

Eğitimi . . .

almak için hafif ve eğlenceli  
sunar.

ve başkalarını ritmine  
oğretir

# Slow Food Eğitimi

El Kitabı



iliğine değer verir.

ilgi ve motivasyonunu teşvik eder.

ile yaklaşır, çok disiplinli bir  
benimser.

içselleştirmesi ve geliştirmesi  
tanır.

dinleme ve karşılıklı kabulü  
teşvik eder.

boyutlar içeren kişisel bir  
luktur.



KAPADOKYA  
UNİVERSİTESİ  
YAYINLARI

Kapadokya Üniversitesi Yayınları: 59

Gastronomi Serisi: 3

ISBN: 978-605-4448-50-0

DOI: [10.35250/kun/9786054448500](https://doi.org/10.35250/kun/9786054448500)

URL: <https://hdl.handle.net/20.500.12695/2032>

© Copyright, 2023, KAPADOKYA ÜNİVERSİTESİ YAYINLARI

Sertifika No: 43348

© Bu eserin orijinal yayıncısı Slow Food® olup Türkçe çevirisinin yayın hakları Kapadokya Üniversitesine aittir.

Editörler: Valeria Cometti, Stefania Durante, Mariana Guimaraes, Michèle Mesmain

Katkılarından dolayı teşekkür: Mariano Gomez, Fulvio Iermano, Ines Innocentini, Francesco Mele, Andrea Pezzana, Rita Tieppo, Francesco Surace, Micaela Mazzoli

Bu belge Cristina Bertazzoni'nin gözetimi altında ve Angela Berlingò, Giada Borra, Valeria Cometti, Annalisa D'Onorio, Stefania Durante, Chiara Fornari, Davide Ghirardi, Simona Luparia, Mariagiulia Mariani, Michèle Mesmain, Simone Saccardi, Carmen Wallace ile iş birliği içinde hazırlanmıştır.

İngilizce dilinden Türkçeleştiren: Kapadokya Üniversitesi

Çeviri editörü: Müge Artar

Orijinal eser grafik tasarım ve mizanpaj: Alessia Paschetta

Türkçe eser mizanpaj: Nazile Arda Çakır

Orijinal eser fotoğraf: © Archivio Slow Food, La Gabbianella – Scuola dell'infanzia di Moncalieri, Fulvio Iermano, Marcello Marengo, Simone Saccardi

Orijinal eser baskı: Stagrafica – San Mauro Torinese (To)

Eğitim yerelleştirme: Derya Ergin Atalan, Mine Erdem Büyükkiraz, Banu Süzen, Zekeriya Temircan, İrem Turgut, Eylem Üstünsoy, Merve Girgin, Mahmut Sevim

Metin ve fotoğraf yerelleştirme: Mine Erdem Büyükkiraz, Banu Süzen, Eylem Üstünsoy

Katkıları için Slow Food Kapadokya Sürdürülebilir Gastronomi ve Turizm Birliği'ne, Slow Food Tarsus'a ve Yasmina Şerfun Lokmanoğlu'na teşekkür ederiz.

# . İçindekiler

<b>3 Giriş</b>	22	.2 Okul Bahçesi Projesi Ülkenin ürünlerini öğrenmek, yetiştirmek ve tatmak için açık hava sınıfı
<b>5 Slow Food Eğitim Manifestosunun Fikirs el Temeli</b>	23	.3 Siyez Buğdayından Ekşi Mayalı Ekmek (Ekşi Mayalı Ekmek Atölyesi) (Türkiye Nuh'un Ambarı) Güneydoğu Anadolu'nun kadim bir mirası olan siyez buğdayının öyküsünü yaşatmak
<b>6 Eğitim Manifestosu</b>	24	.4 Önceki Kuşaklara Ait Bilgi ve Tekniklerin Aktarılması Fermente süt ürünleri Türk gastronomi kültürü
<b>7 Manifestodan El Kitabına</b>	26	.5 Gizemli Omlet ve Diğer Tarifler Bahçeyi masaya getirmek
7 .1 Keyif Almak	27	.6 Yemek Kâşifleri
8 .2 Yavaşlık	32	.7 Türkiye Biyomları Türkiye gıda biyoçeşitliliği ve geleneksel ürünler yok olma tehlikesiyle karşı karşıya
8 .3 Deneyimlemek	33	.8 Biyom Oyunu
9 .4 Çeşitlilik	34	.9 Köstebek Haritası Bitkileri keşfetmek ve tanımlamak
9 .5 Motivasyon	35	.10 Bahçede Şekil ve Renkler Meyve ve sebzelerin içindeki doğal renkleri ve gizli şekilleri keşfedin
10 .6 Karmaşıklık	36	.11 Yemekler ve Geldikleri Yerler Doğru eşleşmeyi belirlemek
10 .7 Zaman	39	.12 Buğday ve Fasulye Oyunu Pirinç sadece beyaz, fasulye sadece kahverengi olmaz!
11 .8 Katılımcılık ve İş Birliği	39	.13 Kompost Bahçe için gübre ve toprak iyileştirici
11 .9 Bilişsel, Deneyimsel ve Duygusal Boyut	40	.14 Gıda ve Sağlık Ürünler ve etiketler
12 .10 Bağlam	<b>45 Formlar</b>	
12 .11 Birlikte lik	46	Etkinlik Tanımı
13 .12 Farkındalık	47	Etkinlik Planlaması
13 .13 Merak ve Eleştirel Düşünme		
14 .14 Değişim		
<b>15 Slow Food Eğitimi Planlama ve Organizasyonu</b>		
15 .1 Başlangıç		
16 .2 Hazırlanma		
16 .3 Yönetme		
<b>17 Etkinlikler</b>		
18 .1 Bal Tadımı Oyunu		



# . Giriş

Bu el kitabının amacı, Slow Food eğitim manifestosunda ve politikasında ifade edilen ilkelerin gerçek hayata nasıl yansıtılabileceğini göstermek için Slow Food birliklerinin liderlerine ve eğitimcilerine pratik tavsiyeler sağlamaktır. Bunu mümkün kılmak için akıllarda yer edecek deneyimleri derledik ve iyi sonuçlar vereceğine inandığımız bazı öğretim yöntemleri ve teknikleri ile manifesto ilkelerinin anlatımını kolaylaştıran çevresel koşulları açıkladık. Etkinlik açıklamalarını yaparken her bir başlığın diğer konularla ilişkisini de belirten bu kılavuzun eğitim programları planlayan herkes için bir referans ve tartışma noktası olmasını diliyoruz. En başarılı Slow Food eğitim deneyimlerinin bu güncellenmiş haritası, bunları birbirleriyle karşılaştırma ve ilişkilendirme şansı da sunuyor.

Ekteki etkinlik açıklamaları, farklı coğrafyalara göre yeniden yapılandırılacak örnekleri içermektedir.



# . Slow Food Eğitim Manifestosunun Fikirsel Temeli

Gelecek nesillerin ihtiyaç duyacağı eğitim-öğretim hizmetlerinin eskiden olduğu gibi sadece kurumsal yapılar tarafından sağlanamayacağını bilincindeyiz. Bu nedenle daha geniş kapsamlı bir yaklaşım sunmamız ve tüm paydaşları eğitim-öğretim faaliyetlerine dahil etmemiz gerektiğine inanıyoruz.

Eğitim, topluma ait olan ancak her ferde de yakın durması gereken bireysel ve kolektif bir sorumluluktur. Okullarda, kurumlarda, derneklerde, kooperatiflerde, kültür merkezlerinde, ailelerde ve diğer olası tüm ortamlarda benimsenmeli ve uygulanmalıdır.

Yemek kültürü de dahil olmak üzere maddi ve sosyal kültüre dair birikimin gelecek nesillere eksiksiz aktarılmasını sağlamak için toplulukların rolünü iyileştirmek ve geliştirmek önemlidir.

Gıdanın, dayanışmaya, çevreye ve ortak yarara değer veren, çok yönlü, karmaşık ve yaratıcı bir eğitimi deneyimlemek ve teşvik etmek için ideal bir araç olduğuna inanıyoruz.

Slow Food, cinsiyet, dil, etnik köken veya din ayrımı yapılmaksızın herkesin eğitim hakkına sahip olduğunu savunur. Eğitim, ihtiyaç duyulan her yerde ve her yaşta mevcut olmalıdır. Bunu başardığımızda çözümleri gelecek nesillerden beklemeden bugünden iyileştirmeler yapmamız mümkün olacaktır. Ülkelerin gerçek potansiyellerini ortaya çıkarmalarının yolu eğitimi, konulara eleştirel yaklaşabilen ve motivasyonu yüksek nesiller yetiştirmekten geçer.

Gerçek hayatta yansımaları olmayan prensipler geçerliliğini yitirecektir. Eğitime kolay ve serbest erişim hakkı da soyut bir kavram olmaktan çıkarılmalı ve uygulama ile desteklenmelidir.



# . Eğitim Manifestosu

## Slow Food Eğitimi...

- ... **keyiflidir**, iyi hissetmek ve keyif almak için hafif ve eğlenceli bir fırsat sunar.
- ... **yavaşlığın** değerini, kendi ritmimize ve başkalarının ritmine saygı duymayı öğretir.
- ... **deneyimleyerek** öğrenmektir, çünkü uygulama ve deneyim eğitim çıktılarını zenginleştirir ve güçlendirir.
- ... kültür, bilgi, beceri ve görüş **çeşitliliğine** değer verir.
- ... bireysel ihtiyaçları tanır ve her bireyin ilgi ve **motivasyonunu** teşvik eder.
- ... her konuya kendi **karmaşıklığı** ile yaklaşır, çok disiplinli bir yaklaşım benimser.
- ... bireyin kendi vizyonunu anlaması, içselleştirmesi ve geliştirmesi için **zaman** tanır.
- ... diyalog, ifade özgürlüğü, **iş birliği**, dinleme ve karşılıklı kabulü sağlayarak **katılımcılığı** teşvik eder.
- ... **bilişsel, deneyimsel ve duygusal boyutlar** içeren kişisel bir yolculuktur.
- ... kendi **bağlamından** beslenir, belleğe, bilgiye ve yerel kültürlerle değer verir.
- ... **birliktelik** duygusunu güçlendirerek yerel topluluklar arasındaki işbirliğini kolaylaştırır.
- ... herkesin kendi rolü ve eylemleri hakkında **öz farkındalık** geliştirir.
- ... **merak** uyandırır, sevgiyi ve **eleştirel düşünmeyi** eğitir.
- ... yeni ve daha sorumlu düşünce ve davranışlar üreten **değişimi** teşvik eder.



# . Manifestodan El Kitabına

## .1 Keyif Almak

*Slow Food Eğitimi...*

*... keyif almaya dayalıdır, iyi hissetmek ve keyif almak için hafif ve eğlenceli bir fırsat sunar.*

### **Etkinlik Örnekleri**

- Sevdikleri ve sevmedikleri şeyleri keşfetmek için yetişkinler ve çocuklar için "Tadım Testleri" düzenleyin.  
(>Bkz. "Bal Tadımı Oyunu" açıklaması, s. 18-21)
- Bir ürünün hikayesini ve yolculuğunu takip etmek için bir hazine avı düzenleyin.

### **Metodolojik Tavsiyeler**

- Dinamik, ışık dolu ve renkli bir ortam seçin veya yaratın.
- Eğitim alanlarını, örneğin okulda, katılımcılarla birlikte donatın ve dekore edin. Öğrenciler zevklerini ve yaratıcılıklarını ifade edebilirlerse, kendilerini ait hissettikleri bir ortam oluşturabileceklerdir. Bunu yaptıklarında sürece saygı duyacaklar ve orada gerçekleştirilen etkinliklere karşı olumlu ve katılımcı bir tutum sergilemek için daha fazla motive olacaklar.
- Takım testleri, rol yapma, hafıza oyunları vb. gibi oyunları içeren eğitim etkinlikleri düzenleyin.
- Tüm duyu alanlarının kullanıldığı egzersizler önerin.
- Bazı eğitici ve yaratıcı anlara eşlik etmesi için müzik kullanın.
- Bir grup tadımı düzenleyin, örneğin bir atıştırmalık hazırlayıp tatmak veya bir piknik düzenlemek gibi.
- Ders dışı etkinlikleri seçerken herkesin kendi tutum ve tercihlerini ifade etmesine izin verin.
- Performansa dayalı canlandırma teknikleri kullanarak eğitimin etkinliğini artırın.





## .2 Yavaşlık

*Slow Food Eğitimi...*

*Yavaşlığın değerini, kendi ritmimize ve başkalarının ritmine saygı duymayı öğretir.*

### Etkinlik Örnekleri

- Bir okul, şehir veya hobi bahçesine dikim yapın. Bu, doğanın ritmini duyumsamayı ve ona nasıl saygı duyulacağını, mevsimsellik anlayışını, farklı bitkilerin farklı ortamlara nasıl uygun olduğunu öğretmeye yardımcı olur. Farklı hızlara, yaklaşımlara ve ritimlere sahip nesilleri bir araya getirir. (> Bkz. "Okul Bahçesi Projesi" açıklaması, s. 22-23)
- Türkiye'deki 7 coğrafi bölgeye özel sebzelerden turşu yapın. Yapımı uzun zaman alan bu ürün, yavaşlık ve sabrın değerini öğretir.
- Siyez buğdayından un çıkarın, mutfakta kullanılabilir olana dek dikkatlice eleyin. (> Bkz. "Siyez Buğdayından Ekşi Mayalı Ekmek Atölyesi" açıklaması, s. 23-24)

### Metodolojik Tavsiyeler

- Deneyimin ve öğrenimin içselleştirilmesine izin vermek için yapıcı hareketsizlik anlarını organize ve teşvik edin.
- Öğretim etkinliklerini biyolojik ritimleri dikkate alacak şekilde yapılandırın, dikkat gerektiren anları katılım veya rahatlatma gerektiren anlarla değişimli hale getirin.
- Ders sonu zilini müzik ezgileriyle değiştirin.
- Eğitim programı içine, katılım ve destek sağlama fırsatları dahil edin.
- Bir yerden bir yere giderken daha fazla gözlem yapacak, dinlemeyi ve düşünmeyi teşvik edecek ulaşım yöntemlerinin kullanımını teşvik edin.

## .3 Deneyimlemek

*Slow Food Eğitimi...*

*... deneyimleyerek öğrenmektir, çünkü uygulama ve deneyim eğitim çıktılarını zenginleştirir ve güçlendirir.*

### Etkinlik Örnekleri

- Taze makarna veya ekmek yapın, bu süreçte malzemeleri tanıyın, dönüştürücü ve üretken süreçleri öğrenin.
- Lezzetleri keşfetmek ve bunları yiyeceklerle eşleştirmek için tadımlar yapın. Bu, sizin için iyi olan ile yapay veya kötü olanı ayırt etmek, duyarları eğitmek, merak uyandırmak ve en çok neyi sevdiğimizi anlamak için fırsat sunar. (> Bkz. "Tatların Kökeni" Eğitim Seti ("To the Origins of Taste" Set) ve "Hangi Duyu?" El Kitabı ("In What Sense" Handbook))
- Doğal döngüleri, geleneksel bilginin değerini, bir kültürün veya belirli bir yerin bilgisini öğrenmek için Monferrato Yabani Yassı Domates gibi yerel çeşitler yetiştirin.
- Bilinçli ürün seçimini öğrenmek için ailelerin de katılımını sağlayarak farklı yerlerden alışveriş yapın.
- Geleneksel mutfağın ustalığını ve tekniklerini öğrenmek için sütü yoğurda çevirin veya süttan diğer fermente süt ürünleri üretin. (> Bkz. "Önceki Kuşaklara Ait Bilgi ve Tekniklerin Aktarılması" açıklaması, s. 24-26)
- Gastronomi kültürünü, menşeyini, işlenmesini ve malzemelerin mevsimselliğini keşfetmek için yöresel tarifler seçerek bir menü hazırlayın (> Bkz. "Gizemli Omllet ve Diğer Tarifler", açıklaması, s. 26-27)
- Aralarındaki farkı öğrenmek için değişik hayvancılık yöntemleri kullanan üreticileri ziyaret edin.
- Siyez buğdayını öğütüp eleyerek elde edeceğiniz unla ekşi mayalı ekmek yapın (> Bkz. "Siyez Buğdayından Ekşi Mayalı Ekmek Atölyesi" açıklaması, s. 23-24)

### Metodolojik Tavsiyeler

- Gözleme dayalı bir method uygulayın ve teorinin deneyimleyerek öğrenilmesini sağlayın.
- Simülasyonlar, canlandırmalar, gıda üretim sahalarına ziyaretler, üreticilerle sohbetler, üretim sürecinin izlenmesi gibi etkinlikler düzenleyin; video klipler veya kısa filmler çekin; haritalar tasarlayın; alışveriş yapın, yemek yapın ve tadın.

## .8 Manifestodan El Kitabına



## .4 Çeşitlilik

*Slow Food Eğitimi...*

*... kültür, bilgi, beceri ve görüş çeşitliliğine değer verir.*

### **Etkinlik Örnekleri**

- Sınıfınızda bir yemek kitabı hazırlayın. Her öğrenci kendi gastronomik geleneklerinden yemek tarifleri toplasın, bunları birbirleriyle paylaşmalarını sağlayın ve bir gastronomik kültür haritası oluşturun.
- Bir ülkenin farklı bölgelerinin karakteristik yiyeceklerini inceleyin. Bu yiyeceklerin tarih boyunca göç akışlarını (nereden geldiler, nereye gittiler) tespit eden, geçmiş ve güncel gastronomi geleneklerindeki kullanımlarını gösteren bir harita oluşturun.
- Ürünleri, özellikleri ve kökenleriyle eşleştiren bir hafıza oyunu düzenleyin. Ürünler ve menşei yerleri hakkında bilmeceler üretin (> Bkz. "Yemek Kaşifleri" açıklaması, s. 27-32)

### **Metodolojik Tavsiyeler**

- Farklı köken, yaş, tutum ve bilgi sahibi olan insanlar arasında eğitim etkinliklerinin tartışılmasını ve paylaşılmasını teşvik edin.
- Bilgi ve anlayışı geliştiren bir zenginlik olarak çeşitliliğin keşfedilmesini sağlayın, örneğin diyet ve tat hafızasını genişletmek için farklı gıdaların tadına bakmayı teşvik edin.
- Doğrudan onları dinlemek ve diğer bakış açılarını anlamak için farklı ülkelerden vatandaşları temsil eden yerel dernekleri eğitime dahil edin.



