

DIGITĀLAIS KURSS AR MĀCĪBU MATERIĀLIEM
UN RĪKIEM PIEAUGUŠO IZGLĪTOTĀJIEM

MĀCĪBU LĪDZEKĻU CEĻVEDIS PIEAUGUŠO IZGLĪTOTĀJIEM BEZATLIKUMU KULINĀRIJAS MĀKSLĀ

NO LEFTOVER NORDIC/BALTIC CULINARY ARTS:
ZIEMEĻVALSTU / BALTIJAS VALSTU BEZATLIKUMU
KULINĀRIJAS MĀKSLA: DIGITĀLAIS KURSS AR MĀCĪBU
MATERIĀLIEM UN RĪKIEM PIEAUGUŠO IZGLĪTOTĀJIEM



MĀCĪBU LĪDZEKĻU CEĻVEDIS PIEAUGUŠO IZGLĪTOTĀJIEM BEZATLIKUMU (NO LEFTOVER) KULINĀRIJAS MĀKSLĀ

Anotācija

Mācību līdzekļu ceļvedis pieaugušo izglītotājiem Ziemeļvalstu/Baltijas valstu, tostarp Dānijas, Igaunijas, Islandes, Latvijas un Lietuvas, BEZATLIKUMU kulinārijas mākslā, fokusējoties uz “vietējo produktu izmantošanu” un saikni ar ilgtspējību.

Ziemeļvalstu/Baltijas valstu vērtība: Ziemeļvalstu un Baltijas valstu virtuvei ir ļoti sena interesanta vēsture, tradīcijas, receptes, metodes. Mūsdienās kulinārijas māksla ietver senas tradīcijas, ilgtspējības aspektus, piemēram, kultūras mantojuma saglabāšanu un vietējo produktu izmantošanu, moderno tehnoloģiju integrāciju, inovācijas un digitalizāciju, novēršot un samazinot atkritumu daudzumu. Pieaugušo izglītības programmu ietvaros esam iecerējuši nostiprināt bezatlikuma patēriņa (NO LEFTOVER) ideoloģiju ne tikai mājsaimniecības un amatieru līmenī, bet arī profesionālajā līmenī. Projekta partneri detalizētā, radošā, informatīvā un iedvesmojošā veidā demonstrēs pieejas, kā integrēt klasisko un moderno tradicionālo Ziemeļvalstu un Baltijas valstu kulinārijas mākslu ar bezatlikuma patēriņa meistarību visos kulinārijas mākslas līmeņos.



Atsauce: O. Zvereva u.c. (2024). Mācību līdzekļu ceļvedis pieaugušo izglītotājiem BEZATLIKUMU kulinārijas mākslā. Ziemeļvalstu un Baltijas valstu BEZATLIKUMU kulinārijas māksla: digitālais kurss ar mācību materiāliem un rīkiem pieaugušo izglītotājiem. Projekta ID: NPAD-2022/10049.

ISBN kods: 978-9934-643-03-3

Website: www.no-leftover-nordic-baltic-culinary-arts.com

HOTEL SCHOOL
VIESNĪCU BEZNEŠA KOLEDŽA

com&train
Start for contemporary media

Sfs

Mitra

**100% BEZATLIKUMA
PATĒRIŅŠ**

Foto:
Avenes, Canva, autors
Carlo_Nogaroto no pixabay



Satura rādītājs

1. Projekta apraksts, projekta mērķis un uzdevumi
2. Projekta partneru apraksts
3. Ievads
4. Rokasgrāmatas mērķis un uzdevumi
5. Rokasgrāmatas mērķauditorijas apraksts un mācību rezultāti, sagaidāmie rezultāti pēc rokasgrāmatas izlasīšanas
6. Mācību līdzekļu apskats ar aprakstu pieaugušo izglītotājiem attiecībā uz bezatlikuma patēriņa filozofiju (NO LEFTOVER) Ziemeļvalstu/Baltijas valstu kulinārijas mākslā.
7. Noderīgu lietotņu un vietņu apskats ilgtspējīgas kulinārijas mākslas mācīšanai un apguvei, ar saitēm un aprakstiem.
8. Pārskats par noderīgām mācību lietotnēm

Kopsavilkums

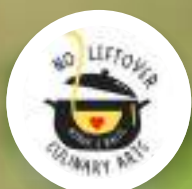
Secinājums

Izmantoto avotu saraksts

Saites uz noderīgiem resursiem

Autori, darba radītāji

100% BEZATLIKUMA PATĒRIŅŠ



Projekta apraksts

"Projekta "Ziemeļvalstu un Baltijas valstu BEZATLIKUMU kulinārijas māksla: digitālais kurss ar mācību materiāliem un rīkiem pieaugušo izglītotājiem" Nr. NPAD-2022/10049 mērķis ir uzlabot pieaugušo izglītotāju mācības metodes kulinārijas mākslas jomā, uzsverot Ziemeļvalstu un Baltijas valstu tradicionālās un mūsdienu virtuves aspektus ar bezatlikuma patēriņa (NO LEFTOVER) pieeju dažādos posmos, tostarp sastāvdaļu un porciju plānošanā, ēdienu gatavošanā, pasniegšanā, pārdošanā, mārketinga aktivitāšu īstenošanā, virtuves koncepciju izstrādē, saprātīgu risinājumu meklēšana pārpalikumu izmantošanai, pēdējā posma atkritumu atbildīga apstrāde.

