

# Module for VET Degrees on Gastronomy on “Sustainable Cooking”



## Παγκόσμια έκθεση «Τρέχουσα κατάσταση και καλές πρακτικές σχετικά με τη Βιώσιμη Μαγειρική»

Προετοιμάστηκε από:





# ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	3
1. ΚΥΡΙΑ ΠΟΡΙΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΣΥΓΚΡΙΤΙΚΗΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΩΝ ΥΠΑΡΧΟΝΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΒΙΩΣΙΜΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΚΑΙ ΑΛΛΟ ΣΧΕΤΙΚΟ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ .....	4
1.1 Περίληψη της συγκριτικής αξιολόγησης .....	4
1.2 Περίληψη ευρημάτων.....	14
1.2.1 ΕΕΚ έναντι Περαιτέρω εκπαίδευσης/θεσμοί/ομάδες-στόχοι .....	14
1.2.2 Μέθοδοι μάθησης.....	15
1.2.3 Διάρκεια .....	17
1.2.4 Πιστοποίηση.....	17
1.2.5 Το πιο συνηθισμένο περιεχόμενο/θέματα.....	18
2. ΚΥΡΙΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΕΚΥΨΑΝ ΑΠΟ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ & ΕΡΕΥΝΑ.....	20
2.1 Περίληψη των καλών πρακτικών .....	20
2.2 Σύνοψη ευρημάτων .....	31
3. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΣΥΖΗΤΗΣΕΙΣ ΣΤΡΟΓΓΥΛΗΣ ΤΡΑΠΕΖΗΣ.....	35
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ .....	37





## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

---

Η παρούσα έκθεση συντάσσεται στο πλαίσιο του Αποτελέσματος 1 – VET EcoCooking Πλαίσιο Εκπαίδευσης και Δομή Προγραμμάτων Σπουδών, και εξετάζει συνολικά τρεις κύριες δραστηριότητες, και συγκεκριμένα: Συγκριτική αξιολόγηση, Συλλογή περιπτώσιολογικών μελετών και καλών πρακτικών, και Συζητήσεις Στρογγυλής Τραπέζης.

Η πρώτη δραστηριότητα που πραγματοποιείται από τους εταίρους είναι η συγκριτική αξιολόγηση, η οποία στοχεύει στον προσδιορισμό των υφιστάμενων Προγραμμάτων Σπουδών ΕΕΚ για τη βιώσιμη μαγειρική και άλλο σχετικό περιεχόμενο. Μέσα από μια εντατική έρευνα γραφείου, αυτές οι πρωτοβουλίες καταγράφηκαν και κατηγοριοποιήθηκαν, λαμβάνοντας υπόψη τους στόχους, τις ομάδες-στόχους, τα επίπεδα και μια περιγραφή των προγραμμάτων σπουδών.

Η συλλογή περιπτώσιολογικών μελετών και καλών πρακτικών για τη Βιώσιμη Μαγειρική είναι η δραστηριότητα που ακολούθησε. Οι συνεντεύξεις σε το αποτέλεσμα στόχευαν: ιδιοκτήτες εστιατορίων, διευθυντές και καταναλωτές, παραγωγούς (γεωργία, αλιεία ή κτηνοτροφία)· ειδικούς στη βιωσιμότητα, επαγγελματίες λιανικής (παντοπωλεία, εστιατόρια, πωλητές κ.λπ.), και εκπαιδευτές ΕΕΚ στον τομέα της γαστρονομίας. Ο βασικός στόχος των συνεντεύξεων ήταν η συλλογή πληροφοριών σχετικά με μελέτες περιπτώσεων και καλές πρακτικές στη φιλική προς το περιβάλλον-βιώσιμη μαγειρική. Σκοπός είναι οι πληροφορίες που συγκεντρώθηκαν να χρησιμεύσουν ως έμπνευση για τον καθορισμό του πλαισίου κατάρτισης και της δομής προγραμμάτων σπουδών σχετικά με τη «Βιώσιμη Μαγειρική» για Μαθήματα Μαγειρικής ΕΕΚ.

Τρίτον, οργανώθηκαν στρογγυλές τράπεζες για να προωθηθεί η συζήτηση σχετικά με τη βιώσιμη μαγειρική και το μέλλον της και, ως εκ τούτου, οι συμμετέχοντες επιλέχθηκαν λαμβάνοντας υπόψη την τεχνογνωσία και το υπόβαθρό τους: ιδιοκτήτες-διαχειριστές εστιατορίων και καταναλωτές, παραγωγοί (αλιεία ή κτηνοτροφία), ειδικοί στη βιωσιμότητα, επαγγελματίες λιανικής (εστιατόρια, πωλητές κ.λπ.), εκπαιδευτές ΕΕΚ στον τομέα της γαστρονομίας.

Η παρούσα έκθεση συνοψίζει τις δραστηριότητες που περιγράφονται παραπάνω κάνοντας μια γενική επισκόπηση του υλικού που συλλέχτηκε και των συμπερασμάτων που προέκυψαν. Έτσι, η έκθεση «State of the Art and Good Practices concerning Sustainable Cooking» συνοψίζει τα κύρια ευρήματά της.





# 1. ΚΥΡΙΑ ΠΟΡΙΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΣΥΓΚΡΙΤΙΚΗΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΩΝ ΥΠΑΡΧΟΝΤΩΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΩΝ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗ ΒΙΩΣΙΜΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΚΑΙ ΑΛΛΟ ΣΧΕΤΙΚΟ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ

## 1.1 Περίληψη της συγκριτικής αξιολόγησης

<b>Χώρα</b>	<b>Πορτογαλία</b>
<b>Τίτλος</b>	Ολοκληρωμένο μάθημα Φυσικής και Υγιεινής Μαγειρικής
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Δωρεάν εκπαίδευση / Άτυπη πιστοποίηση
<b>Είδος ιδρύματος</b>	Online Σχολή Μαγειρικής
<b>Διάρκεια</b>	3 μήνες (ελάχιστο) – 12 μήνες (μέγιστο)
<b>Ομάδα-στόχος</b>	Όποιος ενδιαφέρεται και θέλει: <ul style="list-style-type: none"><li>• Να μάθει πώς να μαγειρεύει με υγιεινό τρόπο χρησιμοποιώντας φυσικά και υγιεινά υλικά.</li><li>• Να μάθει πώς να προσθέτει γεύση, υφή και χρώμα στα γεύματά του με απλά σπιτικά μπαχαρικά.</li><li>• Να αποκτήσει αυτοπεποίθηση για να προετοιμάσει καλά ισορροπημένα γεύματα.</li><li>• Να απλοποιήσει τη μαγειρική για να εξοικονομήσει χρόνο και να έχει πάντα υγιεινές εναλλακτικές λύσεις.</li><li>• Να μάθει πώς να ανακυκλώνει και να οργανώνει την κουζίνα για να αποφύγει τη σπατάλη τροφίμων.</li><li>• Να καταναλώσει περισσότερα φυτικά συστατικά εκμεταλλευόμενος τα καλύτερα που έχει να προσφέρει κάθε εποχή.</li></ul>
<b>Συνάφεια</b>	Αυτή η πρακτική μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως σημείο αναφοράς για το έργο, επειδή εστιάζει σε διαφορετικά θέματα που θα βοηθήσουν τους μαθητές να μάθουν πώς να προετοιμάζουν γεύματα με διάφορα συστατικά με βιώσιμο τρόπο, καθ' όλη τη διάρκεια του έτους. Ως εκ





	<p>τούτου, μπορεί να αποτελέσει πηγή έμπνευσης για τη δημιουργία των εκπαιδευτικών προγραμμάτων εκπαίδευσης VET- ECOoking .</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Πλήρη προγράμματα σπουδών με ποικίλα θέματα.</li><li>● Διαδικτυακό μάθημα που μπορεί να γίνει οπουδήποτε (η μορφή πρόσωπο με πρόσωπο ήταν διαθέσιμη στο παρελθόν, αλλά, λόγω του COVID-19, μόνο το διαδικτυακό μάθημα είναι διαθέσιμο προς το παρόν).</li><li>● Προσφέρει πολύ υλικό υποστήριξης ανά ενότητα, συμπεριλαμβανομένων σύγχρονων και ασύγχρονων συνεδριών.</li><li>● Οι μαθητές έχουν 1 εβδομάδα για να ολοκληρώσουν κάθε ενότητα που σημαίνει ότι μπορούν να προχωρήσουν με τον δικό τους ρυθμό, χωρίς βιασύνη και εντός της διαθεσιμότητάς τους.</li></ul>
--	---

<b>Χώρα</b>	<b>Πορτογαλία</b>
<b>Τίτλος</b>	Βιώσιμες Μαγειρικές Πρακτικές
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Μέρος ενός μαθήματος ΕΕΚ
<b>Είδος ιδρύματος</b>	Σχολή ΕΕΚ
<b>Διάρκεια</b>	50 ώρες
<b>Ομάδα-στόχος</b>	Εκπαιδευόμενοι ΕΕΚ
<b>Συνάφεια</b>	<p>Αυτή η πρακτική μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως σημείο αναφοράς για το έργο, επειδή αυτό το μάθημα καλύπτει μια νέα προσέγγιση στη μάθηση που ενσωματώνει τις καλύτερες διεθνείς πρακτικές και εμπειρίες και μια αυξανόμενη προσέγγιση στις ανάγκες και τις προσδοκίες της επιχειρηματικής αγοράς.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Είναι δωρεάν.</li><li>● Περιλαμβάνεται πρακτική άσκηση.</li><li>● Το πρόγραμμα σπουδών έχει σχεδιαστεί για να προσαρμόζεται σε νέα προφίλ και ικανότητες.</li></ul>





	<ul style="list-style-type: none"><li>• Το πρόγραμμα σπουδών ενσωματώνει κοινωνικο-συναισθηματικά στοιχεία (soft skills) των επιχειρήσεων, της διοίκησης και της ηγεσίας.</li><li>• Το σχολείο έχει ισχυρή σχέση με την αγορά/εταιρείες και δημόσιους φορείς του Τουριστικού τομέα, μέσω της πρακτικής άσκησης.</li></ul>
--	---

<b>Χώρα</b>	<b>Πορτογαλία</b>
<b>Τίτλος</b>	Βιώσιμος και Υπεύθυνος Τουρισμός
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Μέρος ενός μαθήματος ΕΕΚ
<b>Είδος ιδρύματος</b>	Σχολή ΕΕΚ
<b>Διάρκεια</b>	25 ώρες
<b>Ομάδα-στόχος</b>	Μαθητές επιπέδου 5
<b>Συνάφεια</b>	<p>Αυτή η πρακτική μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως σημείο αναφοράς για το έργο, επειδή αυτό το μάθημα καλύπτει μια νέα προσέγγιση στη μάθηση που ενσωματώνει τις καλύτερες διεθνείς πρακτικές και εμπειρίες και μια αυξανόμενη προσέγγιση στις ανάγκες και τις προσδοκίες της επιχειρηματικής αγοράς.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Είναι δωρεάν.</li><li>• Περιλαμβάνεται πρακτική άσκηση.</li><li>• Το πρόγραμμα σπουδών έχει σχεδιαστεί για να προσαρμόζεται σε νέα προφίλ και ικανότητες.</li><li>• Το πρόγραμμα σπουδών ενσωματώνει κοινωνικο-συναισθηματικά στοιχεία (soft skills) των επιχειρήσεων, της διοίκησης και της ηγεσίας.</li><li>• Το σχολείο έχει ισχυρή σχέση με την αγορά/εταιρείες και δημόσιους φορείς του Τουριστικού τομέα, μέσω της πρακτικής άσκησης.</li></ul>





<b>Χώρα</b>	<b>Ελλάδα</b>
<b>Τίτλος</b>	«Βιώσιμα συστήματα τροφίμων: μια μεσογειακή προοπτική»
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Μάθημα ΕΕΚ
<b>Είδος ιδρύματος</b>	Πλατφόρμα εκπαίδευσης
<b>Διάρκεια</b>	20 ώρες (2/Ενότητα)
<b>Ομάδα-στόχος</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Φοιτητές σε προπτυχιακό ή μεταπτυχιακό επίπεδο που ενδιαφέρονται για τις κύριες προκλήσεις που αντιμετωπίζει η περιοχή της Μεσογείου·</li><li>• Οι σημερινοί και οι μελλοντικοί επαγγελματίες στη γεωργία, τα τρόφιμα και τομείς ποτών που επιθυμούν να αποκτήσουν χρήσιμες γνώσεις σχετικά με τις τρέχουσες και μελλοντικές τάσεις και επιχειρηματικές ευκαιρίες· και</li><li>• Υπεύθυνοι χάραξης πολιτικής και περιφερειακοί ενδιαφερόμενοι που θέλουν να εμβαθύνουν τις γνώσεις τους για τη γεωργική πολιτική, τις επενδύσεις και τη λήψη αποφάσεων στην περιοχή και παγκοσμίως.</li></ul>
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Το κύριο πλεονέκτημα του μαθήματος είναι ότι είναι εύκολα προσβάσιμο σε όλους καθώς είναι δωρεάν και διαδικτυακά.</li><li>• Τα προγράμματα σπουδών προσφέρουν μια ποικιλία θεμάτων.</li><li>• Οι εκπαιδευτές είναι εδραιωμένοι επαγγελματίες με εξειδίκευση στο θέμα.</li><li>• Δεν υπάρχουν προαπαιτούμενα.</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Ελλάδα</b>
<b>Τίτλος</b>	“Ταΐζοντας έναν πεινασμένο πλανήτη”
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Μάθημα ΕΕΚ
<b>Είδος ιδρύματος</b>	Εκπαιδευτική Πλατφόρμα SDSN
<b>Διάρκεια</b>	3-5 ώρες/Ενότητα
<b>Ομάδα-στόχος</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Διατροφολόγοι, επαγγελματίες της γεωργίας και άλλοι επαγγελματίες που ενδιαφέρονται για τις τελευταίες εξελίξεις στον τομέα.</li><li>• Επαγγελματίες της αειφόρου ανάπτυξης συμπεριλαμβανομένων εκείνων που εργάζονται για διεθνείς οργανισμούς βοήθειας και μη κερδοσκοπικούς οργανισμούς στους τομείς της φτώχειας, της διατροφής και της γεωργίας – που θέλουν να κατανοήσουν τον κύκλο ζωής της παραγωγής τροφίμων και την επισιτιστική ασφάλεια.</li></ul>