## .5 Motivasyon

*Slow Food Eğitimi...*

*... bireysel ihtiyaçları tanır ve her bireyin ilgi ve motivasyonunu artırır.*

### **Etkinlik Örnekleri**

- Üreticilerin ve eğitimcilerin geleneksel yiyeceklerle ilgili katılımcıların yaş grubuna uyarlanmış hikayeler anlatmasını sağlayın. Gerçek hikayeler yanında masalsı, destansı öğeler veya kurgulanmış hikayeler kullanın.
- Bir ürünün arka planını ve özelliklerini yeniden oluşturmak için bulmacalar, hazine avı oyunları, bilgi yarışmaları tasarlayın.

### Metodolojik Tavsiyeler

- Grup için zamanlamayı, yöntemleri, amaçları ve kuralları belirleyen bir "sınıf anlaşması" formüle edin ve paylaşın.
- Her bir kişinin tutum ve tercihlerini tanıyıp değer vererek gruptaki rolleri ve etkinlikleri çeşitlendirin.
- Herkesin farklı tercihleri (tat, tutarlılık, anlayış) ve ihtiyaçları olacağını da dikkate alarak katılımcıları iyi, temiz ve adil gıda seçmeye motive edin. Bu amaçla tadımlar, gıda ürünlerinin etiketleri okuyarak değerlendirme, farklı üretim biçimlerini kullanan (iyi tarım örnekleri veya bunun aksine üretim yapanlar gibi) üreticileri tanıtmak şeklinde aktiviteler düzenleyin.



## .6 Karmaşıklık

*Slow Food Eğitimi...*

*... her konuya kendi karmaşıklığı çerçevesinde yaklaşır, farklı disiplinlerden gelen bilgiyi kucaklar.*

### Etkinlik Örnekleri

- Coğrafya, biyoloji, tarih, bilim, matematik, yemek, çevre ve yurttaşlık bilinci gibi farklı konular arasındaki bağlantıları ve etkileşimi öğretmek için okul bahçesini bir eğitim aracı olarak kullanın (> Bkz. "Okul Bahçesi Projesi" açıklaması, s. 22-23)
- Lezzet Ustası kursları gibi, gıdayı ve dinamiklerini anlamaya yönelik kurslar düzenleyin. Bu kurslar bir konuyu (mayalama, pişirme teknikleri, duyuşsal eğitim, gıda yetiştirme, bal vb.) ele alır ve o konunun tarihçe, üretim tekniği, tedarik zinciri, gastronomik kültür, çevresel etki, beslenme, sosyal etki gibi farklı yönlerine bakarak derinlemesine inceler.
- Bölgelerin ürünlerini ve mutfak geleneklerini inceleyerek bir ülkenin coğrafyası ve bölgesel farklılıkları hakkında bilgi edin. (> Bkz. "Türkiye Biyomları" açıklaması, s. 32-33)

### Metodolojik Tavsiyeler

- Farklı alan uzmanlarının katılımıyla gıda eğitiminde disiplinler arası bir yaklaşımı teşvik edin.
- Yerel üretim haritalarını yeniden yapılandırmak için simülasyonlar, araştırmalar, anketler, gözlemler ve tartışmalar önerin (içeriklerin kaynağı, işleme alanları, dağıtım).

## .7 Zaman

*Slow Food Eğitimi...*

*... bireyin kendi vizyonunu anlaması, içselleştirmesi ve geliştirmesi için zaman tanır.*

### Etkinlik Örnekleri

- İçinde zamana yayılmış çeşitli toplantıların olduğu, aşamalar halinde bir yolculuk hissi yaratan eğitim programları planlayın.
- Tematik konular etrafında şekillendirilmiş eğitim programları tasarlayın ve bunları tüm bir eğitim dönemine yayılacak şekilde tasarlayın.
- Öğrenme sürecini ve edinilen bilgileri gözden geçirmek ve kontrol etmek için bir araç olarak oyunları (örneğin Yılanlar ve Merdivenler'in değiştirilmiş bir versiyonu) kullanın: Sınıfı gruplara ayırın, bir oyun şeklinde Türkiye biyomları ile ilgili sorular sorun, kazananları bir sonraki aşamaya geçirin. (> Bkz. "Türkiye Biyomları" ve "Biyom Oyunu" açıklamaları, s. 32-33)

### Metodolojik Tavsiyeler

- Anlama, öğrenme ve gözden geçirme gibi farklı eğitim aşamalarına sınırlar getirmeyin.
- Yedekli eğitim yaklaşımını kullanın, programları sadece birkaç konseptle planlayın ve daha sonra farklı yöntemlerle birçok kez ele alın.
- Doğrulama, gözden geçirme ve tekrarlar fırsatları ile aşamalara ayrılmış programlar tasarlayın.

## .10 Manifestodan El Kitabına



## .8 Katılımcılık ve İş Birliği

*Slow Food Eğitimi...*

*... diyalog, ifade özgürlüğü, iş birliği, dinleme ve karşılıklı kabulü sağlayarak katılımcı olmayı teşvik eder.*

### Etkinlik Örnekleri

- Bir konferans formatında, örneğin takım oyunları planlayarak kişileri tartışmaya katkıda bulunmaya davet edin.
- Bir hafıza oyununda rekabet etmek ve yerel ürünlerle ilgili bulmacaları çözmek için iki takım oluşturun.  
(> Bkz. "Yemek Kaşifleri" açıklaması, s. 27-32)

### Metodolojik Tavsiyeler

- Moderasyon yaparak tüm katılımcıları tartışmalara dahil edin, katılımcıların tüm gruba sorular sormasını sağlayarak tartışma zeminini genişletin, katılımı artırın.
- Grup çalışmasına alternatif olarak alt gruplar ile proje ve tartışma içeren etkinlikler düzenleyin.
- İşbirliğini kolaylaştırmak için farklı becerilere ve tutumlara sahip insanları bir araya getirerek, belirlenmiş hedefler ve zamanlar ile çalışma ve tartışma grupları oluşturun.



## .9 Bilişsel, Deneyimsel ve Duygusal Boyut

*Slow Food Eğitimi...*

*... bilişsel, deneyimsel ve duygusal boyutları içeren kişisel bir yolculuktur.*

### Etkinlik Örnekleri

- Otlar, baharatlar ve meyveler kullanarak duygusal eğitim etkinlikleri gerçekleştirin. (> Bkz. "Köstebek Haritası" açıklaması, s. 34)
- Sebzelerle sanat eserleri tasarlayarak renkleri ve şekilleri keşfedin. (> Bkz. "Bahçede Şekil ve Renkler" açıklaması, s. 35)

### Metodolojik Tavsiyeler

- Belirli etkinlikler planlayın. Bunlar beynin rasyonel tarafını (çalışma, sayma, testler yapma), etkileşim ve ilişkileri (diyalog kurma, kelimelerle oynama, rol yapma), duygusal alanı (dans etme, şarkı söyleme, çizim yapma, şiir okuma ve dinleme, doğada yürüme, bir sanat sergisini ziyaret etme) ve pratik becerileri (hamur karıştırma, yemek pişirme, çapalama, tohum ekme, budama, DIY [kendi kendine yap]) içermelidir.



## .10 Bağlam

Slow Food Eğitimi...

... kendi **bağlamından** beslenir, hafızaya, bilgiye ve yerel kültürlere değer verir.

### Etkinlik Örnekleri

- Gelenekleri ve onların birbirleriyle olan ilişkilerini keşfetmek için yer-ürün eşleştirme oyunları düzenleyin. (> Bkz. "Yemek ve Geldikleri Yerler" açıklaması, s. 36-38)
- Yemek kültürünü korumak, sözlü tanıklıkları, ritüelleri, müziği ve yaşam hikayelerini filme almak ve toplamak için "hafıza ambarları" inşa edin. (> Bkz. [www.granaidellamemoria.it](http://www.granaidellamemoria.it))
- Pratik gösterilerle süttan yoğurt yapılması hakkında geleneksel bilgileri aktarın. (> Bkz. "Önceki Kuşaklara Ait Bilgi ve Tekniklerin Aktarılması" açıklaması, s. 24-26)

### Metodolojik Tavsiyeler

- Saha gezileri, yerel gurmelerle toplantılar ve hikayeler derleyerek çevre ile ilişkileri geliştirin.



## .11 Birliktelik

Slow Food Eğitimi...

... **birliktelik** duygusunu güçlendirerek yerel topluluklar arasındaki işbirliğini kolaylaştırır.

### Etkinlik Örnekleri

- Yemek ustalarına yapılan çıraklık, bir mesleğin uygulama yoluyla öğrenilmesine ve işçilerle çevrelerindeki insanlar arasında bilgi alışverişine olanak tanır. WWOOFing ve Gastronomi Bilimleri Üniversitesi'nin Kalfalık programı dersleri buna iyi bir örnektir. (> Bkz. [www.woof.com](http://www.woof.com); [www.unisg.it](http://www.unisg.it))
- Kolektif veya hobi bahçesi oluşturmak, insanlarla tanışmaya ve ilişkiler kurmaya yardımcı olur. Bu, dinamik bir iş birliği ağı örecek bilgi ve beceri alışverişine katkı sağlayabilir. Aynı anda hem öğreten hem de öğrenen gerçek bir öğrenme topluluğu oluşturulabilir.
- Bir bölgede yetiştirilen baklagillerin çeşitliliğini tanıtarak, onları yetiştiren yerel toplulukların üretici bilincini kavratın. (> Bkz. "Buğday ve Fasulye Oyunu" açıklaması, s. 39).

### .12 Manifestodan El Kitabına

### Metodolojik Tavsiyeler

- Eğitim deneyimlerine yerel dernekleri, üreticileri, aşçıları ve yemekle ilgili yerel kişileri dahil edin.
- Deneyim, bilgi ve görüş alışverişinde bulunmak için uzmanlaşmış sosyal ağlara katılımı teşvik edin  
(> Bkz. [www.slowfood.com/nazioni-condotte/turkey/](http://www.slowfood.com/nazioni-condotte/turkey/); <https://anadoludakiler.org/>)



## .12 Farkındalık

Slow Food Eğitimi...

... herkesin kendi rolü ve eylemleri hakkında öz farkındalık geliştirir.

### Etkinlik Örnekleri

- Tüketici ve paydaş olarak rolümüzün farklı sonuçlarını vurgulayan ve keşfeden etkinlikleri teşvik edin. Satın alınan ürünlerin farklı sonuçlarını ve değerlerini yansıtmak için çiftçi pazarına, yerel pazara, süpermarkete veya üreticiye yapılan bir alışveriş gezisi canlandırın.
- Üretim yerlerini ziyaret ederek, buralarda kalarak veya benzeri etkinliklerde bulunarak yerel kültür ve geleneklerle uyumlu, çevre dostu, sürdürülebilir turizmi teşvik edin. (> Bkz. [www.slowfoodfoundation.org](http://www.slowfoodfoundation.org)).
- Evde veya mutfakta iyi davranışı teşvik edin, örneğin malzemelerden en iyi şekilde nasıl yararlanılacağını ve geri dönüşüm, yeniden kullanma, yenileme ve değiştirme (yiyecek, atık, giysi, mobilya vb.) sanatını öğretin.
- Geri dönüşümle kazanılmış ahşap kalaslar ve atık plastik şişeler kullanarak kompost kutuları oluşturun. Bu etkinlik bahçede gübreye alternatif olan kompost üretmenin yanı sıra atık ve kaynaklar konusunda da tartışmayı sağlayabilir. Doğada atık diye bir şey yoktur ve bahçede, tıpkı doğal ekosistemlerde olduğu gibi organik madde döngüsünü tamamlamayı deneyebilirsiniz. Böylece kaynakları üreten toprağa geri döner. Bu, israfın nasıl ortadan kaldırılacağını öğretir. (> Bkz. "Kompost" açıklaması, s. 39-40)

### Metodolojik Tavsiyeler

- Simülasyonları, canlandırmayı, grup çalışmasını ve problem çözme alıştırmalarını içeren etkinlikler planlayın.



## .13 Merak ve Eleştirel Düşünme

Slow Food Eğitimi...

... merak uyandırır, sezgiyi ve eleştirel düşünmeyi geliştirir.

### Etkinlik Örnekleri

- Grupla birlikte metinlere, videolara ve reklamlara bakın, ardından bunları analiz edin ve tartışın.
- Kendi beslenme alışkanlıklarınızı gözlemlemeye başlayın. Bunları Dünya Sağlık Örgütü ve ulusal sağlık yetkilileri tarafından önerilen iyi uygulamalarla karşılaştırmaya alışın. İyi, temiz ve adil bir gıdayı ayırt etmek için ürün etiketlerini okumayı ve duyuları kullanmayı öğrenin. (> bkz. "Gıda ve Sağlık", s. 40-44)
- Satın alınan ürünlerin farklı sonuçlarını ve değerlerini yansıtmak için çiftçi pazarına, yerel pazara, süpermarkete veya üreticiye yapılan bir alışveriş canlandırın.



### Metodolojik Tavsiyeler

- Bizden öncekilerin bilgilerinden yararlanmak, merak uyandırmak, kalıtsal ve modern yöntemler arasında karşılaştırmayı teşvik etmek için araştırma, görüşme ve gözlemi teşvik edin.

## .14 Değişim

*Slow Food Eğitimi...*

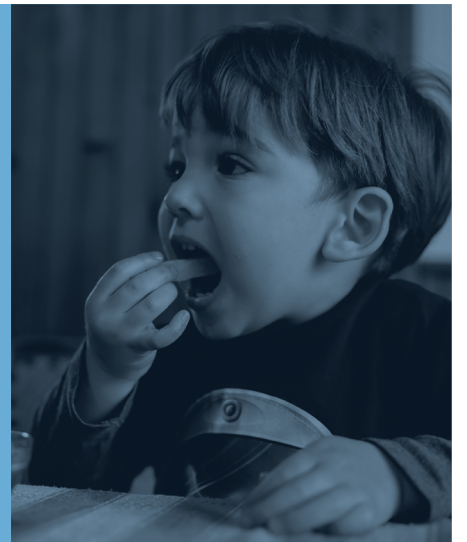
*... değişimi teşvik eder, yeni ve daha sorumlu düşünceler ve davranışlar üretir.*

### Etkinlik Örnekleri

- Genç tüketicileri balık türleri ve sorumsuz tüketim nedeniyle denizlerin yoksullaşmasının sonuçları hakkında bilgilendirin. (> [www.slowfood.com/education/web/sitesinden](http://www.slowfood.com/education/web/sitesinden) "The Bare Bones of shopping for fish/Balık Satın Almanın Temelleri" isimli yazıyı indirin)
- "Katılıyorum/katılmıyorum" oyununa dayalı bir tartışma önerin. Bir ifade okuyun ve sınıf grubundan kendilerini iki karşıtlık arasındaki spektrumda konumlandırmalarını isteyin (katılıyorum/katılmıyorum). Farklı noktalarda konumlanmış kişileri, motivasyonları hakkında sorgulayın ve konu hakkında bir tartışma başlatın.
- Geri dönüşümle kazanılmış ahşap kalaslardan ve kullanılmış plastik şişelerden kompost bidonları yapın. (> Bkz. "Kompost" açıklaması, s. 39-40)
- Aile diyetinin daha kolay çeşitlenebilmesi için çocuklara bir ürünün farklı türlerini takdir etmeyi öğretin. (> Bkz. "Buğday ve Fasulye Oyunu" açıklaması, s. 39).

### Metodolojik Tavsiyeler

- Yemek seçimleri ve yeme alışkanlıkları gibi güncel konular hakkında katılımcıların tartışma yapmasını sağlayın.
- Gruptaki bireyleri tartışmaya katılmaya ve kendi bakış açılarını, şüphelerini ve belirsizliklerini ifade etmeye alıştıırın.
- Katılımcıları kendi fikirlerini tartışmaya ve sağlam bir pozisyon geliştirip desteklemeye alıştıırın.
- Katılımcılar için önemli olan konuları ele alın. Müzik, oyun ve sanat gibi işlevsel eğitim araçlarını kullanarak onların duygusal tepkileri üzerinde bir etkiye sahip olun.



# . Slow Food Eğitimi Planlama ve Organizasyonu

## *Eğitim etkinliklerinin tasarlanmasından gerçekleştirilmesine*

### .1 Başlangıç

#### **1. Hedeflerin tanımı**

Eğitimci, eğitim etkinliklerinin hedeflerini ve amacını tanımlayarak yazar.

#### **2. Katılımcıların tanımı**

Eğitimci, eğitim etkinliklerine katılan kişileri temel sosyo-kültürel özellikleri üzerinden tanımlar.

#### **3. Yer, zamanlama, konu ve eğitim metodolojilerinin tanımı**

Eğitimci, hedeflere, mevcut zamana ve katılımcılara bağlı olarak, eğitimin amacına ulaşabilmesi için ele alınacak konuları ve düzenlenecek etkinlikleri belirler.

Etkinliğin sorumlusu zaman kısıtlaması veriyse, eğitimci mevcut zamanla tutarlı olan konuları ve etkinlikleri seçmelidir.

Eğitimci, hedeflere dayalı olarak eğitim etkinliğinin gerçekleştirileceği alanı tanımlar: sınıf, açık alan, yemek bahçesi, park, gıda üreten şirket, gıda dağıtıcısı vb.

Eğitimci, aktif ve canlı bir ritmi sürdürmek ve öğrenmeyi kolaylaştırmak için hedeflere, katılımcılara ve mevcut zamana uygun eğitim teknikleri ve modları seçer. Yapmaya ve deneyimlemeye odaklanan bir yönleme ve tümevarımcı bir yaklaşıma öncelik verilerek aktif, katılımcı alıştırmalarla geleneksel derslere alternatif sağlanmalıdır. Tartışma teşvik edilmeli ve katılımcıların kendi becerilerini denemelerini, öğrendiklerinin farkına varmalarını sağlamak için oyunlar, simülasyonlar, etiket okuma, uygulamalı hazırlık ve tadımlar düzenlenmelidir.