Ziemeļvalstu/Baltijas valstu pievienotā vērtība

Kulinārijas mākslai, jo īpaši Ziemeļvalstu un Baltijas valstu virtuvei ir ļoti sena un interesanta vēsture, tradīcijas, receptes, metodes. Mūsdienu kulinārijas māksla ietver gan šīs vecās tradīcijas, gan ilgtspējības aspektus, piemēram, kultūras mantojuma saglabāšanu un vietējo produktu izmantošanu, mūsdienu un tradicionālo pieeju integrāciju pārtikas produktu konservēšanai, kā arī bezatlikuma patēriņa pieeju, inovācijas un digitalizāciju.

Projekta ID: NPAD-2022/10049

100% BEZATLIKUMA PATĒRIŅŠ

Projekta partneri

VALSTS	PARTNERA NOSAUKUMS	TĪMEKĻA VIETNE
LATVIJA	"HOTEL SCHOOL" Viesnīcu biznesa koledža	www.hotelschool.lv
LIETUVA	Vilniaus kolegija	www.viko.lt
IGAUNIJA	MITRA	www.mitra.ee
ISLANDE	STEP BY STEP CONSULTING	www.sfsradgjof.is
DĀNIJA	Com&Train	www.comtrain.dk

Projekta ID: NPAD-2022/10049
100% BEZATLIKUMA PATĒRIŅŠ

HOTEL SCHOOL
VIESNĪCU BIZNESĀ KOLEDŽA

com&train
Start din kompartnerskisse med os

Sfs

Viko
VILNIAUS
KOLEGIJA

Mitra



Foto:
Baltijas jūras skats,
monika1607 no pixabay

levads

Projekta NPAD-2022/10049 attīstības rezultātā ir izveidots jauns mācību kurss "Digitālais kurss pieaugušo izglītotājiem par bezatlikuma patēriņu (NO LEFTOVER) Ziemeļvalstu un Baltijas valstu kulinārijas mākslas jomā", tostarp ir izstrādāts kursa saturs un moduļu komplektācija, digitālā formāta izvēle, izmantojamās metodes un materiāli.

Mērķis ir uzlabot pieaugušo piekļuvi mācībām, pieaugušo mācīšanas metodes un izglītības kvalitāti, un apmierināt jaunas vai mainīgas vajadzības, mainoties viesmīlības nozares piedāvājumu specifikai, ņemot vērā kulinārijas mākslas daudzveidību un dažādošanas pieejas, tūrisma nozares tendences attiecībā uz jauno pieredzi un garšām, mūsdienu sabiedrības vajadzības pēc tehniskajiem un digitālajiem uzlabojumiem un pārveidojumiem, liekot uzsvaru uz ilgtspējīgu attīstību ar mērķi saglabāt tradīcijas un kultūras mantojumu, kā arī globālos un nacionālos resursus, patērējot atbildīgi un izmantojot vietējos produktus un citus resursus. Kurša izstrāde atbalsta apmācības iespēju attīstību skolotājiem, mentoriem un citiem pedagogiem, kas veic pieaugušo izglītību projektu koordinātoriem, partneriem un citām organizācijām un privātuzņēmumiem, sabiedriskajām organizācijām, jo kurss būs optimizēts dažādām pieaugušo izglītotāju kategorijām.