	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ιδιωτικοί φορείς, όπως αυτοί που ασχολούνται ή επενδύουν στην κοινωνική επιχειρηματικότητα και στην υποστήριξη της τοπικής γεωργίας.</li><li>• Μεταπτυχιακοί φοιτητές και προχωρημένοι προπτυχιακοί φοιτητές στη γεωργία, τα οικονομικά, τη διεθνή ανάπτυξη και άλλους τομείς που μαθαίνουν για τους διασταυρούμενους παράγοντες που επηρεάζουν τη γεωργία και την παραγωγή/κατανάλωση τροφίμων.</li></ul>
<b>Συνάφεια</b>	<p>Αυτό το μάθημα μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως σημείο αναφοράς για το VET- ECOoking Project καθώς παρέχει γνώσεις για:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Πώς έχει αναπτυχθεί και μετατοπιστεί το πεδίο με την πάροδο του χρόνου και πώς πρόσφατες εξελίξεις όπως η προηγμένη τεχνολογία επηρεάζουν τη γεωργία.</li><li>• Τι είναι η επισιτιστική ασφάλεια και πώς η φτώχεια, η ανισότητα και άλλοι παράγοντες επηρεάζουν τη διατροφή όχι μόνο ατόμων, αλλά ολόκληρων χωρών.</li><li>• Τα πάντα για τους κανονισμούς που επηρεάζουν την παραγωγή, το εμπόριο και άλλα πτυχές της γεωργίας.</li><li>• Παραδείγματα από βιομηχανίες που κυμαίνονται από το ρύζι μέχρι την κτηνοτροφία και τις εμπειρίες των μικροκαλλιεργητών.</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Ελλάδα</b>
<b>Τίτλος</b>	Σεμινάριο «F&B COST CONTROL MANAGEMENT, βιώσιμη ανάπτυξη εστιατορίου»
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Σεμινάριο
<b>Είδος ιδρύματος</b>	ΜΚΟ-Ίδρυμα
<b>Διάρκεια</b>	4 μέρες
<b>Ομάδα-στόχος</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ιδιοκτήτες F&amp;B και ξενοδοχειακών επιχειρήσεων</li><li>• Διευθυντές F&amp;B και ξενοδοχειακών επιχειρήσεων</li><li>• F&amp;B Managers/ Ass. Διευθυντές F&amp;B</li><li>• Executive Chefs</li><li>• Υπεύθυνοι Εφοδιασμού</li></ul>
<b>Συνάφεια</b>	Το διαδικτυακό σεμινάριο μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως σημείο αναφοράς για το VET- ECOoking καθώς αναδεικνύει τους βασικούς παράγοντες για την αποτελεσματική διασύνδεση της αγροδιατροφής, της γαστρονομίας και του τουρισμού στην Ελλάδα και θέτει τις βάσεις για ένα ολοκληρωμένο στρατηγικό και επιχειρηματικό σχέδιο στο εγγύς μέλλον.







<b>Χώρα</b>	<b>Ελλάδα</b>
<b>Τίτλος</b>	«Χημεία τροφίμων, διατροφή και υγεία, κυκλική οικονομία και μέλλον της βιωσιμότητας των τροφίμων»
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Διαδικτυακό σεμινάριο
<b>Είδος ιδρύματος</b>	Πανεπιστημιακή Συμμαχία
<b>Διάρκεια</b>	10 ώρες
<b>Ομάδα-στόχος</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Φοιτητές</li><li>• Φοιτητές μεταπτυχιακών σπουδών</li><li>• Διδακτορικοί φοιτητές</li><li>• Προπτυχιακοί και μεταπτυχιακοί φοιτητές και επαγγελματίες που θέλουν να μάθουν βασικά ή να ενημερώσουν τις γνώσεις και τις δεξιότητές τους σχετικά με τη διατροφή</li><li>• Άτομα που εργάζονται στη βιομηχανία τροφίμων με μη-διατροφολογικό υπόβαθρο (όπως τεχνολογία τροφίμων, νομικά, μάρκετινγκ, ανθρώπινο δυναμικό και προσωπικό επικοινωνίας).</li><li>• Επαγγελματίες υγείας που έχουν αλληλεπιδράσεις με ασθενείς και πελάτες.</li></ul>
<b>Συνάφεια</b>	Μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως σημείο αναφοράς για το έργο VET-ECOoking καθώς επικεντρώνεται στην υγεία, την εξερεύνηση της ανθρώπινης διατροφής, των βιοδραστικών ουσιών στην υγεία και την ασθένεια και την αλληλεπίδραση μεταξύ των τροφίμων, της διατροφής και των διατροφικών θεραπειών.

<b>Χώρα</b>	<b>Ελλάδα</b>
<b>Τίτλος</b>	«Εκπαίδευση και Κατάρτιση Προσωπικού Επιχειρήσεων Τροφίμων στην Υγιεινή και Ασφάλεια Τροφίμων»
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Επαγγελματική κατάρτιση & Πιστοποίηση
<b>Είδος ιδρύματος</b>	ΕΝΙΑΙΟΣ ΦΟΡΕΑΣ ΕΛΕΓΧΟΥ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
<b>Διάρκεια</b>	10 ώρες
<b>Ομάδα-στόχος</b>	Το προσωπικό των επιχειρήσεων που παράγουν, επεξεργάζονται, αποθηκεύουν, μεταφέρουν, διανέμουν τρόφιμα ή ασχολούνται με το λιανικό εμπόριο, τη διανομή τροφίμων, τη μαζική εστίαση και τη ζαχαροπλαστική ή είναι εργαστήρια παραγωγής ή επεξεργασίας τροφίμων.
<b>Συνάφεια</b>	Αυτά τα μαθήματα μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως σημείο αναφοράς για το VET- ECOoking διότι ο ΕΦΕΤ είναι δημόσιος φορέας εποπτευόμενος από το Υπ. παραγωγικής ανασυγκρότησης





περιβάλλοντος και ενέργειας, που είναι υπεύθυνο για τον καθορισμό των προτύπων και των αρχών ποιότητας στα τρόφιμα.

<b>Χώρα</b>	<b>Γερμανία</b>
<b>Τίτλος</b>	Εκπαίδευση και κατάρτιση προσωπικού επιχειρήσεων τροφίμων ως μάγειρες, ειδικοί εστιατορίων, ειδικοί κουζίνας, υπάλληλοι ξενοδοχείου, ειδικοί φιλοξενίας
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Μέρος μαθήματος ΕΕΚ, στο τέλος του μαθήματος οι μαθητές είναι επαγγελματίες σεφ
<b>Είδος ιδρύματος</b>	Επαγγελματικό κολέγιο Nelly- Pütz Düren , σχολή ΕΕΚ
<b>Διάρκεια</b>	<p>Η διπλή εκπαίδευση σε εταιρεία και σχολείο διαρκεί 3 χρόνια (training contract IHK). Υπό προϋποθέσεις, με αντίστοιχα καλές επιδόσεις, η εκπαίδευση μπορεί να μειωθεί σε 2 έτη και ½ με τη σύμφωνη γνώμη της εταιρείας και του Βιομηχανικού και Εμπορικού Επιμελητηρίου. Η επαγγελματική πρακτική μεταδίδεται από την εταιρεία κατάρτισης, οι θεωρητικές γνώσεις διδάσκονται κυρίως στην επαγγελματική σχολή. Τα μαθήματα γίνονται με μερική απασχόληση 1-2 καθημερινές παράλληλα με την εκπαίδευση στην εργασία. (14 ώρες την εβδομάδα)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1ο έτος: 2 σχολικές ημέρες την εβδομάδα, (14 ώρες την εβδομάδα).</li><li>• Έτος 2: 1 σχολική ημέρα την εβδομάδα, (7 ώρες την εβδομάδα) και 1 σχολική ημέρα το μήνα (7 ώρες).</li><li>• Έτος 3: 1 σχολική ημέρα την εβδομάδα και 1 σχολική ημέρα το μήνα.</li></ul>
<b>Ομάδα-στόχος</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Εκπαιδευόμενοι ΕΕΚ,</li><li>• Άτομα με ή χωρίς πιστοποιημένο πτυχίο,</li><li>• Διακοπή σχολείου, εγκατάλειψη κολεγίου,</li><li>• Μειονεκτούντα άτομα,</li><li>• Ελάχιστο επίπεδο γερμανικών Β1,</li><li>• Πρόγραμμα μαθητείας για ειδικούς εστιατορίων, ειδικούς κουζίνας, υπαλλήλους ξενοδοχείου, ειδικούς φιλοξενίας.</li></ul>
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Αναγνωρισμένο πτυχίο σε όλη την Ευρώπη,</li><li>• Πρακτική εκπαίδευση σε ένα ρεαλιστικό πλαίσιο εργασίας σε εταιρείες, εστιατόρια, ξενοδοχεία, κουζίνες κ.λπ.</li><li>• Κατάρτιση για μειονεκτούντα άτομα,</li><li>• Δωρεάν,</li><li>• Επίσημη πιστοποίηση του Βιομηχανικού και Εμπορικού Επιμελητηρίου,</li><li>• Δυνατότητα μερικής εκπαίδευσης σύμφωνα με τις συμφωνίες με εταιρείες (σημαντική για συγκεκριμένες ομάδες ως μονογονείς,</li><li>• Το πιστοποιητικό επαγγελματικής σχολής ισοδυναμεί με το γυμνάσιο για μαθητές που δεν έχουν προηγουμένως αποφοιτήσει.</li></ul>





--	--

<b>Χώρα</b>	<b>Γερμανία</b>
<b>Τίτλος</b>	Εργαστήριο βιολογικών τροφίμων-υποστηρικτικής διατροφής για έναν πιο βιώσιμο τρόπο ζωής
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Προσφορές εκπαίδευσης και περαιτέρω εκπαίδευσης στη vegan κουζίνα για αρχάριους, ενθουσιώδεις και επαγγελματίες με εργαστήρια, εκδηλώσεις, εστιατόρια και blogs
<b>Είδος ιδρύματος</b>	BioGenussTeam , σχολή μαγειρικής και προϊόντων για βιολογική vegan κουζίνα
<b>Διάρκεια</b>	8 ώρες
<b>Ομάδα-στόχος</b>	Προφίλ συμμετεχόντων: <ul style="list-style-type: none"><li>• Υπάλληλοι + ιδιοκτήτης,</li><li>• Ειδικοί στον κλάδο του εμπορίου τροφίμων, της γαστρονομίας, των ξενοδοχείων και του τουρισμού.</li><li>• Αλλαγές σταδιοδρομίας και αρχάριοι σταδιοδρομίας στον βιολογικό τομέα.</li><li>• Άτομα που θέλουν να μάθουν νέα πράγματα ή να ανανεώσουν τις υπάρχουσες γνώσεις.</li></ul>
<b>Συνάφεια</b>	Αυτό το μάθημα μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως σημείο αναφοράς για το έργο, καθώς παρέχει πληροφορίες για τους ακόλουθους τομείς: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Η προέλευση - εμφάνιση του οργανικού κλάδου,</li><li>2. Τα προϊόντα – προστιθέμενη οικολογική αξία,</li><li>3. Γευσιγνωσία + Συνταγές,</li><li>4. Μαγειρική + σύγχρονες μορφές διατροφής,</li><li>5. Κλίμα - Τι σχέση έχει το φαγητό με το κλίμα</li></ol>

<b>Χώρα</b>	<b>Γερμανία</b>
<b>Τίτλος</b>	Εκπαίδευση στη βιολογική διατροφή
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Προσφέρει εκπαίδευση και περαιτέρω κατάρτιση στη vegan κουζίνα για αρχάριους, ενθουσιώδεις και επαγγελματίες με εργαστήρια, εκδηλώσεις, εστιατόρια και blogs, δωρεάν εκπαίδευση
<b>Είδος ιδρύματος</b>	BioGourmetClub , Προσφορές εκπαίδευσης και περαιτέρω εκπαίδευσης στη vegan κουζίνα για αρχάριους, ενθουσιώδεις και επαγγελματίες με εργαστήρια, εκδηλώσεις, εστιατόρια και ιστολόγια
<b>Διάρκεια</b>	Σύνολο ωρών: 594 ώρες
<b>Ομάδα-στόχος</b>	Όλοι οι άνθρωποι που θέλουν να μάθουν να μαγειρεύουν και όσοι θέλουν να αλλάξουν τις διατροφικές τους συνήθειες: <ul style="list-style-type: none"><li>• Επαγγελματίες υγείας;</li><li>• Διαιτολόγοι;</li><li>• Διατροφολόγοι;</li><li>• Οικονόμοι?</li></ul>





	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Μάγειρες?</li> <li>• Σύμβουλοι Υγείας;</li> <li>• Εργαζόμενοι από το εμπόριο βιολογικών τροφίμων.</li> <li>• Εκπαιδευτές Μαγειρικής.</li> </ul>
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Οι εκπαιδευτές προσφέρουν τη δυνατότητα μιας επαγγελματικής ανταλλαγής σχετικά με θέματα για την προετοιμασία γευμάτων με συστατικά με βιώσιμο τρόπο.</li> <li>• Διαφορετικά θέματα στα προγράμματα σπουδών.</li> <li>• Πρόγραμμα Πρακτικής Άσκησης.</li> </ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Αυστρία</b>
<b>Τίτλος</b>	Βιώσιμη διαχείριση τροφίμων
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Μάθημα πτυχίου πανεπιστημίου εφαρμοσμένων επιστημών «Αειφόρος διαχείριση τροφίμων»
<b>Είδος ιδρύματος</b>	Πανεπιστήμιο Εφαρμοσμένων Επιστημών
<b>Διάρκεια</b>	6 εξάμηνα / 180 ECTS
<b>Ομάδα-στόχος</b>	Άτομα που έχουν ολοκληρώσει τα επίπεδα A, που έλαβαν εισαγωγικές εξετάσεις στο πανεπιστήμιο ή έχουν σχετικά επαγγελματικά προσόντα με πρόσθετες εξετάσεις και που ενδιαφέρονται για τη βιώσιμη διαχείριση τροφίμων. Τα γερμανικά είναι η γλώσσα διδασκαλίας και η γνώση της (τουλάχιστον στο επίπεδο B2) θεωρείται απαραίτητη.
<b>Συνάφεια</b>	Υπάρχει συνδυασμός θεωρητικής εκπαίδευσης και τριών επαγγελματικών πρακτικών. Στο πέμπτο εξάμηνο του προγράμματος Bachelor, οι φοιτητές έχουν επίσης τη δυνατότητα να σπουδάσουν σε ένα από τα συνεργαζόμενα πανεπιστήμια μας. Δεδομένου ότι το πεδίο σπουδών «Sustainable Food Management» είναι μέλος του δικτύου WACE, μπορούν επίσης να επωφεληθούν από αυτή τη διεθνή κοινότητα για να δημιουργήσουν επαφές και να αποκτήσουν εμπειρία παγκοσμίως. Αυτό το πτυχίο Bachelor είναι χρήσιμο ως σημείο αναφοράς για το έργο VET- ECoooking καθώς παρέχει πληροφορίες για τον κόσμο των πανεπιστημίων εφαρμοσμένων επιστημών και πώς μπορεί να διδαχθεί η βιώσιμη διαχείριση τροφίμων σε αυτό το επίπεδο.

