



Ναύπακτος, 23/12/2019

Αρ. Πρωτ. 1334

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΕΡ. Δ/ΝΣΗ Π/ΘΜΙΑΣ & Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ Δ. ΕΛΛΑΔΑΣ
Δ/ΝΣΗ Δ/ΘΜΙΑΣ ΕΚΠ/ΣΗΣ ΑΧΑΪΑΣ
1^ο ΕΠΑΛ ΝΑΥΠΑΚΤΟΥ
Ταχ. Δ/ση : Ν.Τσάρα 30300 Ναύπακτος

Προς: Π.Δ.Ε. Δ. Ελλάδας
Κοιν: Δ.Δ.Ε Αιτ/νίας,
Δ/ση Ευρωπαϊκών Σπουδών
ΥΠΠΕΘ

Τηλέφωνο : 2634028833
FAX : 2634028833
E-Mail: 1epal-nafpakt@sch.gr

ΘΕΜΑ: «ΕΚΘΕΣΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ»

Της Ασπασίας Μυλωνά, εκπαιδευτικού ΠΕ88.04, υπεύθυνης υλοποίησης του σχεδίου Erasmus + KA229 με τίτλο «ALL DISEASE BEGINS IN THE GUT», και του Αυλωνίτη Χρύσανθου, εκπαιδευτικού ΠΕ88, εκπαιδευτικών του 1ου ΕΠΑΛ Ναυπάκτου κατά την συμμετοχή τους στην 1η διεθνική συνάντηση εκπαιδευτικών που πραγματοποιήθηκε στην Κωνσταντινούπολη της Τουρκίας, στο πλαίσιο υλοποίησης του παραπάνω σχεδίου.

Η Σχολική Συνεργασία επιχορηγείται από την Ελληνική Εθνική Αρχή και υλοποιείται στο πλαίσιο του προγράμματος



Erasmus+



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



ALL DISEASE BEGINS IN THE GUT

Project number: 2019-1-PL01-KA229-064917_5

KA2 – Cooperation for Innovation and the Exchange of Good Practices

KA229–School Exchange Partnerships

Η διάρκεια του προγράμματος είναι **24 μήνες** και διαρκεί από **01/09/2019** ως και **31/08/2021**. Στο πρόγραμμα συμμετέχουν σχολεία από **6 χώρες (Πολωνία, Σλοβακία, Λιθουανία, Ιταλία, Ελλάδα και Τουρκία)**.

Η 1^η συνάντηση πραγματοποιήθηκε στην Κωνσταντινούπολη της Τουρκίας και συγκεκριμένα στην ασιατική πλευρά της πόλης, στο Καντικί (Kandikoy) από

Δευτέρα **02/12/2019** έως και Πέμπτη **05/12/2019**. Η γλώσσα εργασίας ήταν τα Αγγλικά. Σε αυτήν συμμετείχαν 2 εκπαιδευτικοί από κάθε χώρα.

Το πρόγραμμα έχει γενικό συντονιστή το σχολείο της Πολωνίας με ονομασία «**Liceum Ogólnokształcące nr 20 w Poznaniu**» και εταίρους:

1. Το σχολείο μας, το **1ο ΕΠΑΛ Ναυπάκτου**
2. Το σχολείο **Gymnazium, Σλοβακία**
3. Το σχολείο **Göztepe İhsan Kursunoglu Anadolu Lisesi, Τουρκία**
4. Το σχολείο **Klaipedos turizmo mokykla, Λιθουανία**
5. Το σχολείο **Liceo Scientifico Statale Benedetto Croce, Ιταλία**

