



Ενημερωτικό δελτίο για το TRACEUS, το οποίο συγχρηματοδοτείται από το Erasmus +



## ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΗΣ MEDITER

Το Ευρωμεσογειακό Δίκτυο Συνεργασίας - MEDITER είναι ένα δίκτυο ΜΚΟ φορέων που προωθούν την ανταλλαγή και τη μεταφορά γνώσεων, στρατηγικών δεξιοτήτων και καλών καινοτόμων πρακτικών στον ευρωμεσογειακό χώρο. Πιστεύουμε ακράδαντα στη συνεργασία ως στρατηγικό παράγοντα για την ανάπτυξη και την ειρήνη. Διαθέτουμε εκτεταμένη εμπειρία στο σχεδιασμό και την υποστήριξη προγραμμάτων που αντιμετωπίζουν σύγχρονες κοινωνικές ανάγκες, σε ευρωπαϊκό επίπεδο και μεταξύ των δύο ακτών της Μεσογείου. Το MEDITER έχει αναπτύξει μέτρα για την πρόληψη και την αντιμετώπιση του οικονομικού, πολιτιστικού και κοινωνικοοικονομικού αποκλεισμού ευάλωτων ομάδων (μονογονεϊκές οικογένειες, εκτοπισμένοι, χήρες πολέμου, πρόσφυγες, μετανάστες). Ιδιαίτερη προσοχή δίνεται στη δυναμική των φύλων. Εδρεύουμε στις Βρυξέλλες και έχουμε γραφείο στη Βηρυτό.

Ο Victor Matteucci είναι ο πρόεδρος της Mediter, ασχολείται με τη στρατηγική συνεργασία στην περιοχή της Μεσογείου και στη Μέση Ανατολή, την αλληλεγγύη και την τοπική ανάπτυξη, την κοινωνική και πολιτιστική **δέσμευση -και τον στρατηγικό σχεδιασμό**. Είναι εμπειρογνώμονας στο πρόγραμμα EuropeAid DEVCO -**διαχείριση** και ανώτερος συντονιστής των δράσεων εξωτερικής συνεργασίας στην Ευρώπη. Επίσης λειτουργεί ως εμπειρογνώμονας δράσεων στην περιοχή της Μεσογείου και στη Μέση Ανατολή - **μεταφορά στρατηγικών δεξιοτήτων, υποστήριξη της δυναμικής των φύλων, επικουρικότητα**, σχέσεις μεταξύ τοπικών αρχών και ΜΚΟ, οικονομία της γνώσης. Η Michela Valentini είναι υπεύθυνη ευρωπαϊκών έργων καθώς επίσης και εκπρόσωπος της Mediter για το TRACEUS. Διαθέτει εμπειρία στον τομέα της κοινωνικής ένταξης και της ισότητας. Είναι επίσης συνδικαλίστρια.



## ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ

- ΝΕΑ ΓΙΑ ΤΟ ΕΡΓΟ
- ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΟΥ MEDITER
- ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΒΕΛΓΟΥΣ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΜΑΣ

## ΝΕΑ ΓΙΑ ΤΟ ΕΡΓΟ

Η Ανοιξη είναι για τα καλά εδώ, με τον όμορφο μήνα Μάιο - αν και για πολλές από τις χώρες εταίρους μας, δεν ανταποκρίθηκε στις υποσχέσεις της, περισσότερο σαν μια τελευταία έκρηξη του χειμώνα παρά σαν έναρξη του καλοκαιριού. Ίσως γι' αυτό αργήσαμε με το ενημερωτικό μας δελτίο αυτό το μήνα, ελπίζοντας για το καλοκαίρι

Αυτός ήταν ο μήνας κατά τον οποίο επρόκειτο να πραγματοποιηθεί η δεύτερη συνάντηση μεταξύ των εταίρων μας, και πραγματοποιήθηκε, αλλά πήγαμε στο Παρίσι μόνο εικονικά. Παρ'όλα αυτά ήταν μια υπέροχη επίσκεψη. Ακολουθήσαμε έναν χάρτη με υπέροχα εστιατόρια και παρακολουθήσαμε έναν από τους Γάλλους συν-δημιουργούς να μας φτιάχνει ένα πιάτο. Επιπλέον, κάναμε ένα κουίζ για το ευρωπαϊκό φαγητό (**αυτό ήταν ένα κουίζ που έγινε και θα το βρείτε στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα σας το επόμενο φθινόπωρο**).