<b>Χώρα</b>	<b>Αυστρία</b>
<b>Τίτλος</b>	Τεχνολογία τροφίμων και διατροφή





<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Πτυχίο πανεπιστημίου εφαρμοσμένων επιστημών «Τεχνολογία Τροφίμων και Διατροφή»
<b>Είδος ιδρύματος</b>	Πανεπιστήμιο Εφαρμοσμένων Επιστημών
<b>Διάρκεια</b>	6 εξάμηνα, 180 ECTS
<b>Ομάδα-στόχος</b>	Άτομα που έχουν ολοκληρώσει τα επίπεδα A, που έλαβαν εισαγωγικές εξετάσεις στο πανεπιστήμιο ή έχουν σχετικά επαγγελματικά προσόντα με πρόσθετες εξετάσεις και ενδιαφέρονται για την τεχνολογία τροφίμων και τη διατροφή. Τα γερμανικά είναι η γλώσσα διδασκαλίας και η γνώση της (τουλάχιστον στο επίπεδο B2) θεωρείται απαραίτητη.
<b>Συνάφεια</b>	Το πρόγραμμα σπουδών είναι πολύ προσανατολισμένο στην πρακτική. Η έρευνα είναι εξίσου σημαντική. Η έρευνα επικεντρώνεται στον χαρακτηρισμό των πρώτων υλών, ιδιαίτερα των φρούτων και των λαχανικών. Η αποσαφήνιση της πρόληψης των φρούτων και λαχανικών σε μοριακό επίπεδο γίνεται με την πιο σύγχρονη μοριακή βιολογία, κυτταρική βιολογία και βιοφυσική. Η διατροφική-φυσιολογική επίδραση διερευνάται σε κλινικές μελέτες. Αυτό το πτυχίο Bachelor είναι χρήσιμο ως σημείο αναφοράς για το έργο VET- ECOoking καθώς παρέχει πληροφορίες για τον κόσμο των πανεπιστημίων εφαρμοσμένων επιστημών και τον τρόπο διδασκαλίας της τεχνολογίας τροφίμων και της διατροφής σε αυτό το επίπεδο. Χρησιμεύει ως παράδειγμα για το πώς δημιουργείται και λειτουργεί ένα πτυχίο Bachelor σε αυτόν τον τομέα.

<b>Χώρα</b>	<b>Αυστρία</b>
<b>Τίτλος</b>	Μάθημα: Vegan and Vegetarian Trained Μαγειρέψτε στα σχολεία
<b>Είδος εκπαίδευσης</b>	Μάθημα στο κολέγιο επιμόρφωσης δασκάλων
<b>Είδος ιδρύματος</b>	Κολλέγιο κατάρτισης καθηγητών
<b>Διάρκεια</b>	Το μάθημα διαρκεί 1 εξάμηνο και αποτελείται από μία ενότητα.
<b>Ομάδα-στόχος</b>	Γενική προϋπόθεση για την εισαγωγή στο μάθημα είναι η απόδειξη σχετικής βεβαίωσης καθηγητή για τη διδασκαλία των οικονομικών της διατροφής και των οικιακών οικονομικών ή πτυχίο στα οικονομικά της διατροφής και οικιακής οικονομίας ή πτυχίο στη διατροφική





	<p>εκπαίδευση και σχετική διδακτική δραστηριότητα. Οι καθηγητές της επιστήμης της διατροφής ή των μαθημάτων οικιακής οικονομίας που διδάσκουν σε τουριστικές σχολές καθώς και στις αντίστοιχες επαγγελματικές σχολές πληρούν επίσης τις προϋποθέσεις εισαγωγής στο μάθημα.</p> <p>Η γραπτή εγγραφή στο μάθημα γίνεται μέσω επίσημων καναλιών. Ανάθεση στο μάθημα μετά την εκπλήρωση των προϋποθέσεων εισαγωγής από τον αρμόδιο προϊστάμενο του Ινστιτούτου του Πανεπιστημίου Εκπαίδευσης Δασκάλων της Βιέννης. Η κατάταξη και η εισαγωγή υπόκεινται στην έγκριση της υπηρεσίας αρχής.</p>
<b>Συνάφεια</b>	<p>Εκπαίδευση εκπαιδευτικών: Οι συμμετέχοντες μπορούν να προετοιμάσουν, να προβληματιστούν και να αναπτύξουν περαιτέρω τις αποκτηθείσες γνώσεις με διδακτικό αντικείμενο, προσανατολισμένο στην ομάδα στόχο. Γίνεται δικτύωση με τους εταίρους συνεργασίας.</p> <p>Το πλαίσιο αυτού του μαθήματος μπορεί να χρησιμεύσει ως έμπνευση για τη δημιουργία της εκπαιδευτικής ενότητας VET- ECOking . Ειδικά, σε ό,τι αφορά την εκπαίδευση των δασκάλων για τη βιώσιμη μαγειρική, αυτό το μάθημα μπορεί να προσφέρει πολύτιμες εισροές.</p>

## 1.2 Περίληψη ευρημάτων

### 1.2.1 ΕΕΚ έναντι Περαιτέρω εκπαίδευσης/θεσμοί/ομάδες-στόχοι

Η ανάλυση συγκριτικής αξιολόγησης στις τέσσερις χώρες της κοινοπραξίας δείχνει ότι δεν υπάρχουν πολλές διαθέσιμες επιλογές όσον αφορά τη βιώσιμη μαγειρική, ανεξάρτητα από το επίπεδο ΕΠΕΠ. Για παράδειγμα, η έλλειψη ενοτήτων που καλύπτουν το θέμα των μαθημάτων ΕΕΚ είναι σημαντική και πιθανώς αντανακλά την αντίσταση της ενσωμάτωσής της στα προγράμματα σπουδών. Το περιεχόμενο των μαθημάτων μαγειρικής φαίνεται ότι εξακολουθεί να χαρακτηρίζεται από μια παραδοσιακή προσέγγιση, σε μεγάλο βαθμό λόγω της ανελαστικότητας των προγραμμάτων κατάρτισης, τα οποία ορίζονται σε εθνικό επίπεδο και εφαρμόζονται ομοιόμορφα.

Η έλλειψη προσφοράς και η αυξανόμενη ζήτηση για πιο βιώσιμες πρακτικές και βιώσιμα πιάτα οδηγεί τους εκπαιδευόμενους να αναζητούν αυτό το είδος μαθημάτων και κατάρτισης εκτός της επίσημης εκπαίδευσης. Στην Πορτογαλία, εντοπίστηκαν άλλα κανάλια μέσω των οποίων είναι δυνατή η απόκτηση πιστοποίησης, αν και άτυπη. Ωστόσο, αυτά είναι δαπανηρά και κατά







συνέπεια απρόσιτα για τους περισσότερους. Η τάση φαίνεται να είναι παρόμοια σε σύγκριση με τα υπάρχοντα προγράμματα σπουδών στην Ελλάδα, τη Γερμανία και την Αυστρία. Στην Ελλάδα, για παράδειγμα, τα περισσότερα από τα υπάρχοντα προγράμματα σπουδών (σποραδική κατάρτιση) απευθύνονται σε επαγγελματίες με κάποια εμπειρία στο θέμα της βιωσιμότητας και δεν υπάρχουν πολλά διαθέσιμα μαθήματα ΕΕΚ για το θέμα που να απευθύνονται σε νέους. Στη Γερμανία, είναι δυνατό να επιβεβαιωθούν οι ίδιες πρακτικές, καθώς τα μαθήματα ΕΕΚ δεν περιλαμβάνουν επαρκείς πληροφορίες σχετικά με τη βιωσιμότητα στον τομέα της μαγειρικής. Τα ιδρύματα που προσφέρουν μαθήματα για περαιτέρω εκπαίδευση είναι ακριβά και ως επί το πλείστον δεν απευθύνονται σε νέους. Στην Αυστρία, από την άλλη πλευρά, δεν βρέθηκαν προγράμματα σπουδών για μαθήματα ΕΕΚ σχετικά με τη βιώσιμη μαγειρική (τουλάχιστον, δεν είναι διαθέσιμα για το κοινό). Οι μόνες πληροφορίες για τη βιώσιμη μαγειρική έχουν εντοπιστεί στο πανεπιστημιακό πτυχίο και το περιεχόμενο είναι διαφορετικό από αυτό που εφαρμόζεται στα σχολεία ΕΕΚ.

Η παρούσα ζήτηση για βιώσιμη μαγειρική αναμένεται να αυξηθεί, καθιστώντας έτσι εξαιρετικά σημαντική την υιοθέτηση νέων τεχνικών και την ενσωμάτωση νέων εννοιών στα μαθήματα μαγειρικής/ζαχαροπλαστικής. Υπό αυτή την έννοια, το γενικό συμπέρασμα από τη συγκριτική αξιολόγηση των χωρών της εταιρικής σχέσης αποκαλύπτει ότι είναι πράγματι απαραίτητο να εισαχθεί μια εκπαιδευτική ενότητα για τη βιώσιμη μαγειρική, προσαρμόζοντας το εκπαιδευτικό περιεχόμενο στις ανάγκες των μαθημάτων ΕΕΚ και των εκπαιδευομένων ΕΕΚ.

### 1.2.2 Μέθοδοι μάθησης

Οι χώρες της κοινοπραξίας έχουν προσδιορίσει τη διαδικτυακή μέθοδο (διαδικτυακή εκπαίδευση, ασύγχρονες συνεδρίες) ως την πιο κοινή όσον αφορά τις εκπαιδεύσεις και τα μαθήματα που αναλύθηκαν. Παρόλα αυτά αναφέρονται και οι πρόσωπο με πρόσωπο συνεδρίες. Για παράδειγμα, στην Πορτογαλία, το επίσημο εκπαιδευτικό σύστημα ευνοεί τη μάθηση πρόσωπο με πρόσωπο, με βάση την εργασία και με επίκεντρο τους μαθητές, ενώ το άτυπο ευνοεί σήμερα τη διαδικτυακή εκπαίδευση. Ειδικότερα σε αυτήν τη χώρα, αυτή η απόκλιση είναι επίσης σύμπτωμα των διαφορετικών ομάδων-στόχων. Στην πραγματικότητα, οι ανεπίσημες προσφορές τείνουν να είναι ανοιχτές σε όλους και, ως εκ τούτου, οι ευέλικτοι τρόποι μάθησης αποτελούν σημαντικό μέλημα. Είναι ενδιαφέρον ότι ακόμη και ορισμένα μαθήματα που είχαν υβριδική μορφή πριν από την πανδημία Covid-19, παραμένουν τώρα διαθέσιμα μόνο σε αυτήν τη μορφή.

Στην Αυστρία, τα προσδιοριζόμενα μαθήματα θεωρούνται επίσης προνόμιο της μάθησης πρόσωπο με πρόσωπο και της μάθησης με βάση την εργασία. Όλα τα μαθήματα





περιλαμβάνουν συνδυασμό πρακτικής και ερευνητικής προσέγγισης, αλλά είναι πολύ σημαντικό να έχουμε κατά νου ότι αυτά αποτελούν μέρος πανεπιστημιακών πτυχίων. Οι φοιτητές έχουν πρόσβαση σε διάφορα εργαστήρια όπου μπορούν να πραγματοποιήσουν την πρακτική τους εργασία, βοηθώντας τους να προετοιμάσουν σεμινάρια και πτυχιακή εργασία. Οι εκπαιδευόμενοι ενθαρρύνονται επίσης να εργάζονται ανεξάρτητα και ομαδικά.