Προετοιμασία της επίσκεψης

Πριν την επίσκεψη πραγματοποιήθηκε ενημέρωση του συλλόγου καθηγητών του σχολείου καθώς και συνάντηση της παιδαγωγικής ομάδας ώστε να προετοιμαστεί η επίσκεψη και να προσδιοριστούν ερωτήματα και προτάσεις προς τους εταίρους όσον αφορά τις δραστηριότητες του προγράμματος. Επίσης, υπήρξε ενημέρωση των γονέων και κηδεμόνων ώστε να δημιουργηθούν τα προφίλ των μαθητών/τριών στο eTwinning και να ξεκινήσουν οι δραστηριότητες στο twinspace, δεδομένου ότι κάθε χώρα έπρεπε στην πρώτη αυτή συνάντηση να παρουσιάσει τις προτάσεις των μαθητών/τριών για λογότυπο του έργου και τα αποτελέσματα έρευνας που θα μελετούσε τις γνώσεις και τις απόψεις μαθητών και εκπαιδευτικών κάθε χώρας εταίρου για τα προβιοτικά και τα πρεβιοτικά. Επίσης προχωρήσαμε στην επιλογή των μαθητών/τριών που θα συμμετάσχουν στις συναντήσεις του τρέχοντος έτους. Υπήρξε τακτική επικοινωνία μεταξύ των εκπαιδευτικών για ενημέρωση σχετικά με τις δραστηριότητες που επρόκειτο να λάβουν χώρα, τις υποχρεώσεις μας σε αυτές καθώς και για διευθέτηση πρακτικών ζητημάτων γύρω από το ταξίδι και την παραμονή μας στη Κωνσταντινούπολη.

Πρόγραμμα δραστηριοτήτων ανά ημέρα

1η Ημέρα 1 Δεκεμβρίου 2019

Αφιξη, διαμονή

2η μέρα 2 Δεκεμβρίου Δευτέρα 2019

09:00 Συλλογή ομάδας από το ξενοδοχείο

09:30 Επίσημη υποδοχή από τον διευθυντή του σχολείου, δραστηριότητες γνωριμίας.
Παρουσιάσεις μαθητών, σύντομο κονσέρτο

11:00 Σεμινάριο από την κα Susman Karaca (Ειδικός Φυσικής Ιατρικής / Φυτοθεραπευτής) για τα προβιοτικά και πρεβιοτικά.

12:15 Γεύμα στο σχολείο

13: 00-14: 00 Εργαστήριο με την κ. Şaduman Karaca

3η μέρα 3 Δεκεμβρίου, Τρίτη 2019

09:30 Συλλογή ομάδας από το ξενοδοχείο

10:00 Σεμινάριο από τον καθηγητή Dr. Savaş Ertufan στο "Μικροβίωμα"

11:00 Διάλειμμα για καφέ

11:15 Εργαστήριο τέχνης με την εκπαιδευτικό των καλλιτεχνικών – τεχνική Ebru

12:15 Γεύμα στο σχολείο

13:15 Συνάντηση συνεργατών

14:20 Επίσκεψη σε κατάστημα με ζυμούμενα τρόφιμα

4η μέρα 4 Δεκεμβρίου, Τετάρτη 2019

09:00 Συλλογή ομάδας από το ξενοδοχείο. Ολοήμερη εκδρομή στην ιστορική χερσόνησο.

5η μέρα 5 Δεκεμβρίου, Πέμπτη 2019

09:30 Συλλογή ομάδας από το ξενοδοχείο

10:00 Εργαστήριο ζύμωσης με τους εκπαιδευτικούς και τους μαθητές (Ζυμούμενα λαχανικά, κεφίρ γάλακτος, κεφίρ με νερό)

12:00 Μεσημεριανό γεύμα στο Tebessüm Cafe

13:50 Μικρή περιήγηση με φέρυ στον Βόσπορο από Üsküdar.

Αναλυτική περιγραφή της επίσκεψης

Είχαμε σχεδιάσει την πρώτη συνάντηση ως συνάντηση εκπαιδευτικών ώστε να γίνει η γνωριμία των εταιρών, ανταλλαγή πληροφοριών για το εκπαιδευτικό σύστημα κάθε εμπλεκόμενης χώρας, και ανταλλαγή διδακτικών εμπειριών που σχετίζονται με το θέμα. Δεδομένου ότι το σχέδιο αφορά τη Διατροφή και την Υγεία και απαιτεί επιστημονικές πληροφορίες κρίναμε ότι πρέπει πρώτα οι εκπαιδευτικοί να «καταρτιστούν» στα οφέλη από τα τρόφιμα πλούσια σε προβιοτικά και πρεβιοτικά και τον αντίκτυπό τους στο σώμα μας, ώστε να είναι ευκολότερο να οργανωθούν δραστηριότητες που θα λάβουν μέρος οι μαθητές, το προσωπικό του σχολείου και οι τοπικές κοινότητες. Εκτός αυτού, θέλαμε να μας δοθεί η ευκαιρία να συζητηθούν λεπτομέρειες του έργου ώστε να διευκολυνθεί η οργάνωση των επόμενων κινητικότητων και ο σχεδιασμός των μηνιαίων δραστηριοτήτων στο twinspace.