Eğitimci, yörenin ve yöre aktörlerinin anlaşılmasını sağlamalı, bu aktörler erdemli iş ve faaliyetlerde bulunan yerli üreticileri ve diğerlerini içermelidir. Alternatif satın alma sistemleri sunulmalı ve sınıfın ötesinde bilgi ve uygulama alışverişi teşvik edilmelidir (akşam yemeği, çiftlik ziyareti, yerli tohum değişimi gibi).

Etkinliklerin zamanlamasını belirlemek önemlidir ve eğitimci, aktif ve katılımcı bir öğretim yönteminin daha fazla zaman gerektirdiğinin farkında olmalıdır. Bu nedenle öngörülemeyen olaylar ve beklenenden daha fazla veya daha az hareketli bir bağlam olması durumunda yedekte bir dizi etkinlik bulundurulmalıdır.

#### **4. Araçların, eğitim materyallerinin ve tekniklerin tanımı**

Eğitimci, etkinliği yürütmek için faydalı olacak tüm materyalleri tanımlar: Tadım ürünleri, slaytlar, posterler, kağıtlar, kağıt tahtaları, defterler, kırtasiye malzemeleri, oyunlar ve simülasyonlar için diğer özel materyaller.

Gereken tüm teknik ekipman da not edilmelidir: mikrofonlar, projektörler vb.

#### **5. Ortamın tanımı**

Eğitimci, etkinlik için en uygun düzeni tanımlar. Bu, at nalı veya sıralı sandalyeli bir sınıf olabilir veya bir daire içinde ayakta durulabilir, yerde oturabilir. Etkinliği açmak ve kapatmak için bunlardan en uygunu tercih edilebilir.

#### **6. Ek koordinatörler için ihtiyaçların tanımı (yapımcılar, hikâye anlatıcıları, asistanlar vb.).**

Eğitimci, etkinliği yürütmek için gereken ek koordinatörleri ve hangi becerilere sahip olmaları gerektiğini belirler.

(> Bkz. *Formlar: Etkinlik Planlaması*, s. 47)

## .2 Hazırlanma

### 1. Yardımcı koordinatörlerin seçimi ve eğitimi

Eğitimci, tanımlanan profile uygun kişileri yerel sohbetlerde ve topluluklarda arar, tespit eder ve seçer.

Eğitimci, program ve etkinlikleri paylaşmak, onlara görev ve roller atamak ve onları motive etmek için ilgili kişilerle toplantılar planlar.

### 2. Eğitim alanının hazırlanması

Eğitimci, etkinliklerin amaçlarına ve sırasına bağlı olarak mekanların uygunluğunu ve işlevselliğini kontrol eder, mobilya ve yerleşim düzenini belirler.

### 3. Son kontrol

Eğitimci, araç ve metodolojilerin inceliklerini aktarmak ve programı tamamlamak için bir öğretim oturumu düzenler.

## .3 Yönetme

Eğitimci, birçok yönü olan karmaşık bir sistem içinde yönlendirme için yararlı bilgiler verir ve araçlar önerir.

Eğitimci işi **kolaylaştırır**.

### Sınıf Ortamının Yönetilmesi ve Eğitimin Aşamaları

#### • Karşılama

Eğitimci, katılımcıları sıcak bir şekilde karşılar ve öğrenmeye elverişli bir sınıf ortamı yaratır. Sınıfı yönetirken ve konularla gerektiği gibi ilgilenirken katılımcılara resmiyetten uzak bir bağlam hazırlar, kendilerini rahat hissetmelerini sağlar. Sosyalleşmeyi teşvik etmek için eğlence ve aktif öğretim tekniklerini kullanarak eğlenceli ve zevkli etkinlikler önerir (grup oyunları, sunum oyunları, simülasyonlar vb.).

Eğitimci, katılımcılara eğitim genel çerçevesini tanımlar, zamanlamaları, hedefleri ve yöntemleri onlarla paylaşır ve ilk beklentileri toplar. Böylece ilgili herkesin onayını almış bir "**sınıf mutabakatı**"na ulaşılır.

#### • Temel aktarım ve gelişim süreci

Eğitimci, etkinlik sırasında kendisinin ve katılımcıların **sözlü ve sözlü olmayan** dillerine dikkat ederek **geri bildirim** ister. Katılımcıların öğrenme etkinliklerini salt bir içerik aktarımının ötesine geçecek şekilde deneyimlemelerine olanak tanıyan teknikler ve yöntemler kullanır. Tartışmalar, cesaretlendirici sorular ve kişisel deneyimlerin anlatılması için alan bırakır, ne eleştirir ne de över, herkesin kendisini ifade etmesine izin vermek için sorular sorar, grubu eğitimci figüründen uzaklaştırır.

Eğitimci, öğrenmenin doğal **ritmine** saygı duyar, bilgi aktarımını deneyimleme, dinleme ve tartışma aşamalarıyla değiştirir. Herkesin içeriği anlaması, işlemesi ve tartışması için zaman bırakır. Aktif ve katılımcı bir öğretim stiline daha fazla zaman gerektirdiğinin farkında olmalıdır, bu nedenle zamanlamanın tanımlanması çok önemlidir. Ancak aynı zamanda bunları bağlamsal koşullara göre yeniden uyarlamaya hazır olmalıdır.

Eğitimci, **yapmaya ve deneyimlemeye** odaklanan bir yöntem kullanır çünkü tündengelemlerle değil, tümevarımla ilerlemek, bir başka deyişle pratikten başlayarak teoriye ulaşmak önemlidir. Katılımcıların kendi yeteneklerini denemelerini sağlamak için karşılaştırmalı tadımlar, duyuşsal oyunlar, etiket okuma, mutfak alıştırmaları gibi pratik deneyimler düzenlenir.

Eğitimci, gıda sistemini ve dünyayı daha iyi anlamaya yardımcı olacak ipuçları ve bilgiler sağlayarak **farklı disiplinlerin** keşfedilmesine katkı sağlar.

#### • Kapanış etkinlikleri

Eğitimci, konuları özetleyen sunum sayfaları, oyunlar, anlaşılmayan noktaları aydınlatmaya yönelik sorularla kapanış etkinlikleri düzenler ve ana temaların üzerinden geçer. Katılımcılar, ortamı yumuşatacak bazı aktiviteler sonrası eğitim deneyimini hatırlamalarına yardımcı olacak materyalleri alarak dağılır.

(> *Bkz. Formlar: Etkinlik Tanımı, s. 46*)

# . Etkinlikler

# .1 Bal Tadımı Oyunu

## Hedefler

- Tat alma deneyimi ve aynı ürünün üç türünü karşılaştırma oyunu ile duyu eğitimi.
- Tatma zevkiyle balın nasıl yapıldığını, bazı türleri arasındaki farkları, duyu özelliklerini, mutfağıdaki kullanımını vb. öğrenmek.
- Merak uyandırmak ve kişisel görüşlerin özgürce ifade edilmesini sağlamak.
- Tartışmayı ve katılımı teşvik etmek.

## Katılımcılar

6 yaş üzeri çocuklar ve yetişkinler

Azami katılımcı sayısı, mevcut yer ve çalışan sayısı üzerinden belirlenir.

## Etkinlik tanımı

Oyuna başlamadan önce bal kavanozları, etiketlerin görülemeyeceği şekilde maskelenmeli ve her biri sadece bir numara ile işaretlenmelidir (Tatma değerlendirme sayfasındaki balları tanımlamak için kullanılacaktır.).

Her katılımcıya bir değerlendirme sayfası ve bal çeşitleri 3 ayrı küçük fincana (bardağı) konularak verilir. Her fincan için ayrı bir çay kaşığı dağıtılır. Fincanlar bir peçete üzerine ilgili sıra numarına uyumlu şekilde dizilir. Bir peçeteye küçük fincanlarda (ilgili renkte ve numaralı dairelerde-anlarda) dizilmiş çay kaşıklarıyla katılımcılara servis edilir.

Sırası ile balların tadımı yapılır. Amaç kesinlikle kalite seviyelerini belirlemek değil, farklı balların her birine farklı puanlar verilerek eşit değer yargıları içeren ortak zevkler hakkında bir fikir oluşturmaktır.

Oylama kağıdında her katılımcı, tadına bakılan balın lezzetine ilişkin kendi görüşüne karşılık gelen "arı sembolünü işaretleyerek" oy verecektir:

"Beğendim!" arı: 9 puan

"Emin değilim ..." arı: 6 puan

"Beğenmedim!" arı: 4 puan

Daha sonra değerlendirme sayfaları toplanır ve puanlar sayılır, ardından veri toplama sayfasına kaydedilir.

Sadece nihai sonuçlar katılımcılara iletildiğinde, üç tür bal ortaya çıkar ve kazanan ilan edilir.

## Kurulum

Katılımcıların bal tadımı yaparken oturabilecekleri masa ve sandalyeler ve balların hazırlanabileceği bir yüzey

## Malzemeler

30 katılımcı için set içeriği:

- Birer kavanoz bal (her bir bal türü için)
- 40 servis altlığı, 40 peçete, 100 çay kaşığı, 40 kağıt bardak
- Tadına bakılan ballar hakkında bir teknik sayfa (> [Bkz. Ek 1](#))
- 40 değerlendirme formu (> [Bkz. Ek 2](#))
- Sonuçları toplamak için bir form (> [Bkz. Ek 3](#))

## Koordinatörler

3-4 kişi

- Katılımcılara ek bilgi sağlamak için duyu analiz ve bal üretimi becerilerine sahip en az bir kişi
- Tadım masalarını yönetmek, hazırlamak ve düzenlemek için pratik becerilere sahip en az bir kişi
- Verileri toplayacak ve işleyecek en az bir kişi

## Ek 1

Tadılan Ballar İçin Teknik Belge

## Çam Balı

Çam balı, çiçek ballarının çoğundan daha koyu renkte ve kristalizasyona daha dayanıklı bir baldır. Dünya çam balı üretiminin %90'ı Türkiye tarafından karşılanmaktadır. Bal, arıların ürettiği kaynağına göre saldı ve çiçek balı olmak üzere iki kategoride sınıflandırılır. Koyu bir kıvama sahip olan çam balı ülkemizde çoğunlukla Ege ve Akdeniz bölgelerinde özellikle Muğla-Marmaris Aydın-Kuşadası ve çok az da Çanakkale ile Kaz Dağları'nın belirli bölgelerinde üretilmektedir. Ayrıca Muğla ve Marmaris çam balı menşee coğrafi işaretine sahiptir.

**Renk:** Kehribar

**Kristalizasyon:** Yok (sıvı)

**Koku:** Odunumsu

**Aroma:** Çam reçinesi (çam rayıhası)

**Kullanım alanı:** Çam balı yiyecek olmasına ek olarak genellikle süte ve ılık suya karıştırılarak içilir. Tadı sert olan bitki çaylarına da çam balı eklenerek aroması değiştirilebilir. Çam balı kahvaltılarda sıklıkla tüketilir. Çocuk doktorları genellikle 1 yaşından büyük çocuklar için sütle ya da ayranla karıştırılmasını önermektedir.

**Sırlar:** Çam balı, bozulmadan veya donmadan yıllarca saklanabilir.

Çam balı çam ağaçlarında yaşayan ve pamuklu biti, balsıra böceği olarak da adlandırılan basra böceklerinin çamın özsuğunu emerek oluşturduğu tatlı sıvı salgı maddelerin bal arıları tarafından toplanmasıyla elde edilir.

Özellikle temmuz ve ekim ayları arasında basra böcekleri tarafından oluşturulan bu salgılar, arılar tarafından çok sevilmektedir.

Ancak işçi arıların ilgisini çekecek çiçeklerin az olduğu ya da olmadığı çevresel koşullar, çam balı üretimi için elverişli değildir.

Çünkü arıların çamı bırakıp çiçek nektarlarına ve polenlerine gitme ihtimali, çam balı üretimini tehlikeye sokabilir.

Çam balının önemli özelliklerinden biri içinde polen olmamasından dolayı çok geç kristalize olmasıdır.

Çam balı, fiziksel ve kimyasal yapısı bozulmadan uzun süre saklanabilir.

Bu özelliği çam balının tüketimini ve pazarlamasını da kolaylaştırmaktadır.

Aynı zamanda kristalizasyon sürecine olan dayanıklılığı sayesinde çam balı, dondurma gibi farklı birçok üründe kullanım imkanı bulmuştur.

Dolayısıyla çam balının doğal bir katkı maddesi ve fonksiyonel gıda olarak da değerlendirilebileceğini söylemek mümkündür.

Yapısal niteliği, mevsim ve çevre koşullarına göre değişiklik gösterse dahi çam balı tat, aroma ve renk gibi fiziksel özellikleri bakımından kolaylıkla diğer ballardan ayırt edilebilmektedir.

## Çiçek Balı

Çiçek balı, bal üretiminde nektar kaynağını çiçeklerden alan bal çeşididir. Çiçek balı, ülkemizde ve dünyada en çok üretilen baldır. Türkiye, yüksek rakımlı yaylaları ve verimli toprakları sayesinde dünya genelinde nadir bulunan bitkilere ev sahipliği yapmaktadır. Bu bitkiler Türkiye'de üretilen çiçek ballarının değerli olmasını sağlamaktadır.

**Renk:** Sarıya yakın, açık karamel tonlarında

**Kristalizasyon:** Birkaç ay

**Koku:** Çiçeksi esans

**Aroma:** Harika aromatik yoğunluk

**Kullanım alanı:** Çoğunlukla ekmek ve tatlılarla birlikte kullanılır.

**Sırlar:** Çiçek balının dünyada en çok tüketilen ballardan biri olmasının nedeni hoş kokusu, çiçeksi aroması ve diğer tatlarla iyi eşleşebilmesidir.

Yapıldığı çiçekleri hatırlatan yoğun, rafine aroması nedeniyle en popüler monofloral ballardan biridir.

İşçi arılar tarafından toplanması, mayıs ayından eylül ayına kadar süren çiçek balı, onlarca çiçek nektarından elde edilmektedir.

Dolayısıyla çiçek balı ilkbaharda açan, yaz ve sonbahar aylarında olgunlaşan çiçeklerden oluşmaktadır.

Bu sebeple polen oranı yüksek ballardan biridir.

Üretileceği yörenin çiçek çeşitliliği, çiçeklerin/bitkilerin türleri ve özellikleri, bitki örtüsü ve arazi yapısı çiçek balının niteliklerine etki eden faktörlerdir.

Çiçek balı, zengin içeriği sayesinde besin değeri açısından son derece önemlidir.

Hem kahvaltılarda hem de yemekler ve içeceklerde kullanılabilecek iyi bir alternatif olan çiçek balı, her yaş için kolay tüketilebilir bir bal türüdür.

Bununla birlikte, ısıya karşı çok hassas bir bal olan çiçek balının en iyi haline ise pişmemiş olarak kullanıldığında ulaşılır.

Bu doğrultuda yoğurtla karıştırılarak tüketilmesi önerilir.

## Püren Balı

Püren bitkisinden elde edilen püren balı, halk arasında funda, püren ve çalı süpürgesi gibi isimlerle de bilinmektedir. Pembe ve mor renkli çiçekleri olan püren balı dünya genelinde oldukça değerli bal çeşitlerinden biridir. Ülkemizde Akdeniz, Ege, Trakya ve Karadeniz bölgelerinde üretilmektedir.

**Renk:** Koyu kahverengi

**Kristalizasyon:** Yavaş

**Koku:** Yoğun, karakteristik, hoş

**Aroma:** Yoğun, karakteristik, keskin, acımtırak

**Kullanım alanı:** Çok sıra dışı olan bu bal, aşırı tatlı yiyecekleri sevmeyenlerin beğenisine uygundur.

**Sırlar:** Püren balı Erica familyasından bir bitki olan pembe ve mor renkli çiçekleri bulunan püren bitkisinden elde edilmektedir. Halk arasında funda, çalı süpürgesi olarak da bilinmektedir.

Temmuz ayından kasım ayına çiçek açan püren bitkisi nektarının aromatik, hoş bir kokusu vardır.

Püren çiçeği için ormanın büyüleyici kokusunun kaynağı şeklinde betimlemelerin yapıldığı da görülmektedir.

Bir maki türü olan püren bitkisinin çiçeklerinden toplanan öz, üretilen bala vişne suyu aroması vermekte, böylece farklı ve hoş bir tat ortaya çıkmaktadır.

Yüksek oranda enerji veren bir bal türü olan Püren balı diğer bal çeşitlerine göre daha fazla mineral içerir ve aroması son derece güçlüdür.

Bal çeşitleri arasında çok yaygın olmayan acımsı, keskin ve güçlü bir aromaya sahip olması püren balını diğer ballardan kolayca ayırt edilebilir kılmaktadır.

Çiçekleri arılar tarafından çok sevilen püren bitkisinin balı, dünya genelinde değerli olan bir bal çeşididir.

Ülkemizde tüketimi diğer ballara kıyasla daha düşük olsa da Avrupa'da püren balı tüketimi oldukça yaygındır.

Değerli ballar arasında sayılan ve üretimi az olan püren balının kullanımını diğer ballardan ayıran bir diğer özelliği ise güçlü, yoğun aroması ve sıradışı tadıyla farklı reçeteler oluşturmak için ilgi çekici olmasıdır.

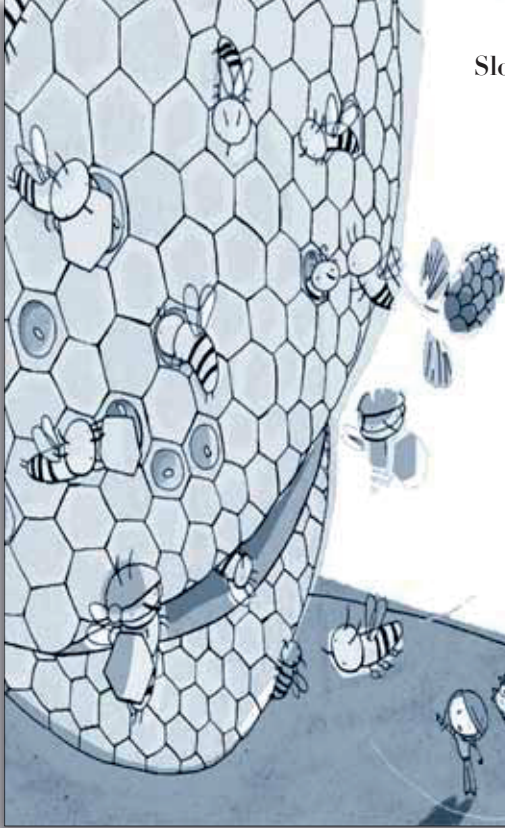
T.C. Tarım ve Orman Bakanlığı Hayvancılık Genel Müdürlüğü Arıcılık ve Arı Ürünleri Üretimi Yatırım Projesi (2020). <https://www.tarimorman.gov.tr/SGB/TARYAT/Belgeler/Projeler/ARICILIK.pdf> Erişim Tarihi: 08.01.2023.


