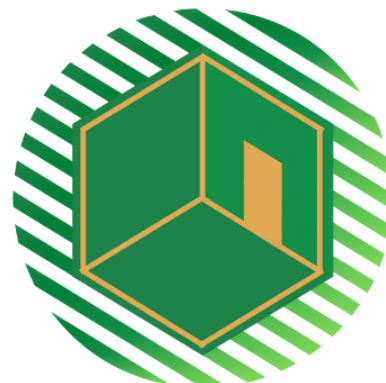


**ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟ ΠΑΡΑΔΟΤΕΟ 2**

**ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ:**  
**ΔΩΜΑΤΙΑ ΑΠΟΔΡΑΣΗΣ**  
**ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΓΡΟ-**  
**ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΑ**

Αριθμός έργου : 2020-2-CY02-KA205-001870

**AGRO**



**EDUGAMES**

## ΕΤΑΙΡΟΙ

**O Citizens In Power (CIP)** είναι ένας ανεξάρτητος μη κερδοσκοπικός, μη κυβερνητικός οργανισμός. Ο CIP στοχεύει στην ανάπτυξη διαφόρων κλάδων της επιχειρηματικότητας, της εκπαίδευσης και του δημοκρατικού διαλόγου στην Κύπρο και στο εξωτερικό. Για την επίτευξη αυτών των στόχων, ο CIP έχει δημιουργήσει μια συνεχή συνεργασία με την πλειοψηφία των κυπριακών κορυφαίων πανεπιστημίων, ΜΚΟ και ερευνητικών οργανισμών στην Κύπρο, ειδικά για την ανάπτυξη καινοτόμων έργων και διεθνών εκπαιδευτικών εργαστηρίων ή σεμιναρίων καθώς και για την ανάπτυξη παιδαγωγικού εκπαιδευτικού υλικού, χρησιμοποιώντας κυρίως διαδικτυακές πλατφόρμες και άλλες τεχνολογικές καινοτομίες.

**Ιστότοπος:** <https://www.citizensinpower.org/>

Η εταιρία **Challedu πρωτοπορεί** σε νέα μοντέλα μάθησης, ένταξης και συμμετοχής. Η ομάδα της αποτελείται από εκπαιδευτικούς, δασκάλους, εμπειρογνώμονες, σχεδιαστές παιχνιδιών και σχεδιάζει παιγνιώδεις εμπειρίες και παιχνίδια με σκοπό να μετατρέψει κάθε δραστηριότητα σε μια ακαταμάχητη εμπειρία. Ο σκοπός είναι να ξεκλειδώσει τη μετασχηματιστική δύναμη των ανθρώπων κάνοντάς τους να αναζητούν και να επιλύουν περίπλοκα προβλήματα, να είναι τολμηροί, εφευρετικοί και οραματιστές. Η δουλειά μας ενισχύει επίσης τη δημιουργικότητα, τη φαντασία, τη συμπερίληψη και την ενσυναίσθηση.

**Ιστότοπος:** <http://challedu.com/>

Η **Polish Farm Advisory and Training Centre not-for-profit Sp. z o.o.** είναι μια ιδιωτική μη κερδοσκοπική εταιρεία (που βρίσκεται στη διαδικασία να γίνει ΜΚΟ) η οποία ειδικεύεται στην παροχή συμβουλευτικών γεωργικών υπηρεσιών, ενισχύοντας το επιχειρηματικό πνεύμα στις αγροτικές περιοχές και προωθώντας τη γενικότερη αγροτική ανάπτυξη. Ο κύριος στόχος της εταιρείας είναι να βελτιώσει τα προς το ζην των κατοίκων των αγροτικών περιοχών, προσφέροντάς τους τις καλύτερες και πιο επαγγελματικές και εξατομικευμένες συμβουλές στον τομέα της γεωργίας, καθώς και μια ποικιλία προγραμμάτων κατάρτισης και υλικού σχετικών με τους αγροτικούς φορείς σε θέματα προστασίας του περιβάλλοντος, βιωσιμότητας, ασφάλειας των τροφίμων, πράσινης ανάπτυξης, περμακουλτούρας, κοινωνικής καλλιέργειας, κλπ.

**Ιστότοπος:** <https://farm-advisory.eu/en/>

Ο **DRAMBLYS** είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός που βρίσκεται στην Ισπανία και ασχολείται με την προώθηση της κοινωνικής καινοτομίας. Στον DRAMBLYS συνδυάζουμε την κοινωνιολογική φαντασία και την έρευνα με την κοινωνική δημιουργικότητα και τον σχεδιασμό με σκοπό να προσεγγίσουμε, να εξερευνήσουμε και να καινοτομήσουμε λύσεις που συμβάλλουν στην αειφόρο ανάπτυξη. Τα κύρια προγράμματα και οι τομείς ειδίκευσής μας περιλαμβάνουν τα εξής: σχεδιασμός και αξιολόγηση προγραμμάτων, οπτικοποίηση δεδομένων και σχεδιασμός, ανάπτυξη και διαχείριση κοινωνικής καινοτομίας. Στον DRAMBLYS ο στόχος είναι να διευκολυνθούν οι δημιουργικοί διάλογοι και να συνδημιουργηθούν βιώσιμες εναλλακτικές λύσεις έτσι ώστε να δώσουν έμπνευση στους νέους κοινωνικούς επιχειρηματίες και ηγέτες κοινοτήτων καθώς και να προωθήσουν βιώσιμους τρόπους ζωής.

**Ιστότοπος:** <https://dramblys.org/>

**ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΕΡΓΟ ΕΠΙΣΚΕΦΤΕΙΤΕ ΤΟΝ ΙΣΤΟΤΟΠΟ** <http://agroedugames.com/>



**CITIZENS  
IN POWER**

**challedu**  
inclusion | games | education





## **Περιεχόμενα**

Εισαγωγή	2
<b>Η Μεθοδολογία του Έργου Agro_EduGames</b>	<b>4</b>
Η Μεθοδολογία του Πνευματικού παραδοτέου 2	5
<b>Παιδαγωγικοί Στόχοι και ομάδες στόχους</b>	<b>7</b>
Δωμάτια Απόδρασης ως Εκπαιδευτικό Εργαλείο	8
<b>Δεκαπέντε Θέματα για Έμπνευση</b>	<b>10</b>
Κύπρος	10
Οινοποιία	10
Συγκομιδή σιτηρών	12
Δασοκομία	14
Τυρί Χαλούμι και γαλακτοκομικά Προϊόντα	15
Αγροτουρισμός	17
Εργοστάσιο Ρόδου	19
Ελλάδα	21
Μαστίχα Χίου	21
Παραγωγή ακτινιδίου	24
Κρητικά παξιμάδια (κριθариού)	26
Πολωνία	28
Παραγωγή Μήλου	28
Κατσικίσιο Τυρί	29
Κήπος Περμακουλτούρας	31
Ισπανία	34
Ελαιόλαδο	34
Τυρί Manchego	36
Κρόκος - Σαφράν	37
5 έτοιμα προς χρήση σενάρια για Δωμάτιο Απόδρασης	40
<b>Συμπεράσματα</b>	<b>41</b>
<b>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ</b>	<b>42</b>



## Εισαγωγή

Ο παρών οδηγός αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του Πνευματικού Παραδοτέου 2 του έργου Agro\_EduGames. Αποτελείται από επτά κύριες ενότητες. Ουσιαστικά, η πρώτη ενότητα - την οποία διαβάζετε αυτή τη στιγμή - είναι μια εισαγωγή στο Πνευματικό Παραδοτέο 2 του έργου και ο πρόλογος του Εκπαιδευτικού Οδηγού που ανέπτυξαν οι τέσσερις εταίροι του Agro\_EduGames. Μετά την εισαγωγή έπεται η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε αναφέροντας τις συγκεκριμένες διαδικασίες ή τεχνικές που χρησιμοποιήθηκαν για τον εντοπισμό, την επιλογή, την επεξεργασία και την ανάλυση των πληροφοριών σχετικά με τον Εκπαιδευτικό Οδηγό. Στη συνέχεια παρουσιάζονται οι Παιδαγωγικοί Στόχοι του παρόντος έργου, ώστε να προετοιμαστεί ο/η αναγνώστης/στρια για τα 15 διαφορετικά Θέματα Έμπνευσης. Κάθε εταίρος ανέπτυξε 3 διαφορετικά θέματα, ενώ ο CIP Citizens In Power, που είναι ο συντονιστής αυτού του Παραδοτέου, ανέπτυξε 6 θέματα. Κάθε θέμα - επιλέχθηκε προσεκτικά από τους τέσσερις οργανισμούς-εταίρους, ώστε να είναι αντιπροσωπευτικό αγροτικό προϊόν στις συμμετέχουσες χώρες: την Κύπρο, την Ελλάδα, την Πολωνία και την Ισπανία. Τα 15 θέματα δημοσιεύονται στο παρόν έγγραφο για να αποτελέσουν πηγή έμπνευσης για άλλους δημιουργούς. Από όλα αυτά, πέντε από αυτά επιλέχθηκαν από την ομάδα έργου για τη δημιουργία σεναρίων Δωματίων Απόδρασης. Αυτά τα πέντε σενάρια παρουσιάζονται διεξοδικά στην έκτη ενότητα του “Εκπαιδευτικού Οδηγού: Δωμάτια Απόδρασης για την Αγρο-επιχειρηματικότητα”. Τέλος, στον επίλογο συνοψίζονται οι στόχοι του Παραδοτέου 2 και ο τρόπος με τον οποίο αυτοί επιτυγχάνονται μέσω των τελικών αποτελεσμάτων του.

Ενώ ο Οδηγός «Η εκπαιδευτική επίδραση της μάθησης με βάση το παιχνίδι στην Αγρο-Επιχειρηματικότητα για τον τομέα της νεολαίας» (Πνευματικό Παραδοτέο 1) προσέφερε μια πιο θεωρητική προσέγγιση και ανάλυση της σύνδεσης μεταξύ της αγροτικής επιχειρηματικότητας και της μάθησης με βάση το παιχνίδι (game based learning), το Πνευματικό Παραδοτέο 2 στοχεύει σε πρακτικό υλικό για τη διευκόλυνση της χρήσης της μεθόδου και, ως εκ τούτου, της βιωσιμότητάς της. Στο πλαίσιο του Παραδοτέου 2, οι τέσσερις οργανισμοί-εταίροι ανέπτυξαν τον παρόντα Εκπαιδευτικό Οδηγό που επικεντρώνεται στη γεωργική επιχειρηματικότητα και αποτελείται από πέντε διαφορετικά σενάρια-Δωμάτια Απόδρασης, τα οποία δημιουργήθηκαν από τους τέσσερις (4) οργανισμούς-εταίρους. Κάθε ένα από τα Δωμάτια Απόδρασης αποτελείται από σχετικά σενάρια, γρίφους, αινίγματα και άλλες προκλήσεις, στοιχεία, εκτυπώσιμο γραφικό υλικό και ψηφιακά εργαλεία, όπως κωδικός QR και ψηφιακά έγγραφα, σχεδιασμένα και δομημένα με αποτελεσματικό τρόπο. Κάθε σενάριο Δωματίου Απόδρασης επικεντρώνεται σε γεωργικές και επιχειρηματικές προκλήσεις. Τα πέντε σενάρια - καθώς και όλες οι 15 περιγραφές - περιέχουν και μαθησιακούς στόχους που συνδέονται αυστηρά με τα θέματα.

Τα σενάρια αυτά προορίζονται να εφαρμοστούν από οργανώσεις και κέντρα νεολαίας που παρέχουν κατάρτιση σε ομάδες ατόμων που αντιμετωπίζουν διάφορους τύπους μαθησιακών διαταραχών ή άλλες ευάλωτες ομάδες, όπως μακροχρόνια άνεργοι, NEETs ή περιθωριοποιημένες ομάδες που έχουν κατά καιρούς αντιμετωπίσει καταστάσεις και ζητήματα κοινωνικού αποκλεισμού. Επιπλέον, οι οργανισμοί που ασχολούνται με την παροχή τυπικής και μη τυπικής εκπαίδευσης σε διάφορες πτυχές της επιχειρηματικότητας που απευθύνονται στους νέους - αλλά πιο συγκεκριμένα στην αγροτική επιχειρηματικότητα - θα επωφεληθούν από αυτό το Παραδοτέο.

Δεδομένου ότι το παρόν Παραδοτέο βασίζεται στον οδηγό που δημιουργήθηκε κατά τη διάρκεια του [Πνευματικού Παραδοτέου 1](#), τα σενάρια και οι περιγραφές μας εισάγουν σε





διάφορες έννοιες και θεματικούς πυλώνες που είναι στενά συνυφασμένοι με τη γεωργία και οι οποίοι αναπτύχθηκαν στο πλαίσιο του συγκεκριμένου Παραδοτέου. Ορισμένες από αυτές τις έννοιες και τους θεματικούς πυλώνες είναι: έδαφος, άρδευση και νερό, οικολογία και βιοποικιλότητα, κλιματική κρίση, κατανάλωση ενέργειας στη γεωργία, βιολογική γεωργία και περμακουλτούρα. Τα περισσότερα από τα σενάρια Δωματίων Απόδρασης επικεντρώνονται στις μεθόδους παραγωγής διάφορων τοπικών και παραδοσιακών προϊόντων που προέρχονται από τις 4 χώρες-εταίρους.

Τα δεκαπέντε θέματα που επιλέχθηκαν από τους τέσσερις εταίρους είναι τα εξής:

**Από τον CIP Citizens In Power**

1. Οινοποίηση
2. Συγκομιδή σιτηρών
3. Δασοκομία
4. Τυρί Χαλούμι και γαλακτοκομικά προϊόντα
5. Αγροτουρισμός
6. Εργοστάσιο Ρόδου

**Από τη Challedu**

7. Μαστίχα Χίου
8. Παραγωγή ακτινιδίου
9. Κρητικά παξιμάδια(κριθαριού)

**Από το The Polish Farm Advisory and Training Centre**

10. Παραγωγή μήλου
11. Κατσικίσιο Τυρί
12. Κήποι περμακουλτούρας

**Από το Dramblys**

13. Ελαιόλαδο
14. Τυρί Manchego
15. Κρόκος

Τα θέματα που επιλέχθηκαν από τους οργανισμούς-εταίρους για την ανάπτυξη πέντε εκπαιδευτικών Δωματίων Απόδρασης είναι τα εξής:

1. Οινοποίηση: «Απόδραση από το Οινοποιείο»
2. Συγκομιδή σιτηρών: «Η Περίεργη Υπόθεση της Κοιλιάδας»
3. Μαστίχα Χίου: «Μυστήριο στο Μαστιχοχώρι»
4. Κήποι περμακουλτούρας: «Καλώς Ήρθατε στον Κήπο Περμακουλτούρας»
5. Ελαιόλαδο: «Η Κληρονομιά»

Το υπογραμμισμένο κείμενο λειτουργεί ως σύνδεσμος σε κάθε θέμα.



## Η Μεθοδολογία του Έργου Agro\_EduGames

Οι τέσσερις οργανισμοί-εταίροι προέρχονται από τέσσερις διαφορετικές ευρωπαϊκές χώρες, οι οποίες καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα υποβάθρου και εμπειριών που σχετίζονται με το πλαίσιο και τους στόχους του έργου Agro\_EduGames, καθώς και μια πανευρωπαϊκή εμβέλεια στις δραστηριότητές τους. Η Κύπρος, η Ελλάδα, η Πολωνία και η Ισπανία είναι οι τέσσερις χώρες που εκπροσωπούν οι τέσσερις οργανισμοί-εταίροι σε αυτό το έργο. Οι εταίροι προέρχονται από διαφορετικές γεωγραφικές περιοχές και όλοι έχουν διαφορετικό κοινωνικό και επαγγελματικό υπόβαθρο, αν και όλοι είναι εξειδικευμένοι στον τομέα του εκσυγχρονισμού των εκπαιδευτικών μεθόδων - ειδικά στις οργανώσεις νεολαίας - γεγονός που εξασφαλίζει την επιτυχή υλοποίηση ενός τέτοιου διεπιστημονικού έργου.

Επιπλέον, το έργο προβλέπει την ανάπτυξη συνεργασιών μεταξύ των διαφορετικών τομέων εργασίας των εταίρων, με κοινές παραμέτρους την προώθηση της εκπαίδευσης των νέων, των δια βίου δεξιοτήτων, των κοινωνικών δεξιοτήτων, της μάθησης με βάση τα παιχνίδια, της επιχειρηματικότητας και της καινοτομίας στη γεωργία. Σημαντική υποστήριξη στις τέσσερις οργανώσεις-εταίρους, κατά την υλοποίηση, διάδοση και αξιοποίηση του έργου, παρείχε το εκτεταμένο δίκτυο συνεργαζόμενων εταίρων που συνεργάζονται με τις οργανώσεις και προέρχονται από ένα ευρύ φάσμα κοινωνικών, πολιτιστικών, επαγγελματικών και περιφερειακών καταβολών.

Ο CIP στοχεύει στην ανάπτυξη και προώθηση διαφορετικών επιχειρηματικών νοοτροπιών, στην εκπαίδευση και στον δημοκρατικό διάλογο στην Κύπρο και στο εξωτερικό. Για την επίτευξη αυτών των στόχων, ο CIP έχει συνάψει πολλαπλές συνεργασίες με πολλά κορυφαία κυπριακά πανεπιστήμια, ΜΚΟ και ερευνητικούς οργανισμούς στην Κύπρο, ιδίως για την ανάπτυξη καινοτόμων έργων και διεθνών εκπαιδεύσεων ή σεμιναρίων, καθώς και για τη διαμόρφωση παιδαγωγικού εκπαιδευτικού υλικού, χρησιμοποιώντας κυρίως διαδικτυακές πλατφόρμες και άλλες τεχνολογικές καινοτομίες. Ο εταίρος από την Πολωνία, με το όνομα Polish Farm Advisory and Training Centre not-for-profit Sp. z o. o. (Πολωνικό Γεωργικό Συμβουλευτικό και Εκπαιδευτικό Κέντρο), είναι μια ιδιωτική μη κερδοσκοπική εταιρεία που παρέχει συμβουλευτικές υπηρεσίες για γεωργικές εκμεταλλεύσεις, να ενισχύει το επιχειρηματικό πνεύμα στις αγροτικές περιοχές και να προωθεί την αγροτική ανάπτυξη γενικότερα. Εν τω μεταξύ, η Challedu, που είναι ο ελληνικός εταίρος, πρωτοπορεί στην ανάπτυξη νέων μοντέλων μάθησης, ένταξης και δέσμευσης που βασίζονται σε παιγνιώδεις εμπειρίες και παιχνίδια με στόχο να μετατρέψει κάθε δραστηριότητα σε μια ακαταμάχητη περιπέτεια. Η Challedu έχει εξειδίκευση στο σχεδιασμό, την ανάπτυξη και την υλοποίηση δραστηριοτήτων μάθησης με βάση παιχνίδια, εκπαιδευτικά παιχνίδια, και εργαστήρια ανάπτυξης ικανοτήτων. Τέλος, ο Dramblys, με έδρα την Ισπανία, είναι ένας μη κερδοσκοπικός οργανισμός που εργάζεται για την προώθηση της κοινωνικής καινοτομίας και συνδυάζοντας την φαντασία και δημιουργικότητα. Οι κύριοι τομείς εξειδίκευσης του Dramblys είναι ο σχεδιασμός και η αξιολόγηση προγραμμάτων, η οπτικοποίηση δεδομένων και ο σχεδιασμός, η ανάπτυξη και η διαχείριση της κοινωνικής καινοτομίας.



## Η Μεθοδολογία του Παραδοτέου 2

Η μεθοδολογία για την ανάπτυξη του περιεχομένου του δεύτερου Παραδοτέου του έργου Agro\_EduGames ακολούθησε μια συγκεκριμένη διαδικασία την οποία ο CIP Citizens In Power - ως επικεφαλής του Παραδοτέου - εφαρμόζεται στην πλειονότητα των έργων στα οποία ηγείται. Πρώτα γίνεται ο καταμερισμός των καθηκόντων, στη συνέχεια ακολουθεί η φάση της έρευνας και η σωστή δόμηση του περιεχομένου, πριν από την πρώτη εσωτερική αξιολόγηση από τους εταίρους. Σε μεταγενέστερο στάδιο, ο Εκπαιδευτικός Οδηγός υποβάλλεται σε μια δεύτερη αξιολόγηση και στη συνέχεια στη μετάφραση του περιεχομένου σε όλες τις γλώσσες των εταίρων. Τέλος, η ομάδα έργου καταλήγει σε μια οριστική έκδοση του εκπαιδευτικού οδηγού και δημοσιεύει το τελικό περιεχόμενο.

Η διαδικασία για τη δημιουργία και τη σύνταξη του εκπαιδευτικού οδηγού έχει οριστεί ως εξής:

### 1. Έρευνα για αναφορές και πηγές

Η έρευνα για αναφορές σε άρθρα, ιστότοπους και εικόνες - βιβλιογραφική τεκμηρίωση και η συμπλήρωση ενός πρότυπου εγγράφου πραγματοποιήθηκε από όλους τους εταίρους-συντελεστές προκειμένου να δημιουργηθούν δεκαπέντε συνολικά περιγραφές, με βάση δεκαπέντε μοναδικά θέματα από 4 διαφορετικά εθνικά πλαίσια.

### 2. Σχεδιασμός της βάσης του εγγράφου

Ο συντονιστής του Παραδοτέου σχεδίασε τη δομή του εκπαιδευτικού οδηγού:

- Γενική δομή
- Κεφάλαια
- Διαχωρισμός και κατανομή των εργασιών στους εταίρους

Η τελική δομή, ο σκελετός και το περιεχόμενο κάθε ενότητας συζητήθηκε διεξοδικά και εγκρίθηκε από τους εταίρους κατά τη διάρκεια των μηνιαίων διαδικτυακών συναντήσεων που έχουν καθιερωθεί από την αρχή του έργου.

### 3. Ανάπτυξη του περιεχομένου

Αυτή η δραστηριότητα θα γίνει σε δύο βήματα:

- Δημιουργία των Δωματίων Απόδρασης
- Δημιουργία των πόρων των Δωματίων (συμπεριλαμβανομένου του τεχνολογικού υλικού, του έντυπου υλικού και των ψηφιακών εργαλείων)

Με βάση τα δύο προηγούμενα βήματα, ο συντονιστής του Παραδοτέου ανέθεσε κεφάλαια ή ενότητες σε καθέναν από τους εταίρους. Οι εταίροι δημιούργησαν περιεχόμενο διαφόρων τύπων, όπως:

- Κείμενα
- Εικόνες
- Γραφικά
- Πόροι
- Βιβλιογραφία

### 4. Μια πρώτη ανασκόπηση του περιεχομένου

Οι εταίροι θα επανεξετάσουν το περιεχόμενο που δημιουργήθηκε από όλους σύμφωνα με τα ακόλουθα κριτήρια: "Πώς θα αξιολογήσετε το βαθμό στον οποίο το έργο πέτυχε τα αποτελέσματα και τους στόχους του;" (i) Διδακτική και παιδαγωγική βιωσιμότητα- (ii) Ποιότητα περιεχομένου- (iii) Γλώσσα- (iv) Δομή, οργάνωση και λειτουργικότητα- (v) Αισθητική- (vi) Εικονογραφικό υλικό.



