

## NOTATKA PRASOWA

### Healthnic: Healthy and ethnic diet for inclusion

Żywienie odgrywa ważną rolę w naszym życiu, niezależnie od wieku, płci, kultury czy sytuacji społecznej. Obecnie zwracamy większą uwagę na to, co jemy, wybierając nie tylko smaczne potrawy, ale takie o wysokiej wartości odżywczej, albo tak nam się przynajmniej wydaje. Zwykle jesteśmy nieświadomi tego, jaka dieta jest dla nas odpowiednia. Tematy związane z żywnością nawet stały się rodzajem tabu w kontekście diet i zróżnicowanych kultur.

#### Dlaczego HEALTHNIC?

Projekt HEALTHNIC wystartował 01.09.2017r. by poprawić i rozszerzyć świadomość w zakresie nawyków żywieniowych wśród imigrantów i osób bezrobotnych. Projekt pozwala uzyskać taką wiedzę przy pomocy specjalistów m.in. z dziedziny socjologii żywności, żywienia, gastronomii i rozwoju osobistego. Dzięki zwiększonej świadomości żywnościowej, uczestnicy będą w stanie poprawnie wybierać sposób odżywiania.

#### Jak tego dokonamy?

W ramach projektu HEALTHNIC powstaną: edukacyjna e-platforma, przewodnik metodologiczny do warsztatów „Healthnic Diet” oraz zestaw narzędzi do warsztatów „Healthnic Diet.” Warsztaty będą służyły badaniu, definiowaniu i zdobywaniu wiedzy na temat nawyków żywieniowych różnych kuchni europejskich.

Warsztaty obejmą między innymi tematykę edukacji żywieniowej i domowej ekonomii, podstawową literatury na temat żywności oraz aktywności związane z wymianą kulturową. Praca w grupach umożliwi uczestnikom dzielenie się osobistymi doświadczeniami dotyczącymi wyboru diet - identyfikację podobieństw i różnic, a także dyskusję o sposobie planowania pożywnej posiłku. Podczas warsztatów uczestnicy będą tworzyć nowe przepisy i przygotowywać własne potrawy. Warsztaty poświęcone będą także wyjaśnieniu właściwości ziół i przypraw - ich znaczenia, zastosowań w kuchni i walorów zdrowotnych. Rezultaty warsztatów będą podstawą cyfrowych opowieści.

W trakcie trwania projektu, organizowane będą wydarzenia celem zaprezentowania i upowszechniania wyników projektu. Spotkania te będą na poziomie lokalnym, krajowym i międzynarodowym.

Pierwsze spotkanie w projekcie odbyło się 26-27 października 2017 r. w Bussoleno we Włoszech. W spotkaniu wzięli udział przedstawiciele wszystkich partnerów z pięciu krajów UE: Grecji, Irlandii, Włoch, Wielkiej Brytanii i Polski.

Partnerami w projekcie są: Vardakeios School of Indigent Children, Institute of Technology Tralee, Diciannove Società Cooperativa, Merseyside Refugee Support Network oraz Danmar Computers.

Spotkanie otwierające projekt poświęcone było prezentacji organizacji partnerskich, narzędzia do zarządzania projektem oraz dyskusji nt. podziału zadań pomiędzy partnerami, uzgodnień wyników pracy intelektualnej, a także objaśnieniu planów upowszechniania i ewaluacji. Kolejne międzynarodowe spotkanie partnerów odbędzie się w pierwszym kwartale 2018r. w Grecji.

Skontaktuj się z koordynatorem lub jednym z partnerów, aby uzyskać więcej informacji o HEALTHNIC.