Ziemeļvalstu/Baltijas valstu pievienotā vērtība
Projekta ID: NPAD-2022/10049

Projekta ID: NPAD-2022/10049

HOTEL SCHOOL

VIESNĪCU BIZNESĀ KOLEDŽA

com&train 
Starti tie komandierniecības māc. os

Sfs
Adult
Education
Iceland

Vik
VILNIAUS
KOLEGIJA

Mitra



Foto:
Plūmes, KenanOlgun
no Getty Images
Signature Canva

**100% BEZATLIKUMA
PATĒRIŅŠ**

Rokasgrāmatas mērķis un uzdevumi

Ziemeļvalstu un Baltijas valstu virtuvei ir ļoti sena interesanta vēsture, tradīcijas, receptes, metodes. Mūsdienu kulinārijas māksla ietver senas tradīcijas, ilgtspējības aspektus, piemēram, kultūras mantojuma saglabāšanu un vietējo produktu izmantošanu, moderno tehnoloģiju integrāciju, inovācijas un digitalizāciju, novēršot un samazinot atkritumus. Pieaugušo izglītības programmu ietvaros esam iecerējuši nostiprināt bezatlikuma patēriņa ideoloģiju ne tikai mājsaimniecību un amatieru līmenī, bet arī profesionālajā vidē. Projekta partneri detalizētā, radošā, informatīvā un iedvesmojošā veidā demonstrēs pieejas, kā integrēt klasisko un moderno tradicionālo Ziemeļvalstu un Baltijas valstu kulinārijas mākslu ar bezatlikuma patēriņa meistarību visos kulinārijas mākslas līmeņos. Pieci projekta rezultāti, kas veido kursu, kalpos kā pievilcīgi materiāli, rīki, kas palīdzēs pieaugušo izglītotājiem paaugstināt pieaugušo izglītojamo ārējo un iekšējo motivāciju, piemērojot bezatlikuma patēriņa principus kulinārijas mākslas jomā.

100% BEZATLIKUMA PATĒRIŅŠ

**Ziemeļvalstu/Baltijas valstu
pievienotā vērtība**

Projekta ID: NPAD-2022/10049



Rokasgrāmatas mērķauditorijas apraksts un mācību rezultāti, sagaidāmie rezultāti pēc rokasgrāmatas izlasīšanas

Pieaugušo izglītotāju prioritārā mērķauditorijas grupa ir pieaugušo izglītotāji, kas strādā ar kulinārijas mākslas programmām profesionālā un amatieru līmenī.

·Papildus, sekundārā mērķa grupa ir pieaugušo izglītotāji, kas strādā ar pieaugušajiem sociālo programmu ietvaros, brīvā laika pavadīšanas aktivitātēs, uzņēmējdarbības mācību un individuālo treniņu (koučinga) ietvaros, mūžizglītības darbnīcās, semināros, tīklošanās pasākumos, kuros iestrādātas kulinārijas mākslas aktivitātes, pasākumi ar ēdienu pasniegšanu.

·Formālās, neformālās un/vai ikdienējās pieaugušo izglītības jomā;

·Gan vispārējā, gan profesionālajā izglītībā;

100% BEZATLIKUMA PATĒRIŅŠ

**Ziemeļvalstu/Baltijas valstu
pievienotā vērtība**

Projekta ID: NPAD-2022/10049



MĀCĪBU LĪDZEKĻI

Mācību rīki pieaugušo izglītotājiem, kas vērsti uz bezatlikuma patēriņa filozofiju (NO LEFTOVER) Ziemeļvalstu/Baltijas valstu kulinārijas mākslā.

Šie resursi ir sadalīti kategorijās: izglītības platformas, recepšu vietnes, uz ilgtspējību vērstie rīki, pārtikas atkritumu apsaimniekošanas risinājumi, ēdienu gatavošanas resursi, izmantojot nulles atkritumu (Zero Waste) principus, un citi.





MĀCĪBU LĪDZEKĻI



IZGLĪTĪBAS PLATFORMAS



RECEPŠU VIETNES



UZ ILGTSPĒJĪBU VĒRSTIE RĪKI



**PĀRTIKAS ATKRITUMU APSAIMNIEKOŠANAS
RISINĀJUMI**



**ĒDIENU GATAVOŠANAS RESURSI
PĒC NULLES ATKRITUMU PRINCIPA**



**IZGLĪTOŠANA PAR UZTURU UN PĀRTIKAS
APZINĀTĪBA**



**PĀRTIKAS ATKRITUMU APSAIMNIEKOŠANAS
RĪKI**



**ĒDIENU GATAVOŠANAS UN KULINĀRIJAS
PRASMES**

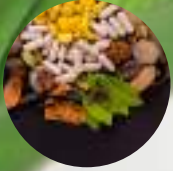


**PĀRTIKAS POLITIKA UN INTEREŠU
AIZSTĀVĪBA PĀRTIKAS JOMĀ**

MĀCĪBU LĪDZEKĻI



“NO SAIMNIECĪBAS LĪDZ GALDAM”



ĒTIKA PĀRTIKAS NOZARĒ



URBĀNĀ LAUKSAIMNIECĪBA UN DĀRZKOPIĒBA



MĀCĪBU VADĪBAS SISTĒMAS (LMS)