Türk Gıda Kodeksi Bal Tebliği. (2020). <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2020/04/20200422-13.htm>. Erişim Tarihi: 09.01.2023.




Kaplan HB. Ege bölgesinde balların kimyasal özellikleri. Pamukkale Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, sayfa no:75, Denizli, Türkiye, 2014.

[https://en.wikipedia.org/wiki/Pine\\_honey](https://en.wikipedia.org/wiki/Pine_honey) Erişim Tarihi: 09.01.2023.

## Değerlendirme






  
Slow Food

**Bal No. 1**   




Beğendim çünkü \_\_\_\_\_

Beğenmedim çünkü \_\_\_\_\_

**Bal No. 2**   

Beğendim çünkü \_\_\_\_\_

Beğenmedim çünkü \_\_\_\_\_

**Bal No. 3**   

Beğendim çünkü \_\_\_\_\_

Beğenmedim \_\_\_\_\_

## Veri Toplama Seti

	TOPLAM PUAN	SINIFLANDIRMA (SONUÇLARA GÖRE)
Bal No. 1		
Bal No. 2		
Bal No. 3		

**NOT**

Çocukların oy pusulasındaki oylar arılarla ifade ediyor:

"Beğendim!" arı 9 puana denk gelir.

"Emin değilim..." arı 6 puana denk gelir.

"Beğenmedim..." arı 4 puana denk gelir.

**Tadılan bala atanan rakam****No. 1**

Çam Balı

**No. 2**

Çiçek Balı

**No. 3**

Püren Balı

## .2 Okul Bahçesi Projesi

### Ülkenin ürünlerini öğrenmek, yetiştirmek ve tatmak için açık hava sınıfı

#### Hedefler

Okullarda yenilebilir bitkilerden (sebzeler, aromatik otlar, yenilebilir çiçekler) oluşan bahçeler kurmak:

- Çok disiplinli bir gıda eğitiminin tanıtılması

Çocukları yemek ve çevre hakkında eğitmek:

- Çeşitlilik ve biyoçeşitlilik, mevsimsellik, doğal döngüler, doğaya saygılı ekolojik yetiştirme yöntemleri, iş birliği ve yardımlaşma ile diyalektik gelişim hakkında bilgi verilmesi
- Kendi eylemlerinin ve seçimlerinin farkına varmalarına yardımcı olmak

Öğretmenlerle yemek ve çevre eğitimi planlamak:

- Eğitim boyunca tümevarımsal bir metodolojinin ve katılımcı, aktif bir yaklaşımın sahiplenilmesi (deneyime ve uygulamaya dayalı)
- Gerçeğin duyularla algılanan bir fenomenler topluluğu olarak okunması, bunların işleyişinin anlaşılması ve bir beğeni sözlüğü oluşturulması
- Yemeğin sadece beslenmeyle ilgili olmadığı, aynı zamanda kültürle ilgili olduğu bilincinin verilmesi
- Yaşanan bölgenin ürünleri, tarifleri ve paydaş simaları (zanaatkarlar, üreticiler, şefler) hakkında farkındalık yaratılması, onlarla ilişkiler kurulması
- Ekolojik gıda yetiştirme ilkelerinin kazanılması

Yerel toplulukla (ebeveynler, büyükanne ve büyükbabalar, uzman bahçıvanlar, üreticiler vb.) bilgi alışverişini teşvik eden bir öğrenme grubu oluşturmak.

Küresel bir okul bahçeleri ağı oluşturmak.

#### Katılımcılar

- Okul öncesi, ilkokul ve lise öğrencileri
- Okul öncesi, ilkokul ve lise öğretmenleri
- Ebeveynler ve yerel topluluk

#### Etkinlik Tanımı

Süre: 3 okul yılı

- Okul, Slow Food toplulukları ve yerel yönetim (belediye, il yönetimi, vb.) ile projenin gelişmesi için doğru koşulların yaratılmasına yardımcı olabilecek diğer kamu veya özel sektör arasında bir işbirliği anlaşması hazırlayın (finansman, toprak, tohum, alet vb. temini).
- Yemek bahçesini hazırlayın ve yaratın: Okul, Slow Food toplulukları ve uzman bahçıvanlar ile işbirliği içinde, projenin eğitim programlaması ve bahçenin oluşturulmasıyla ilgilenir.
- Öğretmenleri eğitin: Slow Food eğitimcileri, 3 yıla yayılan eğitimi yürütecektir: Birinci yıl; yiyecek yetiştirme ve duysal eğitim, ikinci yıl; yemek ve çevre eğitimi, üçüncü yıl; yerel gastronomik kültür ve tarih..
- Eğitim programını paylaşmak ve katılımlarını teşvik etmek için velilerle toplantılar düzenleyin.
- Öğrencilerle sınıfta, bahçede veya şehir meydanında çevre, yemek ve lezzet eğitimi ile ilgili etkinlikler düzenleyin. Örneğin; atıştırmalıklar hazırlamak, pazar kurmak, konserve yapmak, ekim, tadım, solucan üretimi, rehberler eşliğinde çiftlik, eko-müzeler, zanaat müzeleri, botanik bahçeleri, eğitim çiftlikleri, esnaf lokantaları vb. gezileri.

#### Ortam

- Öğretmenleri eğitmek için hareketli sandalye ve masaları olan bir sınıf
- Öğrencilerin eğitim atölyeleri için hareketli sandalye ve masaları olan bir sınıf
- Pratik etkinlikler için yemek bahçesi
- Okul kafeteryası

#### Malzemeler

- Bahçeyi planlamak (afişler) ve oluşturmak için ekipman (çocuklar için uygun boyutta lastik çizmeler, eldivenler, kürekler, çapalar, tırmıklar ve dirgenler, tohumlar, tel örgü, sulama kutuları veya sulama boruları vb.).
- Duyusal atölyeler ve sınıf tadımları için tadım kitleri
- Öğretmen yetiştirmek için donanım (kâğıt tahtası, projektör, bilgisayar vb.)

### Koordinatörler

- Duyusal yemek ve çevre eğitimi, gastronomi kültürü ve tarihi, eğitim planlaması teknikleri ve modelleri, aktif ve katılımcı sınıf yönetimi metodolojileri ve teknikleri hakkında donanımlı, bahçıvanlık becerilerine sahip eğitimciler
- Maddi ve sosyal kültürle bağlantılı bilgileri aktarabilen uzman bahçıvanlar
- Organizasyonel ve ilişkisel becerilere ve yerel bilgiye sahip Slow Food koordinatörleri

### İlave Bilgiler

Projede yer alan sınıflara sunulan eğitim materyalleri aşağıdaki metinlerden alınmıştır:

- R. Nistri, Dire Fare Gustare. Percorsi di Educazione del gusto nella scuola, Bra, Slow Food Editore, 2003
- Yazarlar, Il Piacere dell'orto, Bra, Slow Food Editore, 2010
- F. Capra, Ecoalfabeto, Viterbo, Stampa Alternativa – Nuovi Equilibri, 2005
- A. Arossa (ed.), Ortofrutta. Dispensa Master of Food, Bra, Slow Food Editore, 2005
- Howard, I Diritti della Terra, Bra, Slow Food Editore, 2005
- N. Perullo (ed.), Storia e cultura della gastronomia. Dispensa Master of Food, Bra, Slow Food Editore, 2007
- Yazarlar, Ricette di Osterie d'Italia. L'orto, Bra, Slow Food Editore, 2005
- Yazarlar, Alle origini del gusto, Slow Food, 2008
- E. Bussolati, L'orto - un giardino da gustare. Collana Slow Kids Per mangiarti meglio. Slow Editore, 2011

## .3 Siyez Buğdayından Ekşi Mayalı Ekmek (Ekşi Mayalı Ekmek Atölyesi) (Türkiye Nuh'un Ambarı) Güneydoğu Anadolu'nun kadim bir mirası olan siyez buğdayının öyküsünü yaşatmak

Nuh'un Ambarı: Meyveler, sebzeler, hayvan türleri, peynirler, ekmekler, tatlılar ve tütsülenmiş etlerden oluşan olağanüstü bir mirası, nesli tükenmekte olan geleneksel yiyecekleri kataloglama amacıyla yapılan bir projedir.

### Hedefler

- Siyez ununu sabırlı bir şekilde eleyerek yavaşlığın değerini öğrenmek.
- Doğal döngüler hakkında bilgi edinmek ve bölgenin biyolojik çeşitliliğini öğrenmek. Siyez güz mevsiminde (ekim-kasım) ekilir ve uzun yağmursuz dönemlerde (temmuz-ağustos) hasat edilir.
- Yaparak öğrenmek çünkü unun çıkarılmasından kurabiyelerin hazırlanmasına kadar uygulamalı deneyim öğrenmeyi, iş birliğini ve katılım zevkini pekiştirir.
- Besin değeri yüksek, iyi ve temiz yiyecekler hakkında merak uyandırmak.

### Katılımcılar

6-10 yaş arası çocuklar

### Etkinlik Tanımı

Atölye dört parçaya ayrılmıştır:

Kastamonu ve civar köylerinde hâlâ geleneksel yöntemlerle üretilen köklü bir geçmişe sahip olan siyez buğdayının önemi hakkında bir grup tartışması (süre 30 dakika)

- Siyez buğdayı hakkında kısa bir video gösterimi

İlk etkinlik sırasında çocuklar siyez ununu çıkarır ve işler (süre 1 saat).

- Siyez buğdayının değirmende öğütülmesi
- Elde edilen unun elenmesi

Siyez unu ile ekşi mayanın karıştırılarak ekmeğin hazırlanması (süre 1 saat 30 dakika)

- Bir posterde yazılı olan tarifi takip ederek hamuru yoğurabilmeleri için çocukların dörder kişilik gruplara ayrılması
- Her çocuğun kendi şapkası ve önlüğü vardır.
- Kabaran hamurun katlanması ve şekillendirilmesi için çocukların yaratıcılığı özgür bırakılır.
- Pişirme sırasında (1 saat), odayı ve masaları yeniden düzenleyin ve deneyim üzerine bir grup tartışması başlatın.
- Ekmeğin tadımı ve okuldaki diğer sınıflar ve öğretmenlerle paylaşılması

Etkinliğin kayıt altına alınması (süre 1 saat)

- "Biy çeşitliliğin Koruyucuları" araştırma kitabında, buğdayın öğütülmesinden ekmeğin tadımına kadar etkinliğin tüm aşamalarının çizilmesi
- Aile üyeleriyle paylaşılabilmesi için araştırma kitabındaki tarifi kopyalanması

## Ortam

- Birinci bölüm: Videoyu izlemek ve grup tartışması yapmak için at nalı şeklinde oturma düzeni
- İkinci bölüm: Daire şeklinde dizilmiş sandalyelerde, çocuklar sırayla elekleri kullanır (her üç çocuk için bir elek).
- Üçüncü bölüm: Gruplara ayrılarak, şapkalı ve önlüklü bir şekilde masaların etrafında oturmak
- Dördüncü bölüm: Çocukların tarifi yazıp çizebilmeleri için at nalı şeklinde düzenlenmiş masalar

## Malzemeler

Siyez buğdayı hakkında video, projektör ve DVD oynatıcı, öğütülmeye hazır siyez buğdayı, değirmen, elekler, kaplar, tarif malzemeleri, fırın tepsi, fırın, kapaklar, önlükler, tabaklar, alıştırmaya kitapları, boyalar, kalemler

## Koordinatörler

Her 12 çocuğa bir un çıkarma, kurabiye hazırlama ve çocuklar arasında tartışmayı kolaylaştırma tecrübesi olan bir eğitimci

## Etkinlik Hazırlığı ve Planlama

Eğitimcileri eğitin ve etkinliğin aşamaları hakkında bilgi verin.

## Daha Fazla Bilgi

[www.umpedeqe.com](http://www.umpedeqe.com)

[brcome-se.blogspot.com](http://brcome-se.blogspot.com)

[www.slowfoodbrasil.com](http://www.slowfoodbrasil.com)

<https://terramadreatolia.com/presidia/>

Karabak, S., Taşçı, R., Ceyhan, V., Özbek, K., & Arslan, H. Y. (2019).

İhsangazi tarlalarından soframıza kültür mirası siyez buğdayı.

Toprak Su Dergisi, 86-93.

# .4 Önceki Kuşaklara Ait Bilgi ve Tekniklerin Aktarılması

## Fermente süt ürünleri Türk gastronomi kültürü

### Hedefler

- Türk gastronomi kültürünün gelişmesinde fermente süt ürünlerinin önemini vurgulamak.
- Fermente süt ürünleri yapımı ve mutfakta kullanımlarıyla bağlantılı geleneksel bilgileri teşvik etmek.
- Türkiye'nin yerel tarihi ve kültürü hakkında merak uyandırmak.
- Çocukların kültürel kimlikleriyle olan bağlarını güçlendirmek.

### Katılımcılar

7-11 yaş arası okul çocukları

Çocuk sayısı sınıf mevcuduna bağlıdır. Aşağıda verilen koordinatör sayısı en fazla 40 mevcutlu bir sınıf için uygundur.

### Etkinlik Tanımı

Etkinlik, Türklerin Orta Asya'dan Anadolu'ya uzanan tarihleri ile başlar. Bereket Hilali ve Anadolu topraklarında yaşamış eski uygarlıkların kültürleri, gelenekleri ve önemli yiyecekleri olan süt ve süt ürünleri tanıtılır. Türklerin göçebe hayat yaşadıkları dönemde hayvanlardan sağılan sütü uzun süre saklamak ve göçebe yaşam koşullarında uzun süreli kullanabilmek için sütü fermente ederek tüketmeye başladıkları anlatılırken çocukların farklı kokuları, renkleri ve şekilleri deneyimleyebilmeleri adına, içinde farklı fermente süt ürünlerinin bulunduğu bir kutunun etrafında dolaşmaları sağlanır.

Çocuklara evlerindeki geleneksel tarifler sorulur ve çocuklar ailelerinin kökenleri ve yemek alışkanlıkları hakkında konuşmaya teşvik edilir. Çocuklara nasıl süt mayalayacakları anlatılır, böylece bir sonraki atölyede Türkiye'nin yerli nüfusu için temel bir gıda olan yoğurt yapabileceklerdir.

Çocuklar ellerini yıkar. Artık aralarında dolaştırılan kaselerdeki farklı türde süt ve fermente süt ürünlerine dokunabilir ve koklayabilirler. Bunu takiben herkes büyük bir masanın etrafına yerleşir.

Çocuklara, atalardan kalma tekniklerle süte yoğurt mayası eklenerek fermente süt ürünlerinden birinin yapımı gösterilir.

Koordinatör yoğurt mayalamak için iki yöntemi (geleneksel ve uyarlanmış) açıklar. Kaynatılmış ve ılıtılmış sütü cam kaba alıp içine biraz yoğurt ekleyerek pürüzsüz bir sıvı elde etmek için karıştırır. Cam kap bez ile sarılır ve mayalanma işleminin devam etmesi için bekletilir.

Her çocuğa bezlere sarılmış yoğurt kavanozları verilir ve dolaba yerleştirilir.

Çocuklar yoğurt oluşumunu gün içinde gözlemleyebilirler.

Bir öğrenci yoğurt hakkında öğrendiklerini ve yoğurt yapımını açıklamak için seçilir. Bir sonraki atölyede çocuklar süt ve süt ürünlerini geleneksel yemekler yapmak için kullanmayı öğrenecekler.

Bir yoğurt kasesi servis edilir ve eğitim materyali dağıtılır.

## Ortam

Etkinlik sınıfta yapılır. Yakınlarda bir ocak ve sütün döküleceği cam kaplar, kaşık ve yalıtkanlığı sağlayacak bezler olması gerekir. Sandalyeler yarım daire şeklinde dizilir ve masalar uzun bir masa oluşturacak şekilde öne konulur. Tüm çocukların ve koordinatörün masaların etrafında durması için yeterli alan olmalıdır.

Masanın ortasına, yoğurt yapımını göstermek için gerekli tüm malzemeler yerleştirilir (süt ve maya dahil).

## Malzemeler

Yiyecek

- 3 kg süt
- 3 yemek kaşığı yoğurt
- Farklı türde fermente süt ürünleri örnekleri
- Küçük kavanozlara ya da kaselere konulmuş yoğurt
- Tek kullanımlık malzemeler
- Peçeteler ve rulo kağıt havlular
- Küçük servis tabakları ve kaseler
- Tatlı kaşığı
- Temizlik ürünleri (sabun, deterjan, alkol)

Mutfak eşyaları

- Bir büyük tencere
- Bir büyük cam kase
- Bir büyük kaşık
- Küçük kavanozlar (her çocuk için bir tane)
- Küçük kaseler (her çocuk için bir tane)
- Büyük bir cam kap ve küçük kavanozları sarmak için bez
- Her çocuk ve tüm personel için kaşık
- Atık için bir kova
- Yoğurdu servis etmek için tepsiler
- Mümkünse bir adet 'toprak çömlek' (Geleneksel yoğurt yapımında toprak çömlek kullanılmaktadır.)