5. Επεξεργασία του περιεχομένου που παράγεται από όλους τους εταίρους, το οποίο συγκεντρώνεται από τον επικεφαλής εταίρο. Μετά το πέρας της εργασίας αυτής, μια προσωρινή έκδοση του Πνευματικού Παραδοτέου θα δημοσιευθεί στην αγγλική γλώσσα στον διαδικτυακό τόπο του έργου.
6. Με βάση τις αξιολογήσεις που έκαναν οι πρώτοι χρήστες/χρήστριες κατά τη διάρκεια της διεθνούς εκπαιδευτικής δραστηριότητας, ο επικεφαλής οργανισμός επανεξέτασε το περιεχόμενό τους και το τροποποίησε για τη βελτίωση της ποιότητας και της συνάφειας τους.
7. Μετάφραση  
Οι εταίροι θα μεταφράσουν την τελική έκδοση του Πνευματικού Παραδοτέου 2 στη γλώσσα τους
8. Δημιουργία της τελικής έκδοσης του Εκπαιδευτικού Οδηγού  
Ο CIP επιμελήθηκε και δημοσίευσε την τελική έκδοση του περιεχομένου που παρήγαγαν όλοι οι εταίροι:
  - a) Επεξεργασία
  - b) Διάταξη
  - c) Εξαγωγή σε μορφή PDF ή/και eBook (epub, mobib, κ. λπ. )
  - d) Διανομή στο δίκτυο συνεργατών και εκτός (Blogs, Slideshare, Calameo, κ. λπ. ) ως OER με άδεια CC BY-NC-SA.

Για την ανάπτυξη των πέντε διαφορετικών σεναρίων των Δωματίων Απόδρασης, χρησιμοποιήθηκε ως πηγή έμπνευσης η τεχνογνωσία του CIP στη δημιουργία και υλοποίηση Δωματίων Απόδρασης. Μερικά από τα έργα που χρησιμοποιήθηκαν ως έμπνευση για τη δομή των εγγράφων των σεναρίων Δωματίων Απόδρασης είναι τα εξής:

- STEAMER ([steamerproject.eu](http://steamerproject.eu));
- ER-SE: Δωμάτια Απόδρασης for Social Entrepreneurship ([er-se.eu](http://er-se.eu)); and
- ELMET ([elmetproject.eu](http://elmetproject.eu)).



## Παιδαγωγικοί Στόχοι και ομάδες στόχος

Αυτός ο οδηγός αποσκοπεί στην παροχή υλικού που θα επιτρέψει στις άμεσες ομάδες-στόχους μας (οργανώσεις νεολαίας, αγροτικούς δήμους, αγροτικούς συλλόγους κ. λπ.) να αναπτύξουν και να υλοποιήσουν τα δικά τους Δωμάτια Απόδρασης. Μετά την ανάγνωση του οδηγού, οι αναγνώστες/στριες πρέπει να κατανοήσουν τη δύναμη που έχουν τα δωμάτια απόδρασης στη μη τυπική εκπαίδευση και, πιο συγκεκριμένα, στη γεωργική επιχειρηματικότητα.

Το παρόν έγγραφο αποτελείται από δεκαπέντε περιγραφές που εστιάζουν σε γεωργικές μεθόδους και τεχνικές σε τέσσερα διαφορετικά εθνικά πλαίσια: Κύπρος, Ελλάδα, Πολωνία και Ισπανία. Αυτές οι περιγραφές θα εμπνεύσουν τους αναγνώστες του εγγράφου να αναπτύξουν τα δικά τους σενάρια Δωματίων Απόδρασης με γρίφους, αινίγματα και υποδείξεις. Επιπλέον, το έγγραφο περιλαμβάνει πέντε διαφορετικά σενάρια δωματίων απόδρασης που αναπτύχθηκαν από τους οργανισμούς-εταίρους, τα οποία θα τους βοηθήσουν να κατανοήσουν τη δομή ενός σεναρίου και, κατά συνέπεια, να δημιουργήσουν τα δικά τους σενάρια και να υλοποιήσουν τις ιδέες τους.

Το Παραδοτέο 2 αφορά την παροχή υλικού σχετικά με τη γεωργική επιχειρηματικότητα και τις μεθόδους διδασκαλίας σχετικών θεματικών, η οποία συσχετίζει τη γεωργική επιχειρηματικότητα και τα εκπαιδευτικά Δωμάτια Απόδρασης, σε οργανώσεις νέων, σε εργαζόμενους στο τομέα της νεολαίας και εκπαιδευτές κ. λπ.



Εικόνα 1: Φωτογραφία του Markus Winkler στον ιστότοπο Unsplash





## Δωμάτια Απόδρασης ως Εκπαιδευτικό Εργαλείο

Τα Δωμάτια Απόδρασης είναι παιχνίδια που μπορούν να αναπτύξουν τις δεξιότητες και τις ικανότητες του ατόμου μέσω διαφόρων τύπων πνευματικών και σωματικών αποστολών. Συνήθως, τα Δωμάτια Απόδρασης διαφέρουν μεταξύ τους όσον αφορά την παρουσίαση, την ιστορία και τις εργασίες - γρίφους, αλλά η ιδέα πίσω από αυτά μπορεί να εφαρμοστεί παντού. Τα Δωμάτια Απόδρασης συνήθως έχουν ως εξής: μια ομάδα παικτών, από 2 έως 12 άτομα, κλειδώνεται σε ένα θεματικό δωμάτιο. Ο Συντονιστής Παιχνιδιού (game master) αφηγείται στην ομάδα την ιστορία του δωματίου. Στη συνέχεια, έχουν μια αποστολή που πρέπει να εκπληρώσουν εντός συγκεκριμένου χρονικού πλαισίου. Υπάρχει επίσης ένα άτομο που τους εποπτεύει, το οποίο μπορεί να είναι ο Συντονιστής Παιχνιδιού. Υπάρχουν πολλές θεματικές διαθέσιμες για να δημιουργήσετε ένα Δωμάτιο Απόδρασης, όπως δωμάτιο τρόμου, φαντασίας, φουτουριστικό κ.λπ. Ο απώτερος στόχος της ομάδας δεν είναι απαραίτητα η απόδραση από το δωμάτιο, αλλά μπορεί να είναι η επίλυση ενός μυστηρίου, η εύρεση μιας θεραπείας για έναν ιό ή ακόμη και η διαφυγή από μια ορδή βαμπίρ που έρχονται να πιουν το αίμα τους ή λυκανθρώπων που είναι καθ' οδόν για να φάνε τη σάρκα της τους.

Πολλοί θεωρούν ότι τα Δωμάτια Απόδρασης μπορούν να αποτελέσουν αποκλειστικά αντικείμενο ψυχαγωγίας. Παρόλο που το σενάριο τους είναι αναληθές και φανταστικό, οι δεξιότητες που αναπτύσσουν οι παίκτες παίζοντας σε αυτά μπορούν να έχουν πραγματικά και διαρκή αποτελέσματα στον εργασιακό χώρο.

Σε ένα Δωμάτιο Απόδρασης οι παίκτες τρεις συνεργάζονται για να βρουν στοιχεία, να ολοκληρώσουν εργασίες και να λύσουν διάφορους γρίφους. Ο στόχος είναι να επιτευχθεί ένας συγκεκριμένος, χρονικά περιορισμένος στόχος - για παράδειγμα, οι παίκτες να αποδράσουν από ένα μέρος. Παρ' όλα αυτά, κανείς δεν έχει ποτέ κλειδωθεί στην πραγματικότητα και οι απειλές αυτές είναι πάντα φανταστικές. Ένα Δωμάτιο Απόδρασης μπορεί να είναι ένας ελκυστικός και συναρπαστικός τρόπος για να γνωριστούν νέες ομάδες μεταξύ τους. Ομάδες επαγγελματιών με μακρόχρονη πορεία μπορούν να επωφεληθούν από την ευκαιρία να "αποφορτιστούν" κατά τη διάρκεια μιας έντονης περιόδου εργασίας ή να γιορτάσουν την επίτευξη ενός έργου όταν αυτό ολοκληρωθεί.

Το θέμα ενός Δωματίου Απόδρασης είναι σημαντικό καθώς δίνει το ρυθμό στη δράση των παικτών/τριών και τους επιτρέπει στους παίκτες να αναπτύξουν συγκεκριμένες ικανότητες και δεξιότητες. Αν η προτεραιότητα είναι να χαλαρώσουν και να διασκεδάσουν οι παίκτες/τριες, ένα ιδιαίτερα ευφάνταστο θέμα λειτουργεί καλά όπως για παράδειγμα ένα Δωμάτιο Απόδρασης που διαδραματίζεται σε ένα μυθολογικό βασίλειο, ή σε έναν εξωγήινο πλανήτη. Εκτός από τη διασκέδαση, τα Δωμάτια Απόδρασης επίσης μπορούν να ενθαρρύνουν τη δημιουργική σκέψη. Τα θέματα μυστηρίου (όπως η αποκάλυψη του δολοφόνου ή η ματαίωση των σχεδίων ενός κλέφτη κοσμημάτων) είναι κατάλληλα για την ανάπτυξη δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων και λήψης αποφάσεων. Συχνά, τέτοια σενάρια απαιτούν την προσήλωση των παικτών/τριών στη λεπτομέρεια και δημιουργούν μια πιο αυστηρή ατμόσφαιρα.

Ορισμένα Δωμάτια Απόδρασης εκτυλίσσονται σε ένα επιστημονικό ή τεχνικό περιβάλλον - ένα εργοστάσιο, ας πούμε, ή ένα επιστημονικό εργαστήριο. Ρεαλιστικά περιβάλλοντα όπως αυτά μπορούν να βοηθήσουν τις ομάδες να αναπτύξουν ικανότητες όπως ο στρατηγικός σχεδιασμός και η ανάθεση αρμοδιοτήτων. Επιπλέον, τα θέματα τρόμου είναι ένας δημοφιλής τρόπος για την ενίσχυση των δεξιοτήτων ομαδικής εργασίας υπό πίεση. Δεν



είναι κατάλληλες πρακτικές όμως για κάθε οργανισμό, αλλά χρησιμοποιούνται προσεκτικά-ενθαρρύνουν την προσαρμοστικότητα και τη γρήγορη σκέψη, ενώ παράλληλα δοκιμάζουν την ανθεκτικότητα των ανθρώπων καθώς εμφανίζεται η φανταστική απειλή.

Τα Δωμάτια Απόδρασης απαιτούν την χρησιμοποίηση μιας σειράς δεξιοτήτων και γνώσεων για την επίλυση των γρίφων ή τη διαφυγή των παικτών. Για αυτό το λόγο, μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως εργαλείο στην εκπαίδευση. Σύμφωνα με την Casa Todd (2019), οι βασικές δεξιότητες που απαιτούνται είναι η κριτική σκέψη, η δημιουργικότητα, ο χαρακτήρας, η επικοινωνία και η συνεργασία. Σύμφωνα με τον Nicholson (2015, σ. 30), κάθε γρίφος και εργασία πρέπει να παρασύρει τον παίκτη/την παίκτρια σε μια καλά σχεδιασμένη περιπέτεια που ακολουθεί μια αφήγηση που διασκεδάζει τους παίκτες, δίνει μια στιγμή "ανακάλυψης" στο παιχνίδι και βοηθά τους συμμετέχοντες να αναπτύξουν μια αίσθηση συνεργασίας.

Πρέπει να λαμβάνονται υπόψη οι ακόλουθοι στόχοι:

- Η ανάπτυξη μιας σταθερής, εκπαιδευτικής και ευχάριστης εμπειρίας,
- Ο σχεδιασμός χώρων δωματίων απόδρασης που σχετίζονται με την αγρο-επιχειρηματικότητα (είτε με αίθουσες με θέμα την ΑΕ είτε με σχετικούς γρίφους),
- Η δημιουργία υλικού συμπαγούς και φορητού, ώστε η εμπειρία να μπορεί να μεταφερθεί εύκολα από τόπο σε τόπο.

Όλα τα Δωμάτια Απόδρασης έχουν τους ακόλουθους έξι πυλώνες:

1. Συμμετέχοντες - ο σχεδιαστής ενός σεναρίου Δωματίου Απόδρασης πρέπει πάντα να έχει κατά νου τα δημογραφικά χαρακτηριστικά των ατόμων που θα συμμετάσχουν. Η ηλικία, το κοινωνικό υπόβαθρο, οι σπουδές και το επάγγελμα είναι βασικές πληροφορίες που πρέπει να ληφθούν υπόψη πριν δημιουργήσουμε ένα σενάριο δωματίου απόδρασης,
2. Στόχοι - οι σαφείς μαθησιακοί στόχοι σχετικά με τον εκπαιδευτικό σκοπό του παιχνιδιού είναι απαραίτητοι, ώστε να μπορέσει ο σχεδιαστής να καταρτίσει τα μαθησιακά αποτελέσματα του παιχνιδιού και να καθορίσει τις γνώσεις και τις κοινωνικές δεξιότητες που θα αποκτήσουν οι συμμετέχοντες μετά την ολοκλήρωση κάθε εργασίας,
3. Θέμα και αφήγηση - ένα καλό θέμα και μια καλή αφήγηση μπορούν να κάνουν τους συμμετέχοντες να εμπλακούν στο παιχνίδι και να διασκεδάσουν μαθαίνοντας χάνοντας την αίσθηση του χρόνου,
4. Γρίφοι και καθήκοντα - αυτό το στοιχείο αποτελεί τη ραχοκοκαλιά της συνολικής αφήγησης. Είναι εξίσου σημαντικό με την ίδια την αφήγηση για να είναι συνεκτικό ένα σενάριο δωματίου απόδρασης. Οι γρίφοι και οι εργασίες συνδέουν το γενικό θέμα με την αφήγηση του δωματίου και δημιουργούν επίσης μια σύνδεση μεταξύ αυτών - των ίδιων των γρίφων - και του τελικού στόχου που είναι η ολοκλήρωση του συνόλου της αποστολής,
5. Εξοπλισμός - είναι απαραίτητος για την ανάπτυξη ενός ζωντανού περιβάλλοντος που μπορεί να υποστηρίξει το γενικό θέμα και την αφήγηση, χρησιμοποιώντας σκηνικά, κοστούμια και υποστηρικτικά υλικά που θα βοηθήσουν τους συμμετέχοντες να εμπλακούν ευκολότερα στο παιχνίδι- και
6. Διαδικασία αξιολόγησης - πραγματοποιείται προκειμένου να αξιολογηθεί η αποτελεσματικότητα του δωματίου και η γνώση που το έργο θέλει να προσφέρει στους συμμετέχοντες. Αυτό συμβαίνει επίσης για τον εντοπισμό τεχνικών και μηχανικών δυσλειτουργιών.



Αυτοί οι έξι πυλώνες εξηγούνται διεξοδικά στο [«Η εκπαιδευτική επίδραση της μάθησης με βάση το παιχνίδι στην Αγρο- Επιχειρηματικότητα για τον τομέα της νεολαίας»](#) Κεφάλαιο 2.4, [Παιχνίδια Απόδρασης: Η κατανόηση και ο σχεδιασμός του εκπαιδευτικού σκοπού ενός ΔΑ. Ορίστε τους Μαθησιακούς Στόχους που θέλετε να Επιτύχετε.](#)

## Δεκαπέντε Θέματα για Έμπνευση

Για τη σύνθεση των δεκαπέντε θεμάτων έμπνευσης, οι ακόλουθες τέσσερις ερωτήσεις τέθηκαν και στους τέσσερις οργανισμούς-εταίρους κατά τη φάση "Έρευνα για αναφορές και πηγές":

1. Παρακαλώ εξηγήστε, με βάση ιστορικές αναφορές, γιατί το θέμα αυτό είναι σημαντικό για τη χώρα σας;
2. Παρακαλώ εξηγήστε, με βάση την κατάσταση που επικρατεί στη γεωργία τα τελευταία χρόνια στη χώρα σας, γιατί το θέμα αυτό είναι σημαντικό και πρέπει να αναφέρεται σε αυτό το τμήμα της εκπαιδευτικής ενότητας ;
3. Εξηγήστε εν συντομία την αξία του θέματος για την οικονομία της χώρας σας.
4. Παρακαλούμε, αναφέρετε τους Μαθησιακούς Στόχους του θέματος ως βάση για ένα πιθανό Δωμάτιο Απόδρασης.

## Κύπρος

### Οινοποιία

Η Κύπρος έχει μακρά παράδοση στην αμπελοκαλλιέργεια και την οινοποίηση. Πολλές αρχαιολογικές μαρτυρίες καταδεικνύουν ότι η παραγωγή κρασιού στο νησί υπήρχε πριν από 6000 χρόνια. Δύο σημαντικά αρχαιολογικά ευρήματα δείχνουν ότι κατά την αρχαιότητα, το κρασί εξάγονταν από την Κύπρο σε άλλες περιοχές - όπως η Ελλάδα και η Αίγυπτος - ήδη από το 2. 300 π. Χ. Το πρώτο εύρημα είναι ένα ναυάγιο που μετέφερε 2500 αμφορείς και ανακαλύφθηκε το 1999. Η δεύτερη ανακάλυψη τοποθετείται ακόμη πιο πίσω χρονικά, στην εποχή του Χαλκού, όπου οι αρχαιολόγοι ανακάλυψαν δοχεία κρασιού και σπόρους σταφυλιών (in-Cyprus, 2020).



Εικόνα 2: Ο Διόνυσος, θεός του κρασιού, απεικονίζεται σε μωσαϊκό ελληνοιστικής εποχής στην αρχαία πόλη της Πάφου στην Κύπρο

Σύμφωνα με άρθρο στον Φιλελεύθερο (2020) - ένα από τα πιο καθιερωμένα ειδησεογραφικά πρακτορεία της Κύπρου - η οινοβιομηχανία του νησιού κατατάσσεται στην 5η θέση παγκοσμίως όσον αφορά τη συνολική ποσότητα παραγωγής κρασιού, με 10302 τόνους ετησίως. Αυτό που είναι ξεχωριστό στην κυπριακή οινοποιητική παράδοση είναι ότι παραμένει συνεπής από την αρχαιότητα.





Στα μεταγενέστερα χρόνια, προς το τέλος του 19ου αιώνα, φυτεύτηκαν περισσότεροι αμπελώνες στο νησί - και συγκεκριμένα στα βουνά της Κύπρου - λόγω του γεγονότος ότι οι γαλλικοί αμπελώνες είχαν καταστραφεί από τη φυλλοξήρα και οι Ευρωπαίοι είχαν ανάγκη να εισάγουν κρασί από άλλες χώρες (Bevan, 1919, σ. 36). Τότε ήταν που η οينوβιομηχανία έγινε ένας κρίσιμος συντελεστής της οικονομίας της χώρας μέσω της καλλιέργειας της αμπέλου, της παραγωγής κρασιού, της απασχόλησης, των εξαγωγών και - τα τελευταία χρόνια - ακόμη και του τουρισμού.



Εικόνα 3: Φωτογραφία του [jose alfonso sierra](#) στον ιστότοπο [Unsplash](#)

Το 2008, μόνο 43 οινοπαραγωγοί λειτουργούσαν στην Κύπρο. Ωστόσο, οι τελευταίοι αριθμοί δείχνουν ότι, το 2017, ο αριθμός αυτός αυξήθηκε κατά 35%, με τον συνολικό αριθμό των οινοπαραγωγών να ανέρχεται σε 58 (Statista, 2020). Τα βουνά της Κύπρου φημίζονται για τις διαδρομές του κρασιού τους (Υφυπουργείο

Τουρισμού). Το έργο αυτό, το οποίο χρηματοδοτήθηκε από το κράτος το 2004-2006, περιλαμβάνει 7 διαδρομές (αγροτουρισμός):

- i. Λαόνα-Ακάμας (περιοχή Πάφος)
- ii. Βουνί Παναγιάς-Αμπελίτης (περιοχή Πάφος)
- iii. Διαρίζος Πεδιάδα (περιοχή Πάφος)
- iv. Κρασοχώρια Λεμεσού (περιοχή Λεμεσός)
- v. Κουμανταρία(περιοχή Λεμεσός)
- vi. Πιτσιλιά (Βουνό Τρόδος)
- vii. Λεύκαρα-Λευκωσία(Περιοχή Λευκωσίας και Λάρνακα)

Μερικά από τις πιο αναγνωρισμένα διεθνώς ποικιλίες κρασιών της Κύπρου είναι το Μαύρο, το Ξυνιστέρι και, φυσικά, η Κουμανδαρία. Η Κουμανδαρία είναι ένα γλυκό κρασί και είναι το παλαιότερο κρασί στον κόσμο που εξακολουθεί να παράγεται (Visit Cyprus). Το όνομά της προέρχεται από τις σταυροφορίες του 12ου αιώνα, όταν ο Ριχάρδος ο Λεοντόκαρδος την ανακήρυξε "το κρασί των βασιλιάδων και ο βασιλιάς των κρασιών". Αργότερα όταν πούλησε το νησί στους Ιππότες του Αγίου Ιωάννη και οι Ναΐτες Ιππότες



Εικόνα 4: Το χωριό Ασκάς στην περιοχή της Λευκωσίας. Από προσωπικό αρχείο



κατέλαβαν το Κολοσσί, το κρασί έγινε γνωστό ως "La Grande Commandarie" (Forbes).

Λόγω του γεγονότος ότι η Κύπρος έχει τη μεγαλύτερη ιστορία οινοποίησης στην Ευρώπη (Vrontis & Paliwoda, 2008, σ. 146) - καθώς και του γεγονότος ότι γίνονται μεγάλες προσπάθειες των Κυπρίων οινοπαραγωγών να εισέλθουν στη μεγάλη αγορά κρασιού της Ευρώπης - είναι σημαντικό ένα από τα 6 θέματα που προτείνει το CIP, ως ο επικεφαλής οργανισμός του IO2 να αφορά στην οινοποίηση.

### Μαθησιακοί Στόχοι:

Οι μαθησιακοί στόχοι αυτού του θέματος ως πιθανό σενάριο δωματίου απόδρασης για το Παραδοτέο 2 του έργου Aggro\_EduGames είναι να δοθεί η ευκαιρία στους παίκτες/τριες να εξοικειωθούν με τη γεωργική επιχειρηματικότητα και τις εγκαταστάσεις οινοποίησης γενικά. Αυτό περιλαμβάνει:

- πώς μπορούν να λειτουργούν τα οινοποιεία,
- ποια εργαλεία, εξοπλισμός και μέθοδοι μπορεί να χρησιμοποιηθούν κατά τη διαδικασία οινοποίησης- και
- γενικές πληροφορίες σχετικά με την οινοποίηση.

### Συγκομιδή σιτηρών

Ιστορικά, το σιτάρι, το κριθάρι και η βρώμη είναι πολύ σημαντικά δημητριακά που καλλιεργούνται σχεδόν σε όλη την έκταση του νησιού ακόμη και σε υψόμετρο 4. 500 ποδιών. Σύμφωνα με πηγές, στις αρχές του 20ού αιώνα, το καλαμπόκι και η σίκαλη άρχισαν να καλλιεργούνται στην Κύπρο (Bevan, 1919, σ. 28). Ο Bevan αναφέρει πως όταν ήταν η εποχή του θερισμού, πολλοί εργάτες από άλλες περιοχές - την Ανατολία, τη σημερινή Τουρκία, και τη Συρία - κατέφθαναν στο νησί για να βρουν δουλειά στα χωράφια, επειδή δεν επαρκούσαν τα εργατικά χέρια.