Έτσι, κατά τη διάρκεια τεσσάρων διαδοχικών ημερών, οι καθηγητές από τα συνεργαζόμενα σχολεία έλαβαν μέρος σε μια σειρά δραστηριοτήτων που πραγματοποιήθηκαν στα αγγλικά, με στόχο την ενημέρωση για το μικροβίωμα, τα προβιοτικά και πρεβιοτικά, καθώς και τα οφέλη από την κατανάλωση τροφίμων πλούσιων σε αυτά. Παράλληλα, στις συναντήσεις εκπαιδευτικών διευθετήσαμε όλα τα παραπάνω ζητήματα.

Οι δραστηριότητες διεξήχθησαν σε άρτια εξοπλισμένα εργαστήρια και αίθουσες ειδικών δραστηριοτήτων (μουσική, καλλιτεχνικά) και στο αμφιθέατρο του σχολείου και διευκόλυναν τη συνεργασία μεταξύ των εκπαιδευτικών. Συγκεκριμένα οι εκπαιδευτικοί έλαβαν μέρος στις παρακάτω δραστηριότητες:

- Σεμινάριο από την κα Susman Karaca (Ειδικός Φυσικής Ιατρικής / Φυτοθεραπευτής) για τα προβιοτικά και πρεβιοτικά. Το σεμινάριο ακολούθησε ένα workshop στην παρασκευή ζυμούμενων τροφίμων (λάχανο τουρσί)
- Σεμινάριο από τον καθηγητή Dr. Savaş Ertufan στο "Μικροβίωμα"
- Παρασκευή ζυμούμενων τροφίμων (Ζυμούμενα λαχανικά, κεφίρ γάλακτος, κεφίρ με νερό)
- Workshop στην τεχνική Ebru από την εκπαιδευτικό των καλλιτεχνικών
- Σεμινάριο eTwinning – χρήση του twinspace, οργάνωση και σχεδιασμός διακρατικών μηνιαίων δραστηριοτήτων.

Οι μέθοδοι που χρησιμοποιήθηκαν ήταν: η ομαδική εργασία, οι εισηγήσεις, η ευρηματική συνομιλία, ο καταγισμός ιδεών, η επίδειξη, κτλ.

ΣΥΓΚΕΚΡΙΜΕΝΑ: η επίσημη έναρξη της πρώτης αυτής συνάντησης του έργου πραγματοποιήθηκε στο σχολείο υποδοχής, την Δευτέρα 2 Δεκεμβρίου 2019, με τους εκπαιδευτικούς των χωρών εταίρων να καλωσορίζονται από τον διευθυντή και τον σύλλογο εκπαιδευτικών του σχολείου. Πραγματοποιήθηκε ξενάγηση στο σχολείο υποδοχής και στην συνέχεια οι εκπαιδευτικοί έλαβαν μέρος σε δραστηριότητες γνωριμίας ανά διακρατικές ομάδες. Στην συνέχεια περάσαμε στο αμφιθέατρο του σχολείου, όπου έγινε παρουσίαση του σχολείου και της πόλης από τους μαθητές και παρατέθηκε ένα κονσέρτο.

Κατόπιν στον ίδιο χώρο ακολούθησε μια διάλεξη-σεμινάριο από την κα Susman Karaca (Ειδικός Φυσικής Ιατρικής / Φυτοθεραπευτής) για τα προβιοτικά και πρεβιοτικά. Το σεμινάριο ακολούθησε ένα γεύμα στο σχολείο. Δεν αποτέλεσε έκπληξη το γεγονός ότι το μενού αποτελούταν από τρόφιμα πλούσια σε προβιοτικά και πρεβιοτικά! Μετά το γεύμα ακολούθησε ένα workshop στην παρασκευή ζυμούμενων τροφίμων. Αρχικά έγινε επίδειξη των υλικών, τωνσκευών και της μεθόδου που θα ακολουθούσαμε από την κα Susman Karaca για την παρασκευή λάχανου τουρσί και κατόπιν κάθε εκπαιδευτικός επανέλαβε την διαδικασία.