SADARBĪBA UN KOMUNIKĀCIJA



SATURA IZVEIDE UN PREZENTĀCIJA



**NOVĒRTĒŠANA, JAUTĀJUMU UN ATBILŽU
SPĒLES**



LASĪŠANA UN RAKSTĪŠANA



PIEZĪMJU VEIKŠANA UN ORGANIZĒŠANA



MĀCĪBU LĪDZEKĻI



INTERAKTĪVA MĀCĪŠANĀS UN SPĒLĒŠANA



ZINĀTNES UN MATEMĀTIKAS RĪKI



LASĪŠANAS UN LASĪTPRASMES LIETOTNES



SPECIĀLIE MĀCĪBU RĪKI



SABIEDRĪBAS IESAISTE



ATBALSTA TEHNOLOĢIJAS



MĀCĪBU PROGRAMMAS IZSTRĀDE



SADARBĪBAS PROJEKTI



KONKURSI UN SERTIFIKĀCIJA



MĀCĪBU LĪDZEKĻI

ZIEMEĻVALSTU / BALTIJAS VALSTU BEZATLIKUMU KULINĀRIJAS MĀKSĻA

Ziemeļvalstu un Baltijas valstu bezatlikumu kulinārijas mākslas pamatā ir ilgtspējīgas gatavošanas prakses, kas samazina pārtikas atkritumu daudzumu. Šeit ir daži galvenie rīki, lai mācītu par šo kulinārijas pieeju. Integrējot šos rīkus mācību vidē, izglītotāji var efektīvi veicināt bezatlikuma patēriņa (NO LEFTOVER) un ēdiena gatavošanas bez atkritumiem (no-waste) principus, kā arī veicināt ilgtspējības kultūru kulinārijas mākslā.

SEMINĀRI UN NODARBĪBAS

PRAKTISKAS DARBNĪCAS

Praktiskās nodarbības, kurās dalībnieki iepazīstas ar paņēmieniem, kā izmantot visu pārtikas produktu, piemēram, visas daļas no deguna līdz astei vai no saknes līdz stublājam.

ĒDIENU GATAVOŠANAS NODARBĪBAS

Strukturēti kursi, kas māca receptes un metodes, kā radoši izmantot pārpalikumus.

MĀCĪBU PROGRAMMAS IZSTRĀDE

ILGTSPĒJĪGAŠ GATAVOŠANAS MĀCĪBU PROGRAMMA

Iekļaut nodarbības par pārtikas konservēšanu, fermentēšanu, marinēšanu un citiem paņēmieniem, kas pagarina pārtikas derīguma termiņu.

IZGLĪTĪBA PAR IETEKMI UZ VIDI

Moduļi, kas izskaidro pārtikas atkritumu samazināšanas ekoloģiskos ieguvumus.

RESURSU MATERIĀLI

PAVĀRGRĀMATAS UN CEĻVEŽI

Publikācijas, kas īpaši uzsver ēdiena gatavošanu bez atkritumiem, piedāvājot receptes un padomus.

TIEŠSAISTES APMĀCĪBAS UN VIDEO

Pieejami multimediju resursi, kas demonstrē bezatlikuma patēriņa (NO LEFTOVER) un bezatkritumu (NO-WASTE) paņēmienus.

SABIEDRĪBAS IESAISTE

PĀRTIKAS APMAIŅAS TĪKLI

Platformas, kurās kopienas var dalīties ar pārtikas pārpalikumu.

SADARBĪBA AR VIETĒJĀM SAIMNIECĪBĀM

Partnerattiecības ar vietējām saimniecībām par izbrāķētas vai pārpalikuma produkcijas izmantošanu.



MĀCĪŠANĀS RĪKI



ZIEMEĻVALSTU / BALTIJAS VALSTU BEZATLIKUMU KULINĀRIJAS MĀKSĻA

INTERAKTĪVAS MĀCĪBU PLATFORMAS

TIEŠSAISTES KURSI

E-mācību moduļi, kas aptver bezatkritumu ēdiena gatavošanas teorētiskos un praktiskos aspektus

VIRTUĀLĀS GATAVOŠANAS NODARBĪBAS

Tiešraides vai ierakstītas nodarbības, kas ļauj izglītojamajiem sekot līdzi no mājām.

MOBILĀS LIETOTNES

RECEPŠU LIETOTNES

Lietotnes, kas piedāvā receptes, kuru pamatā ir atlikušās sastāvdaļas.

AŅKRTUMU IZSEKOŠANAS LIETOTNES

Rīki, kas palīdz izsekot un samazināt personīgo pārtikas atkritumu daudzumu.

PRAKTISKIE VINGRINĀJUMI

KULINĀRIJAS IZAICINĀJUMI

Mudiniet izglītojamajos gatavot maltītes, izmantojot tikai to, kas ir pieejams viņu pieliekamajā vai ledusskapī.

ATKRITUMU AUDITS

Aktivitātes, kurās izglītojamajie analizē savus pārtikas atkritumus un atrod veidus, kā tos samazināt.

SADARBĪBAS PROJEKTI

GRUPU KULINĀRIJAS PASĀKUMI

Pasākumi, kur dalībnieki kopā gatavo ēdienus, izmantojot pieejamās sastāvdaļas, veicinot komandas darbu un radošu problēmu risināšanu.

KOPIENAS VIRTUVES

Telpas, kur cilvēki var sanākt kopā, lai mācītos un praktizētu ilgtspējīgu ēdiena gatavošanu.

EKSKURSIJAS UN IEDZIĻINĀŠANĀS PIEREDZE

SAIMNIECĪBAS APMEKLĒJUMI

Ekskursijas pa vietējām saimniecībām, lai izprastu pārtikas ceļu no saimniecības līdz galdam.