Η διαδικτυακή μορφή είναι επίσης πολύ δημοφιλής για εκπαίδευση σε θέματα Βιώσιμης Μαγειρικής στην Ελλάδα και στη Γερμανία. Στην Ελλάδα, ορισμένα από τα προγράμματα σπουδών παρέχονται ως online εκπαίδευση σε εκπαιδευτικές πλατφόρμες και μερικά από αυτά ως μεμονωμένα σεμινάρια ή διαδικτυακά σεμινάρια. Αυτές οι εκπαιδεύσεις που παρέχονται σε διαδικτυακές πλατφόρμες είναι δωρεάν, αυτορυθμιζόμενες και παρέχουν στον εκπαιδευόμενο πλήρη πρόσβαση στο αναλυτικό πρόγραμμα και σε όλες τις ενότητες. Αυτά περιέχουν θεωρητικό υλικό, καθώς και βίντεο με προηχογραφημένες διαλέξεις. Επιπλέον, παρέχονται καλές πρακτικές και μελέτες περιπτώσεων, και μέσω αυτών, οι εκπαιδευόμενοι μπορούν πραγματικά να μάθουν από πρακτικά παραδείγματα. Τα κουίζ και τα τεστ αξιολόγησης επιτρέπουν στους μαθητές να παρακολουθούν την πρόοδό τους, ενώ παρέχεται επίσης χώρος για συζήτηση μέσω διαδικτυακών φόρουμ. Άλλες εκπαιδεύσεις προβλέπουν επίσης ένα διαδικτυακό διαδραστικό σεμινάριο όπου ενθαρρύνονται οι ζωντανές συζητήσεις μεταξύ επαγγελματιών και των συμμετεχόντων. Η έκδοση της πιστοποίησης εξαρτάται από την ολοκλήρωση των διαδικτυακών δοκιμών αξιολόγησης.

Από αυτή την άποψη, μπορεί κανείς επίσης να συμπεράνει ότι οι εκπαιδευόμενοι φαίνεται να απολαμβάνουν τη δυνατότητα να εξερευνούν τα υλικά με τον δικό τους ρυθμό, αντί να είναι υποχρεωμένοι να βρίσκονται σε ένα αποκλειστικό ταξικό σύστημα πρόσωπο με πρόσωπο.

Η ανάλυση στη Γερμανία υπογραμμίζει επίσης τη σημασία της προσαρμογής του εκπαιδευτικού περιεχομένου στις ανάγκες και τις απαιτήσεις της αγοράς εργασίας. Υπό αυτή την έννοια, φαίνεται ξεκάθαρα ότι ένας συνδυασμός μεθόδων (υβριδική μεθοδολογία) είναι σημαντικός για τη δημιουργία διαφορετικών τύπων μαθημάτων. Αυτό σημαίνει την ενσωμάτωση διαδικτυακών ενοτήτων μάθησης, διδασκαλίας και αυτοδιδασκαλίας πρόσωπο με πρόσωπο, με βάση την εργασία, διαδικτυακών σεμιναρίων, βίντεο, συνομιλιών. Ανεξάρτητα από τη μεθοδολογική προσέγγιση, όλα τα προγράμματα σπουδών πρέπει να περιλαμβάνουν θεωρητικές και πρακτικές ενότητες και τελική αξιολόγηση.

Είναι λοιπόν σημαντικό να σημειωθεί ότι παρά την υποχρεωτική μεθοδολογία εντός της τάξης σε ορισμένες χώρες, η εποχή του Covid-19 φαίνεται επίσης να έχει υπογραμμίσει τη σημασία της ενσωμάτωσης διαδικτυακών πλατφορμών στις εκπαιδευτικές συνεδρίες. Οι μαθητές και οι







δάσκαλοι είναι προοδευτικά ανοιχτοί στο να συνδυάσουν τα μαθήματά τους πρόσωπο με πρόσωπο με διαδικτυακούς πόρους.

Υπό αυτή την έννοια, μπορεί κανείς να συμπεράνει και να προτείνει τη χρήση ενός υβριδικού συστήματος που επιτρέπει μια συνδυασμένη μαθησιακή προσέγγιση. Η υιοθέτηση ενός μικτού συστήματος είναι ιδιαίτερα σημαντική επειδή οι εγκαταστάσεις που έχουν οι μαθητές στο σχολείο για να εκτελέσουν τα πρακτικά στοιχεία μπορεί να λείπουν στο σπίτι (εξοπλισμός, συστατικά, κ.λπ. και ούτω καθεξής).

### 1.2.3 Διάρκεια

Η διάρκεια των μαθημάτων και των ενότητων που προσδιορίστηκαν από τη σύμπραξη ποικίλλει ανάλογα με τη φύση της ίδιας της κατάρτισης. Αυτό σημαίνει ότι υπάρχει σημαντική διαφορά μεταξύ ενός σποραδικού διαδικτυακού σεμιναρίου και μιας ενότητας που αποτελεί μέρος των μαθημάτων επαγγελματικής εκπαίδευσης και κατάρτισης, για παράδειγμα. Υπό αυτή την έννοια, δεν αποτελεί επομένως έκπληξη η διαπίστωση μιας απόκλισης όσον αφορά τη διάρκεια αυτών των εκπαιδευτικών συναντήσεων, η οποία κυμαίνεται μεταξύ 10-50 ωρών, ανάλογα με το μάθημα/την ενότητα που διδάσκεται και ακόμη και τη χώρα. Στην Πορτογαλία, 25 έως 50 ώρες είναι αντίστοιχα η ελάχιστη και η μέγιστη διάρκεια των αναγνωρισμένων ενότητων/μαθημάτων. Στη Γερμανία, ο μέσος όρος είναι περίπου 20-30 ώρες. Στην Ελλάδα, όλα τα καταγεγραμμένα προγράμματα σπουδών κατά τη διάρκεια της συγκριτικής αξιολόγησης κυμαίνονται μεταξύ 10-20 ωρών. Στη συγκεκριμένη περίπτωση της Αυστρίας, δεδομένου ότι τα μαθήματα που προσδιορίστηκαν ανήκουν σε πανεπιστημιακά πτυχία, η διάρκεια υπολογίζεται σε εξάμηνα, γεγονός που δεν μας επιτρέπει να έχουμε έναν καλό όρο σύγκρισης.

Είναι λοιπόν σαφές ότι η ενσωμάτωση μιας ενότητας κατάρτισης στα μαθήματα ΕΕΚ πρέπει να είναι συνεπής και λεπτομερής, συνδυάζοντας υβριδικές συνεδρίες, με θεωρητικά και πρακτικά μαθήματα. Το εύρος των θεμάτων που παρατίθενται παρακάτω, (2.1.5) φαίνεται να απαιτεί ένα πρόγραμμα κατάρτισης που να καλύπτει πολλούς μαθησιακούς στόχους και αποτελέσματα που δεν ενσωματώνονται επί του παρόντος σε αυτά τα μαθήματα. Είναι σημαντικό να σημειωθεί επίσης ότι για ένα σημαντικό ποσοστό εκπαιδευομένων και εκπαιδευτών πρόκειται για νέα θέματα που θα απαιτήσουν επιπλέον προσοχή και περαιτέρω πρακτικές συνεδρίες. Για το λόγο αυτό, συνάγεται το συμπέρασμα ότι μια ενότητα κατάρτισης ΕΕΚ για τη βιώσιμη μαγειρική θα πρέπει να έχει διάρκεια τουλάχιστον 50 ωρών.

### 1.2.4 Πιστοποίηση

Σε όλες τις χώρες-εταίρους, τα συγκριτικά μαθήματα παρέχουν πιστοποίηση, είτε επίσημη είτε άτυπη, με την τελευταία να είναι η πιο συνηθισμένη.



Στην Πορτογαλία, οι ενότητες που αποτελούν μέρος του επίσημου εκπαιδευτικού συστήματος πιστοποιούνται μόνο όταν ο εκπαιδευόμενος ολοκληρώσει το σύνολο των μαθημάτων, δηλαδή, ο σπουδαστής πρέπει να ολοκληρώσει όλες τις υποχρεωτικές ενότητες για να του χορηγηθεί πιστοποιητικό. Συνήθως αυτό μπορεί να διαρκέσει τρία έως τέσσερα χρόνια. Το ίδιο ισχύει και στην Αυστρία. Αυτό σημαίνει ότι δεν δίνεται συγκεκριμένη πιστοποίηση που να πιστοποιεί την ολοκλήρωση μιας ενότητας για το βιώσιμο μαγείρεμα.

Από την άλλη πλευρά, διατίθενται άτυπες πιστοποιήσεις για όσους επιθυμούν να παρακολουθήσουν μαθήματα εκτός του επίσημου εκπαιδευτικού συστήματος, κάτι που είναι σύνηθες στην Πορτογαλία, την Ελλάδα και τη Γερμανία.

### 1.2.5 Το πιο συνηθισμένο περιεχόμενο/θέματα

Σε όλες τις χώρες εταίρους κατέστη δυνατό να εντοπιστούν ορισμένα κοινά θέματα σχετικά με τη βιώσιμη μαγειρική. Η ασφάλεια των τροφίμων, η διαχείριση απορριμμάτων τροφίμων, η κυκλοφορία προϊόντων/κυκλική οικονομία, το σύστημα τροφίμων και η αλυσίδα εφοδιασμού και η συντήρηση τροφίμων είναι εγκάρσια περιεχόμενα. Ένα άλλο σημαντικό θέμα είναι η οικολογική παραγωγή τροφίμων. Στην περίπτωση της Αυστρίας, δεδομένου ότι τα μαθήματα που αναλύθηκαν ανήκουν σε πανεπιστημιακούς τίτλους σπουδών, προηγμένα περιεχόμενα όπως η χημεία τροφίμων, η τεχνολογία τροφίμων και η διατροφική φυσιολογία είναι μεταξύ των προγραμμάτων σπουδών. Ωστόσο, αυτά είναι πολύ χρήσιμα και στο πλαίσιο μας, επιτρέποντάς μας να έχουμε μια ματιά σε όσα διδάσκονται σε επίπεδο τριτοβάθμιας εκπαίδευσης, παρέχοντας σημαντική καθοδήγηση και πληροφορίες. Για παράδειγμα, η νομοθεσία για τα τρόφιμα μπορεί να είναι μια σχετική πτυχή που πρέπει να ληφθεί υπόψη.

Χώρα	Προσδιορισμένα Περιεχόμενα/Θέματα
Γερμανία	<ul style="list-style-type: none"><li>• Οικολογική παραγωγή τροφίμων,</li><li>• Υφή και αξία των τροφίμων,</li><li>• Αποθήκευση τροφίμων,</li><li>• Οικολογικές αλυσίδες εφοδιασμού,</li><li>• Ανακύκλωση τροφίμων,</li><li>• Μείωση και αποφυγή αποβλήτων,</li><li>• Προετοιμασία υγιεινών τροφίμων,</li><li>• Κυκλική οικονομία,</li><li>• Προετοιμασία υγιεινών τροφίμων,</li><li>• Ανάπτυξη τεχνικών παρασκευής και συνταγών,</li><li>• Συντήρηση των τροφίμων.</li></ul>
Ελλάδα	<ul style="list-style-type: none"><li>• Βιώσιμη Ανάπτυξη και Στόχοι Βιώσιμης Ανάπτυξης,</li></ul>





	<ul style="list-style-type: none"><li>• Συστήματα τροφίμων και εφοδιαστική αλυσίδα,</li><li>• Ασφάλεια τροφίμων,</li><li>• Διαχείριση απορριμμάτων τροφίμων,</li><li>• Κυκλοφορία προϊόντων.</li></ul>
<b>Αυστρία</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Μαγειρική και αισθητηριακή επιστήμη,</li><li>• Χημεία τροφίμων,</li><li>• Τεχνολογία τροφίμων,</li><li>• Πρόληψη και προαγωγή της υγείας,</li><li>• Τεχνολογία αποβλήτων,</li><li>• Διατροφική φυσιολογία,</li><li>• Βιομηχανική παραγωγή τροφίμων,</li><li>• Βιωσιμότητα,</li><li>• Νόμος για τα τρόφιμα,</li><li>• (Τρόφιμα) Διαχείριση υγιεινής και διαχείριση εφοδιαστικής αλυσίδας.</li></ul>

Ένα από τα άτυπα μαθήματα που συγκρίθηκε από τον Πορτογάλο εταίρο φαίνεται να έχει μια πιο προσανατολισμένη και πρακτική προσέγγιση:

<b>Χώρα</b>	<b>Προσδιορισμένα Περιεχόμενα/Θέματα</b>
<b>Πορτογαλία</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Βασικά στοιχεία φυσικής μαγειρικής (Οργάνωση κουζίνας, Βιωσιμότητα, Απόβλητα, Τεχνικές κοπής, Προετοιμασία συστατικών).</li><li>• Μπαχαρικά και πολλές γεύσεις (Σάλτσες και ζωμοί, Γρήγορα καρυκεύματα, Εύκολες, πλήρεις και γεμάτες γεύση Συνταγές).</li><li>• Γαλακτοκομικά και μη (Γάλα, τυρί, γιαούρτι, είδη βουτύρου, κρέμες ζωικής και φυτικής προέλευσης, υγιεινές συνταγές με συστατικά υψηλής ποιότητας).</li><li>• Ζωντανή τροφή που μας προστατεύει (Φυτωμένα, Ζυμωμένα, Προβιοτικά, Συνταγές και Τεχνικές για την Ενίσχυση του Ανοσοποιητικού Συστήματος).</li><li>• Συντήρηση και χρήση καθ' όλη τη διάρκεια του έτους (Μέθοδοι Συντήρησης, Συνταγές με συστατικά από άλλες εποχές).</li><li>• Δημητριακά ολικής αλέσεως, φυτικές ίνες και άρωμα (Μεταμόρφωση και Παρασκευή, Δημητριακά, αλεύρια και νιφάδες, Απλές συνταγές και τεχνικές, πλήρη γεύματα).</li></ul>





- Λαχανικά και άλλα λαχανικά (Μέθοδοι και τεχνικές μαγειρέματος για όλα τα είδη λαχανικών. Συνταγές εκτός των συνηθισμένων, πλήρη γεύματα).
- Ζωικές και Φυτικές Πρωτεΐνες (Επιλογή, Προετοιμασία και Αντικατάσταση Πρωτεΐνης, Διάφορα Γεύματα κατά τη διάρκεια της εβδομάδας).
- Ψωμί, ζύμη και υποπροϊόντα (Ζύμη από πλούσια σε θρεπτικά συστατικά και γευστικά συστατικά, ψωμί, πίτσα, τάρτες, πίτες, τوست, γλυκά, τηγανίτες και πολλά άλλα).
- Κέικ και ακαταμάχητα γλυκά (Τα καλύτερα υλικά για ειδικές περιστάσεις. Κέικ, μάφιν, μπάρες δημητριακών, μπισκότα, τάρτες, μους και άλλα επιδόρπια).
- Σχεδιασμός και προετοιμασία γευμάτων (Εβδομαδιαίος προγραμματισμός, καλά ισορροπημένα γεύματα, Πώς να κερδίσετε χρόνο, προετοιμασία συστατικών και γευμάτων).
- Σπιτικά απορρυπαντικά (απλές και φιλικές προς το περιβάλλον συνταγές για όλους τους τύπους επιφανειών).