## Basılı materyal

- Kontrol listesi (malzemeler/ekipman)
- Çocuklara dağıtmak üzere hazırlanmış, yoğurt yapmanın iki yöntemi ve daha sürdürülebilir bir yaşam tarzı için öneriler içeren eğitim materyali

## Koordinatörler

Çocuklar ile çalışmayı seven ve mutfak becerileri olan 3 kişi

- Bir koordinatör
- Bir veya iki aşçı
- Bir veya iki asistan

## Etkinlik Hazırlığı ve Planlama

*Eğer etkinlik bir okulda yapılacaksa*

atölyenin tarih ve saatini belirlemek, öğretmenleri atölye hakkında bilgilendirmek ve desteklerini istemek için okula bir mektup gönderin.

Atölyeden en az bir hafta önce şunları yapın:

- Okulla görüşerek etkinliğin gününü, saatini ve çocukların sayısını teyit edin.
- Koordinatörlerin katılımını teyit edin.
- Okuldan, çocuklara ailelerinden geleneksel tarifleri toplamalarını talep eden bir mektup vermesini isteyin. Tarifler ilk derse getirilmelidir. Çocuklar, süt ve yoğurt ürünleriyle yapılan tarifleri bilip bilmediklerini aile üyelerine sormalıdır. Ebeveynlerine veya büyükanne ve büyükbabalarına çocukken yediklerini hatırladıkları yiyecekleri sorabilirler.

1 gün önce:

- Malzemeleri /mutfak eşyalarını hazırlayın.
- Süt temin edin.
- Malzemeleri bastırın.

Atölye günü:

- Koordinatörler en az 45 dakika önce okulda buluşmalı.

## Daha Fazla Bilgi

Etkinliği oluşturan: Rio de Janeiro – Brasile Convivium/Instituto Maniva –

İletişim: Margarida Nogueira (*Rio de Janeiro Convivium lideri*)

Tel. +55 21 2267 4012

mgng02@gmail.com

Instituto Maniva web sitesi: www.institutomaniva.org

Embrapa (Brezilya tarım araştırmaları kurumu) web sitesi: www.cnpmf.embrapa.br

Kitap: *Mandioca, o pãõ do Brasil* by Vanderlei da Silva Santos (Embrapa researcher) – Portekizce, Fransızca, İngilizce ve İspanyolca basılmıştır.

Türkiye Uyarlaması: Kapadokya Üniversitesi

Kaynak:

1. Kocaadam B., Acar Tek N. Ekmek, Bira, şarap ve Yoğurdun Orijinleri ve Tarihsel Süreçleri. Beslenme ve Diyet Dergisi [internet]. 24 Aralık 2016 [a.yer 18 Ocak 2023]; 44(3):272-9. Erişim adresi: <https://beslenmevediyetdergisi.org/index.php/bdd/article/view/109>
2. şanlır N. Yenidoğan ve Süt Çocukluğu Beslenmesi, Ed. Karaağaoğlu N., şanlır N. Anne- Çocuk Beslenmesi, 2. baskı, Hedef Yayıncılık, Ankara, 2020, syf 65.

## 5 Gizemli Omlet ve Diğer Tarifler Bahçeyi masaya getirmek

Çocuklara bahçede yetiştirip büyüttüklerini yemekten zevk almak doğal gelir. Bu, yerel sebze çeşitlerinin ve tariflerinin yeniden keşfedilmesini içeren çeşitli ve sağlıklı bir beslenmeyi teşvik etmek için kullanılabilir.

### Hedefler

- Her şeyden önce duyuları eğiterek yiyeceklere karşı meraklı bir tutum geliştirmek.
- Gıda ve çevre, sağlık ve kültür arasındaki ilişkileri anlamak.
- Çocukların aileleri de dahil olmak üzere yerel ve geleneksel ürünleri ve yerel gastronomik kültürü teşvik etmek.
- Bilginin genç nesillere aktarılmasını teşvik etmek.
- El becerileri ve grup çalışmasını geliştirmek.

### Katılımcılar

Her yaştan çocuklar

### Etkinlik Tanımı

Okul yılı boyunca yapılacak etkinliklere örnekler:

Ekmek ve poğaçalar – Aralık

Gruplara ayrılan çocuklar, büyükannelerinden ve annelerinden aldıkları tariflerle ekme ve poğaçalar hazırlar. Çocuklar, ebeveynler ve öğretmenler ara öğünleri birlikte yiyebilirler.

Aromalı ot çeşitleri – şubat

Çocuklar bahçeden dereotu, maydanoz toplarlar. Birlikte hamur yapar ve ara öğünlerde yiyebilecekleri akıtma pişirirler.

Gizemli omlet – Mayıs

Bu etkinlik, çağrıştırıcı ve “kokulu” bir hikayenin okunmasından önce gelebilir. Öğretmenler daha sonra çocukları üç veya daha fazla takıma ayırır. Her grup, diğer takımlara ne seçtiklerini söylemeden omletlerine koymak için bir sebze seçer. Örneğin, bir takım aromatik otlar (nane, fesleğen, kekik, dereotu ve maydanoz gibi) ve taze soğan ile omlet yaparken, diğerleri kabak kullanabilir.

Öğle yemeğinde her çocuğa her çeşitten üç parça omlet içeren bir yemek verilir. Çocuklardan malzemeleri tahmin etmeleri istenir.

Çocuklar, büyükannelerinin geleneksel tariflerini farklı omletler yapmak için kullanabilir.

Herkes için gözleme – Haziran

Çocuklar, öğle yemeğinde tüm sınıf arkadaşlarına servis etmek için domates ve yöresel peynirle pişirilmiş gözleme hazırlar.

Bahçeden domates, maydanoz ve kekik toplayarak işe başlarlar. Okulun aşçısı yardımıyla çocuklar gözleme için hamuru hazırlar ve hamur açılırken domatesleri ve yöresel peyniri kesip maydanoz ve kekikleri ince ince kıyarlar. Yufkalar hazırlanınca gözlemeyi hazırlayıp pişirirler.

Öğle yemeğinde çocuklar gözlemeleri sınıf arkadaşlarına servis eder.

Daha sonra her çocuğa “uzman aşçı” diploması verilir.

Menemen – eğitim yılı bitimi pazarı – Haziran

Eğitim yılının bitiminde velilere bahçe sebzeleri satılırken bahçedeki biber ve domateslerden yapılan atıştırmalıklar herkese ikram edilebilir. Çocuklar domatesleri ve biberleri keser, yağ dökülmüş tavada yumurta ile pişirirler.

Böyle bir atıştırmalık, çocukların ve ailelerinin bahçe domatesi ile süpermarket domatesi arasındaki farkı anlamalarına yardımcı olabilir.

## Ortam

Çocukların hazırlığa katılabilecekleri tam donanımlı bir mutfak ve ürünlerin hazırlanabileceği, katılımcıların ürünleri tadabilecekleri masa ve sandalyelerden oluşan bir sınıf

## Malzemeler

- Ocak, kesme tahtaları, pişirme kapları vb. ile donatılmış mutfak
- Çocuklar için önlük (evden getirilebilir): Tıpkı gerçek şeflerde olduğu gibi onları bir tür ritüel olarak hizmete sokmak, yemek pişirmenin başladığı anı göstermek önemlidir.
- Tarifleri toplamak ve yazmak için kart, kağıt ve kalemler

## Koordinatörler

Öğretmenler, deneyimli bir bahçıvan, okul yemekhanesi aşçısı, diyetisyen, çocukların ebeveynleri ile büyükanne ve büyükbabaları

## Daha Fazla Bilgi

Okulda toplanan tarifler, geleneksel bilginin gerçek bir hazinesidir ve farklı kültürler hakkında fikir verir. Çocuklarla daha fazla tartışma için ilginç bir başlangıç noktası oluşturabilirler.

En küçük katılımcılarla, bireyler arasındaki farklılıklar ve benzerlikler (çok kültürlülükle bağlantılı kavramlar) hakkında bir keşif yolculuğu yapılırken, daha büyük çocuklarla da kültürler, manzaralar, mahsuller, göçler ve kültürel kesişimler analiz edilip popülasyonlar arasındaki farklılıklar ve benzerlikler vurgulanabilir.

Her okul, katılan çocukların geleneklerinden tarifler seçerek benzer bir proje tasarlayabilir.

# .6 Yemek Kâşifleri

## Hedefler

- Belirli yiyecekler ve bunların bir yerle bağlantısı hakkında bilgi edinmek.
- Biyoçeşitliliği keşfetmek.
- Hafıza becerilerini geliştirmek.
- Merak uyandırmak.
- İşbirliğini ve katılımı teşvik etmek.

## Katılımcılar

6-10 yaş arası çocuklar

Maksimum çocuk sayısı, mevcut alan ve personele göre belirlenir. En az iki takım oluşturacak kadar çocuk olmalıdır.

## Etkinlik Tanımı

Etkinlik dört belirgin aşamaya ayrılmıştır:

Karşılama

Katılımcılar karşılanır ve farklı etkinlikler hakkında bilgilendirilir (> Bkz. Ek 1).

Sonrasında iki takıma ayrılırlar (ekmek ve çikolataya karşı peynir ve bal).

Bellek

İlk oyun belleği test eder ve aynı yiyeceklerle sahip 12 çift kutu içerir. Bu yiyecekler; üç çeşit ekmek, üç çeşit bal, üç çeşit kabuklu yemiş ezmesi ve üç çeşit peynirdir.

Kutuların kapağının içinde yemek ve yer arasındaki bağlantı konusunu anlatan kısa metinler olur (> Bkz. Ek 2).

Totemler

İkinci ve son oyun test içerir (> Bkz. Ek 3). Her takım, iki toteme karşılık gelen iki seri test çözmelidir (bir takım için kabuklu yemiş ezmesi ve ekmek totemleri, diğeri için peynir ve bal totemleri).

Totemlerin farklı renkleri ve ayırt edici görselleri vardır (> Bkz. Ek 4).

Atıştırma/Sertifika

Son aşama bir atıştırma (ekmek, peynir, çikolata, bal) ve bir sertifika verilmesini içerir.

## Ortam

Her biri bir etkinliğe ayrılmak üzere dörde bölünebilen geniş bir alan

## Malzemeler

Dört alan mümkün olduğunca sınırlandırılmalıdır: Zemine yapıştırılmış dört büyük ok ile girişten karşılama alanına, karşılama alanından hafıza oyununa, hafıza oyunundan totemlere ve totemlerden atıştırma alanına geçilebilir veya zeminde dört totem etrafında dört daire kullanılabilir veya son atıştırma alanını ayırmak için duvar kullanılabilir.

Karşılama aşaması için

- Büyük pusula ve büyük kaşık
- Anahtar kelime işaretleri (Duvara asılabilir veya tavana ipele asılabilir.):  
KARA – GELENEK – BURADA – ORADA – GIDA – BİTKİLER – HAYVANLAR – MERAK – SABIR – YER

Bellek oyunu için

- 24 kutu
- Kavanozlarda üç çeşit bal (örneğin; balmumu, püren balı ve karışık çiçek balı)
- Üç çeşit kabuklu yemiş ezmesi (örneğin; fındık ezmesi, badem ezmesi, fıstık ezmesi)
- Üç çeşit ekmek (örneğin; yufka, bazlama ve mısır ekmeği)
- Üç çeşit peynir (örneğin; eskitilmiş, süzme-lor ve taze)
- Kutular çıkarıldığında (çiftler bulunduğu) sayıların görülebilmesi için zemine yapıştırılmış numaralar (1'den 24'e kadar)
- Büyük soru işaretleri (oyuna ayrılan alanı işaretlemek için)

Totem oyunu için

- İmge ve test içeren dört adet üç boyutlu totem direği

Atıştırma için

- Yiyeceklerin kombinasyonlarından yapılan atıştırma alanları (örneğin; ekmek ve bal, ekmek ve kabuklu yemiş ezmesi, ekmek ve peynir, peynir ve bal)
- Kâğıt peçeteler, doğada çözünür bardaklar ve tabaklar
- Masalar ve sandalyeler
- "Yiyecek Gezgini" sertifikaları
- Duvarda asılı, diğer yerlere ve yiyeceklere yakınlığı gösteren büyük bir dünya veya Türkiye haritası

## Koordinatörler

4 kişi (yaklaşık 10 çocuk için)

- Çocukları eğlendirmekte ve hikayeler anlatmakta iyi olan bir kişi
- Etkinlikler sırasında iki ekibi denetleyecek ve herkesin katılımını sağlayacak iki kişi
- Mutfakta yemek hazırlamak için bir kişi

## Ek 1

### Hikâye

Hoş geldiniz çocuklar.

Bir sırrı keşfetmek ve küçük bir maceraya, küçük bir yolculuğa katılmak üzeresiniz. Ama başlamadan önce size söylemem gereken bir şey var ...

*(Sesini alçaltır.)*

Dünyada çok özel kâşifler var.

Bunlara Yemek Kâşifleri denir. Birbirlerine çok yakınlar, haber ve tarif alışverişinde bulunuyorlar, bir semboller, bir sloganları, bir misyonları var ve şimdi size onların sırlarını anlatacağım!

Yemek Kâşifleri yemek seven, meraklı, maceracı ve aynı zamanda düşünceli bir gruptur. Çok ciddi ve vicdanlıdır ama aynı zamanda çok eğlencelidirler, gittikleri her yerde arkadaş olurlar.

Semboller, içinde pusula bulunan büyük bir kaşıktır. Sloganları "burada ve orada", kulağa gizemli geliyor değil mi?

Yediğiniz şeyin sadece bir yerde yetiştiği ve başka bir yerde yetişenle aynı olmadığı anlamına geliyor. Sonsuz arayışları, görevleri, dünyadaki tüm toprakların tüm gıdalarını keşfetmektir.

Onları hiç duymadınız mı?

Ama her tarafımızdalar. Her toprak yiyecek bir şeyler verir. Her yerin özel bir iklimi, özel hayvanları ve bitkileri, bir hikâyesi, bir geleneği, özel alışkanlıkları vardır. Bu yüzden bir peynir değil, bin çeşit peynir, bir ekmek değil, bin çeşit ekmek var!

Yemek Kâşifleri, arkalarında özel hikayeleri olan bu özel yiyecekleri bulmak için dünyayı dolaşıyorlar. Ve bugün onlarla birlikte dört yolculuğa çıkacağız, dört iyi şeyi dört farklı yerde kovalayacağız ve eğer onları bulabilecek kadar zekiyseniz, belki biz de onların kulübüne katılabiliriz ve başka görevlerde, yeni keşiflerde yer alabiliriz. Şimdi iki takıma ayrılmalıyız: İlki güneye doğru yola çıkacak ve dönüşte ateşle konuşmak için kuzeyde duracaklar. İkincisi, özel bir sıvı altını kovalamak için dağlara tırmanacak ve sonra çok sportif bir koyunla sohbet etmek için ovalardan geçecekler. Ama önce bir testi geçmeniz gerekecek: Yemek Kâşifi olmak kolay değil!

## Ek 2

### Kutu Metinleri

#### Bal 1

Bal, arılar tarafından tüketilen çiçek nektarı veya ağaç öz suyunun bir takım değişikliklere uğrayarak meydana gelen oldukça faydalı bir besindir.

#### Bal 2

Bal, arının uğradığı çiçek ve bitkilere bağlı olarak farklı tatlara ve görünüme sahiptir. Arı birçok çiçekten nektar almaktadır. Nektar aldığı çiçeğin türüne göre tadı değişmekte ve "bal", "karışık çiçek balı" veya "yayla balı" gibi isimler almaktadır.

#### Bal 3

Bal, arıların beslendiği bitkinin adıyla (narenciye balı, çam balı, lavanta balı gibi) adlandırılır. Her yerin kendine ait bitkileri vardır, dolayısıyla her yerin kendine has balı vardır.

#### Fındık Ezmesi

Türkiye'nin kuzeyinde uzun süredir fındık üretiliyor ve bugün dünyada üretilen miktarın %69'unu karşılayarak birinciliği elinde tutuyor.

#### Fıstık Ezmesi

Antep fıstığı, dünyadaki ilk ve tek müzesi olan bir fıstık çeşididir. Antep mutfağında o kadar değerli ki Antep fıstığı ezmesi başta olmak üzere birçok yiyeceğin içerisinde yer almaktadır.

#### Badem Ezmesi

Genelde ekmeğe sürülerek kahvaltıda tüketilir.

#### Peynir 1

Türkiye'de süt çoğunlukla ineklerden, koyunlardan, keçilerden ve mandalardan gelir. Farklı bölgelerde farklı hayvanlar yaygındır, bu nedenle farklı yerlerde farklı sütler ve farklı peynirler bulunur.

#### Peynir 2

Peynirler genellikle yapıldıkları yerin adı ile birlikte anılır. Örneğin; Boğatepe gravyeri, Divle obruk peyniri, Kars kaşarı, İzmir tulumu, Van otlu peyniri.

#### Peynir 3

Bazı çiftliklerde peynir, tüm ayırt edici özelliklerini koruyan çığ süttten yapılır. Büyük mandıralarda süt daha uzun süre dayanacak şekilde işlenir.

#### Yufka Ekmeği

Yufka ekmeği buğday unu, su ve tuz karışımından hazırlanan hamurun ince ve yuvarlak açılarak sac üzerinde pişirilmesiyle hazırlanır.

#### Bazlama

Mayalı ekmeğin hamurunun 20-30 cm, kimisi kabarmış kimisi yassı, irili ufaklı tuhaf ve basit şekillere sahip birçok farklı ekmeğin hazırlanır.

#### Mısır Ekmeği

Ekmeğin birçok farklı tahıldan yapılabilir. Doğu Karadeniz Bölgesi'ne özgü olan bu ekmeğin yüksek besleyici değere sahiptir ve mısır unundan yapılır.