TIRGUS TŪRES

Vietējo tirgu apmeklējumi, lai uzzinātu par sezonas produktu izvēli un izmantošanu.



ATBALSTA TEHNOĻĪJAS

ZIEMEĻVALSTU / BALTIJAS VALSTU BEZATLIKUMU KULINĀRIJAS MĀKSLA

FERMENTĀCIJAS KOMPLEKTI



Rīki un komplekti, kas ļauj izglītojamajiem praktizēt fermentāciju mājās apstākļos.

KOMPOSTĒŠANAS SISTĒMAS



Vienkāršas sistēmas pārtikas atlieku pārvēršanai kompostā.

PĀRTIKAS DEHIDRATORI



Aprīkojums pārtikas pārpalikumu konservēšanai ar dehidrāciju.

NOVĒRTĒŠANAS UN ATGRIEZENISKĀS SAITES RIKI

PROGRESA IZSEKOŠANA:

Personīgie žurnāli: mudiniet audzēkņus dokumentēt savu ceļojumu un uzlabojumus pārtikas atkritumu samazināšanā.

Atgriezeniskās saites veidlapas: regulāra atgriezeniskā saite no mācībspēkiem, lai palīdzētu izglītojamajiem uzlabot savas metodes.

KONKURSI UN SERTIFIKĀTI:

Kulinārijas konkursi: draudzīgas sacensības, kas motivē un iedvesmo radošu ēdienu gatavošanu bez atkritumiem.

Ilgspējības sertifikāti: atzinība par ilgtspējīgas ēdienu gatavošanas metožu apguvi.



IZGLĪTĪBAS PLATFORMAS

Nordic Food Lab



Pēta pārtikas daudzveidību un ilgtspējību Ziemeļvalstu virtuvē, piedāvājot pētījumus un resursus.

<https://nordicfoodlab.org/>

Gastronomijas zinātņu universitāte



Programmas, kas fokusējas uz ilgtspējīgu kulinārijas mākslu, tostarp Ziemeļvalstu pārtikas tradīcijām (Itālija)

www.unisg.it

Roskildes universitāte



Kursi par ilgtspējīgu attīstību un pārtikas sistēmām, kas ir nozīmīgi kulinārijas izglītotājiem.

<https://ruc.dk/en>

Kopenhāgenas Pārtikas nams (København Madhus)



Piedāvā izglītību ilgtspējīgā uzturā un sabiedriskā ēdiena kvalitātes uzlabošanā.

<https://kbh-madhus.webflow.io/english/aboutus>

Aalto universitāte



Kursi un pētījumi par ilgtspējīgām kulinārijas praksēm dizaina un inovāciju jomā.

<https://www.aalto.fi/en>

Coursera



Tiešsaistes kursi no vadošajiem universitātēm par ilgtspējīgām pārtikas sistēmām un kulinārijas mākslu

<https://www.coursera.org/>

edX



Kursi par ilgtspējīgu lauksaimniecību, pārtikas ētiku un kulinārijas mākslu.

<https://www.edx.org/>

FutureLearn



Kursi par ilgtspējību, pārtikas sistēmām un kulinārijas prasmēm.

<https://www.futurelearn.com>

Skillshare



Nodarbības par kulinārijas metodēm, ilgtspējīgu ēdienu gatavošanu un pārtikas fotografēšanu.

<https://www.skillshare.com/en/>

KLIKŠĶINIET UZ SAITES, LAI APMEKLĒTU TĪMEKĻA VIETNES



RECEPŠU VIETNES

Nordic Food Living



Tradicionālas un mūsdienas receptes no Ziemeļvalstu virtuves, uzsvērt ilgtspējību un minimālu atkritumu daudzumu.

<https://nordicfoodliving.com>

Scandi kitchen



Dažādas Ziemeļvalstu receptes un raksti par ilgtspējīgu ēdienu gatavošanu.

<https://www.scandikitchen.co.uk/>

New Nordic Food Manifesto



Jauno Ziemeļvalstu virtuves principu ceļvedis, uzsvērt vietējās, sezonālās un ilgtspējīgās sastāvdaļas.

<https://www.norden.org/en/information/new-nordic-food-manifesto>

Balticsea culinary



Kulinārie maršruti Baltijas jūras valstīs

<https://www.balticsea.culinary.com/baltic-sea-cuisine>

Arctic Grub



Stāsta par Norvēģijas virtuvi, uzsvērt tradicionālās receptes un ilgtspējību.

<https://arcticgrub.com/>

BBC Good Food



Recepšu kolekcija, uzsvērt veselīgu un ilgtspējīgu uzturu.

<https://www.bbcgoodfood.com/>

Epicurious



Tūkstošiem recepšu, tostarp sadaļas par sezonālu un ilgtspējīgu ēdienu gatavošanu.