Τα επίσημα μαθήματα εκπαίδευσης φαίνεται να εξετάζουν ως επί το πλείστον τις οργανωτικές δεξιότητες και να ελέγχουν το κόστος των τροφίμων, χωρίς να προσδιορίζουν το ακριβές περιεχόμενο που σχετίζεται με τη βιώσιμη μαγειρική. Έτσι, με βάση τα άτυπα, είναι δυνατό να παραθέσουμε κάποια σημαντικά θέματα. Αυτά καλύπτουν σημαντικό αριθμό πτυχών που είναι σχετικές και μαζί με τις προαναφερθείσες, θα πρέπει να ληφθούν υπόψη για την εκπαιδευτική ενότητα του έργου μας, τόσο για τις θεωρητικές όσο και για τις πρακτικές συνεδρίες.

## 2. ΚΥΡΙΑ ΕΥΡΗΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΚΑΛΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΕΚΥΨΑΝ ΑΠΟ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ & ΕΡΕΥΝΑ

### 2.1 Περίληψη των καλών πρακτικών





<b>Χώρα</b>	<b>Πορτογαλία</b>
<b>Τίτλος</b>	Kitchen Dates
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το Kitchen Dates είναι ένα έργο διατροφικής παιδείας και βιωσιμότητας που μοιράζεται πολύτιμες γνώσεις, πληροφορίες και συμβουλές για έναν πιο βιώσιμο τρόπο ζωής και διατροφής.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Διευκρίνιση ερωτήσεων που σχετίζονται με έναν vegan και πιο βιώσιμο τρόπο ζωής.</li><li>○ Ενθάρρυνση της αποκλειστικής χρήσης τοπικών προϊόντων.</li><li>○ Οργάνωση εργαστηρίων μαγειρικής χωρίς απορρίμματα, ζυμωμένα τρόφιμα, βιοτεχνικό ψωμί αργής ζύμωσης, φυσικά γλυκαντικά, φρέσκα ζυμαρικά, ζύμη, περισσότερα από ψωμί.</li><li>○ Πολιτική μη χρήσης συσκευασίας</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Πορτογαλία</b>
<b>Τίτλος</b>	Projeto Matéria
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το Projeto To Matéria είναι ένα μη κερδοσκοπικό έργο που δημιουργήθηκε από τον Chef João Rodrigues, που χρηματοδοτείται από την Turismo de Portugal και υποστηρίζεται από το ICEL και την Εθνική Επιτροπή της UNESCO. Το έργο στοχεύει στην προώθηση των εθνικών παραγωγών που ασκούν γεωργικές και ζωοπαραγωγικές πρακτικές που σέβονται τη φύση και το περιβάλλον ως θεμελιώδη στοιχεία του πορτογαλικού πολιτισμού.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Χαρτογράφηση των εθνικών παραγωγών.</li><li>○ Αφήγηση ιστοριών: αφηγηθείτε τις ιστορίες αυτών των ανθρώπων (παραγωγών).</li><li>○ Ενίσχυση και συμμετοχή σε πρωτοβουλίες που συμβάλλουν στην ενίσχυση των δικτύων που δημιουργούνται μεταξύ των παραγωγών, των εστιατορίων και της ευρύτερης κοινότητας.</li><li>○ Οργάνωση και συμμετοχή σε εκπαιδευτικές πρωτοβουλίες με παιδιά προκειμένου να τονώσει τις γνώσεις και την περιέργειά τους για το φαγητό και την προέλευσή τους.</li><li>○ Προώθηση των παραγωγών ως ενεργού τμήματος του τομέα της γαστρονομίας και θεμελιώδους στοιχείου της πορτογαλικής κουλτούρας.</li><li>○ Διαδικτυακή πλατφόρμα με μια συλλογή Πορτογάλων παραγωγών οργανωμένη ανά περιοχή, προϊόν και όνομα.</li><li>○ Ιστότοπος με εποχικό ημερολόγιο οργανωμένο ανά προϊόν και αντίστοιχη διαθεσιμότητα.</li></ul>





<b>Χώρα</b>	<b>Πορτογαλία</b>
<b>Τίτλος</b>	Too Good to Go
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το Too Good to Go είναι μια διαδικτυακή πλατφόρμα και εφαρμογή για εστιατόρια, σούπερ μάρκετ, παντοπωλεία, ξενοδοχεία και πελάτες που στοχεύει στη μείωση της σπατάλης τροφίμων. Μέσω της εφαρμογής, δίνεται η δυνατότητα στους πελάτες να αγοράσουν προϊόντα που πρόκειται να απορριφθούν.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Αποστράγγιση των υπολειμμάτων.</li><li>○ Ελκυστικές τιμές για τους πελάτες.</li><li>○ Καταπολέμηση της σπατάλης τροφίμων.</li><li>○ Ιστοσελίδα με εκπαιδευτικό υλικό για τη βιωσιμότητα τόσο για τις επιχειρήσεις όσο και για τους καταναλωτές γενικότερα.</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Πορτογαλία</b>
<b>Τίτλος</b>	Fruta Feia
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το Fruta Feia είναι ένα έργο που στοχεύει στη μείωση της σπατάλης τροφίμων, ιδίως φρούτων και λαχανικών, δημιουργώντας μια εναλλακτική αγορά για φρούτα και λαχανικά που θεωρούνται «άσχημα» σύμφωνα με τα παραδοσιακά εμπορικά πρότυπα.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Αξία φρούτων που δεν είναι εμπορικά ελκυστικά.</li><li>○ Εκτιμήστε τα προϊόντα που δεν πωλούνται και αποστραγγίστε αυτά τα προϊόντα στην αγορά.</li><li>○ Μεμονωμένοι καταναλωτές και επιχειρήσεις μπορούν να εγγραφούν και να γίνουν μέρος του κινήματος.</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Πορτογαλία</b>
<b>Τίτλος</b>	EAT4CHANGE
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το EAT4CHANGE είναι ένα διεθνές έργο που χρηματοδοτείται από το πρόγραμμα της Ευρωπαϊκής Επιτροπής DEAR. Στόχος του είναι να προωθήσει βιώσιμες δίαιτες δείχνοντας στους ανθρώπους πώς η μετάβαση μπορεί να είναι ομαλή, αργή και απλή, ενώ συνεργάζεται με





	τις εταιρείες και τις πολιτικές αρχές για να προωθήσει την υιοθέτηση πιο βιώσιμων πρακτικών παραγωγής.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Ευαισθητοποίηση σχετικά με τον αντίκτυπο των διατροφικών μας συνηθειών στον πλανήτη,</li><li>○ Παρακινήστε τους ανθρώπους να υιοθετήσουν έναν υγιεινό τρόπο ζωής,</li><li>○ Οργάνωση πρωτοβουλιών και εκστρατειών για βιώσιμα πιάτα,</li><li>○ Διάδοση βιώσιμων διατροφικών συνηθειών,</li><li>○ Αριθμομηχανή που λέει τον αντίκτυπο των διατροφικών μας συνηθειών στο περιβάλλον,</li><li>○ Εποχιακό ημερολόγιο και συνταγές.</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Ελλάδα</b>
<b>Τίτλος</b>	Ένα κουτί Θάλασσα
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το “Ένα κουτί Θάλασσα” είναι μια πρακτική που προωθείται από την Greenpeace και αφορά αλιείωση και παράδοση φρέσκων ψαριών που αλιεύονται με βιώσιμο τρόπο από αλιείς χαμηλής έντασης. Ψαρεύουν με τρόπους που δεν είναι επιβλαβείς για τη θάλασσα ζωή καθώς δεν πετούν νεκρά ψάρια πίσω στη θάλασσα και πιάνουν τα είδη στην εποχή και στο σωστό μέγεθος.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Ήπιες τεχνικές αλιείας,</li><li>● Δημιουργεί δίκτυα ιχθυαγορών,</li><li>● Χρησιμοποιεί μια πλατφόρμα για τη σύνδεση ψαράδων και ατόμων.</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Ελλάδα</b>
<b>Τίτλος</b>	"RECOIL"
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Η καλή πρακτική «RECOIL» προωθεί την ανακύκλωση των χρησιμοποιημένων μαγειρικών ελαίων και την ανάκτηση ενέργειας μέσω της μετατροπής τους σε βιοντίζελ με μια απλή χημική διαδικασία.
<b>Συνάφεια</b>	Κυκλική χρήση λαδιού

<b>Χώρα</b>	<b>Ελλάδα</b>
<b>Τίτλος</b>	Γεωργία Ακριβείας
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το Precision Agriculture είναι μια γεωργική διαχείριση πρακτικών που βασίζεται στις ΤΠΕ για βέλτιστη μέτρηση, παρατήρηση και παραγωγή αγαθών.







	Το Κέντρο Εκπαίδευσης και Δια Βίου του Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου προσφέρει εκπαιδευτικό σεμινάριο με θέμα «Εφαρμογές Γεωργίας Ακριβείας».
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Μηδενικά απόβλητα,</li><li>• Νέες τεχνολογίες,</li><li>• Βιώσιμη γεωργία.</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Ελλάδα</b>
<b>Τίτλος</b>	«Εκπαίδευση και Πιστοποίηση γνώσεων και δεξιοτήτων εργαζομένων σε υπηρεσίες τροφίμων»
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Στο πλαίσιο του προγράμματος «Εκπαίδευση και Πιστοποίηση γνώσεων και δεξιοτήτων εργαζομένων σε υπηρεσίες εστίασης», εφαρμόστηκαν τα προγράμματα κατάρτισης «Διεθνείς προδιαγραφές τροφίμων και εστιατορική τέχνη» και «Διεθνή Πρότυπα διατροφής και εξυπηρέτηση πελατών εστιατορίου».
<b>Συνάφεια</b>	Ενίσχυση των επαγγελματικών ικανοτήτων για βιώσιμη μαγειρική.

<b>Χώρα</b>	<b>Γερμανία</b>
<b>Τίτλος</b>	Breuers Häuschen
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης, ο ιδιοκτήτης του εστιατορίου φροντίζει οι εκπαιδευόμενοι του να μαθαίνουν και να παρατηρούν πάντα το θέμα της βιωσιμότητας. Το μενού του χαρακτηρίζεται από εποχιακά και τοπικά προϊόντα.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Το εστιατόριο προσφέρει πάντα εποχιακά προϊόντα,</li><li>• Τα προϊόντα αγοράζονται τοπικά,</li><li>• Ο ιδιοκτήτης του εστιατορίου έχει εφαρμόσει ένα σύστημα κατάθεσης για τα υπολείμματα,</li><li>• Ο εκπαιδευτής δίνει προσοχή σε έναν βιώσιμο τρόπο εργασίας,</li><li>• Οι εκπαιδευόμενοι στην κουζίνα μαθαίνουν να επεξεργάζονται όλα τα τρόφιμα για να παράγουν όσο το δυνατόν λιγότερα απόβλητα,</li><li>• Τα μεγέθη των μερίδων προσαρμόζονται στους πελάτες (σπάνια υπάρχουν υπολείμματα),</li><li>• Ιδιοκαλλιέργεια μπαχαρικών.</li></ul>







--	--

<b>Χώρα</b>	<b>Γερμανία</b>
<b>Τίτλος</b>	Neuer Hof Bio Bochröder
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Η φάρμα λειτουργεί υπό την ένωση Demeter, η οποία πιστοποιεί τα βιολογικά προϊόντα που παράγονται σύμφωνα με τις βιοδυναμικές οδηγίες και λαμβάνει υπόψη τις πτυχές της βιωσιμότητας. Η καθημερινή τους δραστηριότητα και οι ενέργειές τους βασίζονται στη βιωσιμότητα.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Η φάρμα χρησιμοποιεί τα δικά της προϊόντα παραγωγής,</li><li>• Υπάρχει ένα αυτοδύναμο κινητό κοτόπουλο,</li><li>• Ιδιοκτησιακό κατάστημα με άμεσο μάρκετινγκ,</li><li>• Συνεργασία με τοπικά σούπερ μάρκετ,</li><li>• Προσφέρετε εκδρομές σε αγροκτήματα για διαφορετικές ομάδες-στόχους,</li><li>• Είναι ένα αγρόκτημα Demeter.</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Γερμανία</b>
<b>Τίτλος</b>	Bio Gourmet Club
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το Bio Gourmet Club φέρνει κοντά τους ανθρώπους για να βιώσουν την αγάπη της υγιεινής διατροφής. Η προσφορά τους είναι μεγάλη. Όλοι οι άνθρωποι που θέλουν να μάθουν περισσότερα για τη βιώσιμη και vegan κουζίνα είναι ευπρόσδεκτοι.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Διαδικτυακές εκδηλώσεις για να μπορούν να προσεγγίσουν ένα ευρύτερο κοινό,</li><li>• Χρήση vegan και τοπικών προϊόντων,</li><li>• Διατίθενται διαφορετικές προσφορές (μαθήματα κλασικής μαγειρικής έως μαγειρική σε εκδηλώσεις),</li><li>• Εκπαίδευση στην πρώιμη παιδική ηλικία καθώς και στους γονείς τους μέχρι τα σπίτια των ηλικιωμένων,</li><li>• Διαφορετικά επίπεδα δυσκολίας (από απλές συνταγές για καθημερινή χρήση μέχρι περίτεχνα πιάτα),</li><li>• Για το μαγείρεμα χρησιμοποιούνται βιώσιμα σκεύη,</li><li>• Πράσινη δύναμη,</li><li>• Μέθοδοι μαγειρέματος που είναι βιώσιμες,</li><li>• Καλή δικτύωση με τοπικούς και βιώσιμους εταίρους,</li></ul>