Στα αρχαία χρόνια, λόγω του υπερπληθυσμού του νησιού, η Κύπρος λέγεται ότι ήταν αυτάρκης και αυτοσυντηρούμενη στην παραγωγή σιταριού. Υπολογίζεται ότι ο τότε πληθυσμός της Κύπρου ξεπερνούσε το 1 εκατομμύριο και η απόδοση των καλλιεργειών ήταν σχεδόν διπλάσια από ό,τι ήταν στις αρχές του 20ού αιώνα. Για αιώνες, το σιτάρι σπέρνονταν δύο φορές το χρόνο- συνήθως, η χειμερινή καλλιέργεια τον Οκτώβριο και θεριζόταν τον Ιανουάριο, και η χειμερινή καλλιέργεια το Φεβρουάριο και θεριζόταν τον Ιούνιο (Bevan, 1919, σ. 31). Το σιτάρι και τα άλλα δημητριακά θεριζόταν με δρεπάνι, το οποίο ήταν μεγαλύτερο από το μέσο ευρωπαϊκό και συχνά είχε πάνω του κουδούνια για να τρομάζουν τα φίδια που ευδοκίμουν στο νησί λόγω της ξηρασίας. Σε αντίθεση με τα πιο ρηχά και βραχύδη εδάφη, τα βαθιά εδάφη σπέρνονταν χρόνο με το χρόνο με την ίδια καλλιέργεια, χωρίς εναλλαγή.

Σήμερα, η συγκομιδή σιταριού γίνεται με τη χρήση σύγχρονων τεχνολογικών μεθόδων. Τα τρακτέρ μπορούν πλέον να επεξεργάζονται το σιτάρι και άλλα δημητριακά πιο αποτελεσματικά και να τα διαχωρίζουν σε δύο μέρη. Το πρώτο μέρος είναι η κορυφή κάθε φυτού, γνωστή και ως κόκκος, και το δεύτερο μέρος του φυτού είναι το υπόλοιπο φυτό, γνωστό και ως άχυρο. Το σιτάρι είναι απαραίτητο για την παραγωγή ψωμιού, ζυμαρικών και αρτοσκευασμάτων προϊόντα με μακρά παράδοση στο νησί. Η ιστορία της παρασκευής ψωμιού στο νησί έχει τεκμηριωθεί μέσα από τα λόγια των αρχαίων Ελλήνων ταξιδιωτών και των Ρωμαίων αξιωματούχων, οι οποίοι ανέφεραν εικόνες από ατελείωτα χωράφια σιταριού στο νησί επαινώντας την ανώτερη ποιότητα του κυπριακού αλεύρου. Η καλλιέργεια και η συγκομιδή του σιταριού αποτελούν παραδοσιακά θεμελιώδη στοιχεία της κυπριακής γεωργίας





και οικονομίας και το παραδοσιακό ψωμί εξακολουθεί να παράγεται με τον ίδιο τρόπο. Αντίθετα, τα άχυρα αφήνονται στα χωράφια για να ξεραθούν και αργότερα να χρησιμοποιηθούν για στρωμένη των ζώων ή ως ζωοτροφή.

Λόγω των χαμηλών βροχοπτώσεων στο νησί της Κύπρου, πολλά προγράμματα βελτίωσης καλλιεργειών διεξάγονται αποκλειστικά από το Ινστιτούτο Γεωργικών Ερευνών. Τα προγράμματα αυτά αποσκοπούν στην παραγωγή ποικιλιών κριθαριού και σιταριού κατάλληλων για ξηρά και θερμά κλίματα, όπως αυτό της Κύπρου. Τα προγράμματα αυτά επικεντρώνονται κυρίως στην προγραμματισμένη αναπαραγωγή ποικιλιών που εισάγονται από διεθνή κέντρα και τοπικών άγριων ποικιλιών. Με τη φυτική αναπαραγωγή διεθνών και τοπικών ποικιλιών, επιδιώκεται η αύξηση της σταθερότητας και της ποιότητας της απόδοσης



Εικόνα 5: Φωτογραφία της [Melissa Askew](#) στον ιστότοπο [Unsplash](#)

των καλλιεργειών. α χαρακτηριστικά αυτών των νέων ποικιλιών πρέπει να περιλαμβάνουν την ανθεκτικότητα στη ζέστη, στις ασθένειες και στις χαμηλές βροχοπτώσεις. Τέτοιου είδους προγράμματα λειτουργούν στην Κύπρο από τα τέλη της δεκαετίας του '60 (FAO, 1996). Τα προγράμματα αυτά εφαρμόζονται και με άλλα είδη σιτηρών, όπως το κριθάρι, και είναι γνωστά για την οικονομική αξιοποίηση των μεσογειακών εδαφών που έχουν περιθωριοποιηθεί, αλλά στοχεύουν επίσης στην καλύτερη αξιοποίηση των περιορισμένων πόρων. Ωστόσο, λόγω της προσπάθειας και των πόρων

που απαιτούν, τα βήματα για την αύξηση των εξαγωγών αργοπεθαίνουν.

Τα τελευταία χρόνια, το Ινστιτούτο Γεωργικών Ερευνών έχει δημιουργήσει πολυάριθμα πειραματικά καλλιέργειες στην Κύπρο για να διεξάγει έρευνα σχετικά με το πώς η Κύπρος μπορεί να διατηρήσει μια ευρύτερη βιοποικιλότητα σιτηρών, βελτιώνοντας παράλληλα την απόδοση, την ποιότητα, την ανθεκτικότητα και τη γεύση. Ο κύριος στόχος τώρα είναι η αύξηση της βιοποικιλότητας στα οικοσυστήματα. Οι Ευρωπαίοι επιστήμονες που συμμετείχαν σε αυτό το πρόγραμμα πειραματίζονται με νέες τεχνολογίες αναπαραγωγής που αποσκοπούν στον εντοπισμό και την υιοθέτηση σχεδίων που είναι κατάλληλα για την ξηρή και ζεστή κλιματική ζώνη της Κύπρου. Η παραγωγή ποικιλιών ανθεκτικών στην ξηρασία μπορεί να βοηθήσει τους τοπικούς αγρότες να επεκτείνουν τις αποφάσεις τους σε νέες αγορές. Όλα αυτά αναμένεται να πραγματοποιηθούν έως το 2023.

Σύμφωνα με τις εκτιμήσεις του FAO για το 2016, η έκταση της Κύπρου είναι περίπου 9240 km<sup>2</sup>, από τα οποία 1094 km<sup>2</sup> χρησιμοποιούνται για γεωργικούς σκοπούς (FAO, 2016). Η συγκομιδή σιτηρών είναι ένας από τους σημαντικότερους τομείς της γεωργίας στην Κύπρο και αυτός είναι ο λόγος που περιλαμβάνεται σε ένα από τα έξι θέματα αυτού του Module. Εκτιμάται ότι η ποσότητα παραγωγής για το 2019 ήταν 29. 470 τόνοι, η οποία θεωρείται βελτίωση σε



σύγκριση με την ποσότητα παραγωγής του 2008 που ήταν μόνο 2. 472 τόνοι (Tilasto, 2021). Κατά τα πρώτα χρόνια του 21ου αιώνα, η ποσότητα παραγόμενου σιταριού στην Κύπρο αυξήθηκε δραστικά λόγω της ένταξης της χώρας στην ΕΕ και της απαγόρευσης διαφόρων τύπων σιτηρών. Η απαγόρευση ορισμένων τύπων σιταριού υιοθετήθηκε μετά από πολλά ζητήματα, όπως η έλλειψη ανθεκτικότητας σε παράσιτα και ασθένειες (Υπουργείο Γεωργίας, 2021).

### Μαθησιακοί Στόχοι:

Ο κύριος στόχος αυτής της ενότητας είναι:

- να δείξει στους συμμετέχοντες τα βασικά στοιχεία για τη αγροτική επιχειρηματικότητα και τη συγκομιδή σιτηρών για τη συλλογή μιας ώριμης σοδειάς από τα χωράφια.
- Το θέμα αυτό μπορεί να συνδυαστεί με τις πρακτικές και τις μεθόδους που ακολουθούν οι αγρότες για να θερίσουν και να συλλέξουν τα σιτηρά.
- Μπορεί επίσης να παρουσιάσει τα διάφορα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα της χρήσης φυτοφαρμάκων, μυκητοκτόνων και λιπασμάτων.
- Οι εκπαιδευόμενοι θα κατανοήσουν την έννοια της συγκομιδής των σιτηρών ως μια από τις σημαντικότερες γεωργικές διαδικασίες.

### Δασοκομία

Στην Κύπρο, η δασοκομία εμπίπτει στις αρμοδιότητες του Υπουργείου Γεωργίας, Φυσικών Πόρων και Περιβάλλοντος. Τα δάση του νησιού είναι ζωτικής σημασίας για την ομορφιά του νησιού καθώς προσελκύουν χιλιάδες τουρίστες κάθε χρόνο, αλλά είναι επίσης σημαντικά για την ψύξη του κλίματος του νησιού. Σήμερα, το Σταυροβούνι, ο Κορμακίτης, η χερσόνησος του Ακάμα, ο Πενταδάκτυλος, η Κοιλιάδα των Κέδρων, ο Σταυρός της Ψωκάς, το Τρόδος, ο Μαχαιράς, η Μαδαρή και το Δάσος Αδελφοί στην επαρχία Λευκωσίας αποτελούν μερικά από τα σημαντικότερα δάση του νησιού (Υπουργείο Γεωργίας, Φυσικών Πόρων και Περιβάλλοντος).

Το Δίκτυο Natura 2000 καλύπτει όλα τα κράτη μέλη της Ευρωπαϊκής Ένωσης και στοχεύει στη διατήρηση της βιοποικιλότητας σε ολόκληρη την επικράτειά του. Το δίκτυο αυτό καλύπτει περίπου το 18% των εκτάσεων της ΕΕ. Στην Κύπρο, το Δίκτυο Natura 2000 εκτείνεται σε 62 περιοχές, εκ των οποίων σαράντα (40) έχουν κηρυχθεί "Ειδικές Ζώνες Διατήρησης", τριάντα (30) έχουν χαρακτηριστεί ως "Ζώνες Ειδικής Προστασίας". Οκτώ (8) από τις 62



περιοχές εμπίπτουν και στις δύο κατηγορίες («Ζώνες Ειδικής Προστασίας» και «Ειδικές Ζώνες Διατήρησης») (Υπουργείο Γεωργίας, Αγροτικής Ανάπτυξης και Περιβάλλοντος, χ.χ.).

Η διαχείριση των δασών στην Κύπρο δεν επικεντρώνεται πλέον στην παραγωγή ξύλου αλλά εστιάζεται στη δασοπροστασία, στην περιβαλλοντική εκπαίδευση, στη διατήρηση της βιοποικιλότητας και στη δασική αναψυχή. Στο



πλαίσιο αυτό, το τμήμα δασών προσπαθεί να βελτιώσει την εμπειρία των επισκεπτών και την ποιότητα των εγκαταστάσεων που τους παρέχονται όσον αφορά την εκπαίδευση. Τα τελευταία χρόνια, το τμήμα έχει δημιουργήσει ένα δίκτυο εκπαιδευτικών και ενημερωτικών δράσεων για την περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση. Αυτό το δίκτυο υποδομών περιλαμβάνει 65 μονοπάτια με συνολικό μήκος 316 χιλιομέτρων, 44 χώρους αναψυχής και 4 βοτανικούς κήπους.

Λόγω του κλίματος του νησιού - το οποίο χαρακτηρίζεται από μακρά ξηρά καλοκαίρια από τον Μάιο έως τον Οκτώβριο και ανέμους με κυμαινόμενη ένταση και

*Εικόνα 6: Βουνά Τρόδος, από προσωπικό αρχείο*

κατεύθυνση (Visit Cyprus) - τα δάση της Κύπρου ήταν πολλές φορές εκτεθειμένα σε πυρκαγιές και άλλους κινδύνους. Οι δασικές πυρκαγιές στην Κύπρο είναι ένα εξαιρετικά καταστροφικό φαινόμενο. Κάθε χρόνο, και ιδιαίτερα κατά τους καλοκαιρινούς μήνες, η Κύπρος υποφέρει από πολλές δασικές πυρκαγιές που εκδηλώνονται για διάφορους λόγους, όπως το ξηρό μεσογειακό κλίμα, τα παρατεταμένα καλοκαίρια, οι ισχυροί άνεμοι, η τοπογραφία και η κλιματική αλλαγή. Δυστυχώς, εξαιτίας αυτών των δασικών πυρκαγιών, κάθε χρόνο, πολλά από τα μοναδικά είδη ζώων που βρίσκονται στα δάση της Κύπρου απειλούνται. Τα είδη αυτά περιλαμβάνουν από 1 είδος μουφλόν, αλεπούς, λαγούς, σκαντζόχοιρους, 19 είδη νυχτερίδων, 8 είδη φιδιών, 11 είδη σαυρών και 52 είδη πεταλούδων. Όλα αυτά τα είδη κατοικούν στα δάση του νησιού και απειλούνται συνεχώς λόγω των πυρκαγιών και της αποψίλωσης των δασών (Τμήμα Δασών, χ.χ.).

Τα κυπριακά δάση και η βιοποικιλότητά τους, καθώς και οι απειλές που αντιμετωπίζουν από κοινού, καθιστούν το θέμα αυτό ζωτικής σημασίας για τη Γεωργία και τους Φυσικούς Πόρους της Κύπρου. Θεωρείται σημαντική η ευαισθητοποίηση και η περιβαλλοντική εκπαίδευση, όχι μόνο στην Κύπρο, αλλά και σε όλες τις χώρες των εταίρων.

### Μαθησιακοί Στόχοι:

Οι στόχοι αυτής της ενότητας είναι:

- να εισαγάγει τους εκπαιδευόμενους στη δασοκομία ως επιστήμη της δημιουργίας, διαχείρισης, παιχνιδιού, χρήσης, διατήρησης και αποκατάστασης των δασών, των δασικών εκτάσεων και των συναφών πόρων για ανθρώπινα και περιβαλλοντικά οφέλη.
- Οι εκπαιδευόμενοι θα εργαστούν ως ομάδες σε πιθανά μελλοντικά Δωμάτια Απόδρασης προκειμένου να μάθουν τη σημασία της βιοποικιλότητας στην πανίδα και τη χλωρίδα,
- Οι εκπαιδευόμενοι θα μάθουν πώς η δασοκομία μπορεί να διαδραματίσει έναν από τους σημαντικότερους ρόλους στη διαιώνιση και τη διασφάλιση της ασφάλειας όλων των ειδών που υπάρχουν στην άγρια φύση.

### Χαλούμι και γαλακτοκομικά Προϊόντα

Ιστορικά, τα γαλακτοκομικά προϊόντα στην Κύπρο παράγονταν κυρίως από πρόβειο και κατσικίσιο γάλα. Το πιο δημοφιλές τυρί, σύμφωνα με τον Bevan (1919), ήταν το χαλούμι και η δημοτικότητά του οφειλόταν στο γεγονός ότι είναι εύκολο στην παρασκευή του και δεν χρειαζόταν ιδιαίτερο εξοπλισμό. Αυτός είναι και ο λόγος για τον οποίο παλαιότερα παρασκευαζόταν σχεδόν αποκλειστικά από βοσκούς. Το χαλούμι παρασκευάζεται κυρίως από πρόβειο γάλα ή από συνδυασμό πρόβειου και κατσικίσιου γάλακτος ή ακόμη και εξ ολοκλήρου από κατσικίσιο γάλα- πιο συνηθισμένο στις ορεινές περιοχές της Κύπρου, όπου ήταν δύσκολο





να βρεθούν πρόβιατα, οπότε οι βοσκοί έπρεπε να αντικαταστήσουν ένα μέρος του πρόβειου γάλακτος με κασικίσιο. Μέχρι σήμερα, οι δύο τύποι από χαλούμι διακρίνονται εύκολα. Το χαλούμι που παρασκευάζεται εξ ολοκλήρου από πρόβειο γάλα είναι μαλακό και θρυματιζεται εύκολα, ενώ το χαλούμι που παρασκευάζεται εξ ολοκλήρου από κασικίσιο γάλα είναι σκληρό και συνήθως χωρίζεται εύκολα σε στρώσεις.

Άλλα δημοφιλή τυριά και γαλακτοκομικά προϊόντα στην Κύπρο είναι:

- Αναρή - διάσημο και στην Ελλάδα με το όνομα "μυζήθρα" - το οποίο είναι ένα μαλακό τυρί που παράγεται επίσης από αιγοπρόβειο γάλα.
- Το Παφίτικο τυρί (τυρί της Πάφου) είναι ένα τυρί που παρασκευάζεται με τον ίδιο τρόπο όπως το χαλούμι, αλλά διαμορφώνεται σε κυλινδρικά καλούπια και παραμένει για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα στον ορό γάλακτος, γεγονός που το καθιστά πιο σκληρό. Είναι πλούσιο σε αλάτι.
- Το Κασκαβάλι φτιάχτηκε επίσης από τους τυροκόμους που έρχονταν στην Ελλάδα κατά την περίοδο της τυροκόμησης και παρασκευάζεται από αγελαδινό και πρόβειο γάλα.
- Η Ξυνογαλά ή Γιαούρτι έχει τη μορφή κρέμας με σβώλους και παράγεται από βακτηριακή ζύμωση του γάλακτος.
- Τραχανάς είναι ένα προϊόν μετά το μείγμα γιαουρτιού και αλεσμένου σιταριού σχεδόν τόσο παχύ όσο πάστα, και στη συνέχεια αφήνεται κάτω από τον ήλιο για να δοκιμάσει. Χρησιμοποιείται για την παρασκευή σούπας.



Εικόνα 7: Φωτογραφία του [eyecon](#) στον ιστότοπο [Adobe Stock](#)

Οι σύγχρονες διαδικασίες παραγωγής του χαλουμιού μιμούνται τις παραδοσιακές μεθόδους, αλλά ακολουθούν επίσης τα νέα ευρωπαϊκά πρότυπα υγιεινής, προκειμένου να διατηρηθεί η υψηλή ποιότητα και η αρωματική γεύση του. Κατά τη σύγχρονη διαδικασία παραγωγής, το φρέσκο αιγοπρόβειο γάλα υφίσταται θερμοκρασία που υπερβαίνει τους 90°C, γεγονός που οδηγεί στην παστερίωση του προϊόντος. Όπου χρησιμοποιούνταν ξύλινοι εξοπλισμοί κατά τη διαδικασία παραγωγής, τώρα χρησιμοποιούνται δεξαμενές από ανοξείδωτο χάλυβα. Αφού πήξει το γάλα,

αφαιρείται από τις ανοξειδωτές δεξαμενές και - πλέον με τη μορφή τυροπήγματος - στραγγίζεται συνεχώς. Το στραγγισμένο τυρόπηγμα πιέζεται και στη συνέχεια κόβεται σε κύβους των 300 γραμμαρίων. Οι κύβοι θερμαίνονται και πάλι στον ορό γάλακτος και στη συνέχεια αφήνονται να στεγνώσουν με αλάτι και φύλλα δυόσμου. Παραδοσιακά, κάθε χαλούμι πρέπει να έχει στη μέση ένα φύλλο ξερής μέντας (EU Cheese Please, 2021).

Η εξαγωγή χαλουμιού στο εξωτερικό είναι σημαντική για τους παραγωγούς στην Κύπρο, με το Ηνωμένο Βασίλειο να ηγείται της κούρσας των εισαγωγών, δαπανώντας 70,5 εκατομμύρια ευρώ ετησίως, η Σουηδία έρχεται δεύτερη στην κούρσα με 25,4 εκατομμύρια ευρώ ετησίως, η Γερμανία ακολουθεί με 12 εκατομμύρια ετησίως και η Αυστραλία λίγο πίσω



από τη Γερμανία δαπανώντας 11,7 εκατομμύρια ευρώ ετησίως (Bloomberg, 2018). Αν και οι υψηλοί αριθμοί στο Ηνωμένο Βασίλειο, τη Γερμανία και την Αυστραλία μπορούν να δικαιολογηθούν λόγω της κυπριακής διασποράς, είναι μυστηριώδες πώς το χαλούμι έχει τέτοια επιτυχία στη Σουηδία, όπου ο αριθμός των Κυπρίων είναι τόσο χαμηλός (Garanti, 2016, σ. 139). Σύμφωνα με την Sveriges Television (SVT Nyheter, 2019), τον δημόσιο ραδιοτηλεοπτικό φορέα της Σουηδίας, η κατανάλωση χαλουμιού έχει αυξηθεί στη Σουηδία από 21 τόνους το 2010 σε 4 χιλιάδες τόνους το 2018. Ένας από τους σημαντικότερους λόγους που το χαλούμι είναι τόσο επιτυχημένο στη Σουηδία οφείλεται στο γεγονός ότι προτιμάται ως χορτοφαγική επιλογή για μπάρμπεκιου, καθώς δεν λιώνει εύκολα όπως άλλα τυριά.

Δεδομένου ότι η φήμη του χαλουμιού είναι τόσο διαδεδομένη στο εξωτερικό και σχετίζεται με την κυπριακή βιομηχανία τροφίμων, είναι σημαντικό να αναφερθεί ως ένα από τα 6 θέματα που πρέπει να συμπεριληφθούν στο IO2 του Agro\_EduGames για τη μελλοντική ανάπτυξη σεναρίων δωματίων απόδρασης. Άλλα γαλακτοκομικά προϊόντα που αναφέρονται σε αυτό το θέμα, όπως το γιαούρτι, το αναρί, κ. λπ. μπορούν να αναφερθούν και να μελετηθούν περαιτέρω για την παραγωγή εκπαιδευτικών σεναρίων δωματίων απόδρασης.

### Μαθησιακοί Στόχοι:

Ο κύριος στόχος είναι να παρουσιαστούν στους συμμετέχοντες διάφορες μέθοδοι και πρακτικές που εφαρμόζονται για την παραγωγή χαλουμιού και άλλων γαλακτοκομικών προϊόντων που παράγονται στην Κύπρο.

- Στους εκπαιδευόμενους παρέχονται μέθοδοι και πρακτικές σχετικά με το χαλούμι ως προστατευόμενη ονομασία προέλευσης (ΠΟΠ) από το νησί της Κύπρου.
- Οι εκπαιδευόμενοι θα κατανοήσουν τη σημασία της προέλευσης αυτού του τυριού και των τεχνικών παραγωγής του που χρησιμοποιούνταν στο παρελθόν, καθώς και των νέων.

### Αγροτουρισμός

Ο τουρισμός αποτελεί ένα μεγάλο κεφάλαιο της οικονομικής ανάπτυξης της Κύπρου. Το 2019, η Κύπρος υποδέχθηκε 4 εκατομμύρια επισκέπτες, αποδεικνύοντας ότι η Κύπρος εξακολουθεί να βρίσκεται στην κορυφή των ευρωπαϊκών προορισμών διακοπών (Cyprus Profile, 2020). Τελευταία, ο τουρισμός στην Κύπρο έχει επεκτείνει την εστίασή του και έχει διαφοροποιήσει την εικόνα του ως απλά παραθαλάσσιος προορισμός. Λόγω του ήπιου χειμώνα της Κύπρου, το Υφυπουργείο Τουρισμού αποφάσισε να παρατείνει την περίοδο διακοπών και να προωθήσει εναλλακτικά είδη τουρισμού με διαφορετικές παροχές. Τα πράσινα βουνά, οι χιονισμένες κορυφές, τα δάση και οι λιγότερο γνωστές στους τουρίστες δραστηριότητες, όπως η οινοποιία ή οι ιστορικές τοποθεσίες, έχουν μεταμορφώσει πλήρως την τουριστική εικόνα της χώρας. Τώρα, η ομάδα-στόχος της χώρας στον τουρισμό



επεκτείνεται στον αγροτικό τουρισμό, στον τουρισμό υγείας και ευεξίας, καθώς και στον αθλητικό και πολιτιστικό τουρισμό.