## Testler

### Ezmeler

1. Fıstığı ile ünlü ilimiz hangisidir?  
A - Gaziantep  
B - İstanbul  
C - Muğla
2. Fındık hasat zamanı yılın hangi ayında başlar?  
A - Nisan  
B - Ağustos  
C - Ocak
3. Bademin anavatanı neresidir?  
A - Asya  
B - Avrupa  
C - Avustralya
4. Ezmeler çeşitli malzemelerin ezilip karıştırılmasıyla yapılır. Hangisi ezme yapımında kullanılmaz?  
Davetsiz misafiri bulabilir misin?  
A - Kuruyemişler (Badem, fındık, fıstık gibi)  
B - Şeker  
C - Bal  
D - Yağ  
E - Biber

### Bal

1. Çam balı nasıldır?  
A - Kristalizasyonu hızlı  
B - Tipik olarak açık renkli ve bol polenli  
C - Odunumsu bir koku ve kehribar renkli
2. İşçi arılar bal üretim sezonunda ne kadar yaşar?  
A - Yaklaşık 6 ay  
B - Yaklaşık 50 gün  
C - Yaklaşık 1 yıl
3. 1 kg bal yapmak için kovandan (arı evinden) çiçeğe çok sayıda dönüş yolculuğu yapılır. Yaklaşık kaç uçuş?  
A - 60.000 uçuş  
B - 6.000 uçuş  
C - 600 uçuş
4. Bir kovandan arılar bir günde kaç çiçek ziyaret edebilir?  
A - 15.000'e kadar çiçek  
B - 225.000'e kadar çiçek  
C - 1.000.000'a kadar çiçek

### Peynir

1. Akkaraman cinsi koyunların tüm Türkiye'deki koyunların içerisindeki en büyük grubu oluşturduğu belirtilmektedir. Sence toplam koyun miktarının % kaçını oluşturmaktadır?  
A - 4  
B - 40  
C - 90
2. Bir Akkaraman koyunu her yıl ne kadar süt verir?  
A - 40 kilogram süt  
B - 400 kilogram süt  
C - 4000 kilogram süt
3. Hangi peynir keçi derisinden yapılan kılıflarda olgunlaştırılarak üretilir?  
A - Tulum peyniri  
B - Kaşar peyniri  
C - Beyaz peynir
4. Mihaliç peyniri hangi hayvanın sütünden yapılır?  
A - Keçi  
B - Koyun  
C - İnek

## Ekmek

1. Ekmek birçok farklı tahıldan yapılabilir. İşte onlardan bazıları... ama bir davetsiz misafir var! Aşağıdakilerden hangisi buraya ait değildir?

BUĞDAY	KAVUZLU BUĞDAY	ARPA	ÇAVDAR
HAVUÇ	YULAF	MISIR	DARI

2. Türkiye'de her bölgenin kendi geleneksel ekmeği vardır. Ekmeği kendi bölgesiyle eşleştirmeye çalışın.

Biberli ekmeği	Erzurum
Vakıkebir ekmeği	Hatay
İspir ekmeği	Trabzon
Şebit	Eskişehir
Tapıl	Isparta
Nokul	Kayseri

3. Standart bir somun ekmeği kaç gramdır?

- A - 250 gram
- B - 600 gram
- C - 1 kilogram

4. Türkler her gün kişi başı ortalama kaç gram ekmeği tüketir?

- A - 120
- B - 319
- C - 650

## Ek 4

### 4 Totemdeki Görsel ve Metinler

#### Fındık, Fıstık ve Badem Ezmesi

Testlerde arka plan görevi gören GÖRSELLER:

Kuruyemişlerin fotoğrafı, Türkiye haritası, fındık/fıstık/badem bahçesi görüntüsü (Belirli bazı unsurları kullanarak manzarayı yeniden yaratın: koyu yeşil renk, ağaçların genişliği, toprak yollar, sarp kayalıklar ve milyonlarca farklı hayvan)

METİN: EZMELER

Sürülebilir ezmeler, yağlı tohumların öğütülerek içerisine tatlandırmak amacıyla şeker, bal gibi öğelerin eklenmesiyle elde edilir. Her bölgenin kendine özgü yağlı tohumuyla üretilebileceği gibi çeşitli kuruyemişleri karıştırarak ya da kakao eklenerek de yapılabilir.

#### Bal

Testlerde arka plan görevi gören GÖRSELLER:

Bal fotoğrafı, Karadeniz haritası, bir dağın görüntüsü (Belirli bazı unsurları kullanarak manzarayı yeniden yaratın: beyaz renk; dik bir yokuş çünkü yürümek için bir ayak diğerinin önünde tırmanmak gerekir...)

METİN: YÜKSEK DAĞ BALI

Ormangülü balı, karışık çiçek balı ve köknar balı. Arılar, ortamın hala bozulmamış olduğu 1.200 metrenin üzerindeki balları toplar ve arıcı, farklı dağ çiçeklerinin etrafında hareket eder.

#### Peynir

Testlerde arka plan görevi gören GÖRSELLER:

Peynir görüntüsü, dağ görüntüsü (Bazı ayırt edici unsurları kullanarak manzarayı yeniden yaratın: uçuk yeşil, taze çimenlerin rengi, yüksek gökyüzü, bulutlar, etrafa saçılmış otlamaya hazırlanan koyunlar...)

METİN: MİHALİÇ PEYNİRİ

Oldukça sert bir peynir çeşidi olan Mihaliç peyniri kıvrıkcık koyunların sütünden yapılır. Tuzlu, yağlı ve sert olması karakteristik özelliğidir ve uzun süre bozulmadan saklanmasını sağlar.

#### Ekmek

Testlerde arka plan görevi gören GÖRSELLER:

Bir somun ekmeği fotoğrafı, Türkiye haritası (Bazı ayırt edici unsurları kullanarak manzarayı yeniden yaratın: kırmızı renk, sıcak bir fırının rengi...)

METİN: VAKFIKEBİR EKMEĞİ

Bayatlamaması ile ünlü olan bu ekmeğin kökeni yüzyıllar öncesine dayanmaktadır. Yayla kültürünü yaşayan ailelerin taze ekmeği bulamaması nedeniyle üretimi yapılan ekmeğin tarihinin yüzyıllar öncesine dayandığı söylenmektedir.

## Kaynak

Özdemir G., Dülger Altınar, D. (2018). Türkiye'de üretilen coğrafi işaret ile tescillenmiş peynir çeşitleri. Uluslararası Gastronomi Turizmi Araştırmaları Kongresi, 1 (11).

Ertuğrul M., vd. "Türkiye yerli koyun ırklarının korunması." Uludağ Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi 23.2 (2009): 97-119.

Koca N., Yazıcı H. (2014). Coğrafi Faktörlerin Türkiye Ekmek Kültürü Üzerindeki Etkileri. Electronic Turkish Studies, 9 (8).  
<https://www.kulturportali.gov.tr/>

Şen M. A., Ekinci E. "Türkiye'de üretilen coğrafi işaret ile tescillenmiş ekmek çeşitleri üzerine bir nitel araştırma."

Avrasya Turizm Araştırmaları Dergisi 1.1 (2020): 32-41.

Paslı M. M. (2021). Coğrafi İşaretli Gastronomi Ürünleri Üzerine Bir Araştırma: Giresun İli Örneği. Tourism and Recreation, 3 (1), 93-99.

Baycar A. (2022). "Antep Fıstığı ve Türevlerinin Gaziantep Yerel Gastronomik Kimliğindeki Yeri."

Abant Sosyal Bilimler Dergisi, 22(2), 749-764.

Suna B., Uçuk C. (2018). "Coğrafi işaret ile tescil edilmiş ürüne sahip olmanın destinasyon pazarlamasına." Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 100, 118.

<https://www.karamandayatirim.gov.tr/assets/upload/dosyalar/karaman-ili-cografisi-isaret-raporu-02062022-002.pdf>

# .7 Türkiye Biyomları

## Türkiye gıda biyoçeşitliliği ve geleneksel ürünler yok olma tehlikesiyle karşı karşıya

### Hedefler

Türkiye üç tarafı denizlerle çevrili bir ülkedir ve genellikle baskın bir flora, fauna ve iklim ile karakterize edilen yedi makro bölgeye bölünmüştür: Ege, Marmara, Akdeniz, Karadeniz, İç Anadolu, Doğu Anadolu, Güneydoğu Anadolu.

Öğrencilerin geleneksel yiyecekleri de dahil olmak üzere Türkiye biyomlarının karmaşıklığı ve muazzam biyoçeşitliliği hakkında daha fazla bilgi edinmesi (bkz. Türkiye Slow Food Presidia ve Nuh'un Ambarı ürünleri).

Biyomları inceleyerek öğrenciler kendi bağlamlarını, yaşadıkları bölgeyi ve bölgeyi karakterize eden tarihi gıda üretimini daha iyi anlayabilirler. Türkiye'nin diğer bölgelerinin tarihi ve coğrafyası hakkındaki bilgilerini derinleştirebilecek, kendilerinden çok farklı yeme alışkanlıkları ve gelenekler hakkındaki meraklarına ilham verecekler.

Bu konular, tümü yüksek düzeyde katılım ve işbirliği içeren çok farklı şekillerde ele alınabilir.

### Katılımcılar

9-14 yaş arası öğrenciler

### Etkinlik Tanımı

Etkinlik altı aşamaya bölünmüştür:

Birinci Adım (süre 1 saat)

- Ülke ve biyomları hakkında halihazırda bilinenler hakkında grup tartışması
- Biyom, Slow Food Presidia ve Nuh'un Ambarı tanımının kısa açıklaması
- Türkiye biyomlarıyla ilgili grup tartışması

İkinci adım (süre 1 saat)

- Sınıfı altı gruba ayırmak için kura çekilir. Her gruba bir biyom atanır.
- Her grup olasılıkları tartışır ve eğitimci-kolaylaştırıcının yardımıyla grubun geri kalanına kendi biyomunu sunmak için bir strateji belirler. Çizimler ve fotoğraflar içeren bir poster, bir Powerpoint sunumu, slaytlar ve yorumlar, bir video veya bir çizgi roman olabilir.
- Grup üyeleri, sunumlarını hazırlamak için hangi materyallere ihtiyaç duyduklarını eğitime söyleyecektir.
- Her katılımcı kendi evinde biyomuyla ilgili materyal, haber ve bilgi arayacaktır.
- Her grup ayrıca kendi biyomları için bir tarif kitabı oluşturmalıdır.

Üçüncü adım (süre 1 saat)

- Araştırılanlar ile eğitimci tarafından sağlananlar arasında malzeme seçimi (Slow Food Presidia ve Brezilya Nuh'un Ambarı'ndan ürünler)

Dördüncü adım (süre 1 saat)

- Sunumlar üzerinde çalışılması

Beşinci adım (süre 1 saat)

- Tarif kitapları üzerinde çalışılması

Altıncı adım (süre 1 saat)

- Diğer gruplara yapılan sunumlar
- Tarif kitaplarının sunumu
- Nuh'un Ambarı ve/veya Slow Food Presidia ürünlerinin tadılması

Presidia - 400'den fazla yok olma tehlikesiyle karşı karşıya olan kaliteli gıda üretimlerini sürdürmek için küçük ölçekli üretici gruplarıyla çalışılan proje.

Nuh'un Ambarı - Meyveler, sebzeler, hayvan türleri, peynirler, ekmekler, tatlılar ve tütülenmiş etlerden oluşan olağanüstü bir mirası, nesli tükenmekte olan geleneksel yiyecekleri kataloglama projesi.

## Ortam

Öğrenciler, altı gruba ayrıldıktan sonra birlikte tartışabilmeleri, çalışabilmeleri ve iş birliği yapabilmeleri için masaların etrafında oturmalıdır.

## Malzemeler

Büyük bir oda, en az altı masa, sandalye, poster, renkli keçeli kalemler, yapıştırıcı, makas, bilgisayar, resimler, gazete makaleleri, dergiler, video, projektör, Brezilya Presidia ve Nuh'un Ambarı ürünleri.

## Koordinatörler

Gruplar içinde iş birliğini ve katılımı denetlemek ve kolaylaştırmak için iki eğitimci

## Etkinlik Hazırlığı ve Planlama

Eğitim malzemelerini hazırlayın: Brezilya Presidia ve Nuh'un Ambarı'ndan video, makale, dergi, kitap, resim, yemek tarifleri ve gıda ürünleri

## Daha Fazla Bilgi

[www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias](http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias)

[www.mundoeducacao.com.br/geografia/biomas-brasileiros.htm](http://www.mundoeducacao.com.br/geografia/biomas-brasileiros.htm)

[www.guardioesdabiosfera.com.br](http://www.guardioesdabiosfera.com.br)

[www.slowfoodbrasil.com](http://www.slowfoodbrasil.com)

# .8 Biyom Oyunu

## Hedefler

Türkiye biyomları ile ilgili etkinliklerde ele alınan içeriğin anlaşılmasını gözden geçirmek ve teyit etmek.

Oyun, oldukça karmaşık ve oldukça zengin olan içeriğin eğlenceli ve ilgi çekici bir şekilde gözden geçirilmesine imkan sağlıyor. Aynı zamanda, nihai hedefe ulaşmak için öğrenciler birlikte çalışmalı, motive olmalı, kendilerinin ve başkalarının ihtiyaç duyduğu zamana saygı göstermelidir.

## Katılımcılar

9-14 yaş arası öğrenciler

## Etkinlik Tanımı

- Oyun için bir saat, kareleri hazırlamak için bir saat
- Uygun bir alanda karelerin hazırlanması
- Biyom projesi için sınıfın eşit gruplara bölünmesi
- Oyunun açıklaması: Her grup dev zarı atar ve cevaplamaları gereken bir soru bulacakları ilgili kareye giderler. Cevap yanlışsa grup orijinal karesine geri döner.
- Son kareye ilk ulaşan grup kazanır.

## Ortam

Tebeşir ve bant kullanarak kareleri çizmek için uygun alan (örneğin; okul spor salonu veya beton zeminli açık alan)

## Malzemeler

Önceki etkinliklerde ele alınan içerikle (biyomlar vb.), yapışkan bant, tebeşir, büyük karton zar, tahmin edilecek veya tanınacak yiyeceklerle ilgili resim ve sorular içeren fotokopiler

## Koordinatörler

Kareleri hazırlamak, oyunun dinamiğini yönetmek ve hakemlik yapmak için iki eğitimci (Çocuklar bazen çok rekabetçi olabiliyor.)

## Etkinlik Hazırlığı ve Planlama

- Etkinlik için en uygun alanı bulun.
- Tüm kareleri ve ilgili soruları çözümlenmiş olarak ayrıntılı olarak geliştirin.
- Soruların fotokopisini çekin ve gerekli tüm materyalleri hazırlayın.
- Alanları önceden hazırlayın.

# .9 Köstebek Haritası

## Bitkileri keşfetmek ve tanımlamak

### Hedefler

- Duyuları eğitime
- Konsantrasyon becerilerini geliştirme
- Güven inşa etme
- Otları, baharatları ve meyveleri tanıma
- Ezberleme

### Katılımcılar

Çocuklar, yetişkinler ve aileler  
Çiftler halinde yapılan etkinlik

### Etkinlik Tanımı

Katılımcıları çiftlere ayırın. Her çiftten bir kişinin gözleri bağlanır ve köstebek olur, diğeri ise köstebeği eliyle gezdirir. Gezdireni, köstebeği sessizce duyuşal alana getirir ve 3-5 bitki, baharat ve meyve örneği arasında koklamasına, dokunmasına ve tatmasına yardımcı olur. Daha sonra köstebek birkaç kez döndürölür ve duyuşal alandan çıkarılır. Köstebek göz bağıını kaldırır, kokladıkları ve dokundukları otları/baharatları/meyveleri tanımlamaya çalışarak alana döner.

### Ortam

Üç masayı üç farklı alana konumlandırın, tanımlanacak ürünleri bu masaların üzerinde düzenleyin.

### Malzemeler

#### Ürünler

- 10 farklı bitki ve baharat: adaçayı, nane, fesleğen, defne, biberiye, sarımsak, soğan, tarçın, karanfil, kekik, safran, kimyon, vanilya vb.
- Beş çeşit mevsim meyvesi: çilek, kiraz, kayısı, şeftali vb.
- Oyunu daha karmaşık hale getirmek için farklı nane, kekik, kiraz vb. çeşitleri ekleyin.
- Aynı ürünün sentetik versiyonlarını eklemek de ilginç olabilir: vanilin/vanilya, çilek aroması/çilek vb.

#### Ekipman

- Göz bağı
- Üç masa
- Her masa için bir masa örtüsü
- Üzerinde her numune için kod (rakam veya harf) olan etiket
- Kodun açıklamasını içeren bir sayfa

#### İşaret

- Etkinliğin ismi ve açıklaması olan bir işaret
- Gerekliyse, etkinliğin zaman tablosunu içeren bir işaret
- Slow Food topluluğu tarafından üretilen ve oyunda kullanılması için katılımcılara dağıtılmak üzere bastırılan ürün tanıtımları (çeşidin yaygın ve bilimsel adı, mevsimsellik, kısa botanik ve duyuşal tanım, mutfakta kullanımlar)

### Koordinatörler

2-3 kişi

Katılımcılara ekstra bilgi vermek için duyuşal analiz ve mevsimsellik becerilerine sahip en az bir kişi ile alan yönetme, hazırlama ve toplama konusunda pratik becerilere sahip en az bir kişi

### Daha Fazla Bilgi

MIUR Buono Pulito e Giusto course (öğretmenler ve okullar için)

C. Barzanò e M. Fossi, <https://kapadokyayayinlari.kapadokya.edu.tr/yayin/hangi-duyu-duyu-egitimine-yonelik-kisa-bir-kilavuz/>, Slow Food, 2007 (www.slowfood.com/education)

Duyu Eğitimi, Gıda Alışverişi, Otlar, Baharatlar ve Gıda Yetiştirme üzerine Gıda Uzmanlığı kursları  
Çeşitli yazarlar, Il Piacere dell'orto, Bra, Slow Food Editore, 2010

# .10 Bahçede Şekil ve Renkler

## Meyve ve sebzelerin içindeki doğal renkleri ve gizli şekilleri keşfedin

### Hedefler

- Farklı meyve ve sebze türlerini tanımak ve öğrenmek.
- Bahçe ürünlerinin farklı kullanımlarını keşfetmek.
- Yaratıcılığı geliştirmek.
- Bahçedeki ürünlerle eğlenmek.

### Katılımcılar

2-10 yaş arası çocuklar

Maksimum çocuk sayısı, mevcut alan ve çalışan sayısına göre belirlenir.

### Etkinlik Tanımı

Çocuklar, herhangi bir konunun resmini yapmak için kullanabilecekleri fırçalara, doğal boyalara ve damgalara erişebilecekleri masalara otururlar. Boyalar ve damgalar meyve ve sebzelerden yapılır. Çocuklar sebzelerin içindeki "gizli" şekilleri, önceden kesilmiş veya yenilerini keserek (küçüklerse, koordinatörler yardımıyla) keşfederler.