Τέλος, διαθέτουμε μια πλατφόρμα μάθησης, που σχεδιάστηκε από την Cardet στην Κύπρο. Αυτή τη στιγμή εργαζόμαστε για την παραγωγή και μεταφραση του μαθησιακού υλικού.

## ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΒΕΛΓΟΥΣ ΣΥΝΔΗΜΙΟΥΡΓΟΥΣ ΜΑΣ

Η Abibata Konate, αποκαλούμενη επίσης Mama Africa, είναι μία από τις συνδημιουργούς μας. Κατάγεται από την Ακτή Ελεφαντοστού. Έφτασε στην Ιταλία το 1994, έζησε στο Παλέρμο για μερικά χρόνια πριν μετακομίσει στο Βέλγιο. Αποφάσισε αμέσως να αφιερωθεί σε δραστηριότητες και έργα που απευθύνονται σε παιδιά και γυναίκες. Συμμετέχει σε συλλόγους και έργα για τη βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης των Burkinabè, αποτελώντας σημείο αναφοράς και έγκυρο σύνδεσμο μεταξύ του ευρωπαϊκού πολιτισμού και του πολιτισμού της Κεντρικής και Ανατολικής Αφρικής.

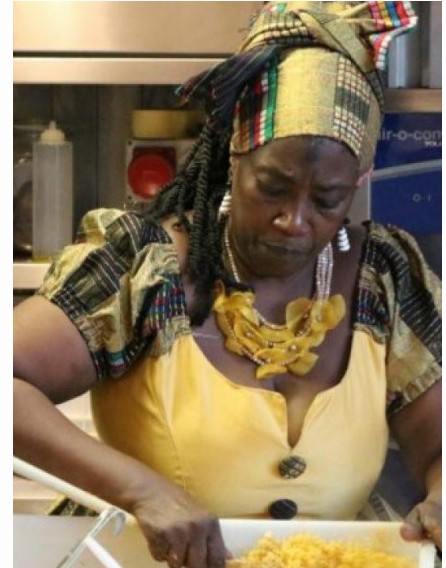
Έχει συμμετάσχει σε πολλά έργα, ξεκινώντας από μια μικρή ταβέρνα στη συνοικία Ballarò, το ιστορικό κέντρο της πρωτεύουσας της Σικελίας, όπου το 2000 προσέφερε ζεστά πιάτα και εδέσματα σε πολλούς συμπατριώτες και μετανάστες που νοσταλγούσαν την κουζίνα τους.

Αυτή η εμπειρία τελείωσε, από την οποία αναπτύχθηκε όλο και περισσότερο το πάθος της για τη μαγειρική. Όντας εξαιρετική Ιβोरιανή μαγείρισσα, κέρδισε **δύο εκδόσεις του "Cous Cous Fest"**, ενός διεθνούς φεστιβάλ



Μεσογειακής κουλτούρας, για φαγητό και κρασί, το οποίο πραγματοποιείται κάθε χρόνο στο San Vito Lo Capo (Trapani).

Η εμπειρία αυτή συνεχίζεται στο Βέλγιο, όπου η **πολιτιστική πολλαπλότητα** αποτελεί ένα από τα θεμέλια της κοινωνίας των πολιτών. Είναι ευτυχής που συμμετέχει στο πρόγραμμά μας για να μοιραστεί το πάθος της για τη μαγειρική αλλά και την εμπειρία της ως μετανάστρια. Σήμερα είναι επίσης πολιτιστικός διαμεσολαβητής και αποτελεί σημείο αναφοράς για τους πολίτες της Ακτή Ελεφαντοστού που εγκαταλείπουν τη χώρα τους για να ριζώσουν στην Ευρώπη.



## FONIÒ DELLA GRANDNA

Αυτό είναι ένα πιάτο που ετοιμάζεται για σημαντικές γιορτές. Οι γιαγιάδες είναι υπεύθυνες για την προετοιμασία του, για παράδειγμα σε γάμους, βαπτίσεις, ειδικές περιστάσεις, ακόμη και σε βραδιές που μαζεύεται όλη η οικογένεια. Πρόκειται για μια συνταγή που φέρνει αρμονία και δημιουργεί συνοχή.

Το Foniò είναι ένα δημητριακό που μαγειρεύεται όπως το κους κους, γι' αυτό θα πρέπει να έχετε απαραίτητα μια **couscoussiera** (το ειδικό σκεύος για την παρασκευή του κους κους).

**Για 4 άτομα**

Σπανάκι 250 γρ.  
Τσίλι (ανάλογα με τη γεύση)  
Μαύρο πιπέρι (μια πρέζα)  
Αλάτι  
Σκόνη Baobab (για το Foniò)

## Μέθοδος

Κόψτε το κρέας σε μικρά κομμάτια, αλλά όχι πολύ μικρά. Μαγειρέψτε το αργά. Για να μην στεγνώσει πολύ, προσθέστε λίγο νερό και στη συνέχεια το κρεμμύδι. Καβουρδίστε το καλά και στη συνέχεια προσθέστε το συμπυκνωμένο χυμό ντομάτας. Μόλις αποκτήσει ένα ωραίο ροζ χρώμα, σειρά παίρνει το φυσιολογικό βούτυρο το οποίο, κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος, θα απελευθερώσει το ελαιώδες μέρος του. Θα βοηθήσει επίσης για να γίνει πιο μαλακή η σάλτσα, η οποία θα σερβιριστεί στη συνέχεια με το Foniò. Πέντε λεπτά από το τέλος του μαγειρέματος, ρίξτε μέσα το σπανάκι (τα λαχανικά είναι της επιλογής σας, αλλά το σπανάκι είναι ουσιαστικό). Αν σας αρέσουν οι πικάντικες γεύσεις, προσθέστε το τσίλι, στη συνέχεια μια πρέζα μαύρο πιπέρι και αλάτι. Εν τω μεταξύ, θα έχετε πλύνει το Foniò για να αφαιρέσετε την τυπική άμμο που περιέχει. Θα χρειαστούν τουλάχιστον τρία πλύσιμα (το τελευταίο θα πρέπει να είναι μέτριο, ούτε πολύ ούτε λίγο νερό). Μετά το τελευταίο πλύσιμο, προσθέστε τη σκόνη Baobab (τα φύλλα Baobab κονιορτοποιούνται) και ανακατέψτε χρησιμοποιώντας το κλασικό κουσκούς για μαγείρεμα. Μόλις είναι έτοιμο, το πάρτι θα ξεκινήσει για όλοι με τις γιαγιάδες που θα έχουν την ευθύνη να φέρουν το Foniò στο τραπέζι, συνδιάζοντας το με το κρέας που έχει προηγουμένως εμπλουτιστεί με επιλεγμένο συστατικό για να κάνουν τη βραδιά γεμάτη χρώμα και ζεστασιά.

Συστατικά  
Foniò 500 γρ.  
Μοσχάρι ή αρνί (το πιο παχύ μέρος) 500 γρ.  
Συμπυκνωμένη ντομάτα (50 γρ.)  
1 κρεμμύδι  
Φυσιολογικό βούτυρο (μισό βάζο)