Είναι πολύ δύσκολο για τον αγροτουρισμό να ξεπεράσει το πιο καθιερωμένο τουριστικό





μοντέλο της Κύπρου, λόγω του γεγονότος ότι η Κύπρος έχει διακριθεί ως η χώρα με την καλύτερη ποιότητα νερού κολύμβησης στην Ευρώπη. Ωστόσο, η Κύπρος προσπαθεί να επαναπροσδιορίσει την εικόνα της και να προσελκύσει τουρίστες με πιο διαφορετικό δημογραφικό υπόβαθρο, προκειμένου να γνωρίσουν τον αυθεντικό μεσογειακό τρόπο ζωής που περιλαμβάνει τις γεωργικές δραστηριότητες, τη γαστρονομία και την ιστορία της περιοχής.

Λόγω του αυξανόμενου αριθμού τουριστών που επισκέπτονται το νησί και της διαφοροποίησης της τουριστικής εικόνας της χώρας, παγκοσμίου φήμης ξενοδοχειακές αλυσίδες ενδιαφέρονται πλέον να εγκατασταθούν στο νησί (Cyprus Profile, 2020). Ωστόσο, ο

*Εικόνα 8: Βουνά της περιοχή της Πάφου.  
Από προσωπικό αρχείο.*

αγροτουρισμός παραμένει μακριά από τις κυπριακές αμώδεις παραλίες και δίνει

την ευκαιρία στις μικρομεσαίες επιχειρήσεις που βρίσκονται στα βουνά να αναπτυχθούν. Ένας άλλος λόγος για τον οποίο το Υφυπουργείο επικεντρώνεται στην προώθηση του Αγροτουρισμού είναι η στήριξη της αγροτικής ανάπτυξης του νησιού που εμπίπτει στις αρμοδιότητες του Υπουργείου Γεωργίας.

Μερικές από τις πιο διάσημες δραστηριότητες στην Κύπρο όλο το χρόνο είναι οι διαδρομές του κρασιού, λόγω των όμορφων και παρθένων πράσινων τοπίων. Συγκεκριμένα, η Διαδρομή του Κρασιού της Κοιλιάδας Διαρίζου είναι μια από τις πιο διάσημες διαδρομές λόγω του γεγονότος ότι σε μικρή απόσταση, οι επισκέπτες μπορούν να περάσουν από 14 λοφώδη χωριά της περιοχής της Πάφου και να επισκεφθούν δύο από τα σημαντικότερα οινοποιεία της περιοχής. Στη διαδρομή αυτή αναπτύσσονται 18 διαφορετικοί τύποι αμπέλου με κυρίαρχη την τοπική ποικιλία Μαύρο. Η χλωρίδα και η πανίδα της περιοχής συμβάλλουν στο μαγευτικό τοπίο (Visit Cyprus, 2021).

Μια άλλη δραστηριότητα που προσελκύει τουρίστες είναι η παραγωγή τυριού χαλούμι, και υπάρχουν πολλές εγκαταστάσεις αγροτουρισμού που παρέχουν αυτή την εμπειρία. Ένα από τα πιο γνωστά, το Aperanti Agrotourism στην περιοχή της Λευκωσίας, διευθύνεται από τις κυρίες Μαρούλλα, Σάρα και Τάσο, οι οποίες προσφέρουν μια μεγάλη ποικιλία μοναδικών και εκπαιδευτικών εμπειριών (Livin' Cyprus, 2020).

Ο κατάλογος των πιο διάσημων προορισμών για τους επισκέπτες, αλλά και για τους ντόπιους περιλαμβάνει:

- Το χωριό Λεύκαρα στην επαρχία Λάρνακας. Διάσημο για την παραδοσιακή χειροτεχνία της χώρας, το χωριό φιλοξενεί σήμερα το Εθνολογικό Μουσείο της περιοχής (Ιστοσελίδα του χωριού Πάνω Λεύκαρα, 2021).
- Το χωριό Όμοδος στην επαρχία Λεμεσού, διάσημο για τα αμπέλια και τα οπωροφόρα δέντρα του: μηλιές, δαμασκηνιές, αχλαδιές, ροδακινιές, βερικοκιες κ. λπ. (Ιστοσελίδα του χωριού Όμοδος, 2021).
- Το χωριό Πλάτρες στην Επαρχία Λεμεσού, διάσημο για την ιστορία





του λόγω του γεγονότος ότι υπήρχε ακόμη και κατά τη διάρκεια της Λουζιανικής και της Ενετικής Εποχής, 1192-1489 μ. Χ. και 1489-1571 μ. Χ. αντίστοιχα (Ιστοσελίδα του χωριού Πλάτρες, 2021).

- Το χωριό Κακοπετριά στην επαρχία Λευκωσίας, διάσημο για τις μηλιές και τις κερασιές του και την ποιότητα των καρπών του (Ιστοσελίδα του χωριού Κακοπετριά, 2021).
- Το χωριό Παναγία στην επαρχία Πάφου, που πήρε το όνομά του από όλα τα μοναστήρια και τις βυζαντινές εκκλησίες που υπάρχουν γύρω από το χωριό (Ιστοσελίδα του χωριού Παναγία, 2021).
- Το χωριό Χούλου στην επαρχία Πάφου, διάσημο για τον παλιό νερόμυλο, την κάτω βρύση, τον ποταμό Έζουσα και τα πέτρινα τοξωτά γεφύρια του (Ιστοσελίδα του χωριού Χούλου, 2021).

### Μαθησιακοί Στόχοι:

Οι συμμετέχοντες θα μάθουν για:

- τη σημασία του αγροτουρισμού στην Κύπρο,
- τα οικονομικά οφέλη που μπορεί να αποφέρει στη χώρα- και
- τα οφέλη που αποκομίζουν οι αγρότες και οι αγρο επιχειρηματίες από αυτή τη μορφή επιχειρήσεων.

Η ιδέα είναι να κατανοήσουμε πώς η τουριστική βιομηχανία μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την προώθηση της πράσινης ανάπτυξης, καθώς και τα οφέλη που έχει για τη γεωργία γενικότερα.

### Εργοστάσιο Τριαντάφυλλων

Ο Αγρός είναι ένα από τα πιο διάσημα χωριά της Κύπρου. Βρίσκεται στο όρος Τρόδος, στην περιοχή Πιτσιλιά της επαρχίας Λεμεσού, σε υψόμετρο 1100 μέτρων. Το χωριό είναι ιδιαίτερα διάσημο, μεταξύ άλλων, για την καλλιέργεια τριαντάφυλλων (Visit Cyprus, 2021). Τα τελευταία εκατό χρόνια, το φυτό Damask Rose έχει γίνει συνώνυμο του χωριού Αγρός. Αυτός ο συγκεκριμένος τύπος τριαντάφυλλου είναι διάσημος για το ιδιαίτερο άρωμα του. Οι κάτοικοι δημιούργησαν ένα φυτώριο για να καλλιεργήσουν αυτά τα τριαντάφυλλα και να ενισχύσουν τις γνώσεις τους σχετικά με αυτόν τον ιδιαίτερο τύπο τριαντάφυλλου. Λίγα χρόνια αργότερα, άρχισαν να παράγουν ροδόνερο το οποίο έγινε πολύ γρήγορα γνωστό και σύντομα άρχισαν να το εξάγουν σε όλο τον κόσμο.



Σήμερα, ο τόπος όπου άρχισαν να φυτρώνουν οι πρώτοι θάμνοι τριαντάφυλλου ονομάζεται εργοστάσιο τριαντάφυλλου και η παραγωγή έχει επεκταθεί πέρα από το ροδόνερο. Η τεχνολογία βοήθησε τους ντόπιους να αποκτήσουν τεχνογνωσία και να μάθουν πώς να



χρησιμοποιούν τα αιθέρια έλαια των τριαντάφυλλων. Η βιομηχανία των προϊόντων τριαντάφυλλου έχει αναπτυχθεί προς δύο κατευθύνσεις. Η πρώτη κατεύθυνση είναι η επέκταση της επιχείρησης στη βιομηχανία καλλυντικών. Η δεύτερη κατεύθυνση είναι η επέκταση της επιχείρησης σε βιολογικά προϊόντα.

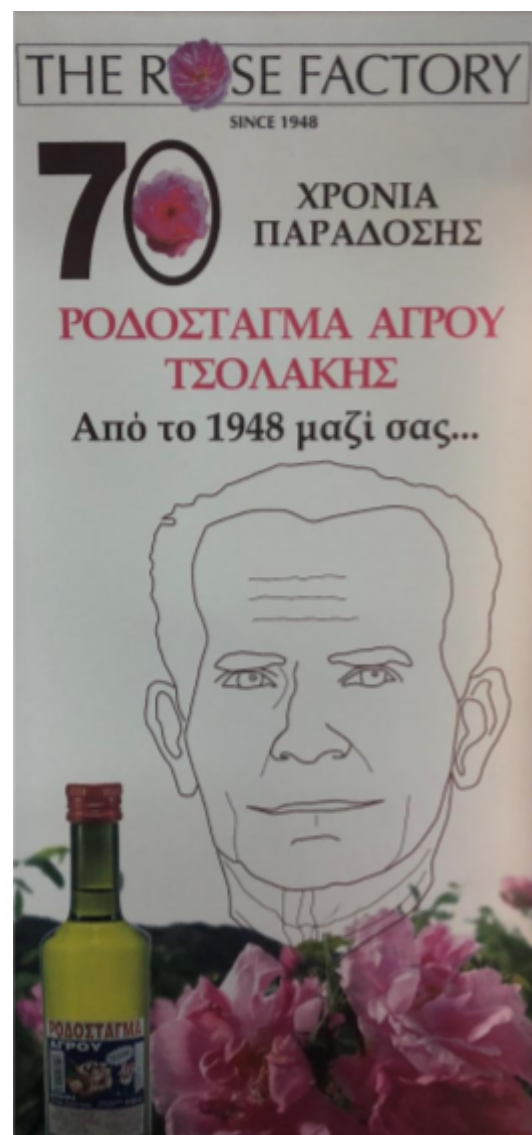
Τα περίφημα βιολογικά τριαντάφυλλα της περιοχής παράγουν προϊόντα όπως λικέρ, κρασί, νέκταρ, κεριά, τσάι, ξύδι, μαρμελάδα, ακόμη και σοκολάτες. Πρόσφατα η σειρά προϊόντων επεκτάθηκε και σε καλλυντικά όπως κρέμα ημέρας, λοσιόν σώματος, λοσιόν καθαρισμού, ορός προσώπου, μάσκα προσώπου, τζελ ντους, σαμπουάν κ. λπ. (Ιστοσελίδα του The Rose Factory, 2021).

Κάθε χρόνο διοργανώνεται στην περιοχή ένα φεστιβάλ αφιερωμένο στα τριαντάφυλλα. Αποστολή του φεστιβάλ είναι να αξιοποιήσει τις παραδόσεις της υπαίθρου και να πείσει τους ανθρώπους να επιστρέψουν στα χωριά και να στηρίξουν τις τοπικές κοινότητες. Σε αυτό το φεστιβάλ, οι ντόπιοι ανέφεραν ότι υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που επισκέπτονται το χωριό Αγρός μόνο για το φεστιβάλ και προμηθεύονται προϊόντα τριαντάφυλλου. Σύμφωνα με ντόπιους κατοίκους, κάθε χρόνο η επιτυχία του φεστιβάλ αυξάνεται. Όταν ξεκίνησε το πρώτο φεστιβάλ, η διάρκειά του ήταν μόνο δύο ημέρες με πολύ χαμηλή συμμετοχή. Ωστόσο, τώρα έχει επεκταθεί και πλέον οι επισκέπτες μπορούν να βρουν υλικό σχετικό με το φεστιβάλ σε τρεις γλώσσες και διαφημίζεται σε όλα τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Επιπλέον, πραγματοποιούνται δωρεάν ξεναγήσεις στο εργοστάσιο τριαντάφυλλων, όπου οι επισκέπτες μπορούν να παρακολουθήσουν τον τρόπο παραγωγής των προϊόντων, τον τρόπο εξαγωγής του αιθέριου ελαίου από τα τριαντάφυλλα και να μάθουν περισσότερα για τις παραδόσεις του χωριού Αγρός (Αποστολή Παράδοση, 2019).

Η σημασία αυτού του θέματος έγκειται στο ότι οι νέοι της περιοχής προσέφεραν τη βοήθειά τους και την αφοσίωσή τους συμβάλλοντας στην εξαγωγή αιθέριων ελαίων και στην παραγωγή άλλων προϊόντων. Είναι ζωτικής σημασίας να δούμε νέους και νέες να συμμετέχουν σε περισσότερες γεωργικές επιχειρήσεις και στην ανάπτυξη των αγροτικών περιοχών.

### Μαθησιακοί Στόχοι:

- Συμμετέχοντας σε ένα Δωμάτιο Απόδρασης με αυτό το θέμα, οι παίκτες θα γνωρίσουν τρόπους καλλιέργειας του τριαντάφυλλου και τη σημασία της στην αγροτική επιχειρηματικότητα για το χωριό Αγρός, που βρίσκεται στο βουνό του Τροόδους.
- Οι συμμετέχοντες θα:
  - ο αποκτήσουν γνώσεις σχετικά με τη διαδικασία καλλιέργειας και συγκομιδής των τριαντάφυλλων,





- μάθουν πώς εξάγεται το αιθέριο έλαιο από αυτό, τα διάφορα προϊόντα στα οποία μπορεί να προστεθεί και
- γνωρίσουν τα οφέλη της για τη γεωργία και την τοπική οικονομία.





## Ελλάδα

### Μαστίχα Χίου

Η Μαστίχα Χίου (ρητίνη) είναι ένα από τα διάσημα ελληνικά προϊόντα προστατευόμενης ονομασίας προέλευσης (ΠΟΠ), καλλιεργείται κυρίως στο νησί της Χίου και χρησιμοποιείται σε γαστρονομικά προϊόντα καθώς και φαρμακευτικά ("[Μαστίχα η Π.Ο.Π.](#)", χ.χ.).

Η μαστίχα είναι ένα προϊόν με μακρά ιστορία, καθώς καλλιεργείται εδώ και τουλάχιστον 2500 χρόνια στο νησί της Χίου. Οι παλαιότερες αναφορές στη μαστίχα αποδίδονται στον Ηρόδοτο τον 5ο αιώνα π. Χ. ("Η μαστίχα, Χίος", χ. χ. ). Από την αρχαιότητα χρησιμοποιούνταν για την παρασκευή αλκοολούχων ποτών, καθώς είναι μια ρητίνη διαλυτή στο αλκοόλ. Για



Εικόνα 13: Χάρτης της Ελλάδας που δείχνει το νησί της Χίου (από τον ιστότοπο [Wikimedia Commons](#) , το δωρεάν αποθετήριο πολυμέσων ,Πηγή : [Wikimedia Commons](#) , 2006)



Εικόνα 12: Δάκρυα μαστίχας(Απο τον ιστότοπο [Wikimedia Commons](#), το δωρεάν αποθετήριο πολυμέσων, πηγή: [Wikimedia Commons](#), 2011)

παράδειγμα, αναφέρεται ότι το μαστιχέλαιο χρησιμοποιήθηκε από τον Ρωμαίο αυτοκράτορα Ηλιόγαβαλο (3ος αιώνας μ. Χ. ) για την παρασκευή κρασιού που ονομαζόταν μαστίχα, ένα ποτό που μοιάζει με το λικέρ μαστίχα και παράγεται ακόμη και σήμερα. Ο Ιπποκράτης ισχυρίζεται ότι τη χρησιμοποιεί ως φάρμακο για προβλήματα πέψης ("The Mastic, Chios", χ.χ.).

Οι αρχαίοι Αιγύπτιοι χρησιμοποιούσαν τη ρητίνη μαστίχας για την ταρίχευση των νεκρών. Οι Ρωμαίοι χρησιμοποιούσαν τα κλαδάκια μαστίχας ως οδοντογλυφίδες, για να καθαρίζουν και να λευκαίνουν τα δόντια τους, αλλά και ως αποσμητικά αναπνοής. Επίσης, ξένοι περιηγητές

στα μέσα του 19ου αιώνα κατέγραψαν την παραγωγή στη Χίο ενός λικέρ αρωματισμένου με μαστίχα Χίου.

Αυτός ο αειθαλής ενδημικός θάμνος που παράγει Μαστίχα ονομάζεται Σχίνος και ανήκει στη βοτανική οικογένεια *Pistachia lentiscus*. Συνήθως έχει ύψος 2-3 μέτρα και αρχίζει να παράγει δάκρυα μαστιχόδεντρου μετά από 5-6 χρόνια ζωής (Κυριακού, 2019). Οι νέες φυτείες προέρχονται από κλαδιά παλαιότερων δέντρων και οι παλαιές ανανεώνονται με κλαδιά ("[ΤΟ ΚΕΝΤΗΜΑ ΤΟΥ ΣΧΙΝΟΥ | mastihashop](#)", χ.χ.).

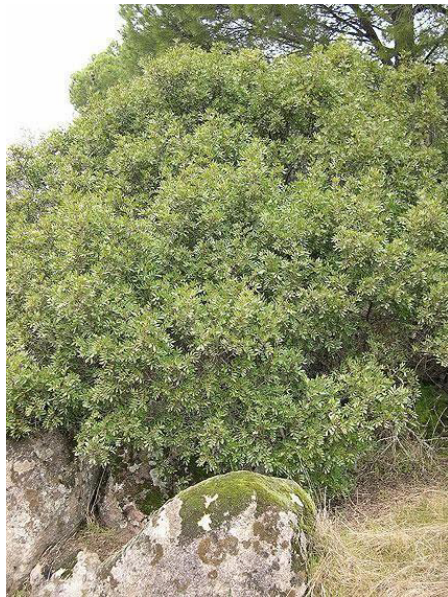
Αν και η *Pistacia lentiscus* καλλιεργείται σε όλη την περιοχή της Μεσογείου, από την Ιβηρική Χερσόνησο μέχρι την Τουρκία και το Ισραήλ, μια ειδική ποικιλία σχίνου (*Pistacia lentiscus* var. *Chia*), από την οποία εξάγεται η φυσική ρητίνη ή μαστίχα, καλλιεργείται στο νησί της Χίου, και





πιο συγκεκριμένα στο νότιο τμήμα της. Η συγκεκριμένη καλλιέργεια είναι εμπορικό σήμα της Χίου. Από το 1997 η μαστίχα Χίου είναι προϊόν ΠΟΠ.

Σύμφωνα με τους επιστήμονες, το γεγονός ότι το είδος αυτό μπορεί να καλλιεργηθεί μόνο σε αυτή τη συγκεκριμένη περιοχή οφείλεται πιθανότατα κυρίως σε τρεις παράγοντες ("Μαστίχα - Βικιπαίδεια", χ. χ. ): το ιδιαίτερο μικροκλίμα της περιοχής αυτής (ελάχιστες βροχοπτώσεις, μεγάλη ηλιοφάνεια, ασβεστολιθική σύσταση του εδάφους), η χρήση του ευγονισμού στην καλλιέργεια, καθώς και η ύπαρξη και η επίμονη προώθηση και τυποποίηση του προϊόντος ακόμη και από την αρχαιότητα (Κυριακού, 2019).



Εικόνα 14: *Pistacia lentiscus sp*  
Πηγή: (Rafaelji, 2005) GNU δωρεάν άδεια  
τεκμηρίωσης, Έκδοση 1.2

Η καλλιέργειά του έχει πολλά στάδια σε ετήσια βάση ("Μαστίχα Χίου Γνωρίστε Τον Τρόπο Παραγωγής Της - ΜΥΡΟΒΟΛΟΣ ΧΙΟΣ", χ.χ.). Η διαδικασία ξεκινά τον Ιανουάριο με το κλάδεμα των θάμνων και τη φροντίδα και διαρκεί μέχρι τον Ιούνιο. Στη συνέχεια, το χώμα κοντά στον κορμό καθαρίζεται και οι αγρότες τοποθετούν λευκό χώμα που θα συγκρατεί τα δάκρυα ρητίνης όταν στάζουν από τους θάμνους. Κατά τη διάρκεια του Ιουλίου, οι καλλιεργητές μαστίχας πραγματοποιούν το "κέντημα" του δέντρου, μια τεχνική που εκτελείται δύο φορές την εβδομάδα για πέντε έως έξι εβδομάδες στη σειρά. Πρόκειται για μια παραδοσιακή τεχνική κατά την οποία οι αγρότες χαράζουν τον κορμό και τα κλαδιά του θάμνου χρησιμοποιώντας ένα αιχμηρό εργαλείο που ονομάζεται "κεντος" για να απελευθερώσουν τα δάκρυα ρητίνης. Τα γλυπτά έχουν μήκος περίπου 1,5 εκατοστό και βάθος 0,5 εκατοστό. Η διαδικασία του κεντήματος ξεκινά από τη βάση του κορμού μέχρι κάθε κλαδί ("Μαστίχα Χίου Γνωρίστε Τον Τρόπο Παραγωγής Της - ΜΥΡΟΒΟΛΟΣ ΧΙΟΣ", χ. χ. ). (Χρήστης, χ.χ.). Τα δάκρυα στάζουν στον κορμό, στερεοποιούνται και συλλέγονται μετά από 15-20

ημέρες με τη χρήση ενός ειδικού εργαλείου που χρησιμοποιείται "τιμητηρι". Στη συνέχεια, αποθηκεύονται σε ξηρούς χώρους αρχικά στα αγροκτήματα των παραγωγών και αρχίζει ο καθαρισμός των στερεοποιημένων ρητινών. Μετά το κοσκίνισμα, οι αγρότες καθαρίζουν τους κόκκους μαστίχας με νερό και σαπούνη. Στη συνέχεια, οι αγρότες καθαρίζουν κάθε κόκκο με μια τεχνική που ονομάζεται "τσιμπημα" αφαιρώντας τυχόν εναπομείναντα αντικείμενα. Η διαδικασία καθαρισμού ολοκληρώνεται στις εγκαταστάσεις της Ένωσης Μαστιχοπαραγωγών, με την υποστήριξη μηχανικών μέσων. Τέλος, η μαστίχα ταξινομείται σε διαφορετικές ποιότητες με τη χρήση χρωματικών διαχωριστών.