Το πρωί της 3ης Δεκεμβρίου 2019, οι εκπαιδευτικοί παρακολούθησαν ένα σεμινάριο από τον καθηγητή Dr. Savaş Ertufan, σχετικό με το "μικροβίωμα" και ακολούθησαν ερωτήσεις-συζήτηση. Κατόπιν δόθηκαν τα πιστοποιητικά συμμετοχής στα σεμινάρια και τα πιστοποιητικά Europass, σε κάθε συμμετέχοντα.

Ενδεικτικά αναφέρουμε ότι μάθαμε πως:

- Ο αποικισμός του εντέρου ξεκινά αμέσως μετά τη γέννηση & εξαρτάται από τον τόπο γέννησης, τον τρόπο γέννησης (φυσιολογικά ή καισαρική), την

σίτιση(θηλασμός ή γάλα σκόνη) και την προωρότητα.

- Τα βασικά χαρακτηριστικά του μικροβιακού συστήματος, συμπεριλαμβανομένης της σταθερότητας, της ανθεκτικότητας και της πολυπλοκότητας, επηρεάζονται με την πάροδο του χρόνου από τη βρεφική ηλικία μέχρι την ενηλικίωση και το γήρας.

- Από τα 200 στελέχη βακτηρίων που υπάρχουν στο εντερικό μικροβίωμα κατά το 1^ο έτος ζωής, φτάνουμε τα 500-600 στελέχη βακτηρίων στην ενήλικη ζωή.

- Προβιοτικά στελέχη βρίσκονται τόσο στο παχύ όσο και στο λεπτό έντερο. Τα στελέχη του παχέως εντέρου είναι *Bifidobacteria* (32 διαφορετικά στελέχη) ενώ του λεπτού εντέρου είναι τα *Lactobacillus*

Η χορήγηση των προβιοτικών βοηθά στη ρύθμιση της εντερικής χλωρίδας και με αυτόν τον τρόπο μειώνει τη φλεγμονή, όταν υπάρχουν ΙΦΝΕ.

- Η εντερική μικροχλωρίδα μπορεί να ενεργοποιήσει τις αμίνες σε μεταβολίτες με μεταλλαξιγόνες επιδράσεις

- Τα προβιοτικά έχουν σημαντικό ρόλο έναντι των παθογόνων μικροβίων της εντερικής χλωρίδας δεδομένου ότι δρουν στη λειτουργία του εντερικού φραγμού, καταστέλλουν προφλεγμονώδεις αντιδράσεις, ενισχύουν την επιθηλιακή ανάπλαση, προλαμβάνουν την κυτταρική απόπτωση και τροποποιούν την ανοσιακή απόκριση σε πιθανά επιβλαβή αντιγόνα.



-Ακόμη και σε μια μέση ηλικία μπορεί να επιτευχθεί αλλαγή του μικροβιώματος, δεδομένου ότι το μικροβίωμα αλλάζει μετά από τρεις μέρες αλλαγής των διατροφικών συνηθειών.

Μετά λάβαμε μέρος σε ένα εργαστήριο τέχνης με την εκπαιδευτικό των καλλιτεχνικών στην τεχνική Ebru. Αρχικά έγινε επίδειξη της τεχνικής και κατόπιν όλοι δημιουργήσαμε το δικό μας «έργο τέχνης»!