<https://www.epicurious.com/>

AllRecipes



Lietotāju piedāvātas receptes ar ilgtspējīgu un videi draudzīgu ēdienu iespējām.

<https://www.allrecipes.com/>

Food52



Kopienas izstrādātas receptes ar uzsvērt uz ilgtspējību un atbildīgu iegūti.

<https://www.food52.com/>



UZ ILGTSPĒJĪBU VĒRSTIE RĪKI

Eternity



Rīki, lai novērtētu recepšu ietekmi uz vidi un veicinātu ilgtspējīgu ēdienu gatavošanu.

<https://www.eaternity.org/>

Ilgtspējīgu restorānu asociācijas (SRA) Ziemeļvalstu ceļvedis



Restorānu ilgtspējības reitingu sistēma, tostarp Ziemeļvalstu kulinārijas prakses vadlīnijas.

<https://thesra.org/>

MatLust



Zviedrijas iniciatīva, kas atbalsta ilgtspējīgas inovācijas un attīstību pārtikas nozarē.

<https://matlust.eu/>

Local Food Nodes



Platforma, kas savieno vietējos pārtikas ražotājus ar patērētājiem, veicinot ilgtspējīgu pārtikas ieguvu.

<https://localfoodnodes.org/en>

Nordic Co-operation



Resursi un ziņojumi par ilgtspējīgām pārtikas sistēmām un politikām Ziemeļvalstu reģionā.

<https://www.norden.org/en>

Too Good To Go - Nordic/Baltic



Lietotne pārtikas izšķērdēšanas samazināšanai, ļaujot lietotājiem iegādāties pārtikas pārpalikumus no vietējiem uzņēmumiem.

<https://www.toogoodto.go.com/en-us>

OLIO - Nordic/Baltic



Pārtikas apmaiņas lietotne, kas savieno kaimiņus un vietējos uzņēmumus, lai dalītos ar pārtikas pārpalikumu un samazinātu atkritumu daudzumu.

<https://olioapp.com/en/>

Karma



Zviedrijas lietotne, kas palīdz samazināt pārtikas izšķērdēšanu, ļaujot lietotājiem iegādāties nepārdotu pārtiku no restorāniem par pazeminātām cenām.

<https://karma.life/>

Refood



Dānijas organizācija, kas īsteno pārtikas atkritumu samazināšanu caur izpratnes veicināšanas kampaņām un praktiskiem risinājumiem.

<https://www.refood.dk/>

KLIKŠĶINIET UZ SAITES, LAI APMEKLĒTU TĪMEKĻA VIETNES



BEZATKRITUMU GATAVOŠANA

Nordic Zero Waste



Resursi un semināri par bezatkritumu dzīvesveidu, tostarp ilgtspējīgu ēdienu gatavošanas praksi.

<https://www.nordiczerowaste.no/>

Real Food Media



Mācību materiāli un mediju projekti, kas uzsver ilgtspējīgu pārtiku un bezatkritumu ēdienu gatavošanu.

<https://realfoodmedia.org>

Green Kitchen Stories



Blogs ar veģetārām receptēm, liekot uzsvāru uz sezonālām un ilgtspējīgām sastāvdaļām.

<https://greenkitchenstories.com/>

The Nordic Kitchen Ethical Influencers Nordic The Zero-Waste Chef



Receptes un raksti, kuros uzsvēta bezatkritumu gatavošana un ilgtspējīgi Ziemeļvalstu produkti.

<https://thenordickitchen.com/>



Digitalā satura autoru tīkls, kas popularizē ilgtspējīgu un ētisku dzīvesveidu, tostarp padomus par bezatkritumu gatavošanu.

<https://ethicalinfluencers.co.uk/>



Receptes un padomi atkritumu samazināšanai virtuvē.

<https://zerowastechef.com/>

Wasted! The Story of Food Waste



Dokumentāla filma, kas pēta pārtikas atkritumu problēmu un to, kā tos samazināt.

https://play.google.com/store/movies/details/Wasted_The_Story_of_Food_Waste?id=kLXgXmnKVzE&hl=lv

Zero Waste Home



Norādījumi par bezatkritumu dzīvesveidu, tostarp padomi ilgtspējīgai ēdiena gatavošanai.

<https://zerowastehome.com/>

Trash is for Tossers



Praktiski padomi atkritumu samazināšanai ikdienā, arī virtuvē.

<https://www.trashisfortossers.com/>

KLIKŠĶINIET UZ SAITES, LAI APMEKLĒTU TĪMEKĻA VIETNES



ILGTSPĒJĪGAS SASTĀVDAĻAS UN GATAVOŠANA

Sezonālas pārtikas ceļvedis



Palīdz lietotājiem uzzināt, kādi produkti viņu reģionā ir sezonā, lai veicinātu sezonālu ēšanu.

<https://www.seasonalfoodguide.org/>

Ēdēja ceļvedis klimata pārmaiņu jautājumos



Izpēta pārtikas izvēles ietekmi uz klimata pārmaiņām un sniedz padomus ilgtspējīgam uzturam.

