do currículo para se adequar a várias situações culturais e educativas. O projeto também teve de ultrapassar a relutância inicial à mudança, uma vez que o seu objetivo era substituir as técnicas de cozinha convencionais por outras mais respeitadoras do ambiente.

O projeto VET-ECooking tem efeitos de longo prazo que vão muito além dos seus resultados imediatos. O projeto estimulou uma discussão sobre a forma como a cozinha pode ajudar a resolver problemas ambientais. A investigação demonstrou que o desperdício de alimentos, os comportamentos alimentares insustentáveis e a mudança de hábitos dos clientes podem ser eficazmente combatidos com a aplicação de orientações culinárias. Motivou várias organizações a reconsiderar os seus cursos de culinária e a incorporar a sustentabilidade no seu currículo principal.



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.





Além disso, o projeto deu a classes emergentes de cozinheiros as capacidades e a informação de que necessitam para promover uma cozinha sustentável. Estes chefes estão a preparar alimentos não só para o presente, mas também para um amanhã melhor. Representam um movimento que honra o ambiente tanto quanto o paladar.

Durante as várias fases do projeto, foram estabelecidos contactos com intervenientes individuais que contribuem para uma nutrição sustentável. Alguns estão ligados em rede a nível local e de acordo com as suas possibilidades; outros trabalham sozinhos para um mundo melhor e mais sustentável. Todos e cada um deles partilharam as suas necessidades e conhecimentos sobre o seu trabalho. Isto permitiu ao consórcio adquirir conhecimentos alargados que puderam ser integrados no módulo.

O projeto VET-ECOoking é a prova do poder da aprendizagem, do trabalho em equipa e da criatividade na promoção de mudanças sustentáveis. Embora o projeto em si possa ter chegado ao fim, a sua força e os seus princípios podem continuar a inspirar e a modificar o mundo da gastronomia. Cada refeição que preparamos e consumimos pode ser um ato de gestão ambiental, um passo mais próximo de um mundo mais sustentável e equitativo.



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.