Παρατέθηκε γεύμα με παραδοσιακά πιάτα της χώρας υποδοχής συνοδευόμενα με πιάτα πλούσια σε προβιοτικά και κατόπιν έγινε συνάντηση των συνεργατών. Κατά την συνάντηση έγινε παρουσίαση του twinspace του έργου στην πλατφόρμα του eTwinning και εξηγήθηκε από τους εκπαιδευτικούς με περισσότερη εμπειρία ο τρόπος με τον οποίο δουλεύουμε στην πλατφόρμα. Συζητήθηκαν οι πρώτες δραστηριότητες που θα φιλοξενηθούν στην πλατφόρμα και πώς θα συνεργάζονται οι μικτές διακρατικές ομάδες. Συζητήθηκαν τα αποτελέσματα της έρευνας στην κάθε χώρα και αποφασίστηκε αυτά να μελετηθούν και ως σύνολο. Παρουσιάστηκαν οι λογότυποι κάθε χώρας εταίρου αλλά κατόπιν αιτήματος των μαθητών αποφασίστηκε η επιλογή λογότυπου να γίνει διαδικτυακά μέσω του twinspace, με χρήση του tricider. Για την συγκεκριμένη ψηφοφορία δόθηκε χρονικό περιθώριο ενός μήνα. Κατόπιν συζητήθηκαν εκτενέστερα τα θέματα αξιολόγησης και η οργάνωση των επόμενων κινητικότητων ενώ αποφασίστηκε και η ημερομηνία διεξαγωγής της επόμενης συνάντησης που θα γίνει στο Παλέρμιο της Ιταλίας.

Μετά την συνάντηση αυτή, φύγαμε από τον χώρο του σχολείου και πραγματοποιήσαμε επίσκεψη σε κατάστημα με ζυμούμενα τρόφιμα.

Το πρωί της 4^{ης} Δεκεμβρίου ξεκινήσαμε μαζί με τους εκπαιδευτικούς του σχολείου υποδοχής για το λιμάνι της πόλης και περάσαμε με φέρυ στην ιστορική περιοχή της Κωνσταντινούπολης, όπου

θα πραγματοποιούσαμε ολοήμερη εκπαιδευτική πολιτιστική εκδρομή. Το πρόγραμμα της επίσκεψης περιλάμβανε τα παρακάτω αξιοθέατα:

- Τοπ Καπί,
- Αγία Σοφία,
- Βασιλική Δεξαμενή,
- Μεσημεριανό γεύμα στο εστιατόριο Sultanahmet
- Μεγάλο Παζάρι.
- Μια βόλτα στην οδό Beyoğlu / Istiklal
- Δείπνο στο εστιατόριο Beyoğlu 360 Istanbul

Μάθαμε ότι:

- Το **Τοπ Καπί** ήταν η ακρόπολη του αρχαίου Βυζαντίου και αποτελούσε επίσημη κατοικία των σουλτάνων της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας από τα μέσα του 15ου αιώνα μέχρι την κατασκευή του παλατιού Ντολμά Μπαχτσέ (1853). Αρχικά ονομαζόταν Γενί Σαράι, δηλαδή «νέο παλάτι». Η κατασκευή του χρονολογείται λίγα χρόνια μετά την κατάκτηση της Κωνσταντινούπολης από τον Μεσάμεθ Β' τον Πορθητή. Τα τείχη που περιβάλλουν το παλάτι ανεγέρθηκαν περίπου το 1460 και η κατασκευή τους ολοκληρώθηκε το 1478. Εκεί έζησε ο Μεσάμεθ μέχρι το θάνατό του το 1481. Το Τοπ Καπί δέσποζε πάνω στον πρώτο λόφο της Κωνσταντινούπολης εξασφαλίζοντας την εποπτεία της κίνησης του Βοσπόρου, της Χρυσούπολης και της Προποντίδας και υπήρξε για πάνω από τέσσερεις αιώνες η κατοικία των Σουλτάνων, αλλά



και το «σπίτι» 4.000 και πλέον ανθρώπων. Το παλάτι που είναι χτισμένο σύμφωνα με την ανατολική αρχιτεκτονική, λειτουργεί από τις 3 Απριλίου του 1924 ως μουσείο και αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα αξιοθέατα της πόλης. Εκτός από τα ιστορικά κτίσματα, στις συλλογές του περιλαμβάνονται έργα κεραμικής, ισλαμικής καλλιγραφίας, χειρόγραφα, υφάσματα, τεχνουργήματα, θησαυροί των σουλτάνων, καθώς και ισλαμικά κειμήλια μεγάλης αξίας. Τα κύρια τμήματα του παλατιού είναι η αυτοκρατορική πύλη, τα τέσσερα προαύλια και το χαρέμι, το οποίο δυστυχώς δεν μπορούσαμε να επισκεφτούμε. Στη διάρκεια του χρόνου, υπέστη σημαντικές τροποποιήσεις, επεκτάσεις, αλλά και φυσικές φθορές, συνδυάζοντας την αρχιτεκτονική διαφόρων αιώνων, καθώς νέα κτίσματα προστίθονταν από τους σουλτάνους. Ανήκει στα Μνημεία Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO. Ο ιερότερος θησαυρός του παλατιού είναι ο περίφημος **Μανδύας του Προφήτη Μεσάμεθ**, που φυλάσσεται μέσα σε χρυσή θήκη, ενώ το πιο εντυπωσιακό τμήμα του Τοπ Καπί