<https://foodforallnb.ca/focus/food-and-climate-change>

Pirmdiena bez gaļas



Mudina samazināt gaļas patēriņu, lai gūtu labumu veselībai un videi, izmantojot veģetāras receptes.

<https://www.mondaycampaigns.org/meatless-monday>

Love Food Hate Waste



Piedāvā padomus un receptes, kā samazināt pārtikas atkritumus mājās.

<https://www.lovefoodhatewaste.com/>

Ilgtspējīgs galds



Piedāvā resursus, lai izprastu pārtikas izvēles ietekmi uz vidi un ilgtspējību.

<https://foodprint.org/>

Ēd tik daudz



Ēdienreīzu plānošanas lietotne, kas palīdz lietotājiem izveidot veselīgu un ilgtspējīgu maltīšu plānu.

<https://www.eatthismuch.com/>

Happy Cow



Pasaules vegānu un veģetāro restorānu katalogs, kas veicina ilgtspējīgu un augu valsts uzturu.

<https://www.happycow.net/>

The Spruce Eats



Receptes un gatavošanas padomi, liekot uzsvāru uz veselīgām, sezonālām un ilgtspējīgām sastāvdaļām.

<https://www.thespruceeats.com/>

Vides darba grupa (EWG)



Padomi veselīgai ēšanai un ilgtspējīgai pārtikas izvēlei.

<https://www.ewg.org/>

KLĪKŠĶINIET UZ SAITES, LAI APMEKLĒTU TĪMEKĻA VIETNES



IZGLĪTOŠANA PAR UZTURU UN PĀRTIKAS APZINĀTĪBA

Slow Food International



Veicina vietējās pārtikas kultūras un tradīcijas ar uzsvaru uz ilgtspējību.

<https://www.slowfood.com/>

Farm to School



Programma, kas savieno skolas ar vietējām saimniecībām, lai pasniegtu veselīgu maltīti un izglītotu skolēnus par lauksaimniecību.

<https://groundworkcenter.org/farm-to-school/#:~:text=Farm%20to%20School%20financially%20supports,for%20health%2C%20environment%20and%20economy.>

FoodCorps



Organizācija, kas strādā, lai skolās nodrošinātu bērnus ar veselīgu pārtiku.

<https://foodcorps.org/>

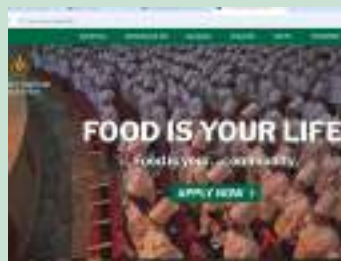
Kulinārijas izglītības institūts



Kulinārijas skola, kas piedāvā programmas ilgtspējības un kulinārijas mākslas jomā.

<https://www.ice.edu/>

Amerikas kulinārijas institūts



Piedāvā kursus un programmas, kas koncentrējas uz ilgtspējīgu pārtikas praksi.

<https://www.ciachef.edu/>

Zaļo skolu alianse



Skolu tīkls, kas veicina ilgtspējību izglītībā un darbībā.

<https://www.greenschoolsalliance.org/>

Projekts "School Garden"



Nodrošina resursus un atbalstu dārzkopības izglītības integrēšanai skolās.

<https://www.schoolgardenproject.org/>

Projekts "The Edible Schoolyard"



Veicina izglītību par ēdamajiem augiem, izmantojot skolas dārzus un virtuves.

<https://edibleschoolyard.org/>

Ilgtermiņīgās lauksaimniecības pētniecības un izglītības programma (SARE)



Piedāvā resursus un dotācijas ilgtspējīgas lauksaimniecības pētniecībai un izglītībai.

<https://www.sare.org/>



PĀRTIKAS ATKRITUMU APSAIMNIEKOŠANAS RĪKI

Feedback



Kampaņas pret pārtikas zudumiem visos pārtikas sistēmas līmeņos.

<https://feedbackglobal.org/>

FoodCloud



Savieno uzņēmumus, kuriem ir pārtikas pārpalikumi, ar labdarības organizācijām, kurām tā ir vajadzīga.

<https://food.cloud/>

Leanpath



Tehnoloģiskie risinājumi pārtikas atkritumu novēršanai komerciālajās virtuvēs.

<https://www.leanpath.com/>

ReFED



Sniedz datus un risinājumus pārtikas atkritumu samazināšanai.

<https://refed.org/>

Second Harvest



Organizācija, kas nodarbojas ar pārtikas glābšanu un tās izplatīšanu tiem, kam tā ir nepieciešama.

<https://2-harvest.org/>

Stop Wasting Food



Dāņu organizācija, kas veicina izpratni par pārtikas atkritumiem.

<https://www.stopwastingfood.org/lander>

Atkritumu un resursu rīcības programma (WRAP)



Sadarbojas ar valdībām, uzņēmumiem un kopienām, lai uzlabotu resursu efektivitāti.