Η Ένωση Μαστιχοπαραγωγών Χίου (EMX) είναι αγροτικός συνεταιρισμός και ιδρύθηκε το 1938 ("Ένωση Μαστιχοπαραγωγών Χίου", χ.χ.). Περιλαμβάνει είκοσι πρωτοβάθμιους συνεταιρισμούς μαστιχοπαραγωγών, με 5000 μέλη περίπου. Η Ένωση ασχολείται με την παραγωγή, συσκευασία και εμπορία φυσικών προϊόντων Μαστίχας Χίου (π. χ. μαστιχέλαιο, μαστιχόνερο, σκόνη μαστίχας και τσίχλες) αποκλειστικά στην Ελλάδα και στο εξωτερικό ("Ένωση Μαστιχοπαραγωγών Χίου", χ. χ. ). Το όραμά της είναι να ενημερώνει τους καταναλωτές για τις μοναδικές εφαρμογές των προϊόντων μαστίχας σε διάφορους τομείς (π. χ. φαρμακευτικές θεραπείες, χρήσεις στη βιομηχανία τροφίμων και ποτών, χρήση στα καλλυντικά κ. λπ. )



Από το 2014 η UNESCO έχει εντάξει την παραδοσιακή διαδικασία συγκομιδής και παραγωγής μαστίχας στους καταλόγους της Άυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς ("UNESCO - Τεχνογνωσία καλλιέργειας μαστίχας στο νησί της Χίου", χ.χ.). Επίσης, το 2015 τα προϊόντα μαστίχας Χίου ψηφίστηκαν ομόφωνα από την Επιτροπή Φυτικών Φαρμάκων (HPMC) του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Φαρμάκων (EMA) ως παραδοσιακό φυτικό φάρμακο για την αντιμετώπιση γαστρικών προβλημάτων (γαστρεντερικές διαταραχές π. χ. νόσος του Crohn, γαστρίτιδα, έλκη, δυσπεψία εξάλειψη του *Helicobacter pylori*) και για φλεγμονές και θεραπεία δερματικών πληγών ("Mastic Museum", χ.χ.) ("Mastic Museum", χ.χ.) (European Union herbal monograph on *Pistacia lentiscus* L. , resin (mastix), 2015) (Ζαβός, 2020). Διαχρονικά, έχει επίσης χρησιμοποιηθεί για τη βελτίωση της υψηλής αρτηριακής πίεσης, τη ρύθμιση της γλυκόζης στο αίμα και έχει θετικό αντίκτυπο στα επίπεδα της HDL χοληστερόλης και της συνολικής LDL χοληστερόλης και των τριγλυκεριδίων. Επίσης, το μαστιχέλαιο μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί ως συστατικό σε συμπληρώματα διατροφής ("Η Μαστίχα Χίου - Ταξιδιωτικός Οδηγός Χίου", χ.χ.).

Η μαστίχα έχει επίσης ποικίλες χρήσεις στη βιομηχανία τροφίμων και ποτών. Χρησιμοποιείται σε αλκοολούχα ποτά (λικέρ μαστίχας και ούζο με γεύση μαστίχας που ονομάζεται μαστιχάτο) και σε μη αλκοολούχα ποτά. Η σκόνη μαστίχας αποτελεί συστατικό σε διάφορα προϊόντα ζαχαροπλαστικής και μαγειρικής, π. χ. λουκούμια, τσίχλες, καραμέλες, γλυκα, παγωτά, αρτοσκευάσματα, κουλούρια, μπισκότα, παγωτό, ψωμί κ. λπ. ("Η Μαστίχα Χίου - Ταξιδιωτικός Οδηγός Χίου", χ.χ.).

Η μαστίχα χρησιμοποιείται επίσης στη βιομηχανία αρωμάτων και καλλυντικών (σαμπουάν, σαπούνια, κρέμες, αφρόλουτρα κ. λπ. ). Τέλος, το μαστιχέλαιο μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως διασκορπιστής χρωμάτων ή επίστρωση για βερνίκια.

Εκτός από τις ανάγκες της ελληνικής αγοράς, ένα σημαντικό μέρος που αντιστοιχεί στο 72% της συνολικής παραγωγής (μαστίχα Χίου, μαστιχέλαιο και προϊόντα EMX) εξάγεται παγκοσμίως (Events. naftemporiki. gr. χ.χ. ). Οι κύριες αγορές στο εξωτερικό είναι:

- Σαουδική Αραβία, Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα, Λίβανος, Αίγυπτος, Συρία κ. λπ.
- Ευρωπαϊκές χώρες: Κύπρος Γαλλία, Αγγλία, Γερμανία, Ιταλία, Βουλγαρία κ. λπ
- ΗΠΑ, Ιαπωνία, Κορέα, Αυστραλία, Κίνα και Τουρκία

Αν και το 2012 και το 2016 η Χίος αντιμετώπισε τεράστιες πυρκαγιές και, κατά συνέπεια, πολλοί θάμνοι μαστίχας καταστράφηκαν ("Επιμένει η Μαστίχα Χίου", 2017). Μετά από 4 χρόνια και κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID 19 και του επακόλουθου ασταθούς οικονομικού περιβάλλοντος, το 2020 η Ένωση κατάφερε να σπάσει ένα ρεκόρ παραγωγής μαστίχας 30 ετών, το οποίο αντιστοιχεί σε 180 τόνους. Την επόμενη δεκαετία, η Ένωση θα επενδύσει στο φυτικό κεφάλαιο (13000 περισσότερα δέντρα) και θα αυξήσει την ετήσια παραγωγή της κατά 50-60 τόνους μαστίχας, ικανοποιώντας τις αυξανόμενες απαιτήσεις της αγοράς κυρίως για φαρμακευτική χρήση ("Ρεκόρ παραγωγής για την Ένωση Μαστιχοπαραγωγών Χίου, νέες επενδύσεις 3,5 εκατ. ", 2020). Τέλος, αλλά όχι λιγότερο σημαντικό, και προς αυτή την κατεύθυνση η Ένωση έχει προγραμματίσει τη δημιουργία νέας γραμμής παραγωγής κατά 3. 523, ύψους 3,5 εκατ. ευρώ, συμμετέχει σε ερευνητικά προγράμματα για χρήση στη φαρμακοβιομηχανία, καθώς και στη βελτίωση της πρωτογενούς παραγωγής ("Ρεκόρ παραγωγής για την Ένωση Μαστιχοπαραγωγών Χίου, νέες επενδύσεις 3,5 εκατ. ", 2020).

### Μαθησιακοί Στόχοι

Το Σενάριο Δωματίου Απόδρασης που δημιουργήθηκε θα εισάγει τους παίκτες/παίκτριες τον όρο της αγροτικής επιχειρηματικότητας, θα μάθουν πώς να καλλιεργούν τους θάμνους



μαστίχας Χίου και να εκμεταλλεύονται τις διαφορετικές χρήσεις του συγκεκριμένου γεωργικού προϊόντος. Πιο συγκεκριμένα, ενδεικτικοί μαθησιακοί στόχοι θα μπορούσαν να είναι:

- πώς μπορούν να λειτουργήσουν οι καλλιέργειες μαστίχας Χίου,
- ποια εργαλεία, εξοπλισμός και μέθοδοι μπορούν να χρησιμοποιηθούν κατά τη διάρκεια της γεωργικής διαδικασίας,
- Πώς να αξιοποιηθούν περαιτέρω χρήσεις του κύριου προϊόντος που προέρχεται από την καλλιέργεια (αγροτουρισμός, ιατρική, μαγειρική κ. λπ. )
- Πώς να διευθύνετε ένα συνεταιρισμό με βάση τους διαφορετικούς ρόλους της ομάδας

### Παραγωγή ακτινιδίου

Παρόλο που το ακτινίδιο θεωρείται ένα εξωτικό φρούτο, η Ελλάδα συγκαταλέγεται στους κορυφαίους παραγωγούς του, καταλαμβάνοντας παγκοσμίως την τρίτη θέση ("Η Ελλάδα 3ος μεγαλύτερος παραγωγός ακτινιδίου στον κόσμο, τώρα εξάγει στην Ταϊλάνδη - Greek City Times", 2019).



Εικόνα 15: Κομμένο ακτινίδιο σε λευκή επιφάνεια (Vyas , 2019)  
διατίθεται δωρεάν κατόπιν άδειας από τον ιστότοπο Unsplash.

Η Κίνα θεωρείται η πατρίδα του ακτινιδίου, καθώς καλλιεργείται εκεί από την αρχαιότητα. Φάρμες ακτινιδίων υπάρχουν στη Σιβηρία, την Ιαπωνία, την Κορέα και τη Μαλαισία. Τα ακτινίδια, που είναι ενδημικά στη Κίνα, ταξίδεψαν κατά τη διάρκεια του 19ου αιώνα στη Βρετανία και στις αρχές του 20ού αιώνα στη Νέα Ζηλανδία. Στην πραγματικότητα, η αγγλική - διεθνής ονομασία του προέρχεται από το εθνικό σύμβολο της Νέας Ζηλανδίας, ένα ιθαγενές πτηνό που ονομάζεται επίσης kiwi ("Ακτινίδιο - Βικιπαίδεια", χ.χ.).

Το πιο γνωστό είδος που καλλιεργείται στην Ελλάδα ονομάζεται Hayward. Το μεσογειακό κλίμα προσφέρει ιδανικές συνθήκες για την καλλιέργεια του ακτινιδίου,

καθώς τα ζεστά καλοκαίρια και οι δροσεροί χειμώνες βοηθούν στην παραγωγή καρπών εξαιρετικής ποιότητας και γεύσης (Αντωνοπούλου, χ.χ. ). Το φυτό ευδοκίμει σε γόνιμα και υγρά εδάφη. Το φυτό σπέρνεται την άνοιξη και συγκομίζεται στα μέσα Οκτωβρίου ("Ακτινίδιο - Βικιπαίδεια", χ.χ. ).

Το ακτινίδιο είναι ένας φυλλοβόλος αναρριχώμενος θάμνος που φτάνει σε μήκος τα 4-5 μέτρα και θυμίζει μορφολογικά το αμπέλι. Σχηματίζει θαμνούς που αναπτύσσονται πολύ γρήγορα και έχουν σχήμα κρεβατιού ("10 μυστικά για την καλλιέργεια του ακτινιδίου | Τα Μυστικά του Κήπου", 2020). Το ακτινίδιο είναι ευαίσθητο στους ισχυρούς ανέμους, ιδίως όταν οι θάμνοι αναπτύσσονται καθώς μπορεί να δημιουργηθούν ρωγμές. Για το λόγο αυτό, συνιστάται να μην





καλλιεργούνται ακτινίδια σε παράκτιες ή περιοχές που κυριαρχούν άνεμοι ("10 μυστικά για την καλλιέργεια του ακτινιδίου | Τα Μυστικά του Κήπου", 2020).

Το ακτινίδιο καλλιεργείται στην Ελλάδα εδώ και τουλάχιστον τριάντα χρόνια. Τα τελευταία χρόνια, οι ελληνικές καλλιέργειες έχουν επεκταθεί σε πολλές περιοχές της Κεντρικής και Ανατολικής Μακεδονίας (Βόρεια Ελλάδα), στο νομό Λάρισας, στη Φθιώτιδα, στην Αιτωλοακαρνανία, (Κεντρική Ελλάδα) στο νομό Χανίων (Κρήτη) ("Αγροδυναμική επε Επισκοπή και Βιοσπόρος Ελλάς", χ.χ. ).

Σύμφωνα με στοιχεία της Ελληνικής Στατιστικής Αρχής κατά την περίοδο 2017 - 2018, η Ελλάδα εξήγαγε 154843 τόνους, παρήγαγε 274619 τόνους σε έκταση 9218 εκταρίων ακτινιδίων ("[ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ ΕΤΗΣΙΑ ΓΕΩΡΓΙΚΗ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ: Έτος 2018](#)", 2020). Τα τελευταία 5 χρόνια, η παραγωγή του αυξάνεται συνεχώς και αν οι ρυθμοί αύξησης παραμείνουν αμετάβλητοι και εφόσον η παραγωγή εκτιμάται ότι θα αυξηθεί, η Ελλάδα θα γίνει η δεύτερη στην κατάταξη των παραγωγών ακτινιδίου παγκοσμίως (Αντωνοπούλου, χ.χ.). Επιπροσθέτως, ορισμένες ελληνικές καλλιέργειες ακτινιδίου (Ακτινίδια Πιερίας και Ακτινίδια Σπερχειού) που έχουν καταχωριστεί ως Προστατευόμενη Γεωγραφική Ένδειξη (ΠΓΕ), αποτελούν δείκτες της ποιότητας του φρούτου (Αντωνοπούλου, χ.χ. ).



Το ελληνικό ακτινίδιο θεωρείται καρπός εξαιρετικής ποιότητας λόγω της αυστηρής τήρησης των ευρωπαϊκών προτύπων σε συνδυασμό με τις παραδοσιακές γεωργικές πρακτικές ("Kiwi variety Hayward from Greece | Export of greek fresh fruits", χ.χ. ). Έτσι, διατηρείται η δεσπόζουσα θέση του παγκοσμίως. Με την ευρωπαϊκή αγορά έχει κορεστεί, οι διεθνείς αγορές φαίνονται μια πολλά υποσχόμενη λύση (Αντωνοπούλου, χ.χ. ). Η Ελλάδα εξάγει στη Νότια Αφρική και τις ΗΠΑ (Κουκούτσος, 2019). Οι αναδυόμενες αγορές είναι η Ινδία, το Βιετνάμ, η Νότια Κορέα, η Ταϊβάν και η Βραζιλία και μόλις πρόσφατα η Αργεντινή (Κουκούτσος, 2019).

Η αγορά αυτή είναι πολλά υποσχόμενη και για τους αγρότες που επιθυμούν να εφαρμόσουν τη βιολογική καλλιέργεια ακτινιδίων, δεδομένου ότι πρόκειται για μια αξιόλογη επένδυση (ΚΕΝΤΙΑ, χ.χ.).

Έχει υψηλή διατροφική αξία και αποτελεί σημαντική πηγή βιταμίνης C, ενώ είναι επίσης πλούσιο σε βιταμίνη K και E ("10 μυστικά για την καλλιέργεια του ακτινιδίου | Τα Μυστικά του Κήπου", 2020). Είναι, επίσης, πλούσιο σε κάλιο, μαγνήσιο, φώσφορο, φυτικές ίνες. Προστατεύει επίσης από θρομβώσεις στο και προάγει την καλή λειτουργία του γαστρεντερικού συστήματος. Τέλος, συμβάλλει στη βελτίωση της όρασης λόγω της παρουσίας της αντιοξειδωτικής λουτεΐνης ("Ακτινίδιο - Βικιπαίδεια", χ.χ. ).

Εικόνα 16: Σερβιρισμένο ακτινίδιο (Melnychuk ,2021) δωρεάν προς χρήση κατόπιν άδειας από το unsplash





### Μαθησιακοί Στόχοι

Το σενάριο δωματίου απόδρασης που δημιουργήθηκε θα παρουσιάσει στους εκπαιδευόμενους πώς να αξιοποιήσουν τις καλλιέργειες φρούτων, δηλαδή ακτινίδια στην περίπτωση μας. Πιο συγκεκριμένα, ενδεικτικοί μαθησιακοί στόχοι μπορεί να είναι:

- πώς λειτουργούν οι καλλιέργειες ακτινιδίων,
- ποια εργαλεία, εξοπλισμός και μέθοδοι μπορούν να χρησιμοποιηθούν κατά τη διάρκεια της γεωργικής διαδικασίας,

### Κρητικά παξιμάδια (κριθαριού)

Τα κρητικά παξιμάδια (κριθαριού) είναι ένα γνωστό έδεσμα ελληνικής προέλευσης (KRITIS, χ.χ.). Παράγονται στο νησί της Κρήτης και έχουν μακρά παρουσία στην εθνική γαστρονομική ιστορία εδώ και πολλούς αιώνες. Η παρουσία τους τεκμηριώνεται σε κείμενα αρχαίων Ελλήνων και Ρωμαίων ταξιδιωτών (KRITIS, χ.χ.). Αποτελούν προϊόν σήμα κατατεθέν για το νησί, καθώς είναι επίσης προστατευόμενη γεωγραφική ένδειξη (ΠΓΕ),



Εικόνα 17 : Κρητικά παξιμάδια με ντομάτα ,τυρί φέτα και ελιές ,μια αυθεντική κρητική συνταγή (Ελληνικό φαγητό που ονομάζεται Κουκουβάγια ,2006) GNU Δωρεάν άδεια τεκμηρίωσης

Οι παξιμάδια συνδέθηκαν στενά με τον μοναδικό χαρακτήρα και τη μορφολογία του νησιού. Πιο συγκεκριμένα, η Κρήτη είναι κυρίως ορεινή, με το 41% της συνολικής της έκτασης να είναι ορεινή ή το 26% ημιορεινή, ενώ μόνο το 33% της επιφάνειάς της καλύπτεται από κοιλάδες ή/και εύφορα οροπέδια ("Γεωγραφία Κρητης", χ.χ.).

Δεδομένης της μορφολογίας του νησιού, είναι εύκολο να καταλάβει κανείς γιατί τα παξιμάδια αποτελούν τόσο σημαντικό μέρος της διατροφής των Κρητικών (Σιδεράτος, χ. χ.). Σε αυτές τις περιοχές, το κριθάρι είναι μια πολλά υποσχόμενη

καλλιέργεια ("Barley Rusks (Dakos)", n. d. ). Οι Κρητικοί παραδοσιακά ήταν είτε αγρότες είτε βοσκοί είτε ψαράδες που έμεναν μακριά από τα σπίτια τους για πολλές ημέρες ("Κρητικό παξιμάδι (ντάκος και κουλούρα): Βγαλμένο απ' την παράδοση | ΣΥΝ. KA Super markets", χ.χ.). Έπρεπε να αποθηκεύσουν το ψωμί με έναν πιο πρακτικό τρόπο και τα παξιμάδια ήταν μια πολλά υποσχόμενη λύση για το σκοπό αυτό. Παραδοσιακά, τα παξιμάδια ψήνονταν μία φορά το χρόνο μετά τη συγκομιδή και το άλεσμα και στη συνέχεια αποθηκεύονταν σε ξηρά και σκιερά μέρη. Ως εκ τούτου, το παξιμάδι Κρήτης μπορεί να θεωρηθεί ως ένα από τα πρώτα τυποποιημένα τρόφιμα.

Το παραδοσιακό κρητικό παξιμάδι χρησιμοποιεί όχι μόνο κριθαρένιο αλεύρι ολικής άλεσης, αλλά και αλεύρι σίτου, αλεύρι μεταναδίου (μείγμα κριθαριού και σιταριού) και εφτάζυμο (μείγμα λευκού άλευρου, άλευρου ολικής άλεσης, κριθαριού, αλεύρου και διαφόρων βοτάνων) (Μάτι, χ.χ.) ("Τα κρητικά παξιμάδια - η ιστορία και οι τύποι τους", χ.χ.).



Υπάρχουν πολλά είδη παξιμαδιών, με πιο δημοφιλή τα ακόλουθα ("Κρητικό παξιμάδι (ντάκος και κουλούρα): Βγαλμένο απ' την παράδοση | SYN. KA Super markets", χ.χ. .).

- Ο ντάκος αποτελεί το πιο δημοφιλές είδος κρητικού παξιμαδιού. Είναι ένα παχύ μακρόστενο παξιμάδι που μοιάζει με διπλά ψημένη χοντρή φέτα ψωμιού. Είναι το κύριο συστατικό του δημοφιλούς πιάτου ντακίς.
- Κουλούρα - το κουλούρι είναι ένα παξιμάδι σε στρογγυλό σχήμα με μια τρύπα στη μέση. Αποτελείται από δύο μέρη, το πάνω μέρος που παραδοσιακά ονομάζεται πανοκαύκαλο και το κάτω μέρος που ονομάζεται κατόκαυκαλο.
- Ταμπακιέρα - ένα παξιμάδι σε στρογγυλό σχήμα χωρίς τρύπα στη μέση.

Τα παξιμάδια αναγνωρίζονται για την υψηλή διατροφική τους αξία, καθώς περιεχουν σημαντικά συστατικά της φημισμένης μεσογειακής διατροφής ("Το κρητικό παξιμάδι", χ.χ.). Πιο συγκεκριμένα, η χρήση κριθαριού (και μερικές φορές και αλεύρου ολικής αλέσεως) οδηγεί σε ένα πιο υγιεινό είδος ψωμιού. Επίσης, περιέχει βιταμίνες του συμπλέγματος Β (κυρίως βιταμίνη Β1, φυλλικό οξύ και βιταμίνη Β6), φυτικές ίνες, αντιοξειδωτικά, μαγνήσιο, σίδηρο και φώσφορο. Λόγω αυτών των θρεπτικών συστατικών, το κρητικό παξιμάδι μπορεί να βοηθήσει στη ρύθμιση της όρεξης (βιταμίνη Β1), στη διατήρηση υγιούς δέρματος και του νευρικού συστήματος (φολικό οξύ) και στην παραγωγή υγιών ερυθρών αιμοσφαιρίων ("Κρητικό παξιμάδι", χ.χ. .).

### Μαθησιακοί Στόχοι

Το σενάριο δωματίου απόδρασης που δημιουργήθηκε θα εισάγει στους εκπαιδευόμενους τον όρο της Αγροτικής Επιχειρηματικότητας και θα μάθουν πώς παράγεται το κρητικό παξιμάδι. Πιο συγκεκριμένα, ενδεικτικοί μαθησιακοί στόχοι θα μπορούσαν να είναι:

- ποια εργαλεία, εξοπλισμός και μέθοδοι μπορούν να χρησιμοποιηθούν κατά τη διαδικασία της καλλιέργειας (αλεύρι από σιτάρι ή άλλα δημητριακά)
- Πώς να διαχειριστείτε τις εξαγωγές προϊόντων
- Πώς να αξιοποιηθούν περαιτέρω χρήσεις του κύριου προϊόντος που προέρχεται από την καλλιέργεια (περαιτέρω ανάπτυξη προϊόντων μαγειρικής κ. λπ. ).



## Πολωνία

### Παραγωγή Μήλου

Τα μήλα θεωρούνται το πιο δημοφιλέσ πολωνικό φρούτο και η Πολωνία είναι ένας από τους παγκόσμιους ηγέτες στην παραγωγή και εξαγωγή τους. Οι κλιματολογικές και εδαφολογικές συνθήκες της χώρας είναι ευνοϊκές για την παραγωγή αυτού του φρούτου, όπως αποδεικνύεται από την ιστορία του στην Πολωνία, η οποία ξεπερνά τα 900 χρόνια. Σύμφωνα με έναν Πολωνό χρονογράφο, η καλλιέργεια της μηλιάς στην Πολωνία ξεκίνησε τον 12ο αιώνα από τους Κιστερκιανούς. Αυτοί ήταν που,μπολιάζοντας άγριες μηλιές στους οπωρώνες τους, παρήγαγαν όλο και μεγαλύτερα μήλα κήπου. Ως εκ τούτου, τους αποδίδεται η διάδοση της καλλιέργειας μήλων και η διάδοσή της σε ολόκληρη τη χώρα.