είναι το **Θησαυροφυλάκιο** όπου βρίσκονται συγκεντρωμένοι όλοι οι θησαυροί των σουλτάνων: θρόνοι χρυσοί, στιλέτα αδαμαντοκόλλητα, πανοπλίες με πολύτιμους λίθους, κτλ.

- Μπορεί να μην υπήρχε κάτι που δεν ξέραμε για την Αγία-Σοφιά, αλλά μάθαμε ότι θεωρείται και από τους εταίρους μας ένα από σημαντικότερα μνημεία της σύγχρονης ιστορίας αλλά και ένα από τα κορυφαία σύμβολα της Ορθοδοξίας και ότι κατανοούν τους λόγους για τους οποίους έχει ξεχωριστή θέση στην καρδιά των Ελλήνων. Εντύπωση μας έκανε η προσπάθεια συντήρησης κάποιων μωσαϊκών και το γεγονός ότι οι εταίροι μας έδειξαν το ίδιο δέος με εμάς και εξέφρασαν την επίγνωση της ολοσχερούς καταστροφής κάποιων αγιογραφιών που διακοσμούσαν τους τοίχους και το ότι αισθάνονται εξίσου άσχημα γι' αυτό.

- Τα βασιλικά υδραγωγεία (Βασιλική Κινιστέρνα) όπως και η Αγία Ειρήνη πλέον χρησιμοποιούνται ως χώροι διεξαγωγής συναυλιών, λόγω της ακουστικής που διαθέτουν.

- Το Grand Bazaar έχει 5000 καταστήματα στο εσωτερικό του και ότι το επισκέπτονται καθημερινά περίπου 350000 άτομα!

- Το Nostalgic Tram συνεχίζει απτόητο σε μια διαδρομή που ξεκίνησε το 19ο αιώνα ενώνοντας την πλατεία Ταζιμ με την πλατεία Τούνελ.

Στο τέλος της ημέρας δευτήσαμε στο πολυεθνικό βραβευμένο εστιατόριο Beyoğlu 360 Istanbul που στεγάζεται σε ένα ρετιρέ ενός κτιρίου του 19ου αιώνα με θέα στην παλιά σειρά πρεσβειών στο Beyoğlu. Μας δόθηκε η ευκαιρία να θαυμάσουμε την θέα από την κατώτερη καμαροσκέπαστη εκκλησία του Αγίου Αντωνίου και απέναντι από το στενό του Βοσπόρου στο τζαμί της Αγίας Σοφίας και έξω από τη θάλασσα του Μαρμαρά. Όλοι οι εκπαιδευτικοί θαυμάσαμε τον σχεδιασμό του χώρου, απολαύσαμε τις γεύσεις από παραδοσιακά πιάτα της χώρας που μας φιλοξενούσε, εντυπωσιαστήκαμε από τον τρόπο που οι μελωδίες του βιολιού έκαναν την ατμόσφαιρα πιο μαγική και τόνιζαν την αρμονία που υπήρχε στον χώρο. Ήταν το τέλει κλείσιμο γι' αυτή την ολόημερη περιήγηση στον χώρο και στον χρόνο και η επισφράγιση της αρμονίας της σχέσης που αναπτύχθηκε μεταξύ των εταίρων.