Koordinatörler farklı şekiller önerir ve boyaların nasıl yapıldığını anlatır.

### Ortam

- Masaları, sandalyeler etraflarında olacak şekilde konumlandırın.
- Her masaya damgaları, fırçaları, boya kavanozlarını ve bunları yapmak için kullanılan meyve ve sebze örneklerini koyun.
- Sebzeleri damga şeklinde kesmek için bıçaklar sadece daha büyük çocuklara dağıtılmalıdır.

### Malzemeler

Ürünler

- Damga olarak kullanılacak meyve ve sebzeler: patates, havuç, marul başlarının tabanı, soğan vb.
- Doğal boya olarak kullanılabilen meyve ve sebze suları: kırmızı lahana, havuç, çilek, pancar, turp, kırmızı üzüm, böğürtlen vb.

Kâğıt

- Kâğıt (geri dönüştürülmüş tercih edilir)

Ekipman

- Etrafında sandalyeler olan iki veya üç alçak masa
- Fırçalar, mümkünse doğal malzemelerden yapılmış olmalıdır. Örneğin; elastik bir bant vb. ile bir arada tutulmuş odunsu otların sivri uçları ve tutamları
- Bıçak (sadece büyük çocukların kullanımı için)
- Kesme tahtası

Malzemelerin hazırlanması için gerekli olanlar

- Doğal boyaları koymak için cam kavanozlar (her renk için birkaç kavanoz, böylece her masa mevcut tüm renklere sahip olur.)
- Meyve suları yapmak için mutfak robotu, blender veya meyve sıkacağı
- Meyve sularını süzmek için süzgeç

İşaretler

- Etkinliğin adını ve açıklamasını içeren bir işaret
- Gerekirse, etkinlik programını içeren bir işaret
- Slow Food topluluğu tarafından üretilen ve oyunda kullanılması için katılımcılara dağıtılmak üzere bastırılan ürün tanıtımları  
Açıklamalar şu bilgileri içerebilir: Çeşidin yaygın ve bilimsel adı, mevsimsellik, kısa botanik ve duyuşsal açıklama, mutfakta kullanım vb.

### Koordinatörler

Alanları yönetme (hazırlık-toplama) ve çocukları sanat etkinliklerine ve atölye çalışmalarına dahil etme konusunda pratik becerilere sahip iki kişi (yaklaşık sekiz çocuk için)

### Daha Fazla Bilgi

E. Bussolati, L'orto - un giardino da gustare. Collana Slow Kids Per mangiarti meglio. Slow Editore 2011

### Muhtemel Varyasyon

Elektrik prizlerine erişiminiz varsa, mutfak robotları prize takılabilir ve çocuklar meyve sularını/boyaları kendileri yapabilir.

# .11 Yemekler ve Geldikleri Yerler

## Doğru eşleşmeyi belirlemek

### Hedefler

- Belirli bir yerde üretilen yiyeceklerin farkındalığını teşvik etmek
- Gıdaların mevsimselliği ve yerel kökenleri hakkında fikir sahibi olmak
- Kaliteli geleneksel ürünler (presidia) hakkındaki bilgileri derinleştirmek

### Katılımcılar

Bireysel oyun: yetişkinler ve aileler

Takım oyunu: Her biri 1-4 kişiden oluşan iki takım

### Etkinlik Tanımı

Bireysel oyun

Katılımcı, her bir presidium'u menşee ülkesiyle eşleştirmeye çalışır, ardından doğru eşleştirmelerle basılı haritaya bakarak tahminlerini kontrol eder. Bir çözüm haritasında bütün ülke-presidium ve presidium-mevsim eşleşmeleri gösterilir.

Takım oyunu

Katılımcılar, üzerinde aynı ülkelerin çizili olduğu iki dünya haritasına sahip iki takıma ayrılır. Her takım aşağıdakilere sahip olacaktır:

- Üzerinde dört mevsimin yazılı veya çizili olduğu yapışkan kâğıtlar
- 10 adet presidia fotoğrafı

Koordinatör, her takım için bir sözcü atayacak ve bir presidium fotoğrafı ve bir mevsime ait yapışkan kâğıt seti kullanarak oyunu açıklayacaktır. Koordinatör, 10 dakikaya ayarlanmış bir zamanlayıcı kullanarak ilk etkinliği başlatır: Her takım, presidia ürünlerinin fotoğraflarını doğru bölgelerde konumlandırmalıdır.

Bunu ikinci etkinlik takip eder: Altı dakika içinde, her takım haritadaki her bir presidium fotoğrafına ürünün hangi mevsimde yapıldığını gösteren bir yapışkan kâğıt eklemelidir.

Süre dolduğunda, koordinatör ekiplerle birlikte kaç fotoğrafın ve yapışkan kâğıt doğru yerleştirildiğini kontrol eder. Her takım için rakiplerinden yanlış eşleşmeleri belirtmeleri ve düzeltmeleri istenir. Rakip takım bilmiyorsa, koordinatör, [www.slowfoodfoundation.org](http://www.slowfoodfoundation.org) sitesinde bulunan bilgilerden yararlanarak hangilerinin yanlış olduğunu açıklar ve bilinmeyen ürünler hakkında bazı temel bilgiler verir.

En yüksek sayıda doğru eşleştirmeye sahip olan takım kazanır.

Sonunda, her iki takım da presidia'dan bir ürünün tadına bakar.

### Ortam

Dünya haritası, sandalyeler ve masalar içeren bir derslik

### Malzemeler

- Etkinliğin başlığını ve alt başlığını içeren bir işaret
- Gerekirse etkinlik saatlerini gösteren bir işaret
- İdeal olarak A2 boyutunda bir dünya haritası
- İdeal olarak A3 boyutunda çözümler içeren bir dünya haritası
- Dört kit yapışkan kâğıt
- Bir adet masa
- Presidia ürün listesi (> [Ek 1'e bakınız.](#))
- Fotoğraflar için kutu
- Presidia ürünlerinin fotoğrafları
- Slow Food Foundation web sitesinden alınarak basılan presidia açıklamaları ([www.slowfoodfoundation.org](http://www.slowfoodfoundation.org))
- Sonunda tadım için tabaklar, peçeteler ve çatal bıçak takımı
- Gerekirse kesme tahtası

### Koordinatörler

Yerel ürünler, mevsimsellikleri ve presidia hakkında bilgisi olan 1-2 kişi

Grupları yönetmede ve insanları oyuna dahil etmede iyi olan 1-2 kişi

### Daha Fazla Bilgi

[www.slowfoodfoundation.org](http://www.slowfoodfoundation.org)

AA.VV. *Slow Food Presidia*, 2012

KELİME			
No.	ÜLKE	PRESIDIUM	KATEGORİ
1	ALMANYA	BAMBERGER HÖRNLA PATATESİ	Yumru
2	ALMANYA	FRANCONIAN GRÜNKERN	Tahıl
3	AFGANİSTAN	HEARTABJOSH KURU ÜZÜM	Meyve
4	ARJANTİN	QUEBRADA DE HUMAHUACA ANDEAN PATATESİ	Yumru
5	ARJANTİN	YACÓN	Yumru
6	AVUSTURYA	LUNGAU TAUERN ÇAVDAR	Tahıl
7	AVUSTURYA	PIT LAHANA	Sebze ve konserve
8	AVUSTURYA	WIESENWIENERWALD CHEQUER AĞACI	Meyve
9	BELARUS	ROSSON İNFÜZYONLARI VE YABANI MEYVELER	İnfüzyon
10	BİRLEŞİK DEVLETLER	ANISHINAABEG MANOOMIN	Tahıl
11	BİRLEŞİK DEVLETLER	MAKAH OZETTE PATATESİ	Yumru
12	BİRLEŞİK DEVLETLER	SEBASTOPOL GRAVENSTEIN ELMASI	Meyve
13	BİRLEŞİK KRALLIK	THREE COUNTIES PERRY	Alkol
14	BOSNA-HERSEK	POZEGACA PLUM SLATKO	Reçel
15	BREZİLYA	PIANCÒ VALLEY KIRMIZI PİRİNCİ	Tahıl
16	BREZİLYA	SATERÉ MAWÉ NATIVE WARANÀ	Meyve
17	BREZİLYA	SERRA CATARINENSE ARAUCARIA FİNDİĞİ	Kabuklu Yemiş
18	BREZİLYA	UMBU	Meyve
19	BULGARİSTAN	SMILYAN FASÜLYESİ	Baklagiller
20	DOMİNİK CUMHURİYETİ	SIERRA CAFETALERA KAHVESİ	Kahve
21	EKVATOR	NACIONAL KAKAOSU	Kakao
22	ETİYOPYA	HARENNA FOREST YABANI KAHVESİ	Kahve
23	FRANSA	HAUTE-PROVENCE EINKORN	Baklagiller
24	FRANSA	LORIENT LAHANASI	Sebze
25	FRANSA	PARDAILHAN SİYAH TURP	Yumru
26	FRANSA	SAINT-FLOUR GOLDEN MERCİMEK	Baklagiller
27	GUATEMALA	HUEHUETENANGO HIGHLAND KAHVESİ	Kahve
28	HİNDİSTAN	DEHRADUN BASMATI PİRİNCİ	Tahıl
29	HIRVATİSTAN	LJUBITOVICA ŞARAK SARIMSAĞI	Sebze
30	HOLLANDA	LIMBURG ŞURUBU	Şurup
31	HONDURAS	CAMAPARA MOUNTAIN KAHVESİ	Kahve
32	İTALYA	ACQUAVIVA KIRMIZI SOĞAN	Sebze
33	İTALYA	ALBENGA VIOLET ASPARUGUS VALLEGGIA KAYISI	Sebze Meyve
34	İTALYA	CARMIGNANO KURU İNCİR	Meyve
35	İTALYA	COCOMERINA ARMUTU	Meyve
36	İTALYA	GARBAGNA BELLA KİRAZI CARMIGNOLA OX-HORN BİBERİ ORBASSANO KIRMIZI KEREVİZ	Meyve Sebze Sebze
37	İTALYA	GRUMOLO DELLE ABBADESSE PİRİNCİ	Tahıl
38	İTALYA	MORMANNO MERCİMEK	Baklagiller
39	İTALYA	NAPLES HEIRLOOM DOMATESİ CASTELLAMMARE MOR ENGİNAR NEAPOLITAN PAPACCELLA	Sebze Sebze Sebze
40	İTALYA	NÜBIA KIRMIZI SARIMSAK USTIC MERCİMEK	Sebze Baklagiller

No.	ÜLKE	PRESIDIUM	KATEGORİ
41	İTALYA	POMPIÀ	Meyve
42	İTALYA	RESIA SARIMSAK	Sebze
43	İTALYA	SANTO STEFANO DI SESSANIO MERCİMEK	Baklagiller
44	İTALYA	SIBILLINI DAĞLARI PEMBE ELMASI	Meyve
45	İTALYA	TREVI SIYAH KEREVİZ	Sebze
46	İTALYA	VALTELLINA KARA BUĞDAY	Tahıl
47	İSPANYA	BALLOBAR CAPER	Meyve
48	İSPANYA	GANXET FASULYESİ	Baklagiller
49	İSPANYA	MUNGIA TALO	Tahıl ürünü
50	İSPANYA	ZALLA MOR SOĞANI	Sebze
51	İSVEÇ	ÖLAND ISLAND KAHVERENGİ FASULYE	Baklagiller
52	İSVİÇRE	FARINA BÓNA	Tahıl ürünü
53	İSVİÇRE	MÜSTAIR VALLEY ÇAVDAR EKMEĞİ	Tahıl ürünü
54	İSVİÇRE	SWISS BRENZERKIRSCH	Alkol
55	İSVİÇRE	SWISS KURUTULMUŞ YEŞİL FASULYE	Sebze
56	İSVİÇRE	TAFELJURA ERİK BAHÇESİ	Meyve
57	İSVİÇRE	WALLIS GELENEKSEL ÇAVDAR EKMEĞİ	Tahıl ürünü
58	JAPONYA	UNZEN TAKANA SEBZESİ	Sebze
59	KANADA	KIRMIZI FIFE BUĞDAYI	Tahıl
60	KENYA	LARE KABAĞI	Sebze
61	KENYA	MAU FOREST KURUTULMUŞ ISIRGANI	Sebze
62	KENYA	NZOIA RIVER REED TUZU	Baharat
63	LÜBNAN	KECHEK EL FOUQARA PEYNİRİ	Tahıl
64	MAKEDONYA	DOĞAL İNCİR SLATKO	Reçel
65	MADAGASKAR	ALAOIRA LAKE DISTA PİRİNCİ	Tahıl
66	MALİ	DOGON SOMÈ	Baharat
67	MEKSİKA	CHONTALPA KAKAOSU	Kakao
68	MEKSİKA	SERI FIRE KAVRULMUŞ MESQUITE	Baklagiller
69	MEKSİKA	TEHUACÁN AMARANTH	Tahıl
70	MISIR	SIWA HURMASI	Meyve
71	ÖZBEKİSTAN	BOSTANLYK TARİHİ BADEM ÇEŞİTLERİ	Meyve
72	PERU	ANDEAN KAÑIHUA	Çalı
73	PERU	PAMPACORRAL TATLI PATATESİ	Yumru
74	PERU	SAN MARCOS ANDEAN MEYVESİ	Meyve
75	ROMANYA	SAXON VILLAGE REÇELİ	Reçel
76	SENEGAL	FADIOUTH ISLAND TUZLU MILLET KUSKUS	Tahıl ürünü
77	SENEGAL	GANDOUL ISLAND DOĞAL MEYVE SUYU	Meyve ve yan ürün
78	SIERRA LEONE	KENEMA KOLA	Meyve
79	ŞİLİ	PURÉN BEYAZ ÇİLEĞİ	Meyve
80	TACİKİSTAN	PAMIR DUTU	Meyve
81	YENİ KALEDONYA	LIFOU ISLAND TARO VE YAM	Yumru
	TÜRKİYE	PRESIDIUM	KATEGORİ
1	KARS	BOĞATEPE GRAVYERİ	Peynir
2	KARAMAN	DİVLE OBRUK PEYNİRİ	Peynir
3	KASTAMONU	SİYEZ BULGURU	Baklagiller
4	EGE BÖLGESİ	SIZMA ZEYTİNYAĞI	Yağ

# .12 Buğday ve Fasulye Oyunu

## Pirinç sadece beyaz, fasulye sadece kahverengi olmaz!

### Hedefler

Ancak pazarlarda bulunan, okul kantinlerinde ve evde nadir kullanılan çeşitli pirinç ve fasulye türleriyle ilgili (Türk mutfağındaki temel gıdalar) çocuklara bilgi vererek Türkiye'nin muazzam biyolojik çeşitliliğini tanıtmak.

- Yaratıcılık gerektiren bir deneyim ile çocukların meraklarını uyandırmak.
- Bir ürün sayesinde hayatını devam ettiren, yani söz konusu ürünü ve türlerini küçük ölçekte yetiştirmek için birçok fedakârlık yapan yerel üreticilerin önemsenmesini sağlamak.
- Çocuklar, ailelerinin yemek alışkanlıklarında değişiklik yaratan kıvılcım olabilir.

### Katılımcılar

4-7 yaş arası çocuklar

### Etkinlik Tanımı

Süre 45 dakika

- Çeşitli buğday (siyez buğdayı, karabuğday, develi buğdayı, şahman buğdayı vb.) ve baklagil (barbunya, bakla, ayşe kadın, börülce, ispir fasulye vb.) türlerini inceleyin ve yorumlayın.
- Tahıl ve bakliyat çeşitlerine dokunun, koklayın ve ısırın (ama yemeyin!).
- Çocukların her çeşit tahıl ve bakliyatı yapıştırabilecekleri renkli kartlar hazırlayın. Bu onların yaratıcılığını arttıracaktır.
- Daha sonra etkinliği açıklamak ve farklı türleri göstermek için kartı ailelerine gösterebilirler. Buğday sadece sarı ve fasulye sadece beyaz değildir.

(Etkinlik elbette fasulyenin ekilebildiği ve büyümelerinin takip edildiği bahçede devam edebilir.)

### Ortam

Masaları at nalı şeklinde düzenleyin.

### Malzemeler

Renkli kart, makas, yapıştırıcı, yemek kapları, buğday ve fasulye çeşitleri

### Koordinatörler

1-2 eğitimci

### Etkinlik Hazırlığı ve Planlama

Mümkün olduğu kadar çok tahıl ve bakliyat temin edin ve bunların kökenleri, üretim teknikleri hakkında bilgi edinin. Etkinliğin yapılacağı odayı ve malzemeleri hazırlayın.

### Daha Fazla Bilgi

[www.portalsaofrancisco.com.br](http://www.portalsaofrancisco.com.br)

Türkiye Uyarlaması: Kapadokya Üniversitesi

Kaynak: WWF Türkiye, Türkiye'nin Buğday Atlası, 2016, İstanbul, ISBN: 978-605-9903-07-3

# .13 Kompost

## Bahçe için gübre ve toprak iyileştirici

Kompostlama ile ilgili birçok etkinlik örneği vardır. Burada, geri kazanılmış ahşap plakalar veya kullanılmış plastik şişeler kullanarak bir kompost kutusu oluşturmanızı öneririz.

Bu pratik etkinlik, bahçede sentetik gübre kullanımına bir alternatif sağlamanın yanı sıra, atık ve kaynaklar üzerine grup tartışması için bir başlangıç noktası olarak da fayda sağlayabilir.

### Hedefler

- Geri kazanılmış malzemeleri kullanarak bir kompost kutusu oluşturmak. (bitki atıklarını geri dönüştürmek ve bahçe toprağının verimliliğini artırmak için kompost üretmek)

- Toprak verimliliğini geri kazanmada kompostun önemini katılımcılarla tartışmak.
- Bir kaynak olarak atıkları (sebze artıkları, plastik şişeler, eski ahşap paletler vb.) nasıl geri dönüşüme kazandıracığımızı düşünmek.
- Konunun özünü ve doğanın ritmine saygı duymayı öğrenmek.
- El becerilerinizi geliştirmek ve grup halinde çalışmak.

