

БРОЙ. 3 | МАЙ 2021

НА ФОКУС



Месечен бюлетин за TRACEUS, съфинансиран по програма Еразъм+ на ЕС



Представяне на E-Seniors

E-Seniors е основана през 2005г. от Изпълнителния директор Monique Epstein. E-Seniors има за цел да работи за цифровизация и преодоляване на електронното изключване на възрастните хора във Франция, предимно в Париж. E-Seniors предлага курсове за дигитална и компютърна грамотност на възрастни хора и ги осведомява за важноста на дигиталните решения в ежедневието им. Предлага и интерактивни игри в дневни центрове и домове за стари хора. Изпълнява многобройни европейски проекти през програмите Хоризонт2020, Еразъм + и Здраве и храна на Европейския институт за иновации и технологии, насочени към овластяване на възрастни хора и запазване на тяхното физическо и психическо здраве в късна възраст. Patrizia и Marianne отговарят за проект TRACEUS - за управлението на средствата и за доброто изпълнение на планираните дейности. Те събират и обобщават нужди и очаквания на възрастните хора и ги предават към партньорите в проекта, за да бъдат разработени подходящи онлайн инструменти.



ПРЕГЛЕД

- Проектни новини
- Представяне на E-Seniors
- Френските участници на фокус

Проектни новини

Зимата отмина, дойде пролетта, но много от партньорските ни държави са все още или отново в локдаун. Въпреки това, проектът ни набира скорост - адаптирахме се към Zoom срещите! Всички партньори събраха и получиха от участниците в проекта доста ценна обратна връзка за бъдещия уебсайт и за нуждите от обучения на възрастните хора. Нашият уебсайт ще бъде завършен в следващите седмици, а ние ще насочим вниманието си към обучителната платформа, която скоро ще представим на всички участници.

На последната среща решихме бюлетинът да излиза през целия период на проекта, така че ще имаме възможност да представим всички участници и да научим повече рецепти и кулинарни традиции от Европа и отвъд.

Френските участници на фокус

Запознайте се с нашите френски участници Guy и France! Те са женени и споделят домакинските задължения, включително готвенето. France е добра готвачка, въпреки че смята, че готви в рамките на обичайното. Guy пък си пада по много прости рецепти. France обича да готви заедно с най-малката си дъщеря. Синът им също готви много добре и го бива и в по-сложните ястия. France е давала уроци по готвене на деца, настанени в грижа като приготвя с тях основни рецепти по много забавен начин.

И двамата харесват рецепти от различни държави, защото са пътували много. За да се вдъхнови да приготви някоя рецепта, France отива на местния фермерски пазар и избира пресни продукти, които комбинира според желанията си.

Тя готви много често риба, защото е от Нормандия и има рецептите от майка си, която също е готвела основно риба. Майката на Guy също е пригонвяла риба всеки петък, както повелява религията. Но той не обича риба, докато не среща France, която го кара



да преоткрие вкуса ѝ чрез нейните семейни рецепти. Guy готви главно пържоли, като умело борави с различното време на приготвяне. Обича да прави и прости десерти (като Паундова торта, например).

France пази традиционните рецепти на майка си - за печено свинско с ябълки, френско рагу, френска телешка яхния; но супата от моркови е една от най-любимите ѝ. Двамата почти не търсят рецепти в интернет, а предпочитат готварските книги. France често се допитва до тях най-вече за количествата. Guy и France желаят да споделят своите рецепти и традиции чрез проекта TRACEUS, но искат и да научат нови екзотични рецепти.



Да си направим морковена супа

4 порции

Продукти

1 голяма глава лук, нарязана
50 гр. пресен джинджифил
3 скилидки чесън, нарязани на ситно
1.5 л. вода или зеленчуков бульон
250 мл. бяло вино
600 гр. моркови, нарязани на тънки ивици
2 с.л. пресен лимонов сок
Сол и пипер
Пресен лук или магданоз, нарязан

Начин на приготвяне

Задушете лука в тенджера на умерен огън, след това добавете чесъна и джинджифила. Гответе 15 минути, като междувременно добавите виното. Прибавете зеленчуковия бульон и морковите. Оставете да заври и след това гответе на умерен огън в продължение на 45 минути. Разбъркайте супата и преди сервиране добавете магданоз (или пресен лук), лимонов сок, сол, черен пипер и евентуално малко къри на прах. Може да се яде топла или студена.