Την Πέμπτη 5 Δεκεμβρίου 2019, οι εκπαιδευτικοί συναντηθήκαν το πρωί στο σχολείο, όπου οι μαθητές και οι εκπαιδευτικοί του σχολείου υποδοχής είχαν ετοιμάσει εκδήλωση λόγω του εορτασμού της παγκόσμιας ημέρας τουρκικού καφέ. Κατόπιν λάβαμε μέρος σε ένα εργαστήριο ζύμωσης με τους εκπαιδευτικούς και τους μαθητές (Ζυμούμενα λαχανικά, κεφίρ γάλακτος, κεφίρ με νερό) και ακολούθησε συζήτηση για τον τρόπο εξεύρεσης/ανταλλαγής του ειδικού μύκητα καθώς και για το πώς η περιοχή συλλογής του γάλακτος επιδρά στην ποιότητα και γεύση του κεφίρ. Στην συνέχεια επισκεφτήκαμε το Tebessüm Cafe στο Uskudar – ένα καφέ εστιατόριο που από το 2016 λειτουργεί στα πλαίσια ενός ειδικού προγράμματος του δήμου, σύμφωνα με το οποίο οι εργαζόμενοι είναι άτομα με σύνδρομο Down. Συνολικά απασχολούνται 10 εργαζόμενοι με σύνδρομο Down. Κατόπιν πραγματοποιήσαμε μια περιήγηση με φέρυ στον Βόσπορο.

Η ποιότητα της συνάντησης αξιολογήθηκε από τους εκπαιδευτικούς, με τη βοήθεια ερωτηματολογίου ανάδρασης που ανέπτυξε το σχολείο υποδοχής. Στόχος ήταν να μετρηθεί ο αντίκτυπος των δραστηριοτήτων στους εκπαιδευτικούς με την ανάπτυξη μιας ανάλυσης που υπογραμμίζει τα πλεονεκτήματα των δραστηριοτήτων και τις κύριες απειλές που τυχόν παρουσιάστηκαν κατά την ανάπτυξη των δραστηριοτήτων που προτείνονται στο έργο.

Αποτελέσματα

Η συνάντηση ήταν μια πραγματική ευκαιρία για επαγγελματική ανάπτυξη, πολιτιστική κατάρτιση, ανταλλαγή εμπειριών και εμφάθυση των αγγλικών επικοινωνιακών δεξιοτήτων για τους συμμετέχοντες εκπαιδευτικούς. Το δε έργο του οποίου η συγκεκριμένη κινητικότητα ήταν η πρώτη μας άφησε όλους πλήρως ικανοποιημένους για τα όσα μάθαμε και καταφέραμε κατά την διάρκειά του και πεπεισμένους ότι θα συνεχίσουμε να τα χρησιμοποιούμε και συμβουλευόμαστε κατά τις εκπαιδευτικές μας δραστηριότητες. Τα αποτελέσματα αυτής της συνάντησης ήταν:

- η γνωριμία των εκπαιδευτικών από τα σχολεία εταίρους,
- η κατάρτιση των εκπαιδευτικών στα θέματα που θα μας απασχολήσουν κατά την διάρκεια του έργου,
- η βελτίωση της παιδαγωγικής των εκπαιδευτικών με την ανταλλαγή, συζήτηση και σύγκριση των μεθοδολογιών που χρησιμοποιούνται για την προετοιμασία των μαθητών
- Δημιουργία ιστοσελίδας,
- Ενημέρωση του twinspace
- Ηλεκτρονική συλλογή υλικού και σχολιασμός συνδέσμων με πόρους στην ιστοσελίδα του έργου