	<ul style="list-style-type: none"><li>• Προσφορά εθελοντικής οικολογικής χρονιάς.</li></ul>
--	---

<b>Χώρα</b>	<b>Γερμανία</b>
<b>Τίτλος</b>	BioLiese
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το BioLiese είναι ένα ηλεκτρονικό κατάστημα που προμηθεύει τοπικά και εποχιακά προϊόντα σε ιδιώτες και εμπορικούς πελάτες. Ο βασικός στόχος είναι να διατηρηθεί το αποτύπωμα CO2 όσο το δυνατόν χαμηλότερο.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Στο μέτρο του δυνατού, χρησιμοποιούν την ηλεκτρονική κινητικότητα για την παράδοση αγαθών,</li><li>• Βιώσιμος σχεδιασμός διαδρομής,</li><li>• Αγορά από τοπικούς παραγωγούς,</li><li>• Ο χονδρέμπορος είναι άμεσος γείτονας,</li><li>• Παράδοση σε ντόπιους ιδιώτες πελάτες,</li><li>• Παράδοση σε εμπορικές εταιρείες που προσφέρουν στους υπαλλήλους τους φρέσκα φρούτα για υγιεινή διατροφή στην εργασία,</li><li>• Παράδοση σε σχολεία και νηπιαγωγεία,</li><li>• Χρήση όχι ή ανακυκλώσιμων συσκευασιών όπως γυαλί και χαρτί όσο το δυνατόν περισσότερο.</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Γερμανία</b>
<b>Τίτλος</b>	VHS RurEifel
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το VHS Rur -Eifel προσφέρει υπηρεσίες προσανατολισμένες στον πολίτη στον τομέα της εκπαίδευσης σε κοινωνικά αποδεκτές τιμές σε όλους τους ανθρώπους στη διαδικασία της μάθησης μέσω της ζωής...Τα τελευταία χρόνια, το θέμα της βιωσιμότητας έχει αποκτήσει μεγαλύτερη εστίαση.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Τοπικές προσφορές για να προσεγγίσουν επίσης ακίνητα άτομα σε αγροτικές περιοχές,</li><li>• Φθηνές προσφορές για να προσεγγίσουν όλα τα στρώματα του πληθυσμού,</li><li>• Ενημερωτικές εκδηλώσεις (για παράδειγμα: Ημέρα Αειφορίας),</li><li>• Μίγμα μόνιμου προσωπικού και ελεύθερων επαγγελματιών για τη δημιουργία συνεχούς ανταλλαγής πληροφοριών και την ανταλλαγή νέων γνώσεων,</li></ul>





	<ul style="list-style-type: none"><li>• Προσφορές μαθημάτων για συγκεκριμένο θέμα (μαθήματα μαγειρικής για άνδρες, μαθήματα μαγειρικής για ζευγάρια, κ.λπ.),</li><li>• Χρήση των πιο πρόσφατων τεχνολογιών εξοικονόμησης ενέργειας όσον αφορά το μαγείρεμα (επαγωγική).</li></ul>
--	---

<b>Χώρα</b>	<b>Αυστρία</b>
<b>Τίτλος</b>	Rita Bringt's
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Rita Bringt's είναι η πρώτη υπηρεσία παράδοσης για χορτοφάγους στη Βιέννη. Προμηθεύονται το 100% των προϊόντων μας από βιολογική γεωργία, κατά προτίμηση από τοπικούς αγρότες και παραγωγούς. Παραδίδουν το φρέσκο φαγητό με ποδήλατα φορτίου. Για τη συσκευασία χρησιμοποιούν 100% ανακυκλωμένο χαρτί, συσκευασίες καλαμποκιού ή ζαχαροκάλαμου. Όλα είναι πλήρως βιοδιασπώμενα.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Η πρώτη εταιρεία παράδοσης και τροφοδοσίας στη Βιέννη για χορτοφαγικά βιολογικά τρόφιμα,</li><li>○ Μαγειρεύουν φρέσκα καθημερινά, χρησιμοποιώντας 100% βιολογικά, εποχιακά υλικά, κυρίως από την περιοχή. Στην προσφορά τους, δίνουν προσοχή σε ποικίλα και υγιεινά πιάτα που παρασκευάζονται απαλά και, κυρίως, με πάθος,</li><li>○ Για να διατηρήσουν το οικολογικό τους αποτύπωμα όσο το δυνατόν χαμηλότερο, βασίζονται στους ποδηλάτες φορτίου τους για τη μεταφορά του γεύματος,</li><li>○ Η συσκευασία τους είναι κατασκευασμένη από ζαχαροκάλαμο, χαρτόνι ή βιοπλαστικό, το οποίο είναι κατασκευασμένο από πλήρως αποικοδομήσιμα φυσικά υλικά όπως πατάτα, άμυλο καλαμποκιού ή κυτταρίνη,</li><li>○ Πιστοποιημένο με το αυστριακό οικολογικό σήμα,</li><li>○ Η συσκευασία τους είναι κατασκευασμένη από ζαχαροκάλαμο, χαρτόνι ή βιοπλαστικό, το οποίο είναι κατασκευασμένο από πλήρως αποικοδομήσιμα φυσικά υλικά όπως πατάτα, άμυλο καλαμποκιού ή κυτταρίνη. Εργάζονται συνεχώς σε ένα λογικό επαναχρησιμοποιήσιμο σύστημα συσκευασίας.</li><li>○ Επίσης αποφεύγουν την περιττή σπατάλη στην παραγωγή των τροφίμων μας. Παραγγέλνοντας ακριβείς ποσότητες, μπορούν να διασφαλίσουν ότι τίποτα δεν πρέπει να πεταχτεί,</li><li>○ Προσφέρετε δημόσια μαθήματα μαγειρικής, εργαστήρια, μαγειρική σε ομάδα και με φίλους.</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Αυστρία</b>
-------------	----------------





<b>Τίτλος</b>	Foodsharing
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το Foodsharing είναι μια συναρπαστική πρωτοβουλία για να σταματήσετε να πετάτε τα τρόφιμα. Η αρχή του Foodsharing είναι πολύ απλή: η πρωτοβουλία αυτή τη στιγμή συνεργάζεται με 11 000 επιχειρήσεις στη Γερμανία, την Αυστρία και την Ελβετία. Οι εκπαιδευμένοι αποταμιευτές τροφίμων παραλαμβάνουν τρόφιμα απευθείας από τις επιχειρήσεις που δεν μπορούν πλέον να πωληθούν.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Το Foodsharing είναι μια πρωτοβουλία που προωθεί την υπεύθυνη χρήση των πόρων και ένα βιώσιμο σύστημα τροφίμων.</li><li>○ Ο μακροπρόθεσμος στόχος τους είναι να μειώσουν την κουλτούρα απόρριψης τροφίμων και άλλων πόρων.</li><li>○ Εξοικονομούν τρόφιμα σε ιδιωτικά νοικοκυριά καθώς και σε επιχειρήσεις – κοινοτικά, βιώσιμα και με εκτίμηση.</li><li>○ Βλέπουν τον εαυτό τους ως εκπαιδευτικό κίνημα.</li><li>○ Πολλοί διασώστες τροφίμων συντονίζονται και δικτυώνονται μέσω της διαδικτυακής πλατφόρμας foodsharing .</li><li>○ Μέρος της πρωτοβουλίας είναι οι λεγόμενοι Fair-Dividors. Αυτά είναι – αυτή τη στιγμή – 37 ψυγεία σε σημεία προσβάσιμα από το κοινό στη Βιέννη όπου μπορείτε να τοποθετήσετε τα πλεονάζοντα αγαθά ανά πάσα στιγμή και από τα οποία μπορείτε επίσης να τα βγάλετε.</li><li>○ Εκτός από όλους αυτούς τους τρόπους προσωπικής αντιμετώπισης της σπατάλης τροφίμων, υπάρχει εδώ και καιρό μια ομάδα σε πολιτικό επίπεδο που ζητούσε έναν «νόμο κατά της διάθεσης». Ένας τέτοιος νόμος, ο οποίος ορίζει ότι οι επιχειρήσεις δίνουν πλεόνασμα ή μη πωλήσιμα τρόφιμα στον άμαχο πληθυσμό ή τουλάχιστον τα επαναχρησιμοποιούν με βιώσιμο τρόπο, υπάρχει ήδη σε μέρη του Βελγίου.</li></ul>

<b>Χώρα</b>	<b>Αυστρία</b>
<b>Τίτλος</b>	Food Stories
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το έργο Food Stories κάνει πιο ορατές και προσβάσιμες τις τοπικές και βιώσιμες επιλογές τροφίμων και προωθεί τις ατομικές επιλογές τροφίμων πιο φιλικές προς το κλίμα.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Αναδεικνύει τη σημασία της δέσμευσης της κοινωνίας των πολιτών για την προσέγγιση περισσότερων ανθρώπων και την έναρξη βιώσιμων αλλαγών στον τρόπο ζωής και στη συμπεριφορά·</li><li>○ Στο πλαίσιο του έργου, θα αναπτυχθεί ένας «χάρτης τροφίμων» για μια πιλοτική περιοχή για την περιοχή, ο οποίος θα κάνει ορατές τις τοπικές προσφορές τροφίμων και, μεταξύ</li></ul>





	<p>άλλων, τις πρωτοβουλίες της κοινωνίας των πολιτών για κοινή παροχή τροφίμων.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ Κάτω από το σύνθημα "Meet &amp; Cook", περίπου 30 διαδραστικές μορφές θα χρησιμοποιηθούν για τη μετάδοση καθημερινής γνώσης σε περίπου 300 συμμετέχοντες από διαφορετικές ομάδες-στόχους και θα ερευνηθεί επίσης ο αντίκτυπος που αντιλαμβάνονται.</li><li>○ Οι "Food Stories" θα επιτρέψουν σε παραγωγούς, μάγειρες, καταναλωτές, πρωτοβουλίες της κοινωνίας των πολιτών και άλλους ενδιαφερόμενους να πουν τη γνώμη τους και να πουν ιστορίες για τα τρόφιμα και τα πιάτα από διαφορετικές οπτικές γωνίες.</li><li>○ Οπτικοποίηση βιώσιμων προσφορών τροφίμων μέσω χάρτη τροφίμων για την πιλοτική περιοχή στα νότια της Βιέννης.</li><li>○ Παρουσίαση και επικοινωνία των κλιματικών επιπτώσεων επιλεγμένων εποχιακών συνταγών.</li><li>○ Ευαισθητοποίηση για το μαγείρεμα φιλικό προς το κλίμα και τις συνδέσεις μεταξύ διατροφής και κλίματος μεταξύ διαφορετικών ομάδων του πληθυσμού.</li><li>○ Συμμετοχή των σχετικών φορέων στην πόλη της Βιέννης.</li></ul>
--	---

<b>Χώρα</b>	<b>Αυστρία</b>
<b>Τίτλος</b>	Too Good to Go
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το Too Good To Go είναι μια εφαρμογή για κινητά που στοχεύει στην εξουδετέρωση της σπατάλης τροφίμων. Γεγονός είναι ότι τα πλεονάζοντα τρόφιμα πετιούνται στο λιανεμπόριο και στη γαστρονομία. Στην εφαρμογή της, η εφαρμογή Too Good To Go συνδέει σούπερ μάρκετ, αρτοποιεία, ζαχαροπλαστεία, ξενοδοχεία και άλλες επιχειρήσεις εστίασης με πελάτες. Η προστιθέμενη αξία για τους πελάτες και τους παρόχους τροφίμων δημιουργείται με την πώληση των πλεονασμάτων τροφίμων σε χαμηλότερη τιμή.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Η σπατάλη τροφίμων είναι ένα επίκαιρο ζήτημα και ένα παγκόσμιο πρόβλημα. Με τη βοήθεια της εφαρμογής, αυτό το πρόβλημα πρέπει να αντιμετωπιστεί με την απόρριψη λιγότερων βρώσιμων τροφίμων. Και έτσι λειτουργεί: Καταρχήν, τα σούπερ μάρκετ, τα αρτοποιεία, τα ξενοδοχεία, οι καφετέριες και όλες οι επιχειρήσεις εστίασης μπορούν να εγγραφούν ως συνεργάτες. Στην εφαρμογή, τα πλεονάζοντα τρόφιμα μπορούν να πωληθούν, από μεμονωμένα προϊόντα όπως φρούτα και λαχανικά μέχρι κέικ, σάντουιτς και μεσημεριανά μενού. Οι πελάτες, εν τω μεταξύ, έχουν την επιλογή από ποιον προμηθευτή θέλουν να αγοράσουν τρόφιμα και πληρώνουν το ένα τρίτο λιγότερο από την κανονική τιμή απευθείας μέσω της εφαρμογής.</li></ul>





	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Για τις συνεργαζόμενες επιχειρήσεις, αυτό έχει ως αποτέλεσμα προστιθέμενη αξία, καθώς μπορούν να προσεγγιστούν νέοι πελάτες, αυξάνονται τα κέρδη επειδή τα τρόφιμα πωλούνται και δεν πετιούνται, μεταδίδεται μια θετική εικόνα όσον αφορά την προστασία του περιβάλλοντος και την κοινωνική δέσμευση.</li><li>○ Το πρόβλημα της σπατάλης τροφίμων είναι τεράστιο, όπως και ο όγκος των διαθέσιμων πληροφοριών και βιβλιογραφίας. Έτσι, η Τοο Good To Go δημιούργησε αυτό το κέντρο γνώσης όπου μπορείτε να βρείτε όλες τις πληροφορίες, τους πόρους και την έμπνευση που χρειάζεται κάποιος: <a href="https://toogoodtogo.de/de/movement/knowledge">https://toogoodtogo.de/de/movement/knowledge</a>.</li></ul>
--	---