<https://www.wrap.ngo/>

Food Rescue US



Ar izmantotās tehnoloģijas palīdzību savieno pārtikas ziedotājus ar pārtikas saņēmējiem.

<https://foodrescue.us/>

Dabas resursu aizsardzības padome (NRDC)



Strādā pie dažādiem vides jautājumiem, tostarp pārtikas atkritumu problēmas risināšanas.

<https://www.nrdc.org/>



ĒDIENU GATAVOŠANAS UN KULINĀRIJAS PRASMES

MasterClass



Tiešsaistes kursi ar pasauleslaveniem šefpavāriem, kas veltīti dažādām kulinārijas tehnikām.

<https://www.masterclass.com/>

America's Test Kitchen



Piedāvā receptes, gatavošanas paņēmienus un produktu apskatus.

<https://www.americastestkitchen.com/>

The Kitchn



Receptes, gatavošanas padomi un virtuves ieteikumi.

<https://www.thekitchn.com/>

Serious Eats



Receptes un raksti par ēdiena gatavošanu un gatavošanas tehnoloģijām.

<https://www.serious-eats.com/>

Tasty



Populāra recepšu vietne ar soli pa soli sniegtiem video norādījumiem.

<https://tasty.co/>

Bon Appétit



Receptes, gatavošanas padomi un ēdienu tendences.

<https://www.bonappetit.com/>

Saveur



Receptes un stāsti, kas iepazīstina ar pasaules virtuvēm.

<https://www.saveur.com/>

ChefSteps



Inovatīvas receptes un gatavošanas tehnoloģijas, izmantojot mūsdienīgas kulinārijas metodes.

<https://www.chefsteps.com/>

Cook's Illustrated



Detalizētas receptes un produktu apskati.

<https://www.cooksillustrated.com/>

KLIKŠĶINIET UZ SAITES, LAI APMEKLĒTU TĪMEKĻA VIETNES



PĀRTIKAS POLITIKA UN INTEREŠU AIZSTĀVĪBA PĀRTIKAS JOMĀ

Food Policy Alliance



Atbalsta ilgtspējīgu pārtikas politiku un praksi.

<https://foodpolicyalliance.org/>

Food Tank



Domnīca, kas veltīta ilgtspējīgas pārtikas sistēmas izveidei.

<https://foodtank.com/>

The Good Food Institute



Veicina alternatīvus augu un šūnu gaļas produktus.

<https://www.gfi.org/>

Sabiedrības interešu zinātnes centrs (CSPI)



Atbalsta uztura un pārtikas nekaitīguma politiku.

<https://www.cspinet.org/>

Ieinteresēto zinātnieku savienība (UCS)



Specializējas vides un pārtikas sistēmas problēmu zinātniskos risinājumos.

<https://www.ucsusa.org/>

Slow Food USA



Veicina vietējās pārtikas kultūras un bioloģisko daudzveidību.

<https://slowfoodusa.org/>

Nacionālā ilgtspējīgas lauksaimniecības koalīcija (NSAC)



Atbalsta politiku, kas veicina ilgtspējīgu lauksaimniecību.

<https://sustainableagriculture.net/>

Vides aizsardzības fonds (EAF)



Norādījumi par bezatkritumu dzīvesveidu, tostarp padomi videi draudzīgai ēdiena gatavošanai.

<https://www.edf.org/>

Food+Tech Connect



Ziņas un analīze par pārtikas inovācijām un tehnoloģijām.

<https://foodtechconnect.com/>

KLIKŠĶINIET UZ SAITES, LAI APMEKLĒTU TĪMEKĻA VIETNES



PAPILDU RESURSI

EatForum



Globāla platforma pārtikas sistēmas pārveidošanai tādā veidā, lai ilgtspējīgi barotu planētu.

<https://eatforum.org/>

Apvienoto Nāciju Organizācijas Pārtikas un lauksaimniecības organizācija (FAO)



Sniedz datus un resursus par globāliem pārtikas un lauksaimniecības jautājumiem.

<https://www.fao.org/home/en/>

Pasaules resursu institūts (WRI)



Pētniecības organizācija, kas specializējas pārtikā, ūdenī un vides ilgtspējībā.

<https://www.wri.org/>

Globālā alianse pārtikas nākotnei



Darbojas, lai paātrinātu pāreju uz ilgtspējīgām pārtikas sistēmām.

<https://futureoffood.org/>

Starptautiskais pārtikas politikas pētniecības institūts (IFPRI)



Nodrošina uz pētniecību balstītus politikas risinājumus, kuru mērķis ir ilgtspējīgi samazināt nabadzību un izskaust badu.

<https://www.ifpri.org/>

Pārtikas fonds



Kampaņas pārtikas politikas un prakses uzlabošanai.

<https://foodfoundation.org.uk/>

KLIKŠĶINIET UZ SAITES, LAI APMEKLