VOL. 1 | FEBRUARY 2021

IN THE LOOP



Monthly newsletter for TRACEUS, co-funded by the Erasmus+ programme of the EU





Introduction to TRACEUS

Traditions, Recipes and Cuisines of Europe using Smartphones (TRACEUS) is a 24-month long project comprised of 6 organisations who work with and for older adults and migrants representing Ireland, Cyprus, France, Spain, Bulgaria, and Belgium. This innovative project uses food culture as the vehicle for mobile learning and social integration. The aim of this project is to conserve our roots through food traditions, and safeguard them for future generations.













OVERVIEW

- Introduction to
- TRACEUS project
- Introduction to our
- partners
- Traditional Irish recipe

A bulletin will be distributed monthly which will give updates on the progress of the project, spotlight project participants, and will include some bonus recipes.

The project is headed by Dublin City University in Ireland. Therefore, the first bulletin will feature a traditional Irish recipe.

Introduction to our partners

Dublin City University (DCU), located in Ireland, is a research-focused facility. It leads the Age-Friendly University Global Network made up of over 60 universities. The aims of the project are in line with DCU's strategic plan, engaging older people and promoting the voice of older people. DCU will lead this project.

Centre for Advancement of Research and Development in Educational Technology (CARDET), located in Cyprus is a research and development centre. CARDET has experience building capacity for higher education and collaborating with universities.

E-Seniors, Initiation des Seniors aux NTIC Association, located in France aims at fighting exclusion by providing ICT access to older people and migrants. Its main goals are to bridge the digital gap between generations, and to encourage social participation. Universidad de Castilla, La Mancha (UCLM), located in Spain supports the José Saramango University for Mature Students. This is a supplementary service which responds to the demand for education from people who are over fifty and who may enter with no requirements other than to be fifty or over and have a willingness to learn.





Tulip Foundation, located in Bulgaria has a mission to encourage social responsibility in Bulgarian society by enhancing co-operation among civil society, the corporate sector and national and local authorities. Tulip Foundation strives to improve the quality of life and developmental opportunities for the people.

Mediter- Reseau Euro-Mediterraneen pour la cooperation A.I.S.B.I, located in Belgium is a network of actors that encourage the sharing and transfer of knowledge, strategic skills and good innovative practices in the Euro-Mediterranean space.

Family Irish Stew

By Donal Skehan



Ingredients
2 tbsp rapeseed oil
1kg lamb shoulder, trimmed and cut into 2.5cm chunks
2 onions, peeled and roughly chopped
3 celery stalks, trimmed and sliced

3 ceiery staiks, trimmed and siiced 1 bay leaf

4 large carrots, peeled and roughly

1 litre beef or lamb stock 900g potatoes, peeled and cut into 1cm slices

Good knob of butter Sea salt and ground pepper

Method

Place a large, flameproof casserole pot over a high heat, add 1 tablespoon of the oil and brown the lamb pieces in two batches.

Remove and set aside on a plate. Reduce the heat to medium, add another tablespoon of oil and fry the onion, celery and carrot for 4–6 minutes or until the onions are soft.

Preheat the oven to 160°C /325°F/Gas Mark 3. Return the meat to the pot, along with the bay leaf and stock, season with sea salt and ground black pepper and bring to the boil. Remove from the heat and push the slices of potato down into and across the top of the stew, dot with a little butter and give a final seasoning of sea salt and ground black pepper.

Cover and place in the oven to cook for about $1\frac{1}{2}$ hours or until the meat is tender, then remove the lid and cook for a further 10 minutes until the potatoes have coloured.

You can serve the stew straight away or leave it covered overnight in the fridge for the flavours to develop, then reheat.

VOL. 1 | FEVRIER 2021

A RETENIR



Newsletter mensuelle de TRACEUS, co-financée par le programme Erasmus+ de l'UE





Introduction à TRACEUS

Traditions, recettes et cuisines d'Europe à l'aide de smartphones (TRACEUS) est un projet de 24 mois auquel participent six organisations travaillant avec et pour les personnes âgées et les migrants d'Irlande, de Chypre, de France, d'Espagne, de Bulgarie et de Belgique. Ce projet innovant utilise la culture alimentaire comme vecteur d'apprentissage mobile et d'intégration sociale. L'objectif de ce projet est de conserver nos racines à travers les traditions alimentaires, et de les sauvegarder pour les générations futures.













VUE D'ENSEMBLE

- Introduction au projet TRACEUS
- Présentation de nos partenaires
- Recette traditionnelle irlandaise

Une newsletter sera distribué mensuellement qui fera le point sur l'avancement du projet, mettra en lumière participants au projet, et comprendra quelques recettes bonus.

Le projet est dirigé par la Dublin City Université de Dublin en Irlande.

Par conséquent, le premier bulletin présentera une recette traditionnelle irlandaise

Introduction de nos partenaires

La Dublin City University (DCU), située en Irlande, est un établissement axé sur la recherche. Elle dirige le réseau mondial des universités amies des aînés, qui regroupe plus de 60 universités. Les objectifs du projet s'inscrivent dans le cadre du plan stratégique de la DCU, qui consiste à faire participer les personnes âgées et à promouvoir la voix des personnes âgées. DCU dirigera ce projet.

Le Centre for Advancement of Research and Development in Educational Technology (CARDET), situé à Chypre, est un centre de recherche et de développement. CARDET a de l'expérience dans le renforcement des capacités de l'enseignement supérieur et dans la collaboration avec les universités.

L'Association E-Seniors, Initiation des Seniors aux NTIC, située en France vise à lutter contre l'exclusion en fournissant un accès aux TIC aux personnes âgées et aux migrants. Ses principaux objectifs sont de combler le gouffre numérique entre les générations et d'encourager la participation sociale. L'Université de Castilla, La Mancha (UCLM), située en Espagne, soutient l'université José Saramango pour les étudiants adultes. Il s'agit d'un service supplémentaire qui répond à la demande d'éducation des personnes de plus de cinquante ans, qui peuvent y entrer sans autre condition que d'avoir cinquante ans ou plus et d'avoir la volonté d'apprendre.





La Fondation Tulip, située en Bulgarie, a pour mission d'encourager la responsabilité sociale dans la société bulgare en renforçant la coopération entre la société civile, le secteur des entreprises et les autorités nationales et locales. Tulip s'efforce d'améliorer la qualité de vie et les opportunités de développement de la population.

Mediter- Reseau Euro-Mediterraneen pour la coopération A.I.S.B.I, situé en Belgique, est un réseau d'acteurs qui encourage le partage et le transfert de connaissances, de compétences stratégiques et de bonnes pratiques innovantes dans l'espace euro-méditerranéen. Mediterraneen pour la coopération A.I.S.B.I, situé en Belgique, est un réseau d'acteurs qui encourage le partage et le transfert de connaissances, de compétences stratégiques et de bonnes pratiques innovantes dans l'espace euro-méditerranéen.

Family Irish Stew

By Donal Skehan



Ingrédients 2 c à s d'huile de colza 1kg d'épaule d'agneau en morceaux de 2,5 cm 2 oignons grossièrement haché 3 branches de céleri 1 feuille de laurier 4 grosses carottes 1 litre de bouillon de bœuf ou d'agneau 900 g de pommes de terre coupées en tranches de 1 cm Une bonne noix de beurre Sel marin et poivre moulu

Préparation

Placez une grande casserole ignifugée sur un feu vif, ajoutez 1 cuillère à soupe d'huile et faites dorer les morceaux d'agneau en deux fois.

Retirez-les et mettez-les de côté dans une assiette. Réduisez le feu à moyen, ajoutez une autre cuillère à soupe d'huile et faites revenir les

oignons, le céleri et la carotte pendant 4-6 minutes ou jusqu'à ce que les jusqu'à ce que les oignons soient tendres.

Préchauffez le four à 160°C /325°F/Gas Mark 3.

Remettez la viande dans la marmite, avec la feuille de laurier et le bouillon, assaisonnez de sel de mer et de poivre noir moulu et poivre noir moulu et portez à ébullition. Retirez du feu et placer les tranches de pommes de terre dans et sur le dessus du ragoût, parsemez d'un peu de beurre et assaisonnez une dernière fois de sel marin et de poivre noir.

Couvrez et mettez au four pour une cuisson d'environ $1\frac{1}{2}$ heure ou jusqu'à ce que la viande soit tendre.

Retirer le couvercle et laisser cuire encore 10 minutes jusqu'à ce que les jusqu'à ce que les pommes de terre aient coloré.

Vous pouvez servir le ragoût immédiatement ou le laisser couvert toute la nuit au réfrigérateur pour que les saveurs se développent, puis le réchauffer.