<b>Χώρα</b>	<b>Αυστρία</b>
<b>Τίτλος</b>	Ernährungsrat Wien
<b>Σύντομη περίληψη</b>	Το Ernährungsrat Wien είναι μια πλατφόρμα για τη διαμόρφωση ενός βιώσιμου συστήματος τροφίμων για τη Βιέννη. Δίνει τη δυνατότητα σε ένα ευρύ φάσμα παραγόντων να συναντηθούν, από την αρχή μέχρι το τέλος της αλυσίδας αξίας των τροφίμων και πέρα από αυτό. Μέσω αυτής της συνολικής και ανοιχτής προσέγγισης, αποκαλύπτεται και διευρύνεται το περιθώριο ελιγμών, επιτρέποντας στο σύστημα τροφίμων να διαμορφωθεί και να αναπτυχθεί σε μια κοινωνικά δίκαιη και οικολογικά βιώσιμη κατεύθυνση μακροπρόθεσμα.
<b>Συνάφεια</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Προωθεί τη συμμετοχή του βιεννέζικου πληθυσμού στη διαμόρφωση του βιεννέζικου συστήματος τροφίμων.</li><li>○ Συνδυάζει τη δέσμευση ατόμων, πρωτοβουλιών και οργανισμών να διαμορφώσουν ενεργά το βιεννέζικο σύστημα τροφίμων.</li><li>○ Συγκεντρώνει πρακτική γνώση, επιστημονικά ευρήματα και τις ανάγκες της κοινωνίας των πολιτών.</li><li>○ Ευαισθητοποιεί όλους τους ενδιαφερόμενους για διαφορετικές προοπτικές, ανάγκες και θέσεις και προωθεί το διάλογο μεταξύ επιχειρήσεων, διοίκησης και κοινωνίας των πολιτών.</li><li>○ Βοηθά στον εντοπισμό και την περιγραφή πολύπλοκων προβλημάτων και προωθεί την ολοκληρωμένη και διαφοροποιημένη ανάλυσή τους.</li><li>○ Επιτρέπει την εύρεση λύσεων με στρατηγικό συντονισμό και την ανάπτυξη προτάσεων για δράση.</li><li>○ Απαιτεί την εφαρμογή προτάσεων για δράση σε πολιτικό επίπεδο.</li><li>○ Αναπτύσσει και υποστηρίζει δράσεις, έργα και πρωτοβουλίες για τη βελτίωση του βιεννέζικου συστήματος τροφίμων.</li><li>○ Λαμβάνει ιδιαίτερα υπόψη τα συμφέροντα των μειονεκτουσών ομάδων ανθρώπων.</li></ul>





- |  |  |
|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>○ Συμμετέχει στην ανάπτυξη μιας στρατηγικής διατροφής για τη Βιέννη μακροπρόθεσμα.</li></ul> |
|--|--|

## 2.2 Σύνοψη ευρημάτων

Η ανάλυση συγκριτικής αξιολόγησης δείχνει ότι δεν υπάρχουν πολλές διαθέσιμες επιλογές όσον αφορά τη βιώσιμη μαγειρική, ανεξάρτητα από το επίπεδο ΕΠΠ. Για παράδειγμα, η έλλειψη ενοτήτων που καλύπτουν το θέμα των μαθημάτων ΕΕΚ είναι σημαντική και πιθανώς αντανακλά την αντίσταση της ενσωμάτωσής της στα προγράμματα σπουδών. Στην Πορτογαλία, για παράδειγμα, το περιεχόμενο των μαθημάτων μαγειρικής φαίνεται ακόμα να χαρακτηρίζεται από μια παραδοσιακή προσέγγιση, σε μεγάλο βαθμό λόγω της ακαμψίας των προγραμμάτων κατάρτισης, τα οποία ορίζονται σε εθνικό επίπεδο και εφαρμόζονται ομοιόμορφα. Η έλλειψη προσφοράς και η εξέγερση της ζήτησης για πιο βιώσιμες πρακτικές και βιώσιμα πιάτα οδηγεί τους εκπαιδευόμενους να αναζητούν αυτό το είδος μαθημάτων και κατάρτισης εκτός της επίσημης εκπαίδευσης. Πράγματι, σχεδόν σε όλες τις χώρες εταίρους κατέστη δυνατός ο εντοπισμός άλλων καναλιών μέσω των οποίων είναι δυνατή η απόκτηση πιστοποίησης, αν και άτυπη. Ωστόσο, αυτά είναι δαπανηρά και κατά συνέπεια απρόσιτα για τους περισσότερους.

Από τη διαδικασία της συνέντευξης, συλλέχθηκαν προτάσεις για το πώς πρέπει να οργανωθεί ένα μάθημα βιώσιμης μαγειρικής. Στην Ελλάδα, οι ερωτηθέντες πρότειναν ότι ένα μάθημα βιώσιμης μαγειρικής θα πρέπει να χωριστεί σε διάφορα στάδια:

- 1) Θεωρητικό υπόβαθρο: διδασκαλία της γενικής έννοιας της βιωσιμότητας και της διατροφής
- 2) Παραγωγή πρώτων υλών και πώς μπορεί το άτομο να τις επιλέξει με βάση την εντοπιότητα και την εποχικότητα
- 3) Βιώσιμες μέθοδοι μαγειρέματος (που σχετίζονται με υλικά και ενεργειακούς πόρους)
- 4) Απορρίμματα τροφίμων
- 5) Εφαρμογή αυτών των πρακτικών σε πραγματικές συνθήκες

Στην Αυστρία, τη Γερμανία, την Πορτογαλία και την Ελλάδα, οι συμμετέχοντες μοιράστηκαν επίσης θεματικές ιδέες για το τι πρέπει να λαμβάνεται υπόψη κατά τον σχεδιασμό ενός προγράμματος μαθημάτων βιώσιμης μαγειρικής:

### 1) Μη επεξεργασμένα τρόφιμα

- Δώστε κίνητρο στην προτίμηση για βιολογικά τρόφιμα.
- Κατανοήστε τις διαφορές μεταξύ βιολογικών και μη βιολογικών προϊόντων







- Ευαισθητοποίηση σχετικά με τα τρόφιμα και την επεξεργασία τους.
- Κατανοήστε το προϊόν από την προέλευσή του μέχρι να φτάσει στην κουζίνα (επεξεργασία, μεταφορά κ.λπ.).

## 2) Βιώσιμα συστήματα γεωργίας, αλιείας και κτηνοτροφίας:

- Εκμάθηση των διαφορετικών γεωργικών συστημάτων.
- Κατανόηση της κτηνοτροφίας, των γεωργικών επιστημών και της βιώσιμης αλιείας ( αλιευτικές πρακτικές χαμηλής έντασης και σεβασμός στο θαλάσσιο περιβάλλον).
- Ανάπτυξη τεχνικών δεξιοτήτων (εργαλεία και μέθοδοι γεωργίας).
- Εξετάστε την ενέργεια, τις υποδομές, τη διαχείριση οργανικών εδαφών, τους παράκτιους υγροτόπους, την αλιεία και την υδατοκαλλιέργεια για τον μετριασμό του κλίματος.
- Υπολογίστε και κοινοποιήστε τα οικονομικά και περιβαλλοντικά οφέλη.
- Δυνατότητες αποθήκευσης.
- Ενίσχυση της επαγγελματικής ικανότητας των εργαζομένων με αναβάθμιση γνώσεων και δεξιοτήτων, προσαρμοσμένων στις συνεχείς αλλαγές και προκλήσεις που δημιουργούνται στο περιβάλλον και την αγορά εργασίας.

## 3) Τοπικά και Εποχιακά Προϊόντα

- Εξηγήστε από πού προέρχεται το φαγητό και ποια προϊόντα είναι τοπικά.
- Αποσαφηνίστε τη σημασία της τοπικής επεξεργασίας των τροφίμων και παρέχετε συγκεκριμένες συμβουλές (με επεξήγηση με επιτυχημένα παραδείγματα).
- Συμμετοχή παραγόντων της τοπικής αγοράς όπως: ενώσεις καταναλωτών. ΜΚΟ; Εταιρείες διαχείρισης απορριμμάτων; Επιχειρηματικές ενώσεις; Εμπορικό Επιμελητήριο; Δημοτικές οργανώσεις και επιχειρήσεις.
- Κατανοήστε τις κλιματικές επιπτώσεις επιλεγμένων εποχιακών συνταγών.
- Ενθαρρύνετε την προσέγγιση: ποιες τροφές μπορώ να καλλιεργήσω εύκολα;

## 4) Συσσκευασία και επαναχρησιμοποίηση τροφίμων

- Κατανοήστε τη σημασία και τον αντίκτυπο της προτίμησης μη συσκευασμένων προϊόντων.
- Προτιμήστε τα επαναχρησιμοποιήσιμα συστήματα συσκευασίας.







## 5) Σπατάλη τροφίμων

- Συνειδητοποιήστε τη σημασία της μη σπατάλης φαγητού (για παράδειγμα, προτιμήστε την πρακτική να μαγειρεύετε λιγότερο αντί να πετάτε κάτι).
- Αγοράστε τη σωστή ποσότητα φαγητού.
- Προώθηση της υπεύθυνης χρήσης των πόρων και ενός βιώσιμου συστήματος τροφίμων.
- Ενθάρρυνση του διαχωρισμού και της διάθεσης των απορριμμάτων (περιλαμβάνονται επίσης συστατικά της μονάδας κομποστοποίησης: κάδοι κομποστοποίησης, οργανικά απόβλητα, χρήση φυσικών λιπασμάτων).
- Μάθετε πώς να χρησιμοποιείτε όλα τα μέρη του ακατέργαστου προϊόντος (για παράδειγμα τον καρπό, το βλαστάρι ή το φύλλο) για να παράγετε λιγότερα απόβλητα.
- Αξιολογήστε προϊόντα που δεν είναι εμπορικά ελκυστικά αλλά σε ιδανικές συνθήκες για κατανάλωση.

## 6) Ενέργεια

- Προτείνετε να απενεργοποιείτε τις συσκευές όταν δεν χρησιμοποιούνται.
- Μάθετε πώς να μαγειρεύετε με μικρό ενεργειακό αντίκτυπο.
- Μάθετε για την κατανάλωση ενέργειας συγκεκριμένου εξοπλισμού (τόσο κατά την εργασία όσο και κατά την αναμονή, π.χ. κόστος πλυντηρίου: δεν αξίζει να πλένετε ένα ποτήρι μόνο του, αλλά όταν υπάρχουν αρκετά ποτήρια για να γεμίσετε το πλυντήριο).
- Συνήγορος για τη χρήση καθαρών ενεργειών.
- Κατανοήστε τις μεθόδους παραγωγής ενέργειας.

## 7) Φυτική πρωτεΐνη

- Τονώστε την προτίμηση για δίαιτα με μειωμένο κρέας ή φιλική προς τα ζώα.
- Συνήγορος για τη χρήση φυτών και όχι ζώων.
- Ενθαρρύνετε την υιοθέτηση χορτοφαγικών και/ή vegan συνταγών .

## 8) Θρέψη

- Προώθηση της μελέτης μιας βιώσιμης διατροφής.
- Κατανοήστε την υψηλή θρεπτική αξία ορισμένων τροφίμων και πιάτων.





Όσον αφορά τις μεθόδους, ήταν δυνατό να συλλεχθούν ορισμένες προτάσεις και ιδέες που θα μπορούσαν να προσαρμοστούν είτε σε θεωρητικά είτε σε πρακτικά μαθήματα:

- Παρουσιάσεις και εργαστήρια για τη βιώσιμη μαγειρική στα σχολεία με τη συμμετοχή όλης της σχολικής κοινότητας
  - Εργαστήρια για χορτοφαγικές/vegan συνταγές με διευκρίνιση ερωτήσεων σχετικά με έναν πιο βιώσιμο τρόπο ζωής.
  - Διάδοση καλών πρακτικών στους νεότερους μαθητές (πρώιμη παιδική εκπαίδευση).
  - Συνεργαστείτε με συλλόγους (διατροφολόγους, συλλόγους χορτοφάγων/βίγκαν, συλλόγους βιωσιμότητας, κ.λπ.).
- Προώθηση δραστηριοτήτων με παιδιά για να τονώσετε τις γνώσεις και την περιέργειά τους σχετικά με τα τρόφιμα και την προέλευσή τους.
  - Μια πρακτική ενότητα με τη μορφή επισκέψεων σε αγρόκτημα.
  - Δημιουργήστε ένα εποχικό ημερολόγιο (διαθεσιμότητα του προϊόντος κατά τη διάρκεια του έτους) και συνταγές .
  - Ενίσχυση των δικτύων που δημιουργούνται μεταξύ παραγωγών, εστιατορίων και ευρύτερης κοινότητας (για παράδειγμα, χαρτογραφώντας τους περιφερειακούς παραγωγούς και γνωρίζοντας την ιστορία τους).
- Οργάνωση εκστρατειών για βιώσιμα πιάτα και αποφυγή σπατάλης τροφίμων
  - Δημιουργήστε μια αριθμομηχανή που λέει τον αντίκτυπο των διατροφικών μας συνηθειών στο περιβάλλον.
  - Δώστε κίνητρα στον προγραμματισμό γευμάτων.
  - Μετάδοση τεχνικών που επιτρέπουν τη συντήρηση των τροφίμων.
  - Στρατηγικές για τον τρόπο αποφυγής της σπατάλης τροφίμων (για παράδειγμα, συνταγές με υπολείμματα).
  - Προώθηση της κυκλικής οικονομίας, της επαναχρησιμοποίησης και της ανακύκλωσης διαφορετικών προϊόντων/υλικών.