Εικόνα 18: πηγή: pixabay.com

Η πολωνική οπωροκαλλιέργεια προσφέρει ένα πολύ πλούσιο και ποικίλο φάσμα ποικιλιών μήλου. Επί του παρόντος, 4 ποικιλίες είναι οι πιο δημοφιλείς: "Idared", "Szampion", "Jonagold", "Ligo". Αντιπροσωπεύουν περίπου το 50% της εγχώριας σοδειάς. Άλλες δημοφιλείς ποικιλίες μήλων είναι οι 'Gloster', 'Gala' και 'Golden Delicious'. Οι ποικιλίες που καλλιεργούνται στην Πολωνία χαρακτηρίζονται από υψηλή αντοχή στις ασθένειες, είναι εύκολες στη μεταφορά και μπορούν να αποθηκευτούν για μεγάλο χρονικό διάστημα χωρίς να υπάρχει φόβος να χάσουν τα θρεπτικά συστατικά και τις γευστικές τους ιδιότητες. Οι περισσότεροι οπωρώνες μήλου βρίσκονται στην κεντρική Πολωνία, στη λεγόμενη λεκάνη Mazowieckie, κοντά στις πόλεις Grójec, τη Warka και το Tarczyn. Η περιοχή αυτή θεωρείται ότι διαθέτει τις βέλτιστες συνθήκες για την καλλιέργεια μηλιάς. Συγκεντρωμένες περιοχές καλλιέργειας υπάρχουν επίσης στις επαρχίες Świętokrzyskie, Łódzkie, Lubelskie και Małopolskie. Ωστόσο, οι οπωρώνες μηλιάς βρίσκονται σε όλη τη χώρα και η ποιότητα των φρούτων που ωριμάζουν εκεί είναι πάντα εξαιρετική.

Η διαδικασία καλλιέργειας της μηλιάς μπορεί να φαίνεται αρκετά προφανής, δηλαδή η καλλιέργεια ενός φυτού από σπόρο και η παραγωγή καρπών μόλις ωριμάσουν. Ωστόσο, η πραγματικότητα είναι πολύ πιο σύνθετη. Στην πράξη, κατά τον πολλαπλασιασμό συγκεκριμένων ποικιλιών μηλιάς, τα φυτώρια οπωροφόρων δέντρων δεν χρησιμοποιούν σπόρους αλλά τους ακρωτηριάζουν. Αυτό περιλαμβάνει την τοποθέτηση του οφθαλμού της



ποικιλίας που πολλαπλασιάζεται σε ένα υποκείμενο, το οποίο πιθανόν θα δώσει στο μελλοντικό φυτό ρίζες και θα επηρεάσει την ανάπτυξη του δέντρου.

Ένα νέο φυτό αναπτύσσεται από το μπουμπούκι. Με τον τρόπο αυτό, δημιουργείται φυτώριο της ποικιλίας, από το οποίο οι οπωροκαλλιεργητές αγοράζουν συνήθως ως δέντρα δύο ετών και φυτεύουν στους οπωρώνες τους. Με αυτόν τον τρόπο ξεκινά, ίσως αναπάντεχα για κάποιους, η πολύπλοκη διαδικασία παραγωγής φρούτων.

Σε διαδοχικά στάδια, η μηλιά παράγει ερμαφρόδιτα άνθη που περιέχουν νέκταρ και γύρη. Για να εξελιχθούν τα άνθη σε καρπούς, πρέπει να εισέλθει γύρη από άλλο δέντρο (συνήθως διαφορετική ποικιλία) Στη διαδικασία επικοινωνίας, τα έντομα παίζουν ανεκτίμητο ρόλο, με κυρίαρχη τη γνωστή μας μέλισσα, αλλά και πολλά είδη άγριων μελισσών, τα οποία μεταφέρουν τη γύρη, επικοινωνιάζουν τα άνθη και επιτρέπουν τον σχηματισμό του καρπού, ο οποίος στη συνέχεια αναπτύσσεται, παίρνει το κατάλληλο μέγεθος και είναι έτοιμος για συγκομιδή το φθινόπωρο. Φαίνεται ότι η διαδικασία είναι απλή, ότι όλα συμβαίνουν από μόνα τους και ότι οι παραγωγοί φρούτων απλώς περιμένουν τη συγκομιδή. Η πραγματικότητα, ωστόσο, είναι τελείως διαφορετική!

### Μαθησιακοί Στόχοι

Η χρήση της θεματικής επεξεργασίας μήλων στο Δωμάτιο Απόδρασης εισάγει τους παίκτες/τριες στην ιστορία της καλλιέργειας μήλων, στα απαραίτητα βήματα για τη μεγιστοποίηση της συγκομιδής, στην ίδια τη διαδικασία συγκομιδής, καθώς και στις δυνατότητες χρήσης και επεξεργασίας των μήλων. Αυτό θα συμβάλει στην ανάδειξη του ζητήματος της καλλιέργειας και της παραγωγής μήλων, ιδίως επειδή η Πολωνία πρωτοπορεί.

Κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας οι συμμετέχοντες θα εξοικειωθούν με:

- την ιστορία της καλλιέργειας μήλων στην Πολωνία,
- τις μεθόδους συγκομιδής μήλων,
- τα είδη επεξεργασμένων προϊόντων μήλων,
- τις τεχνικές επεξεργασίας μήλων..

### Κατσικίσιο Τυρί

Στην Πολωνία, οι κατσίκες, όπως και τα πρόβατα, αποτελούν ένα ευχάριστο θέαμα στην ύπαιθρο. Η φιλική τους συμπεριφορά, η περιέργειά τους και η ακατάσχετη όρεξή τους τα κάνουν δημοφιλή σε παιδιά και ενήλικες. Επί του παρόντος, τα πολυπληθέστερα είδη τους είναι η πολωνική βελτιωμένη φυλή και η πολωνική λευκή βελτιωμένη φυλή. Δυστυχώς, για μεγάλο χρονικό διάστημα το γάλα τους θεωρούνταν τροφή για τους φτωχούς. Στην παραδοσιακή πολωνική κουζίνα, δεν είχε μεγάλη μαγειρική σημασία. Καταναλωνόταν κυρίως για τις θρεπτικές του ιδιότητες.

Το έθιμο της τυροκομίας ήρθε στην Πολωνία από τα Καρπάθια Όρη, από τη Βλαχία. Τα σύγχρονα τυροκομικά προϊόντα επηρεάστηκαν κυρίως από τους Γερμανούς, τους Ολλανδούς και τους Ελβετούς που εγκαταστάθηκαν στην Πολωνία τον 19ο αιώνα. Οι πρώτοι βοσκοί στα Καρπάθια Όρη ασχολούνταν ήδη με την τυροκομία. Οι φυσικές συνθήκες εκεί ήταν ευνοϊκές για την εκτροφή αιγοπροβάτων, αλλά όχι τόσο ευνοϊκές για τη γεωργία. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο οι άνθρωποι σκέφτηκαν να δημιουργήσουν αποθέματα για τον μακρύ χειμώνα ήδη από το καλοκαίρι. Το τυρί άρχισε να παρασκευάζεται από γάλα.





Σε άλλα μέρη της Πολωνίας, ιδίως στις πεδινές περιοχές, η τυροκομία εισήχθη μόλις τον 19ο αιώνα. Η καθυστέρηση αυτή οφειλόταν κυρίως στις δυσμενείς κλιματολογικές συνθήκες: μεγάλος σε διάρκεια και σκληρός χειμώνας, θερμό καλοκαίρι και ανεπαρκείς βροχοπτώσεις, που δεν ευνοούσαν ιδιαίτερα την κτηνοτροφία. Παρόλο που τα άφθονα λιβάδια



Εικόνα 19 : απο τον ιστότοπο [unsplash.com](https://unsplash.com)

και βοσκοτόπια μπορούσαν να παρέχουν άφθονες ζωτροφές, οι συνεχείς πόλεμοι, οι εισβολές και οι λεηλασίες δημιουργούσαν πολλά εμπόδια στην ανάπτυξη της κτηνοτροφίας και συνεπώς της τυροκομίας. Όταν η τυροκομία καθιερώθηκε τελικά και σε άλλες πολωνικές περιοχές, διάφοροι παράγοντες άρχισαν να παρεμβαίνουν στην παραγωγή γαλακτοκομικών προϊόντων. Στην περιοχή Pomeranian Żuławy, η τυροκομία επηρεάστηκε από τους Ολλανδούς Μεννονίτες.

Στην περιοχή της Μικρής Πολωνίας, το πρώτο βιομηχανικό τυροκομείο ιδρύθηκε το 1854 στο Wierz κοντά στο Żywiec, και ακολούθησαν και άλλα με την πάροδο των ετών. Ωστόσο, ο Πρώτος Παγκόσμιος Πόλεμος τα κατέστρεψε σχεδόν όλα και μόνο ένας μικρός αριθμός επέζησε. Η Małopolska, ιδίως η περιοχή

Podkarpackie, ήταν μια μάλλον ευνοϊκή περιοχή για την τυροκομία από άποψη κλιματικών και εδαφικών συνθηκών. Ωστόσο, η τυροκομία δεν άνθισε πραγματικά εκεί. Ένας από τους λόγους για αυτό ήταν ότι δεν υπήρχαν αρκετά βοοειδή στις φάρμες και, επιπλέον, δεν τρέφονταν αρκετά καλά. Σε άλλα μέρη της Πολωνίας, η τυροκομία έπαιξε επίσης μικρό ρόλο στη ζωή του τοπικού πληθυσμού. Ωστόσο, η κατάσταση ήταν διαφορετική στη δουκική Πρωσία, η οποία μετά το Algau ήταν το μεγαλύτερο κέντρο τυροκομίας της Γερμανίας και η πατρίδα του τυριού Tilsit. Η παραγωγή αυτών των τυροκομικών προϊόντων επηρεάστηκε επίσης σε μεγάλο βαθμό από τους Ελβετούς και τους Ολλανδούς.

Με την πάροδο του χρόνου, στο Śląsk Cieszyński δημιουργήθηκε ένα πολύτιμο κέντρο τυροκομίας, η ανάπτυξη του οποίου ευνοήθηκε όχι μόνο από τις φυσικές συνθήκες αλλά και από την οικονομία.

Σήμερα υπολογίζεται ότι υπάρχουν περίπου 4000 διαφορετικά είδη τυριών στον κόσμο, εκ των οποίων περίπου 90 είναι πολωνικής προέλευσης. Τα πολωνικά τραπέζια είναι επίσης γεμάτα από τυριά cottage και αυτά που συνδέονται με μια συγκεκριμένη περιοχή, η συνταγή των οποίων έχει περάσει από γενιά σε γενιά. Τέτοια τυριά βρίσκονται, μεταξύ





άλλων, στον κατάλογο των παραδοσιακών προϊόντων της Πολωνίας.

Αξίζει επίσης να σημειωθεί ότι δεν υπάρχει έλλειψη μεγάλων τυροκομείων στην Πολωνία, αν και συναντούμε όλο και πιο συχνά τυριά που παράγονται σε μικρά τοπικά τυροκομεία.

Εικόνα 20 : Απο τον στότοπο [unsplash.com](https://unsplash.com)

Χάρη στις πρωτότυπες γεύσεις τους, τα τυριά από κατσικίσιο γάλα είναι ιδανικά τόσο ως αυτόνομα σνακ όσο και ως συνοδευτικά πιάτα. Μπορούν να γίνουν το επιστέγασμα ενός πρωινού, η υπόσχεση μιας εκλεπτυσμένης γαστρονομικής περιπέτειας κατά τη διάρκεια του γεύματος ή ένα συναρπαστικό στοιχείο ενός ρομαντικού δείπνου. Προσθέτουν ποικιλία σε κύρια πιάτα, επιδόρπια και σαλάτες. Και τίποτα δεν σας εμποδίζει να τα σερβίρετε ως ορεκτικά - για να ξυπνήσετε τις αισθήσεις σας και να ανοίξετε την όρεξή σας. Αξίζει να προτιμάτε το κατσικίσιο τυρί όσο πιο συχνά γίνεται - επειδή είναι υγιεινό και εξαιρετικά νόστιμο. Ενισχύουν τη γεύση πολλών πιάτων και προσθέτουν ποικιλία στο μενού.

### Μαθησιακοί Στόχοι:

Παρά το αυξανόμενο ενδιαφέρον για το κατσικίσιο τυρί, ακόμη και οι ίδιοι οι Πολωνοί συχνά δεν ταυτίζουν τη χώρα τους με αυτό το εξαιρετικό προϊόν, το οποίο έχει μακρά ιστορία παραγωγής στα εδάφη της. Είναι πολύ σημαντικό οι πληροφορίες σχετικά με το θέμα αυτό να διαδίδονται όσο το δυνατόν περισσότερο λόγω της υψηλής ποιότητας του προσφερόμενου προϊόντος. Επιπλέον, η ενδιαφέρουσα ιστορία της παραγωγής και της προέλευσης του κατσικίσιου τυριού στην Πολωνία θα ήταν ένα θέμα για τη δημιουργία ενός σεναρίου δωματίου απόδρασης, επειδή θα μπορούσε να κάνει τους παίκτες περιέργους, ίσως ακόμη και σε τέτοιο βαθμό που θα αποφάσιζαν να εξερευνήσουν το θέμα οι ίδιοι.

Κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας οι συμμετέχοντες θα εξοικειωθούν με:

- ιστορία και γενικές πληροφορίες για τα κατσικίσια τυριά,
- διαδικασία παραγωγής κατσικίσιων τυριών,
- τεχνικές παραγωγής κατσικίσιου τυριού,
- τύποι κατσικίσιων τυριών.

### Κήπος Περμακουλτούρας

Η Πολωνία είναι μια χώρα με ισχυρή γεωργική παράδοση με σημαντική συμβολή στην οικονομία της χώρας. Τα προϊόντα που παράγονται έχουν πολύ καλή φήμη τόσο στο εσωτερικό αλλά και διεθνώς. Το ποσοστό των απασχολούμενων ατόμων στη γεωργία στο σύνολο των απασχολούμενων στην Πολωνία κυμαίνεται σήμερα περίπου στο 12%. Στις χώρες της ΕΕ τι ίδιο ποσοστό είναι υψηλότερο μόνο στη Ρουμανία, τη Βουλγαρία και την Κροατία. Σε σύγκριση με τους ευρωπαϊούς γείτονές της, η Πολωνία εξακολουθεί να υστερεί όσον αφορά την εντατική γεωργία, αλλά όσον αφορά τη βιολογική γεωργία και την περμακουλτούρα έχει πολύ καλές επιδόσεις.

Η περμακουλτούρα γίνεται όλο και πιο γνωστή και διαθέσιμη στην Πολωνία. Η κοινωνία αρχίζει να αντιλαμβάνεται και να κατανοεί την ανάγκη αλλαγής στάσης. Η επιδείνωση της κατάστασης του φυσικού περιβάλλοντος από χρόνο σε χρόνο αναγκάζει τους ανθρώπους να αναζητούν εναλλακτικούς τρόπους ζωής. Σταδιακά, εμφανίζονται όλο και περισσότερες πρωτοβουλίες που σχετίζονται με την περμακουλτούρα, δημοσιεύονται άρθρα και βιβλία σχετικά με το θέμα και προωθούνται τα αγροκτήματα περμακουλτούρας.



Η περμακουλτούρα αποτελεί μια ολιστική προσέγγιση που επιλέγει και συνδυάζει διάφορες τεχνικές και στρατηγικές από ένα ευρύ φάσμα επιστημονικών κλάδων, εφαρμόζοντάς τες σύμφωνα με τις δικές της αρχές και ηθικούς κανόνες. Οι αρχές αυτές χρησιμοποιούνται όχι μόνο στην αναγεννητική γεωργία, αλλά και "για το σχεδιασμό κτιρίων, συστημάτων ενέργειας και αποχέτευσης, χωριών, αλλά και λιγότερο υλικών δομών, όπως σχολικά προγράμματα, επιχειρήσεις, κοινοτικές ομάδες και διαδικασίες λήψης αποφάσεων" Η περμακουλτούρα θεωρείται εφαρμοσμένη επιστήμη που αντλεί έμπνευση και γνώση από τη φύση, προσομοιάζοντας ή προσαρμόζοντας τα φυσικά πρότυπα για την ανάπτυξη σχεδίων



Εικόνα 21 : Από τον ιστότοπο [rixabay.com](http://rixabay.com)

που είναι ανθεκτικά, αυτορυθμιζόμενα και βιώσιμα. «Λαμβάνοντας μια συστημική προσέγγιση στο σχεδιασμό, η περμακουλτούρα εξετάζει την πηγή των παγκόσμιων προβλημάτων και αναζητά απαντήσεις που είναι μελετημένες, περιεκτικές και μακροπρόθεσμες, με στόχο την οικοδόμηση μιας αναγεννητικής, υγιούς και ακμάζουσας φυσικής και κοινωνικής οικολογίας». Η περμακουλτούρα προωθεί μια παγκόσμια νοοτροπία, ενώ

εφαρμόζει τοπικές λύσεις στη διαμόρφωση καλλιεργειών και άλλων δομών που διαμορφώνονται κατά το πρότυπο της φύσης, δίνοντας έμφαση στους ανθρώπινους ρόλους και τις ευθύνες σε αυτές. Επειδή οι αρχές της έχουν τις ρίζες τους στη σοφία της φύσης, η πρακτική της περμακουλτούρας επικεντρώνεται στη βελτιστοποίηση των σχέσεων μεταξύ των στοιχείων ή των μερών ενός οικοσυστήματος, παρά στα ίδια τα στοιχεία ή τα μέρη. Ως εκ τούτου, η διαδικασία σχεδιασμού προωθεί τη διασύνδεση που δημιουργεί ένα σύνολο που είναι ισχυρότερο από τα μέρη του. Αυτή η εστίαση στις σχέσεις δημιουργεί ένα λειτουργικό σύστημα, καθιστώντας την περμακουλτούρα μια απλή διαδικασία σχεδιασμού που μπορεί να αντιμετωπίσει προκλήσεις από απλές έως πολύπλοκες, είτε πρόκειται για το σχεδιασμό ενός μικρού κήπου είτε για το σχεδιασμό ενός αγροκτήματος, μιας πόλης ή μιας κοινωνίας. Η ολιστική του προσέγγιση στη σκέψη προσφέρει λύσεις σε καθολικά προβλήματα σε διάφορους τομείς, όπως η επισιτιστική ασφάλεια, η κλιματική αλλαγή, οι ανανεώσιμες πηγές ενέργειας, η αναγέννηση των κοινοτήτων, η εκπαίδευση και άλλα κοινωνικά ζητήματα που μαστίζουν την παγκόσμια κοινωνία μας.

Η βιολογική καλλιέργεια, η ανακύκλωση, η φυσική δόμηση, οι ανανεώσιμες πηγές ενέργειας, ακόμη και η κοινή λήψη αποφάσεων και η πραγμάτωση της δικαιοσύνης σε μια βιώσιμη κοινωνία μπορούν να θεωρηθούν ως ο ορισμός της περμακουλτούρας - σε κάθε πρακτική, η περμακουλτούρα είναι ένα σύνολο εργαλείων που βοηθούν στην οργάνωση και στην απόφαση πότε και πώς να τα χρησιμοποιούμε. Η περμακουλτούρα επιδιώκει να επιστρέψει στη συνεργασία με τη Φύση για τη δημιουργία υγιών, ακμάζοντων οικοσυστημάτων και τη διατήρηση της βιοποικιλότητας.

Η ουσία της περμακουλτούρας είναι η δημιουργία ενεργειακά αυτόρκων οικοσυστημάτων. Αυτό σημαίνει ότι το σύστημα πρέπει να γονιμοποιεί, να ποτίζεται και να αναπαράγεται μόνο του. Μπορούμε να επιτύχουμε ένα τέτοιο εγχείρημα:

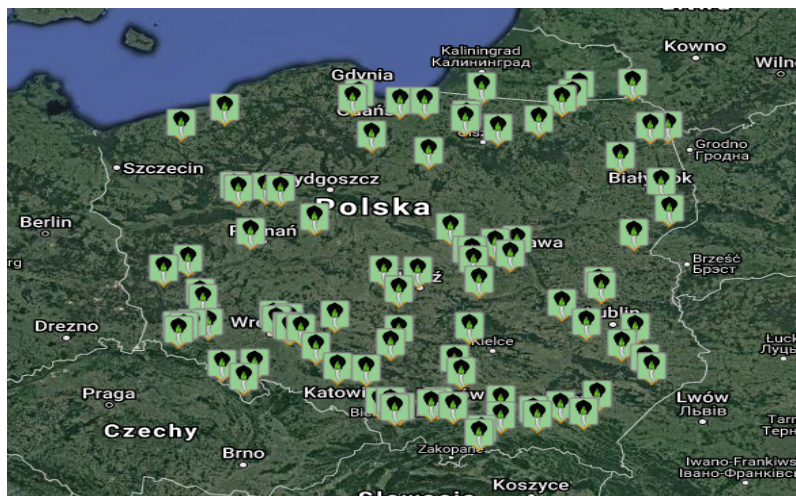




- παρατηρώντας τις σχέσεις εξάρτησης που υπάρχουν στη συγκεκριμένη περιοχή,
- αξιοποιώντας τα ζωτικά στοιχεία της περιοχής - τον ήλιο, τον άνεμο, το νερό και τη γη,
- σχεδιάζοντας ευνοϊκές σχέσεις μεταξύ των στοιχείων του συστήματος

Σε ένα καλά σχεδιασμένο σύστημα περμακουλτούρας, επιτυγχάνουμε αυτάρκεια σε τρόφιμα και ενέργεια (δηλαδή δεν εισάγουμε τίποτα από το εξωτερικό περιβάλλον (π. χ. λιπάσματα ή ζωοτροφές), δεν χρησιμοποιούμε νερό που λαμβάνουμε από το έδαφος και παράγουμε ηλεκτρική ενέργεια είτε από αιολική ενέργεια είτε από φωτοβολταϊκά πάνελς).

Η διατροφική αυτάρκεια είναι το αποκορύφωμα της σωστής εφαρμογής όλων αυτών των πτυχών που συνθέτουν την περμακουλτούρα, η οποία καθίσταται δυνατή παρακολουθώντας τι κάνει η Φύση. Περίπου το 70% των εδαφών μας δεν είναι πλέον αξιοποιήσιμα χωρίς τη χρήση τεχνητών λιπασμάτων. Η αποψίλωση των δασών, η οποία



Εικόνα 22: PermaKultura.eu.pl, access <https://permakultura.edu.pl/en>

καταστρέφει πλήρως τον φυσικό κύκλο του νερού στην ατμόσφαιρα, είναι πιθανώς ένας ακόμη πιο σημαντικός παράγοντας που σκοτώνει τη ζωή στο έδαφος. Ως εκ τούτου, η αποκατάσταση του εδάφους με φυσικές μεθόδους είναι μια από τις πιο σημαντικές διαδικασίες στην περμακουλτούρα. Δημιουργήθηκε ένας ειδικός χάρτης των κήπων και των αγροκτημάτων περμακουλτούρας στην Πολωνία, χάρη στον οποίο είναι εύκολο να εντοπιστεί και να προσδιοριστεί η συχνότητα και ο αριθμός εμφάνισής τους. Σε σύγκριση με άλλες ευρωπαϊκές χώρες, η Πολωνία κατατάσσεται σίγουρα ψηλά στη δημιουργία περιοχών περμακουλτούρας.