Διάγνωση

- Ενημέρωση του συλλόγου διδασκόντων και των μελών της παιδαγωγικής ομάδας για το περιεχόμενο, τα αποτελέσματα των δραστηριοτήτων, τις αποφάσεις που ελήφθησαν και τις προγραμματισμένες δράσεις.
- Εκτενής ενημέρωση των μαθητών για το πρόγραμμα, τις απαιτήσεις του και τα αποτελέσματα της επίσκεψής μας με σχετικό έντυπο, προκειμένου να ενημερωθούν και οι γονείς τους.
- Η παρούσα έκθεση δραστηριοτήτων
- Δημοσίευση άρθρων στην τοπική εφημερίδα «ΕΜΠΡΟΣ» και σε διαδικτυακά μέσα ενημέρωσης (π.χ. nafraktianews, npress, κτλ), στην ιστοσελίδα του σχολείου μας <http://lepai-nafpakt.ait.sch.gr/> στο blog που διατηρεί η υπεύθυνη διάδοσης αποτελεσμάτων της παιδαγωγικής ομάδας μας, κ. Μυλωνά Ασπασία https://blogs.sch.gr/aspamylona/?page_id=2391 και στην ιστοσελίδα που θα είναι αφιερωμένη στο πρόγραμμα με φωτογραφίες και περίληψη της επίσκεψής μας.
- Δημοσίευση φωτογραφιών τόσο στις προσωπικές σελίδες των εκπαιδευτικών και μαθητών/τριών που συμμετείχαν στην κινητικότητα, όσο και στην σελίδα του σχολείου και του ΣΕΚ στο facebook, instagram και twitter.
- Δημιουργία βίντεο από την υπεύθυνη διάδοσης αποτελεσμάτων της παιδαγωγικής ομάδας μας, κ. Μυλωνά Ασπασίας, με πλούσιο φωτογραφικό υλικό από την στιγμή αναχώρησης της ομάδας έως την επιστροφή μας.

Προκλήσεις και δυσκολίες

Δεν συναντήσαμε κάποια δυσκολία καθώς η επίσκεψη και όλη η δραστηριότητα είχε σχεδιαστεί άψογα καιρό πριν με απόλυτη συνεργασία μεταξύ των εταίρων και της χώρας υποδοχής. Το μόνο αρνητικό γεγονός ήταν η απουσία της Ιταλικής αντιπροσωπείας εκπαιδευτικών που δεν μπόρεσε να παρευρεθεί λόγω πολιτικής επιλογής της εθνικής τους επιτροπής.

Το συμπέρασμά μας για το σχολείο υποδοχής είναι ότι ήταν πολύ καλά οργανωμένο και εξοπλισμένο (ιδιαίτερα μας εντυπωσίασε το εργαστήριο ρομποτικής που διέθετε 3d-printer, η αίθουσα μουσικής και το μεγάλο αμφιθέατρο πολλαπλών χρήσεων). Η συνολική εικόνα μας είναι ότι είναι ένα σύγχρονο σχολείο παρά το γεγονός ότι λειτουργεί πάνω από 60 χρόνια. Μάθαμε όμως ότι είναι ένα πρότυπο σχολείο όπου οι μαθητές εισάγονται κατόπιν εξετάσεων και ίσως δεν αποτελεί την τυπική εικόνα ενός μέσου τούρκικου σχολείου.

Η δε Κωνσταντινούπολη με την πλούσια ιστορία και την ταχεία ανάπτυξη μας εντυπωσίασε ευχάριστα, ενώ αξέχαστη θα μας μείνει η φιλοξενία και η καλοσύνη των ντόπιων.

Παρατηρήσεις

Το πρόγραμμα αυτό αποτελεί την πρώτη μας επαφή με την δράση KA229 και χαιρόμαστε που είμαστε μέρος αυτού του τόσο ενδιαφέροντος θέματος το οποίο πηγάζει από τα λόγια του Ιπποκράτη. Μέσα από αυτό το διετές ταξίδι και την συμμετοχή μας σε ένα ακόμη Ευρωπαϊκό πρόγραμμα ERASMUS+ που είναι μια μοναδική ευκαιρία τόσο για την ανταλλαγή καλών πρακτικών κατά την εκπαιδευτική διαδικασία, την ενίσχυση των γνώσεων και την προσωπική εξέλιξη όσο και για την δημιουργία ευέλικτων διαδρομών μάθησης σύμφωνα με τις ανάγκες και τους στόχους των μαθητών, την ενίσχυση της αυτοπεποίθησης, τη βελτίωση της πολιτιστικής ευαισθητοποίησης και του «ανοίγματος» του σχολείου στην ευρύτερη κοινωνία αισιοδοξούμε ότι θα χτίσουμε σχέσεις φιλίας που θα διατηρηθούν στο πέρασμα του χρόνου.

Ναύπακτος, 23/12/2019

Η Υπεύθυνη Σύνταξης της Έκθεσης
Μυλωνά Ασπασία