Η παρούσα ζήτηση για βιώσιμη μαγειρική αναμένεται να αυξηθεί, καθιστώντας έτσι εξαιρετικά σημαντική την υιοθέτηση νέων τεχνικών και την ενσωμάτωση νέων εννοιών στα μαθήματα μαγειρικής/ζαχαροπλαστικής.





### 3. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΣΥΖΗΤΗΣΕΙΣ ΣΤΡΟΓΓΥΛΗΣ ΤΡΑΠΕΖΗΣ

Οι συζητήσεις στρογγυλής τραπέζης που διεξήχθησαν σε καθεμία από τις χώρες εταίρους ήταν σημαντικές για να επιβεβαιώσουν ορισμένες από τις προηγουμένως συλλεγμένες πληροφορίες αλλά και για να προωθήσουν μια συζήτηση στην οποία διάφοροι επαγγελματίες θα μπορούσαν να αναφερθούν στις απόψεις τους και να ανταλλάξουν ιδέες. Η διοργάνωση στρογγυλών τραπεζιών, 1 ανά χώρα, προέβλεπε, τουλάχιστον, έναν εκπρόσωπο από καθέναν από τους ακόλουθους τομείς: ιδιοκτήτες εστιατορίων, διευθυντές και καταναλωτές, παραγωγούς (γεωργία, αλιεία ή κτηνοτροφία), ειδικοί στη βιωσιμότητα· επαγγελματίες λιανικής (παντοπωλεία, εστιατόρια, πωλητές κ.λπ.), και εκπαιδευτές ΕΕΚ στον τομέα της γαστρονομίας.

Ξεκινώντας με τον ορισμό της «Βιώσιμης Μαγειρικής» που δημιουργήθηκε από την κοινοπραξία που την κατανοεί ως «*μια μέθοδο μαγειρικής που δεν περιέχει χημικά και βασίζεται σε τοπικά και εποχιακά προϊόντα. Με άλλα λόγια, σημαίνει ότι το φαγητό έχει παραχθεί σε τοπικό επίπεδο με καθαρές ενέργειες και ότι μπορεί να μην είναι διαθέσιμο όλο το χρόνο. Επιπλέον, υπονοεί ότι η ανακύκλωση και η επαναχρησιμοποίηση υλικών στο σύνολό τους στην κουζίνα είναι απαραίτητες προκειμένου να υπάρχει η μικρότερη ποσότητα απορριμμάτων και να μειωθούν οι συσκευασίες. Όταν εφαρμόζεται η διαδικασία της Βιώσιμης Μαγειρικής, οι διαθέσιμοι πόροι δεν εξαντλούνται, αντιθέτως όλα τα απαραίτητα διατροφικά στοιχεία μπορούν να εξακολουθήσουν να παρέχονται*», ήταν δυνατό να συνειδητοποιήσουμε ότι ορισμένοι συμμετέχοντες στα στρογγυλά τραπέζια δεν συμφωνούν με αυτό 100%. Στην Ελλάδα, μάλιστα, επισημάνθηκε ότι η Βιώσιμη Μαγειρική δεν είναι μια μέθοδος εντελώς «χωρίς χημικά» και συμφωνήθηκε η εξάλειψή της φράσης. Ο Χημικός Σύμβουλος αναφέρθηκε στην ύπαρξη «πρόσθετων χημικών συστατικών» αφού στη μαγειρική δεν χρησιμοποιούνται μόνο πρώτες ύλες. Προτάθηκε επίσης η αναδιατύπωση της τελευταίας πρότασης του ορισμού, καθώς δίνει την εντύπωση ότι οι δύο όροι είναι αντίθετοι. Ο ιδιοκτήτης του ξενοδοχείου και της φάρμας πρότεινε «Όταν εφαρμόζεται η διαδικασία της Βιώσιμης Μαγειρικής, οι διαθέσιμοι πόροι δεν εξαντλούνται και μπορούν να παρασχεθούν όλα τα απαραίτητα διατροφικά στοιχεία».

Ανησυχίες σχετικά με τον ορισμό εκφράστηκαν επίσης από Πορτογάλους συμμετέχοντες. Ορισμένοι από αυτούς πιστεύουν ότι ο ορισμός επικεντρώνεται στα συστατικά και την εργασία στην κουζίνα και εξακολουθεί να αποτυγχάνει να τονίσει τη σημασία της εξέτασης της παραγωγής και της αλυσίδας διανομής. Σύμφωνα με τους συμμετέχοντες, τη βιώσιμη





μαγειρική πρέπει να εξετάσει το ενδεχόμενο να συντομεύσει την αλυσίδα διανομής λαμβάνοντας υπόψη την προέλευση των προϊόντων και τον αντίκτυπο της μεταφοράς τους. Ένας άλλος σημαντικός παράγοντας που πρέπει να εξετάσουμε είναι η παραγωγή. Η βιώσιμη κουζίνα πρέπει να λαμβάνει υπόψη τις μεθόδους παραγωγής των προϊόντων που επιλέγει, δίνοντας προτεραιότητα σε είδη που παράγονται με βιώσιμο τρόπο. Επιπλέον, επισημάνθηκε επίσης ότι οι ποσότητες πρέπει επίσης να είναι ένας παράγοντας που πρέπει να ληφθεί υπόψη, καθώς η παραγωγή πρέπει να ανταποκρίνεται μόνο λαμβάνοντας υπόψη την πραγματική ζήτηση. Λέγεται ότι αυτό ήταν κάτι που θα μπορούσε να ζητήσει μια αλλαγή παραδείγματος.

Οι Έλληνες συμμετέχοντες υπογράμμισαν το γεγονός ότι η βιώσιμη μαγειρική απευθύνεται επί του παρόντος σε λίγα μόνο άτομα, καθώς υπάρχει μικρή γνώση πάνω στο θέμα και εξακολουθεί να θεωρείται ως «premium» κουζίνα.

Εκτός από τα συμπεράσματα που αναφέρθηκαν παραπάνω σε αυτήν την έκθεση, άλλα συνολικά σημαντικά συμπεράσματα στις χώρες εταίρους που μπορεί να σχετίζονται με τη δημιουργία της ενότητας για τη βιώσιμη μαγειρική μπορούν να συνοψιστούν ως εξής:

- Σημαντική είναι η παρουσίαση των Στόχων Βιώσιμης Ανάπτυξης του ΟΗΕ (<https://sdgs.un.org/goals>) και η ευαισθητοποίηση σχετικά με τη σημασία τους όχι μόνο για το περιβάλλον αλλά και για την κοινωνία .
- Είναι απαραίτητο να αρχίσουμε να σκεφτόμαστε με πιο ηθικό τρόπο αντί να ακολουθούμε μη βιώσιμες μεθόδους μαζικής παραγωγής και κατανάλωσης που έχουν ως αποτέλεσμα την εξόντωση και την υπερβολική δαπάνη. Σε αυτό το πλαίσιο, η εξοικείωση με τη βιολογική και μη εντατική γεωργία και την εκτροφή ζώων φαίνεται να είναι κρίσιμη.
- Ενθάρρυνση προβληματισμού σχετικά με τις ετικέτες που χρησιμοποιούνται μόνο ως πρόσχημα (ακριβώς επειδή κάτι είναι περιφερειακό δεν σημαίνει ότι είναι καλύτερο – ο όρος «περιφερειακός» χρησιμοποιείται συχνά ως πρόσχημα).
- Προώθηση της αντικατάστασης της τάσης της τήρησης των συμβουλών των τηλεμάγειρων με τη σωστή διεξαγωγή συναφών μαθημάτων
- Ενσωμάτωση εκμάθησης των απαραίτητων προδιαγραφών και πιστοποιήσεων ασφαλείας.

Εξετάζοντας τα αποτελέσματα της στρογγυλής τραπέζης, μπορούμε να συμπεράνουμε ότι η βιώσιμη μαγειρική είναι ένα πολύ σχετικό θέμα που πρέπει να εξεταστεί και ότι λείπει και πρέπει να καλυφθεί σε μαθήματα σχετικά με τη Γαστρονομία. Η βιωσιμότητα είναι μια τρέχουσα υπόθεση, μια αυξανόμενη κοινωνική αξία και μια επαγγελματική δεξιότητα κατά





παραγγελία στον τομέα των τροφίμων και της εστίασης, επομένως μια πιο δομημένη και βαθύτερη προσέγγιση θα πρέπει να συμπεριληφθεί στα προγράμματα σπουδών κατάρτισης και εκπαίδευσης. Κάποια στιγμή στο μέλλον, δεν θα το λέμε πλέον «βιώσιμο», αλλά θα θεωρούμε το Sustainable Cooking ως φυσιολογικό.

Παρά την πρόοδο που έχει ήδη επιτευχθεί, το μέλλον της βιώσιμης μαγειρικής εξακολουθεί να εξαρτάται από την αλλαγή νοοτροπίας, η οποία μπορεί να επιτευχθεί μόνο μέσω της εκπαίδευσης και της αλλαγής συνθηκών, τόσο από επαγγελματίες όσο και από καταναλωτές.

Για πιο βιώσιμες μαγειρικές πρακτικές, οι επαγγελματίες δεν μπορούν να επικεντρωθούν μόνο στο τελικό προϊόν και στις μεθόδους και διαδικασίες μαγειρέματος. Οι επαγγελματίες πρέπει να γνωρίζουν και να εξετάζουν όλους τους κύκλους που περιλαμβάνουν την παραγωγή και κατανάλωση τροφίμων, από το στάδιο της παραγωγής συστατικών έως τη μετά την κατανάλωση, που περιλαμβάνει τη διάθεση των απορριμμάτων. καθώς και χρήση και διαχείριση πόρων.

Εν ολίγοις, οι συμμετέχοντες συμφώνησαν ότι η βιωσιμότητα είναι το μέλλον και ότι η δημιουργία μιας εκπαιδευτικής ενότητας για τη βιώσιμη μαγειρική είναι απαραίτητη και θα συμβάλει θετικά στον τομέα των τροφίμων και της εστίασης.

## ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

---

Η δραστηριότητα συγκριτικής αξιολόγησης στις χώρες εταίρους μας έδωσε την ευκαιρία να αναλύσουμε τις τρέχουσες εκπαιδευτικές ενότητες/μαθήματα που σχετίζονται με τη βιώσιμη μαγειρική. Ήταν δυνατό να συναχθεί ότι το τρέχον τυπικό εκπαιδευτικό σύστημα έχει περιορισμένη προσέγγιση στο θέμα και ότι τα άτυπα μαθήματα φαίνεται να ανταποκρίνονται με πιο αποτελεσματικό τρόπο στην προσδιορισμένη ζήτηση. Ωστόσο, η πιστοποίηση είναι επίσης άτυπη και αυτά τα μαθήματα είναι γενικά δαπανηρά.

Όσον αφορά τις συνεντεύξεις και τις καλές πρακτικές, κατέστη δυνατό να επιβεβαιωθεί η ιδέα της αυξανόμενης ζήτησης για πιο βιώσιμες πρακτικές. Στην πραγματικότητα, οι πρωτοβουλίες που παρατέθηκαν καταδεικνύουν ότι τόσο οι καταναλωτές όσο και οι επιχειρήσεις είναι πιο προσεκτικοί στις περιβαλλοντικές επιπτώσεις και είναι πρόθυμοι να μειώσουν τη σπατάλη τροφίμων και να υιοθετήσουν πράσινες πρακτικές. Μια πιο βιολογική, βιολογική κουζίνα γίνεται επίσης δημοφιλής μέρα με τη μέρα. Οι συνεντεύξεις υπογράμμισαν επίσης τη σημασία της συμπερίληψης βιώσιμων θεμάτων στα προγράμματα σπουδών.





Τέλος, οι στρογγυλές τράπεζες ήταν μια σημαντική δραστηριότητα για τη σύγκριση απόψεων και τη δημιουργία συζήτησης γύρω από ορισμένα θέματα. Κατέστη σαφές ότι οι επαγγελματίες πρέπει να εξοικειωθούν και να εξετάσουν όλους τους κύκλους που περιλαμβάνουν την παραγωγή και κατανάλωση τροφίμων, από το στάδιο της παραγωγής συστατικών έως τη μετά την κατανάλωση, που περιλαμβάνει τη διάθεση των απορριμμάτων. καθώς και χρήση και διαχείριση πόρων. Εν ολίγοις, οι συμμετέχοντες συμφώνησαν ότι η βιωσιμότητα είναι το μέλλον και ότι η δημιουργία μιας εκπαιδευτικής ενότητας για τη βιώσιμη μαγειρική είναι απαραίτητη και θα συμβάλει θετικά στον τομέα των τροφίμων και της εστίασης.

Οι δραστηριότητες που πραγματοποιήθηκαν ήταν ζωτικής σημασίας για να δημιουργηθεί μια κατάσταση αιχμής για τη βιώσιμη μαγειρική στην Πορτογαλία. Η σύγκριση μεταξύ της υπάρχουσας προσφοράς και της τρέχουσας ζήτησης είναι ένα σαφές σύμπτωμα ότι υπάρχει μια αυξανόμενη αλλαγή στις πρακτικές κατανάλωσης. Η αγορά προοδευτικά ευνοεί μια πιο περιβαλλοντική κουζίνα και επιχειρήσεις με χαμηλό αντίκτυπο. Με αυτόν τον τρόπο, η συλλογή των καλών πρακτικών επέτρεψε στην κοινοπραξία να κατανοήσει μια τέτοια ασυμφωνία. Αυτό συμπληρώθηκε από τις συνεντεύξεις και τις στρογγυλές τράπεζες, μέσω των οποίων ήταν δυνατό να συγκεντρωθεί μια ενημερωμένη γνώμη ειδικών, παραγωγών, λιανοπωλητών και δασκάλων. Τα συμπεράσματα που συνοψίζονται τώρα θα συμβάλουν στον σχεδιασμό μιας σχετικής εκπαιδευτικής ενότητας που θα εξετάζει τις αναγκαιότητες που έχουν εντοπιστεί προκειμένου να ανταποκριθεί στις υπάρχουσες ανάγκες.