### Μαθησιακοί Στόχοι:

Παρόλο που οι κήποι της περμακουλτούρας θεωρούνται ως η βάση της γεωργίας, σήμερα αντιμετωπίζονται ως μια ασυνήθιστη πρακτική. Το ενδιαφέρον για τους κήπους της περμακουλτούρας αυξάνεται, καθώς γίνονται αντικείμενο επισκέψεων και ερέθισμα για έμπνευση. Ο όρος περμακουλτούρα δημιουργεί συχνά κάποιες αμφιβολίες, καθώς δεν είναι ευρέως διαθέσιμος, οπότε όταν τον χρησιμοποιείτε σε περίπτωση δημιουργίας ενός Δωματίου Απόδρασης με το θέμα του, είναι απαραίτητο να βεβαιωθείτε ότι οι γρίφοι σχετίζονται στενά με την εξήγηση και την προσέγγιση του όρου. Οι δημιουργικές δυνατότητες που δίνει ο κήπος φαίνονται απεριόριστες, γεγονός που δίνει επίσης ένα πεδίο για τη μεταφορά γνώσεων και δεξιοτήτων με τον πιο αρεστό και αποτελεσματικό τρόπο, δηλαδή την απόλαυση.





Κατά τη διάρκεια αυτής της δραστηριότητας οι συμμετέχοντες θα εξοικειωθούν με:

- όρους και την ηθική της περμακουλτούρας
- την αναζήτηση χαρτών περμακουλτούρας (ειδικά στην Πολωνία),
- το σχεδιασμό, τις μεθόδους καλλιέργειας κήπων περμακουλτούρας,
- τα πιθανά εργαλεία που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στην περμακουλτούρα, π. χ. συγκομιδή.



## Ισπανία

### Ελαιόλαδο

Η παράδοση της ελιάς στην Ισπανία υπήρχε ήδη πριν από τη ρωμαϊκή επέκταση. Στην πραγματικότητα, έχουν βρεθεί αρχαιολογικά λείψανα από τη Νεολιθική Εποχή και την Εποχή του Χαλκού, τα οποία αποδεικνύουν την πρώιμη εισαγωγή αυτής της καλλιέργειας. Αλλά στη Ρωμαϊκή εποχή η καλλιέργεια ελαιόδεντρων και η παραγωγή ελαιόλαδου επεκτάθηκαν περισσότερο. Όχι μόνο η νότια Ισπανία παρήγαγε αυτό το λάδι για εσωτερική κατανάλωση, αλλά το εξήγαγε και στην πρωτεύουσα της αυτοκρατορίας: τη Ρώμη.



Εικόνα 23: Μπουκάλια με λάδι ελιάς .Πηγή: ecoticias.com

Το παραγόμενο ελαιόλαδο ήταν τόσο ποιοτικό που θεωρήθηκε προϊόν πολυτελείας και καταναλώθηκε κυρίως από τη ρωμαϊκή αριστοκρατία. Ωστόσο, με την παρακμή της ρωμαϊκής αυτοκρατορίας και τις βαρβαρικές εισβολές (κυρίως στο βορρά) η χρήση του μειώθηκε καθώς οι βάρβαροι δεν είχαν συνηθίσει να περιλαμβάνουν ελαιόλαδο στη διατροφή τους, αλλά ζωικά λίπη.

Μεταξύ του 711 και 1492, με την παρουσία των Αράβων στην Ισπανία (αποκαλούμενη Αλ-Ανδαλουσία), αναζωπυρώθηκε η καλλιέργεια ελαιόδεντρων και η παραγωγή ελαιολάδου, ανακτώντας την παλιά τους αίγλη. Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου δημιουργήθηκε η μηχανή που χρησιμοποιείται ακόμη και σήμερα για το άλεσμα των ελιών -η αλμαζάρα- ένα πιο εκσυγχρονισμένο μοντέλο εκείνης που χρησιμοποιούσαν οι Ρωμαίοι, το οποίο χρησιμοποιείται ακόμα και σήμερα. Επιπλέον, η λέξη "aceite" (λάδι στα ισπανικά), η οποία προέρχεται από το αραβικό -al-zayt- και σημαίνει "χυμός ελιάς".

Όπως συνέβαινε και κατά τη διάρκεια της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας, το ελαιόλαδο δεν παραγόταν μόνο για εθνική κατανάλωση. Υπολογίζεται ότι ολόκληρη η χώρα διέθετε το 1240 περίπου 2. 500. 000 ελαιόδεντρα, τα οποία παρήγαγαν 5. 000. 000 κιλά ελιές κάθε χρόνο (Román, 2011). Και οι ελιές αυτές, μαζί με τον χυμό τους, εξαγόταν στο Μαγκρέμπ και στο λιμάνι της Αλεξάνδρειας.

Τέλος, κατά την περίοδο που ακολούθησε την αραβική παρουσία, όταν οι καθολικοί βασιλείς ανακατέλαβαν την Ισπανία (1469), η χώρα ήταν διχασμένη ως προς τη χρήση του ελαιολάδου. Ο νότος διατηρούσε παραδοσιακά τη χρήση ελαιολάδου, αλλά ο βορράς προτιμούσε τα ζωικά λίπη. Αυτό διήρκεσε μέχρι τον 20ο αιώνα, όταν η χρήση του ελαιόλαδου έγινε και πάλι μια εθνική παράδοση. Έτσι, αν και η παρουσία της στην Ισπανία ποικίλλει ανάλογα με τις πολιτικές, θρησκευτικές και οικονομικές καταστάσεις, η ελαιοκαλλιέργεια ήταν πάντα μια πολύ σημαντική δραστηριότητα.

Σήμερα, οι μεσογειακές διατροφικές συνήθειες και η μεσογειακή κουλτούρα δεν νοούνται χωρίς το ελαιόλαδο, το οποίο υπάρχει σχεδόν σε κάθε ισπανική συνταγή μαγειρικής



(και όχι μόνο γι' αυτό, καθώς χρησιμοποιείται και για άλλα πράγματα, όπως για παράδειγμα για ιατρικούς σκοπούς). Και αυτό γιατί το κλίμα και η γεωγραφία της Ισπανίας είναι ιδανικά για την καλλιέργεια της ελιάς, ιδίως στο νότο. Χαρακτηρίζεται από μεγάλη ηλιοφάνεια, ήπιες θερμοκρασίες και μακρά, έντονα καλοκαίρια.

Η Ισπανία παράγει, κατά μέσο όρο, περίπου 1,75 εκατομμύρια τόνους ελαιολάδου. Περίπου το ήμισυ του συνολικού ελαιολάδου παγκοσμίως παράγεται στην Ισπανία, από το οποίο περίπου το 46% εξάγεται, καθιστώντας την Ισπανία τον κορυφαίο



Εικόνα 24: Φυτεία ελαιώνα στη Χαέν, Ισπανία. Πηγή: [www.diariojaen.es](http://www.diariojaen.es)

παραγωγό και εξαγωγέα ελαιολάδου παγκοσμίως (ICEX, 2021). Όσον αφορά την Ευρωπαϊκή Ένωση, η Ισπανία διαθέτει περισσότερο από το ήμισυ της συνολικής έκτασης της ΕΕ με ελαιώνες. Από το 2015/16 έως το 2017/18, κατά μέσο όρο, αντιστοιχούσε στο 63% της συνολικής παραγωγής της ΕΕ (Ευρωπαϊκή Επιτροπή, 2020). Επιπλέον, αναγνωρίστηκε πρόσφατα ως "Προστατευόμενη Ονομασία Προέλευσης (ΠΟΠ)" από την ΕΕ.

Σε εθνικό επίπεδο, κάθε άτομο καταναλώνει περίπου 7 λίτρα ελαιολάδου ετησίως. Ακόμη και οι γιατροί συνιστούν τη χρήση του, μεταξύ 20 έως 40 mg σε καθημερινή βάση. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι το έξτρα παρθένο ελαιόλαδο περιέχει ελαϊκό οξύ, βιταμίνη Ε και πολυφαινόλες, μεταξύ άλλων συστατικών. Τα συστατικά αυτά είναι ευεργετικά για την υγεία, καθώς, για παράδειγμα, συμβάλλουν στη μείωση των καρδιαγγειακών παθήσεων.

Υπάρχουν κυρίως 4 τύποι αυτού του προϊόντος. Είναι:

- Εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο: Πρόκειται για ένα από τα πιο υγιεινά λίπη προς κατανάλωση, το οποίο συνιστάται από διάφορους ερευνητές. Λαμβάνεται απευθείας από τις ελιές, χρησιμοποιώντας μόνο μηχανικά μέσα, όπως ένας χυμός ελιάς, με θετικά οργανοληπτικά χαρακτηριστικά και έχει μέγιστη οξύτητα 0,8 γραμμάρια ανά 100 (0,8%), μεταξύ άλλων φυσικοχημικών ιδιοτήτων που πρέπει να πληροί αυτή η ποιότητα ελαιολάδου.
- Παρθένο ελαιόλαδο: Όπως και το προηγούμενο τύπο, λαμβάνεται απευθείας από τις ελιές, χρησιμοποιώντας μόνο μηχανικά μέσα όπως ο χυμός ελιάς, αλλά μπορεί να έχει μικρά οργανοληπτικά ελαττώματα και μέγιστη οξύτητα 2 γραμμάρια ανά 100 (2%) μεταξύ άλλων φυσικοχημικών ιδιοτήτων που πρέπει να πληρεί αυτή η ποιότητα ελαιολάδου.
- Ελαιόλαδο: Περιέχει μείγμα παρθένων ελαιολάδων με εξευγενισμένα ελαιόλαδα που προέρχονται από ελαττωματικά έλαια, οπότε η ποιότητα και οι υγιεινές ιδιότητές του





είναι χαμηλότερες. Η μέγιστη οξύτητά του είναι 1,5%. Και οι χρήσεις του είναι συνήθως για μαγείρεμα και τηγάνισμα, όχι για ωμά πιάτα (όπως σαλάτες).

- Πυρηνέλαιο: Είναι ένα μείγμα παρθένου ελαιολάδου και άλλων ελαίων που λαμβάνονται με χημικές διεργασίες από στερεά υπολείμματα ελιάς, με μέγιστη οξύτητα 1,5%. Αν και είναι βρώσιμο, χρησιμοποιείται συνήθως για τηγάνισμα και σε καλλυντικά.

Επιπλέον, υπάρχουν διαφορές μεταξύ των ελαιολάδων ανάλογα με τους υποτύπους ελιάς που χρησιμοποιούνται για την παραγωγή τους, γεγονός που τους προσδίδει διαφορετική γεύση, υφή και χρώμα. Με όλη την ιστορία της και τη σημασία που αποδίδεται στο ελαιόλαδο στη μεσογειακή διατροφή, τα ισπανικά τοπία στην Ανδαλουσία είναι γεμάτα από ελαιόδεντρα, «δίπλα σε πουρνάρια και φελλοφόρες βελανιδιές σε πλατιές πεδιάδες ή δίπλα σε καταπράσινα πευκοδάση σε ορεινές πλαγιές, δημιουργώντας ένα τοπίο εξαιρετικής ομορφιάς και προσωπικότητας» (ICEX, 2021). Δεν είναι παράξενο, λοιπόν, που αυτό το νόστιμο έλαιο θεωρείται, για πολλούς, ως ο ισπανικός υγρός χρυσός.

### Μαθησιακοί Στόχοι

Με τη δημιουργία του Δωματίου Απόδρασης για τον παρόντα εκπαιδευτικό οδηγό του Agro\_EduGames που βασίζεται στην παραγωγή ελαιόλαδου, οι παίκτες θα μάθουν κυρίως για τη αγροτική επιχειρηματικότητα σε ένα από τα πιο σημαντικά προϊόντα για την ισπανική οικονομία. Συμπεριλαμβανομένων:

- Της διαδικασίας επεξεργασίας του ελαιολάδου
- Των υλικών και των εξοπλισμών που χρησιμοποιήθηκαν για την επεξεργασία αυτού του λαδιού
- Του πώς να διακρίνετε τους διαθέσιμους τύπους ελαιολάδου

### Τυρί Manchego

Το τυρί «manchego» είναι ένας τύπος τυριού με προστατευόμενη ονομασία προέλευσης (ΠΟΠ). Παράγεται σε τέσσερις επαρχίες της περιοχής Castilla-La Mancha στην Ισπανία (Albacete, Toledo, Cuenca και Ciudad Real). Φτιάχνεται (και μπορεί να φτιαχτεί μόνο) με πρόβειο γάλα "manchega", ένα είδος προβάτου που απαντάται στη «La Mancha», στο οποίο δεν μπορούν να χορηγηθούν φάρμακα και απαγορεύονται τα χημικά πρόσθετα στην παραγωγή του τυριού τους. Ανάλογα με τις ημέρες ωρίμανσης, το τυρί μπορεί να ταξινομηθεί ως «semicurados, curados, viejos ή añejos» (ημικατεργασμένο, κατεργασμένο, παλιό ή παλαιωμένο),

από 30 ημέρες κατ' ελάχιστο έως 2 έτη κατ' ανώτατο όριο. Στο εσωτερικό του, έχει μια σφιχτή και συμπαγή πάστα με βουτυρένια υφή. Το χρώμα του κυμαίνεται από λευκό σε πιο κίτρινο. Η μυρωδιά του μοιάζει με το γάλακτος και η γεύση του είναι έντονη και λίγο όξινη. Σε ορισμένες περιπτώσεις, ακόμη και πικάντικη.



Οι απαρχές της παραγωγής του πιστεύεται ότι χρονολογούνται από την εποχή του Χαλκού, καθώς έχουν βρεθεί αντίστοιχα αρχαιολογικά ευρήματα. Στην





Εικόνα 25: Εικόνα του Don Κιχότη και του Σάντσο Πάντσα στην ετικέτα τυριού (η οποία μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο σε αυτό τον τύπο τυριού). Πηγή: eldiariorural.es

πραγματικότητα, υπολείμματα από κύπελλα, διάτρητα αγγεία και άλλα σκεύη τυροκομίας έχουν βρεθεί στις τέσσερις επαρχίες της

La Mancha (Pakus, 2019).

Υπάρχουν επίσης ενδείξεις για την παραγωγή αυτού του τύπου τυριού κατά τη διάρκεια της ιβηρικής κατοχής. Ακόμα και τα πρόβατα αυτής της περιόδου θεωρείται ότι είναι ο πρόγονος του σημερινού, του οποίου η αγνότητα έχει παραμείνει σχεδόν αμετάβλητη στο πέρασμα των αιώνων (Hernández, 2019).

Επιπλέον, στο πολύ διάσημο βιβλίο του συγγραφέα Miguel de Cervantes, «Don Κιχώτης», του 17ου αιώνα (1605) υπάρχουν πολλές αναφορές σε αυτό το νόστιμο τυρί, που τόσο ο Don Quijote όσο και ο πιστός του ακόλουθος Sancho Panza λάτρευαν να τρώνε.

Σήμερα, αυτό το τυρί είναι γνωστό σε όλο τον κόσμο με περισσότερες εξαγωγές από ότι εσωτερική κατανάλωση με κύρια αγορά τις Ηνωμένες Πολιτείες και περισσότερο από το 50% των εξαγωγών -σχεδόν 5 εκατομμύρια κιλά ετησίως. Ακολουθούν η Γερμανία και το Ηνωμένο Βασίλειο. ενώ στην Ισπανία, η κατανάλωση είναι περίπου το 40% της συνολικής παραγωγής (6 εκατομμύρια κιλά).

Το τυρί Manchego αντιπροσωπεύει το 62% της συνολικής παραγωγής των ισπανικών τυριών Π.Ο.Π και εισπράξεις περίπου 175 εκατομμύρια ευρώ σε πωλήσεις ετησίως. Η παραγωγή του, άλλωστε, αυξάνεται με την πάροδο των ετών.



Εικόνα 26: Τυρί Manchego. Πηγή: cadenasaser.com

### Μαθησιακοί Στόχοι

Το Δωμάτιο Απόδρασης του τυριού Manchego για το IO2 του Agro\_EduGames παρέχει πληροφορίες και γνώσεις στους συμμετέχοντες σχετικά με αυτό το είδος τυριού και τη σχέση του με τη γεωργική επιχειρηματικότητα. Συμπεριλαμβανομένων:

- Του πως παρασκευάζεται αυτό το τυρί ώστε να αποκτήσει την προστατευόμενη ονομασία προέλευσης (ΠΟΠ), δηλαδή βασικά στοιχεία, νομοθεσία, τοποθεσία. .
- Της διαδικασίας παρασκευής του τυριού και τον εξοπλισμό που χρησιμοποιείται..
- Της διαδικασίας πώλησης, καθώς πρόκειται για ένα τυρί με μεγάλη διεθνώς ζήτηση



### Κρόκος - Σαφράν

Ο κρόκος είναι ένα μπαχαρικό που παρασκευάζεται από τα κόκκινα στίγματα του λουλουδιού με επιστημονική ονομασία "crocus sativus", γνωστό επίσης ως "κρόκος σαφράν". Η διαδικασία συγκομιδής του είναι πολύ δύσκολη. Το κόκκινο στίγμα πρέπει να αφαιρεθεί προσεκτικά με το χέρι από το λουλούδι χωρίς να σπάσει. Γι' αυτό είναι γνωστό ως "κόκκινος χρυσός" και αποτελεί το πιο ακριβό μπαχαρικό στον κόσμο. Στην πραγματικότητα, η τιμή του ισπανικού σαφράν είναι περίπου 3.000 ευρώ ανά κιλό (για το οποίο απαιτούνται 85.000 άνθη).



Εικόνα 27: Χειροκίνητη συλλογή του λουλουδιού του σαφράν. Πηγή: ABC

Η Ισπανία είναι ένας από τους μεγαλύτερους παραγωγούς σαφράν παγκοσμίως, με το Ιράν να ηγείται της κούρσας. Το μεγαλύτερο μέρος της παραγωγής του (97%) γίνεται στην περιοχή Castilla-La Mancha, κυρίως στην επαρχία Albacete, η οποία παράγει το 82% της συνολικής σοδειάς. Η παραγωγή του στην περιοχή αυτή είναι τόσο σημαντική που διαθέτει Προστατευόμενη Ονομασία Προέλευσης (DOP Azafrán de La Mancha). Χρησιμοποιείται τόσο για γλυκές όσο και για αλμυρές συνταγές, καθώς και για ποτά. Έχει πολλαπλά οφέλη για την υγεία. Για παράδειγμα, έχει αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες, που δρουν προστατευτικά για διάφορες ασθένειες (η χρήση του μελετάται ακόμη και για την καταπολέμηση του καρκίνου)- πεπτικές



ιδιότητες, που δρουν μειώνοντας τα αέρια και τη γενική πεπτική δυσφορία- ιδιότητες κατά του στρες- ή ιδιότητες που βοηθούν το νευρικό σύστημα.

Αυτό το μπαχαρικό ήταν ήδη πολύ δημοφιλές στην Αρχαιότητα. Η Κλεοπάτρα έκανε λουτρά με σαφράν για να φροντίζει το δέρμα





*Εικόνα 28: Αφαίρεση των σιγμάτων του λουλουδιού σαφράν , με το χέρι για το ψήσιμό του. Πηγή: vidayestilo*

της, οι Αιγύπτιοι φαραώ ταριχεύονταν με αυτό το μπαχαρικό, οι Έλληνες

το χρησιμοποιούσαν για να αρωματίζουν τα σπίτια τους και οι Ρωμαίοι το χρησιμοποιούσαν ως αφροδισιακό. Η αρχή της παραγωγής αυτού του μπαχαρικού στην Ισπανία θεωρείται ότι χρονολογείται από τον αποικισμό από τους Φοίνικες, κατά τη διάρκεια του 9ου αιώνα π. Χ. Αλλά η χρήση αυτού του μπαχαρικού απέκτησε μεγαλύτερη σημασία κατά τη διάρκεια της Αλ Ανδalousίας, με τους Άραβες.

Η παραγωγή του είναι έθιμο της Καστίλλης-Λα Μάντσα και αποτελεί μέρος της κουλτούρας της εδώ και αιώνες. Η διαδικασία συγκομιδής των λουλουδιών σαφράν παραμένει η ίδια και στις μέρες μας. Υπάρχουν πολλές παραδοσιακές συνταγές που περιλαμβάνουν αυτό το νόστιμο μπαχαρικό, κυρίως στο ρύζι και σε συνταγές με ψάρι (όπως η ισπανική παέγια). Χρησιμοποιείται όχι μόνο ως φυσικό χρωστικό αλλά και για το χαρακτηριστικό άρωμα και τη γεύση του. Πρόκειται, λοιπόν, για ένα στοιχείο πλήρως ενσωματωμένο στις τοπικές παραδόσεις.

Τις τελευταίες δεκαετίες (από το 1930), η παραγωγή του μειώθηκε ελαφρώς, λόγω του τεράστιου ανταγωνισμού του Ιράν. Ωστόσο, καθώς η ποιότητα του ισπανικού κρόκου θεωρείται καλύτερη, εκτιμάται όλο και περισσότερο από πολλές χώρες (Salas, 2019), οπότε τα τελευταία χρόνια παρατηρείται αύξηση της παραγωγής, καθώς οι χώρες αυτές προτιμούν να αγοράζουν αυτό το προϊόν αντί για εκείνο που προέρχεται από το Ιράν.

Σήμερα, η Ισπανία παράγει περίπου 650 κιλά ετησίως (αν και κάποια χρόνια έχει φτάσει τα 1.500 κιλά). Από αυτή την παραγωγή, το 50% της παραγωγής εξάγεται στο εξωτερικό, ενώ το άλλο μισό παραμένει εντός της χώρας και της Ευρώπης (Barba, 2020). Αν και από πλευράς παραγωγής ο κρόκος του Ιράν είναι ο κορυφαίος παγκοσμίως, από πλευράς εξαγωγών η Ισπανία κατέχει την πρώτη θέση. Οι κυριότεροι προορισμοί εντός της Ευρωπαϊκής Ένωσης είναι η Ελβετία, η Φινλανδία, η Γερμανία και η Γαλλία. Εκτός της ΕΕ, οι εξαγωγές κατευθύνονται κυρίως στις Ηνωμένες Πολιτείες, τον Καναδά, το Ηνωμένο Βασίλειο και τα Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα.



*Εικόνα 29: Λουλούδι Σαφράν. Πηγή: bodegasmezquita*

### Μαθησιακοί Στόχοι

Συμμετέχοντας στο πιθανό Δωμάτιο Απόδρασης για το IO2 για το έργο Agro\_EduGames που βασίζεται σε αυτό το θέμα, οι παίκτες θα εισαχθούν στην έννοια του κρόκου (πολύ σημαντικός για τη διατήρηση της πολιτιστικής κληρονομιάς στην Καστίλλη-Λα Μάντσα) και της γεωργικής επιχειρηματικότητας. Συμπεριλαμβανομένων:

- Η πολύ συγκεκριμένη διαδικασία καλλιέργειας και συγκομιδής αυτού του μπαχαρικού,
- Πώς να διακριθείτε στις διεθνείς αγορές και να αποκτήσετε την ΠΟΠ,



- Γενικές πληροφορίες σχετικά με τον κρόκο.