### Katılımcılar

8-15 yaş arası çocuk ve ergenler

### Etkinlik Tanımı

Ahşap plakalar kullanarak kompost kutu oluşturmak için

- Öğrenciler bir şantiyeden ahşap nakliye paletleri toplarlar. Marketlerden, süpermarketlerden, depolardan ve kereste fabrikalarından paletler veya eski tahtalar da alınabilir.
- Öğrenciler kompost kutusunu sınıfta planlar ve tasarlar.
- Öğrenciler, öğretmenle birlikte tahtaları seçer, zımparalar ve çürümemesi için katranla boyar.
- Kompost kutusu çivi ve çekiç kullanılarak monte edilir.

Kullanılmış plastik şişeden kompost kutu yapmak için

- Öğrenciler, eski plastik şişeleri kullanarak evde küçük kompost toplayıcıları oluştururlar.
- Kompostlanmış malzeme daha büyük bir kaba aktarılır.

Kompostun ne zaman hazır olacağını hesaplamak için çevrenizi dikkatlice gözlemleyin: İklim (sıcak, nemli, kuru, ...), kompostun yeri ve boyutu kompostun olgunlaşması için gereken süreyi belirleyecektir.

### Ortam

Dış mekanda kompost kutularının yerleştirilebileceği bir alan ve bunların planlanıp monte edilebileceği bir atölye-sınıf düzenleyin.

### Malzemeler

Ahşap plakalar kullanarak kompost kutusunu oluşturmak için tahta kalaslar, zımpara kâğıdı, katran, fırçalar, testere, çiviler (7-12 cm), çekiç  
Kullanılmış plastik şişelerden kompost kutuları yapmak için kullanılmış plastik şişeler, diğer büyük kaplar

### Koordinatörler

Öğretmenler, vatandaşlar (örneğin; bir marangoz veya çırağı)

### Daha Fazla Bilgi

Küçük bir miktar mutfak atığını (ideal olarak küçük parçalar halinde kesilmiş çiğ sebze artıkları) toplamak için ikiye kesilmiş bir şişe kullanılabilir. Üst yarı ters çevrilir ve alt yarıya yerleştirilir, ardından sebze artıkları ile doldurulur. Bir huni gibi çalışır ve fazla sıvının şişenin alt yarısına damlamasını sağlar.

Küçük miktarlarda kompost (örneğin bir balkonda) üretmek için ideal olan başka bir kap, üstten ve alttan iki tabakla kapatılan pişmiş bir toprak kaptır. Pişmiş toprak, malzemenin nefes almasına izin verir ve kokuyu filtreler, çürümeyi ve kötü kokuları sınırlar.

## .14 Gıda ve Sağlık Ürünler ve etiketler

### Hedefler

- İnsanların yemek alışkanlıkları ve tercihleri üzerinde düşünmelerini sağlamak.
- Yiyeceklerinin nereden geldiğini ve hangi özelliklere sahip olduğunu kendilerine sormaları için onlara ilham vermek.
- İyi, temiz ve adil yiyecekleri seçmeleri, daha sağlıklı ve daha keyifli bir yaşam tarzı ve yemek alışkanlığına sahip olmaları için bazı araçlar kazandırmak.

### Katılımcılar

Yetişkinler, 6 yaş üzeri çocuklar ve aileler

Kendi başlarına veya küçük gruplar halinde (> Bkz. ortam)

### Etkinlik Tanımı

Katılımcılar, aynı ürünün endüstriyel ve zanaatkar versiyonlarını, örneğin iki meyve suyunu tadar. Tadım esnasında gözler bağlı bağlıdır. Her katılımcı daha sonra tadım kağıdını (> Bkz. Ek 1) ve beslenme alışkanlıkları sayfasını (> Bkz. Ek 2) doldurur.

Etkinliği düzenleyenler sonuçları katılımcılarla tartışır ve "İyilik ve Sağlık Kazanabilirsiniz..." isimli el kitabını dağıtır.

(> Bkz. Ek 3)

## Ortam

### Masa 0

Tadım etkinlikleri burada düzenlenir.

İki kişi, bıçaklar, kesme tahtaları ve ürünler bulunur.

### Masa 1

Bir kişi katılımcıları karşılar ve etkinliği duyurur.

Masanın üzerinde tadım kağıtları, yemek yeme alışkanlıkları kağıtları, tükenmez veya kurşun kalemler ile tadılacak ürünler olur.

En az bir kişi, gerektiğinde ürünleri ve kağıtları değiştirmeye hazır olmalı, masa 0 ve 1 arasında gidip gelmelidir.

### Masa 2

Burada en az 2-3 kişi olmalı. Her biri tadım işlemini yürütür ve aynı anda 5-8 kişilik gruplarla çalışarak tadılan iki ürünün etiketlerinin karşılaştırmalı okumasını yönetir.

Başka bir kişi, tadım ve yemek alışkanlıkları sayfalarını toplar ve karşılığında el kitabını verir. Burada dağıtım için el kitabının kopyalarını içeren bir kutu olmalıdır.

## Malzemeler

Ürünler (seçim yapılabilecek olasılıklar listesi)

- Endüstriyel ve el yapımı meyve suları
- Endüstriyel ve el yapımı peynirler (örneğin; beyaz peynir, lor peyniri ve çömlek peyniri)
- Endüstriyel ve el yapımı ekmek (örneğin; ekşi mayalı ekmek, yufka ekmeği ve dilimlenmiş beyaz ekmek)
- Endüstriyel ve el yapımı reçeller
- Bulunması kolay diğer yerel ürünler

Tek Kullanımlıklar

- Kâğıt bardaklar (dondurma veya meyve suyu için)
- Kâğıt tabaklar (peynir veya meyve için)
- Peçete

Ekipman

- Bıçak ve kesme tahtası (peynir için)
- Kaşık (reçel için)
- Kalem/kurşun kalem
- Üç adet masa

İşaretler

- Etkinliğin adını ve dikkat çekici mesajını içeren bir işaret
- Yiyecek alışveriyle ilgili listeleri içeren materyaller

Basılı Malzemeler

- Tadım formu
- Yeme alışkanlıkları formu
- "İyilik ve Sağlık Kazanabilirsiniz..." isimli el kitabı, tadım yaptıktan ve formu doldurduktan sonra katılımcılara verilecektir.

## Koordinatörler

- Hazırlık ve servis: Ürünlerin düzgün bir şekilde kesildiğinden ve saklandığından emin olmak için organizasyon becerileri ve ürünler hakkında bilgi sahibi toplam 4 kişi (2 kişi Masa 0'da, 1 kişi Masa 1'de, 1 kişi Masa 2'de)
- Host: İnsanları masaya çekme becerisine sahip bir kişi (Masa 1)
- Tadım koordinatörleri: Tadım, yiyecek üretme ve etiket becerilerine sahip 2-3 kişi (Masa 2)


## Daha Fazla Bilgi


Günlük yiyecek alışverişi hakkında bilgi veren materyaller


## Tadım Formu

S1= ÖRNEK 1  
S2= ÖRNEK 2

GÖRSEL 		S1	S2
	RENK		
	GÖRÜNÜŞ		

TAT 		S1	S2
	ACI		
	TATLI		
	TUZLU		
	ASİT		
	UMAMI		

DOKUNUŞ VE AĞIZDA HİS 		S1	S2		S1	S2
	YAPIŞKAN			UNLU		
	SAKIZ GİBİ			SERT		
	YOĞUN			UFALANAN		
	SIVI			KADİFEMSİ		
	ÇITIR ÇITIR			PÜRÜZLÜ		
	YUMUŞAK			YAPIŞKAN		

KOKU 		S1	S2		S1	S2
	ÇİÇEK			BAHARATLI		
	MEYVEMİSİ			KIZARMIŞ		
	FINDIKSI			ODUNSU		
	BİTKİSEL			KİMYASAL		
	SİRKELİ			ALKOLLÜ		
	HAYVANSI			DİĞER YİYECEKLER		

En çok hangi örneği sevdiniz?

- S1  
 S2

En sağlıklı örnek hangisiydi?

- S1  
 S2

Hangi örnek daha standart bir lezzete sahipti?

- S1  
 S2

## Yeme Alışkanlığı Formu

	KAHVALTI	ÖĞLEN	AKŞAM
Genellikle ne zaman yersiniz?			
Genellikle kimle yersiniz?			
Ortalama ne kadar sürer?			

Aldığınız yiyeceklerin etiketine bakar mısınız?

- Evet  
 Hayır

Takip eden sorulara birden fazla yanıt verebilirsiniz

Eğer EVET ise, neleri okursunuz?

- Son kullanma tarihi  
 İçindekiler  
 Ağırlık  
 Üretim yeri/ menşei (varsa)  
 Besin değerleri (varsa)  
 Marka  
 Özel teklifler /promosyonlar  
 Diğer \_\_\_\_\_

Alışverişe gittiğinizde veya ev dışında yemek yediğinizde seçim yaparken hangi kriterlere dikkat edersiniz?

- Kolaylık  
 Gıdaların mevsimselliği  
 Menşei (yerel olarak üretiliyorlarsa)  
 Kişisel zevk

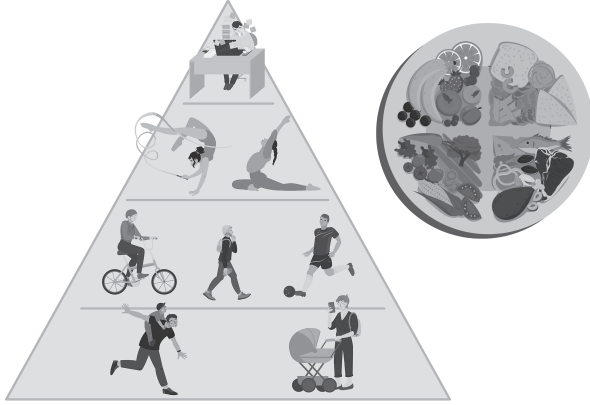
Genellikle nereden yiyecek alırsınız?

- Pazar  
 Çiftçi pazarı  
 Süpermarket  
 Yiyecek dükkanları  
 Şarküteri  
 Gıda satın alma grubu  
 Çiftlik  
 Kendi üretimi (bahçe, tavuk vb.)  
 İnternet

## "İyilik ve Sağlık Kazanabilirsiniz..."

sadece birkaç günlük uygulama ile  
İyilik ve Sağlık Kazanabilirsiniz ...

Sağlıklı beslen  
Sağlık için hareket et



### Fiziksel aktivite

- Gününüze hareket katın: Yürüyüş yapın, bisiklet sürün, bahçede bir saat geçirin, sevdiğiniz bir sporu yapın.
- Günde 10,000 adım atmak doktoru uzak tutar.

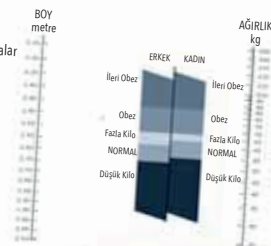
### Beslenme Alışkanlığı

- Küçük yaşta başlayın: Bebekleri emzirin ve en kaliteli malzemeleri kullanarak ek besin hazırlayın.
- Öğün atlamayın. Özellikle kahvaltı yapmadan güne başlamayın.
- Sağlıklı beslenmek için mevsiminde doğal ve taze besinler tercih edin.
- Çevreyi sağlıklı tutmaya da yardımcı olan, özellikle yerel meyve ve sebzeler olmak üzere taze gıda tüketiminizi artırın.
- Besin çeşitliliğini artırmak için her besin grubundan yeterli miktarda tüketin.
- Hayvansal kaynaklı yağlar yerine bitkisel sıvı yağları tercih edin.
- Yemekleri tatlandırmak için çiğ sızma zeytinyağı kullanın.
- Etiket okumayı öğrenin, ilave tatlandırıcılar (hatta doğal olsa bile), şeker ve renklendiriciler içeren ürünlerden kaçının.
- En kaotik günlerde bile her öğünün tadını çıkarın; dostlarla ve hoş bir yerde en az 15 dakika vakit geçirin.
- Vücudunuzu dinlemeyi öğrenin, ne zaman doyduğunuzu ve ne zaman duracağınızı size söyleyecektir.
- Yemeklerinizi küçük lokmalar halinde uzun süre çiğneyerek tüketin.
- İdeal kilonuza ulaşın ve koruyun\*: Kendinizi daha iyi hissedecek ve kronik hastalık riskinizi azaltacaksınız.
- Vücudunuzun yüzde 60'ı sudur: Susuzluğunuzu giderin! Bol su için, şekerli ve renkli içeceklerden uzak durun.

### Sigara

- Eğer sigara kullanıyorsanız bırakmaya çalışın. Kullanmıyorsanız hiç başlamayın! Vücudunuzu ve zihninizi besleyen bir yiyeceği arayıp bulmak için zaman ayırın.

İdeal kilonuzu kontrol edin:  
Kilo ve boyunuz arasındaki ilişkiyi takip edin  
<https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/beslenmehareket-hesaplamalar>



# . Formlar

# Etkinlik İsmi

## Alt İsmi

Etkinliği tanıtan bir satır (maksimum 150 karakter)

### Hedefler

Slow Food ilkelerine uygun anlatım yapıldı.

### Katılımcılar

Yaş/tür (yetişkin, öğrenci, çocuk vs.), yaş aralığı ve gerekirse, minimum veya maksimum kişi sayısını belirtin.

### Etkinlik Tanımı

Etkinlik gelişimini tanımlayın.

### Ortam

Öğretim ortamının nasıl olacağına dair tanımlama

### Malzemeler

Örneğin: kağıt tahtası, projektör, keçeli kalem, yiyecek, peçeteler, gözlükler, işaretler, kılavuzlar, çizgi romanlar, müzik ve sesler, iPod, vs.

### Koordinatörler

Etkinliği gerçekleştirmek için kaç kişiye ihtiyaç olduğunu ve ne tür becerilere sahip olmaları gerektiğini belirtin.

### Etkinlik Hazırlığı ve Planlama

Örneğin: Sınıf arama, katılımcılara bilgi gönderme, etkinliği yürüten koordinatörleri eğitme/bilgilendirme

### Daha Fazla Bilgi

Web sitesi linki, makaleler, kitaplar ve diğer genel eğitim araçları (video, kitapçık, kılavuz, set, vs.)

### Ek

Etkinliği daha iyi anlamak ve yürütmek için gerekli malzemeler

## Etkinlik planlama tablosu

SÜRE	İLERLEME SÜRESİ	KONU	İÇERİK	METODOLOJİ	ORTAM	EĞİTİM ARAÇLARI	AKTİF KATILIMCILAR
------	-----------------	------	--------	------------	-------	-----------------	--------------------

SÜRE: her bir kısım için harcanan süre

İLERLEME SÜRESİ: harcanan sürenin aşamalı hesaplanması

KONU: bölüm başlığı

İÇERİK: her bir kısım ne olduğu

METODOLOJİ: kullanılan öğretim yöntemi

ORTAM: öğretim alanının düzeni

EĞİTİM ARAÇLARI: ekipman, materyal, notlar, slaytlar, vs.

AKTİF KATILIMCILAR: konuyu kim ele alıyor

NOT: daha fazla bilgi vermek için

## Etkinlik planlama tablosu örneği

SÜRE	İLERLEME SÜRESİ	KONU	İÇERİK	METODOLOJİ	ORTAM	EĞİTİM ARAÇLARI	AKTİF KATILIMCILAR
10'		Karşılama	Kendimizi, Slow Food'u, Campania projesindeki okul bahçelerini ve atölyemizi tanıtmak	Ders	Herkes Piazza Campania'da daire şeklinde		Giusy
20'	30'	...mevsimselliği takip edelim Görsel analiz	Meyve ve sebzelerin mevsimselliğini keşfederek bahçede eğitici bir yürüyüş yapın. Günlük beslenmedeki önemini vurgulayarak beslenme yönergelerini tanımlayın. Neden mevsimlik yiyecekler yemeliyiz? Mevsimi olmayan yiyecekleri neden yememeliyiz?	Katılımı teşvik edici sorular	Bahçede	Bahçede yetişen mevsimsel meyve ve sebzeler	Giusy ve katılımcılar
20'	50'	... mevsimselliği takip edelim Geri Bildirim	İki takım yapın: meyve takımı ve sebze takımı. 10 dakika içinde bahçede gördükleri ürünleri kullanarak "Mevsim Yemeği"ni oluşturmaları gerekir. "Mevsim Yemeği"ni en iyi temsil eden takım kazanır.	Katılımcı ekip çalışması	Bahçe masası etrafında	Kalem, boya, kağıt, çift taraflı yapışkanlı bant, kart, yumurta saati	Giusy ve katılımcılar
10'	60'	... mevsimselliği takip edelim Sonuçlar	Sonuçlar, vedalaşma ve meyve ve sebzelerin mevsimselliği ile ilgili kitapçık ve takvimin her öğrenciyeye dağıtımı.	Ders	Bahçede	Meyve ve sebze kitapçığı ve takvimi	Giusy

Not: 20 ortaokul öğrencisi. Yaş aralığı 11-13





Slow Food

... keyiflidir, iyi hissetmek ve keyif

bir fırsat

... yavaşlığın değerini, kendi ritmimize

saygı duymayı

... deneyimleyerek öğrenmektir, çünkü

çıktılarını zengin

... kültür, bilgi, tecrübe ve görüş çeşit

.. bireysel ihtiyaçları ve her bireyin

... her konuya kendi karmaşıklığı

[www.slowfood.com](http://www.slowfood.com)  
[www.slowfoodfoundation.org](http://www.slowfoodfoundation.org)  
[education@slowfood.com](mailto:education@slowfood.com)

yaklaşım

... bireyin kendi vizyonunu anlaması,

için zaman



**KAPADOKYA  
ÜNİVERSİTESİ**  
Nevşehir Yerleşkeleri:  
Mustafapaşa - Uçhisar - Ürgüp  
Tel: 0384 353 5009 (pbx) Faks: 0384 353 5125  
İstanbul Yerleşkesi:  
Sabiha Gökçen Uluslararası Havalimanı  
Tel: 0216 588 0010 (pbx) Faks: 0216 588 0012  
[info@kapadokya.edu.tr](mailto:info@kapadokya.edu.tr)



[www.kapadokya.edu.tr](http://www.kapadokya.edu.tr)

yolcu