## 5 έτοιμα προς χρήση σενάρια για Δωμάτιο Απόδρασης

Κάθε μικρογραφία αντιστοιχεί σε ένα σύνδεσμος που σας ανακατευθύνει στον ηλεκτρονικό φάκελο με το σχετικό σενάριο δωματίου απόδρασης και το σχετικό υλικό:



Εναλλακτικά, επισκεφθείτε τον ιστότοπο του έργου

<https://agroedugames.com/io2-module-escape-rooms-break-out-boxes-on-agro-entrepreneurship/?lang=el>



## Συμπέρασματα

Αυτός ο εκπαιδευτικό οδηγός έχει ως στόχο να παρέχει στις οργανώσεις νεολαίας και στους εργαζόμενους σε θέματα νεολαίας ένα πλαίσιο για το πώς να δημιουργήσουν εκπαιδευτικά σενάρια δωματίων απόδρασης με θέματα σχετικά με τη γεωργία και τις βιώσιμες μεθόδους καλλιέργειας, ώστε να προωθήσουν δραστηριότητες συνυφασμένες με τον τομέα της περμακουλτούρας και της βιολογικής γεωργίας. Επικεντρώνεται σε δεκαπέντε θέματα - προερχόμενα από 4 διαφορετικά εθνικά πλαίσια - τα οποία η ομάδα του έργου πιστεύει ότι αντιπροσωπεύουν τις γεωργικές παραδόσεις των χωρών τους.

Στο πλαίσιο αυτού του εκπαιδευτικού οδηγού, οι αναγνώστες μπορούν να γνωρίσουν τη μεθοδολογία του έργου γενικά, καθώς και για τη μεθοδολογία που ακολούθησε ο συντονιστής του παραδοτέου κατά την ανάπτυξη του παρόντος και την δημιουργία των πέντε έτοιμων προς χρήση σεναρίων Δωματίων Απόδρασης: τέσσερα δια ζώσης και ένα διαδικτυακό. Κάθε ένα από τα δεκαπέντε θέματα συνοδεύεται από τουλάχιστον τρεις μαθησιακούς στόχους, οι οποίοι λειτουργούν ως κατευθυντήριες γραμμές για τους υπεύθυνους νεολαίας ή οποιονδήποτε άλλον θέλει να χρησιμοποιήσει τα θέματα ως έμπνευση και να δημιουργήσει νέα σενάρια Δωματίων Απόδρασης. Κάθε ένα από τα σενάρια Δωματίων Απόδρασης αποτελείται από σχετικά σενάρια, γρίφους, αινίγματα και άλλες προκλήσεις, υποδείξεις, εκτυπώσιμο γραφικό υλικό και ψηφιακά εργαλεία, όπως κωδικός QR και ψηφιακά έγγραφα, σχεδιασμένα και δομημένα με αποτελεσματικό τρόπο.

Μέσω της χρήσης των σεναρίων δωματίων απόδρασης, η ομάδα έργου προσπαθεί να αντιμετωπίσει πολλά προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι νέοι, όπως η ανεργία. Οι Οργανώσεις Νεολαίας πρέπει να έχουν πρόσβαση σε σχετική κατάρτιση που σχετίζεται με τις ανάγκες της αγοράς εργασίας και, επιπλέον, να δημιουργήσουν δεσμούς με επιχειρήσεις, ώστε να είναι σε θέση να βρουν αποτελεσματικούς δρόμους προς την απασχόληση. Οι γεωργικές επιχειρήσεις αυξάνονται με ταχείς ρυθμούς και η ανάπτυξή τους είναι ένας από τους τρόπους για την επίτευξη των στόχων αυτού του Παραδοτέου. Με τον τρόπο αυτό, οι νέοι θα αποκτήσουν άμεση πρόσβαση στην αγορά εργασίας και, ταυτόχρονα, θα προωθηθεί η ανάπτυξή τους. Επιπλέον, το πρόβλημα της αυξανόμενης ανεργίας μεταξύ των νέων Ευρωπαίων μπορεί να επιλυθεί μέσω της προώθησης της γεωργίας ως μορφή απασχόλησης στους νέους και μπορεί επίσης να συμβάλει στους στόχους της βιώσιμης ανάπτυξης. Για το λόγο αυτό, η κοινοπραξία προσπαθεί να προωθήσει τη γεωργική επιχειρηματικότητα με διασκεδαστικό τρόπο προς τους νέους.

Όπως αναφέρθηκε στην εισαγωγή, αυτός ο εκπαιδευτικός οδηγός στοχεύει να αποτελέσει εναλλακτική πρόταση ως προς το υφιστάμενο εκπαιδευτικό υλικό που χρησιμοποιούν οι οργανώσεις νεολαίας και τα κέντρα νεολαίας που παρέχουν κατάρτιση σε ομάδες που αντιμετωπίζουν διάφορους τύπους μαθησιακών διαταραχών ή άλλες ευάλωτες ομάδες. Τέτοιες ομάδες είναι μακροχρόνια άνεργοι, ΝΕΕΤs ή περιθωριοποιημένες ομάδες που έχουν κατά καιρούς αντιμετωπίσει καταστάσεις και ζητήματα κοινωνικού αποκλεισμού. Επιπλέον, οι οργανισμοί που ασχολούνται με την παροχή τυπικής και μη τυπικής κατάρτισης σε διάφορες πτυχές της επιχειρηματικότητας που απευθύνονται στους νέους - αλλά πιο συγκεκριμένα στην αγροτική επιχειρηματικότητα - θα επωφεληθούν από τα αποτελέσματα αυτού του Παραδοτέου.



## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

### Από τον CIP:

- Agrotourism. *Wine Routes - A journey into the magnificent inland landscape along with the pleasure of locally produced wines*. Accessed in February 2021.  
<https://www.agrotourism.com.cy/discover-wine-routes,52.en>
- Bevan, W. (1919). *Notes on Agriculture in Cyprus and its Products*.  
<http://www.hellenicaworld.com/Cyprus/Literature/WilliamBevan/en/NotesOnAgricultureInCyprus.html>
- Casa Todd, J., (2019). “Critical thinking and problem-solving: Escape Room”. Jennifer Casa Todd Blog. Available online:  
<https://icasatodd.com/resources-andclassroomideas/classroom-ideas/critical-thinking-problem-solving-escape-room/>
- Choulou Village Website. *Home – Welcome to Choulou Village*. Accessed in February 2021.  
<https://choulouvillage.com/>
- Cyprus Profile. (2020). *Fostering Sustainable Farming*. Accessed in February 2021.  
<https://www.cyprusprofile.com/sectors/agriculture-and-food>
- Cyprus Profile. (2020). *The New Age of Tourism*. Accessed in February 2021.  
<https://www.cyprusprofile.com/sectors/tourism>
- Department of Forest. *Fauna of Cyprus*. Accessed in February 2021.  
[http://www.moa.gov.cy/moa/fd/fd.nsf/fd66\\_en/fd66\\_en?OpenDocument](http://www.moa.gov.cy/moa/fd/fd.nsf/fd66_en/fd66_en?OpenDocument)
- Deputy Ministry of Tourism. *Κύπρος, Δρόμοι του Κρασιού [Cyprus, Wine Routes]*. Accessed in February 2021  
[http://www.tourism.gov.cy/tourism/tourism.nsf/All/F646BE30F6B2414AC22584960048B709/\\$file/KYpros\\_Dromoi\\_Krasiou\\_18\\_6\\_2013.pdf?OpenElement](http://www.tourism.gov.cy/tourism/tourism.nsf/All/F646BE30F6B2414AC22584960048B709/$file/KYpros_Dromoi_Krasiou_18_6_2013.pdf?OpenElement)
- EU Cheese Please. *Production Process of Halloumi*. Accessed in February 2021.  
[http://digital-in.info/cheese/index.php?option=com\\_content&view=article&id=79%3Aproduction-process-of-halloumi&catid=39%3Aprocess&Itemid=89&lang=en](http://digital-in.info/cheese/index.php?option=com_content&view=article&id=79%3Aproduction-process-of-halloumi&catid=39%3Aprocess&Itemid=89&lang=en)
- Food and Agriculture Organisation of the United Nations. (1996). *Cyprus: Country Report To The International Conference And Programme On Plant Genetic Resource*. Leipzig. Prepared by Athena Della.  
<http://www.fao.org/fileadmin/templates/agphome/documents/PGR/SoW1/east/CYPRUS.pdf>
- Garanti, Z. (2016). *Marketing Halloumi Cheese: A comparative Study*.
- in-cyprus, Philelefteros (2020). *Cyprus wines: from ancient time to nowadays*. Accessed in February 2021.  
<https://in-cyprus.philenews.com/cyprus-wines-from-ancient-times-to-nowadays/>
- Kakopetria Village Website. *Home – Welcome to Kakopetria Village*. Accessed in February 2021. <https://www.kakopetriavillage.com/>
- Livin’ Cyprus. (2020). *Aperanti Agrotourism, Cyprus*. Accessed in February 2021.  
[https://livincyprus.com/aperanti-agrotourism-cyprus/?fbclid=IwAR36gd2ykGzkhSTfa\\_w18VJ2uU4RXPctYEFWBfE6qoqSW\\_uZCXLCMybc\\_zU](https://livincyprus.com/aperanti-agrotourism-cyprus/?fbclid=IwAR36gd2ykGzkhSTfa_w18VJ2uU4RXPctYEFWBfE6qoqSW_uZCXLCMybc_zU)
- Ministry of Agriculture, Natural Resources and Environment of Cyprus. *Διάθεση πιστοποιημένων σπόρων σιτηρών του Σποροπαραγωγικού Κέντρου [Disposal of certified cereal seeds of the Seed Production Centre]*. Accessed in February 2021
- Mission Tradition. (2019). *Our visit to the Rose Festival in Agros [Video]*. YouTube.  
<https://www.youtube.com/watch?v=taRKYvU8sHI>



- Nicholson, S., (2015). “Peeking behind a locked door: A survey of Escape Room Facilities”. White Paper available at <http://scottnicholson.com/pubs/erfacwhite.pdf>
- Omodos Village Website. *Home – Welcome to Omodos Village*. Accessed in February 2021. <https://omodosvillage.com/>
- Panagia Village Website. *Home – Welcome to Panagia Village*. Accessed in February 2021. <https://panagiavillage.net/>
- Pano Lefkara Village Website. *Home - Welcome to Pano Lefkara Village*. Accessed in February 2021. <https://www.lefkaravillage.com/>
- Platres Village Website. *Home – Welcome to Platres Village*. Accessed in February 2021. <https://platresvillage.com/>
- Statista, 2020. *Number of enterprises in the manufacture of wine from grape industry in Cyprus from 2008 to 2017*. Accessed in February 2021. <https://www.statista.com/statistics/368243/number-of-enterprises-in-the-manufacture-of-wine-from-grapes-in-cyprus/>
- SVT Nyheter (2019). *WWF: “Halloumi kan vara sämre än kött”* [WWF: “Halloumi can be worse than meat”]. Accessed in February 2021. <https://www.svt.se/nyheter/inrikes/wwf-halloumi-kan-vara-samre-for-miljon-an-kott-1>
- Tilasto. *Cyprus: Wheat, production quantity*. Accessed in February 2021. <https://www.tilasto.com/en/topic/geography-and-agriculture/crop/wheat/wheat-production-quantity/cyprus>
- The Rose Factory Website. *70 years of roses*. Accessed in February 2021. <https://venus.mondgroup.org/70-years-of-roses/>
- Visit Cyprus. *Agros Village*. Accessed in February 2021. <https://www.visitcyprus.com/index.php/en/discovercyprus/villages/item/436-agros-village>
- Visit Cyprus. *Climate & Weather*. Accessed in February 2021. <https://www.visitcyprus.com/index.php/en/practical-information/climate-weather>
- Visit Cyprus. *Commandaria*. Accessed in February 2021. <https://www.visitcyprus.com/index.php/en/discovercyprus/food-drink/local-drinks1/item/384-commandaria>
- Visit Cyprus. *Diarizos Valley Wine Route*. Accessed in February 2021. <https://www.visitcyprus.com/index.php/en/discovercyprus/rural/wine-routes/item/665-diarizos-valley-wine-route>
- Vrontis, D., & Paliwoda, S. J. (2008). Branding and the Cyprus wine industry. *Journal of Brand Management*, 16(3), 145–159. <https://doi.org/10.1057/bm.2008.1>

#### Από την Challedu:

- Barley Rusks (Dakos). EatingWell. Retrieved 12 May 2021, from <https://www.eatingwell.com/recipe/278560/barley-rusks-dakos/>
- KRITIS, A. Η ιστορία του κρητικού παξιμαδιού | Αγώνας της Κρήτης. Αγώνας της Κρήτης. Retrieved 12 May 2021, from <http://agonaskritis.gr/%CE%B7-%CE%B9%CF%83%CF%84%CE%BF%CF%81%CE%AF%CE%B1-%CF%84%CE%BF%CF%85-%CE%BA%CF%81%CE%B7%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CF%8D-%CF%80%CE%B1%CE%BE%CE%B9%CE%BC%CE%B1%CE%B4%CE%B9%CE%BF%CF%8D/>
- Mati, M. Cretan barley rusks (Dakos - Ντάκος) Me To Mati. Me To Mati. Retrieved 12 May 2021, from





- <https://www.metomati.com/cretan-barley-rusks-dakos-%CE%BD%CF%84%CE%AC%CE%BA%CE%BF%CF%82/>
- Sideratos, M. ΤΟ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ΚΡΗΤΙΚΟ ΠΑΞΙΜΑΔΙ – Cretan Land. Cretanland.com. Retrieved 12 May 2021, from <http://cretanland.com/%cf%84%ce%bf-%cf%80%ce%b1%cf%81%ce%b1%ce%b4%ce%bf%cf%83%ce%b9%ce%b1%ce%ba%ce%bf-%ce%ba%cf%81%ce%b7%cf%84%ce%b9%ce%ba%ce%bf-%cf%80%ce%b1%ce%be%ce%b9%ce%bc%ce%b1%ce%b4%ce%b9/?lang=el>
  - Γεωγραφία Κρήτης. aerologio.gr. Retrieved 12 May 2021, from <https://www.aerologio.gr/%CE%B3%CE%B5%CF%89%CE%B3%CF%81%CE%B1%CF%86%CE%B9%CE%B1-%CE%BA%CF%81%CE%B7%CF%84%CE%B7%CF%82/>
  - Κρητικό παξιμάδι. Cretagastronomy.gr. Retrieved 12 May 2021, from <https://cretagastronomy.gr/cretan-rusk/>
  - Κρητικό παξιμάδι (ντάκος και κουλούρα): Βγαλμένο απ' την παράδοση | SYN.KA Super markets. Synka-sm.gr. Retrieved 12 May 2021, from <https://www.synka-sm.gr/%CE%BA%CF%81%CE%B7%CF%84%CE%B9%CE%BA%CF%8C-%CF%80%CE%B1%CE%BE%CE%B9%CE%BC%CE%AC%CE%B4%CE%B9-%CE%BD%CF%84%CE%AC%CE%BA%CE%BF%CF%82-%CE%BA%CE%B1%CE%B9-%CE%BA%CE%BF%CF%85%CE%BB%CE%BF%CF%8D%CF%81%CE%B1/>
  - Τα κρητικά παξιμάδια - η ιστορία και οι τύποι τους. Retrieved 12 May 2021, from <https://www.cretans.gr/2019/11/03/ta-kritika-paksimadia-istoria-kai-oi-typoi-tous/>
  - Το κρητικό παξιμάδι. Cretablog. Retrieved 12 May 2021, from <https://cretablog.gr/%CF%84%CE%BF-%CE%BA%CF%81%CE%B7%CF%84%CE%B9%CE%BA%CF%8C-%CF%80%CE%B1%CE%BE%CE%B9%CE%BC%CE%AC%CE%B4%CE%B9/>
  - 2006. *Greek Food called Koukouvagia*. [image] Available at: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koukouvagia.jpg?uselang=el> [Accessed 18 May 2021]

#### Από τους Dramblys:

- Agriculture and Rural Development. (2020). Producing 69% of the world's production, the EU is the largest. European Commission. [https://ec.europa.eu/info/news/producing-69-worlds-production-eu-largest-producer-olive-oil-2020-feb-04\\_en](https://ec.europa.eu/info/news/producing-69-worlds-production-eu-largest-producer-olive-oil-2020-feb-04_en)
- AgroCLM. (2019). Aumentan exportaciones queso manchego en 2018 en medio millón de kilos. <https://www.agroclm.com/2019/04/02/aumentan-las-exportaciones-queso-manchego-2018-medio-millon-kilos/>
- Barba, C. (2020). Los campos de la Mancha se tiñen de morado azafrán. RTVE.es. <https://www.rtve.es/noticias/20201109/campos-mancha-tinen-morado-azafran/2054461.shtml>
- Carrillo, A. M. (2019). El Queso Manchego, más vendido en el extranjero que en España. Cadena SER. [https://cadenaser.com/emisora/2019/04/02/ser\\_ciudad\\_real/1554203477\\_864568.html](https://cadenaser.com/emisora/2019/04/02/ser_ciudad_real/1554203477_864568.html)
- Directo del olivar. (2021). Los tipos de aceite de oliva. <https://www.directodelolivar.com/tipos-de-aceite-de-oliva/>
- DO Azafrán de la Mancha. (n.d.). Denominación de Origen Protegida “Azafrán de La Mancha” <https://doazafrandelamancha.com/es/#/mapaDOPAzafran>



- El Diario. (2019). Desciende ligeramente la producción de queso manchego mientras suben las exportaciones.  
[https://www.eldiario.es/castilla-la-mancha/agroalimentaria/desciende-ligeramente-produccion-manchego-exportaciones\\_1\\_1617264.html](https://www.eldiario.es/castilla-la-mancha/agroalimentaria/desciende-ligeramente-produccion-manchego-exportaciones_1_1617264.html)
- El Español. (2020). Estos son los 6 tipos de aceite de oliva que existen: del más saludable al peor.  
[https://www.elespanol.com/ciencia/nutricion/20200925/tipos-aceite-oliva-existen-saludable-peor/522727727\\_3.html](https://www.elespanol.com/ciencia/nutricion/20200925/tipos-aceite-oliva-existen-saludable-peor/522727727_3.html)
- Es Queso. (2018). Quesos de la Mancha, mucho más que molinos y curados.  
<https://esqueso.es/quesos-de-la-mancha-mucho-mas-que-molinos-y-curados>
- Espinosa, R. P. (2015). Azafrán: la especia preferida por faraones y reyes que fortalece el corazón. ABC.  
<https://www.abc.es/espana/la-rica-espana/20150331/abci-azafran-castilla-mancha-aragon-201503261046.html>
- European Commission. (n.d.). Quality schemes explained.  
[https://ec.europa.eu/info/food-farming-fisheries/food-safety-and-quality/certification/quality-labels/quality-schemes-explained\\_en](https://ec.europa.eu/info/food-farming-fisheries/food-safety-and-quality/certification/quality-labels/quality-schemes-explained_en)
- Fuchs, L. (2021). Todo sobre el azafrán, la fragante especia más cara del mundo: propiedades y usos en la cocina más allá de la paella. Directo al Paladar.  
<https://www.directoalpaladar.com/ingredientes-y-alimentos/todo-azafran-fragante-especia-cara-mundo-propiedades-usos-cocina-alla-paella>
- Hernández, H. (2020). Queso manchego, un placer con Denominación de Origen. Bon Viveur.  
<https://www.bonviveur.es/gastroteca/queso-manchego-un-placer-con-denominacion-de-origen>
- ICEX. (2021). Spanish Olive Oil: olive varieties, production, export companies, production areas, protected designations of origin, olive oil from Spain. Foods and Wines from Spain.  
<https://www.foodswinesfromspain.com/spanishfoodwine/global/food/products/subproducts/PRG2017729366.html>
- L'alforjeta. (2018). Cultivo del azafrán en España: descubre todos sus secretos.  
<https://lalforjeta.com/cultivo-del-azafran/>
- Laserna, S. (2013). Azafrán. AgroEs.  
<https://www.agroes.es/cultivos-agricultura/cultivos-huerta-horticultura/azafran/620-produccion-de-azafran-en-espana>
- Pakus. (2019). ¿De qué hablamos cuando hablamos de queso manchego? Todas las claves para distinguirlo. Directo al Paladar.  
<https://www.directoalpaladar.com/ingredientes-y-alimentos/que-hablamos-cuando-hablamos-queso-manchego-todas-claves-para-distinguirlo>
- Patiño, M. Á. (2019). El azafrán de La Mancha quiere batir otro récord. EXPANSION.  
<https://www.expansion.com/sociedad/2019/11/08/5dc52c0be5fdea441e8b45d6.html>
- Pinto, J. A., & Martínez, J. R. (2005). El aceite de oliva y la dieta mediterránea. NUEVA IMPRENTA, S.A.  
[http://rafael.delrosal.com/sites/default/files/field/files/el\\_aceite\\_de\\_oliva\\_y\\_la\\_dieta\\_mediterranea.pdf#page=9](http://rafael.delrosal.com/sites/default/files/field/files/el_aceite_de_oliva_y_la_dieta_mediterranea.pdf#page=9)
- Probelte. (2020). La siembra del azafrán paso a paso.  
<https://www.probelte.es/noticia/es/la-siembra-del-azafran-paso-a-paso/152>
- Quesos Manchegos. (2021). El Queso Manchego. Todo que necesitas saber sobre este queso.  
<https://www.quesosmanchegos.com/quesomanchegox.htm>



- Salas, D. (2019). Azafrán: “El español es el mejor del mundo y alcanza 2.500 €/kg.” El Español.  
[https://www.lespanol.com/cocinillas/actualidad-gastronomica/20190410/azafran-espanol-mejor-mundo-alcanza-eurkg/389961342\\_0.html](https://www.lespanol.com/cocinillas/actualidad-gastronomica/20190410/azafran-espanol-mejor-mundo-alcanza-eurkg/389961342_0.html)
- Román, M. A. (2011). Breve historia del aceite de oliva (II). Libro de Notas.  
<https://librodenotas.com/encasadeluculo/21564/breve-historia-del-aceite-de-oliva-ii>
- VelSid. (2013). Cantidad de aceite de oliva virgen extra recomendada en una dieta equilibrada. Gastronomía & Cía.  
<https://gastronomiaycia.republica.com/2013/10/15/cantidad-de-aceite-de-oliva-virgen-extra-recomendada-en-una-dieta-equilibrada/>

#### Από το PFA:

- Frankiewicz L.C., Permakultura-Projekty,  
[https://permakultura-projekty.pl/uprawy+permakulturowe+konsultant+permakultury?anchorElement=group\\_7&scrollMargin=70](https://permakultura-projekty.pl/uprawy+permakulturowe+konsultant+permakultury?anchorElement=group_7&scrollMargin=70) access: 20.04.2021
- Groniowska Z. , Sery od kozy, Ouichef, <https://ouichef.pl/artykuly/224930,sery-od-kozy>  
access: 14.04.2021
- Refal, Tysiące lat historii jabłka,  
<https://www.refal.eu/warto-wiedziec/tysiace-lat-historii-jablka> access: 14.04.2021
- Kobieta w sadzie, Skąd się biorą jabłka? Poznaj sekrety sadowników,  
<https://kobietawsadzie.pl/skad-sie-biora-polskie-jablka-poznaj-sekrety-sadownikow/> access:  
14.04.2021
- Chavroux, Ser kozi – uniwersalny dodatek do dań,  
<https://chavroux.pl/ser-kozi-uniwersalny-dodatek-dan/> access: 14.04.2021
- Koopermatywy, Ogrody permakultury, <https://www.koopermatywy.pl/> access 14.04.2021
- AGRO-PHERMA-LAB, Co to jest permakultura,  
<http://agroekologia.edu.pl/co-to-jest-permakultura/> access: 14.04.2021
- Szot E., Ilu w Polsce jest rolników?, PPR,  
<https://www.ppr.pl/wiadomosci/ilu-w-polsce-jest-rolnikow> access: 14.04.2021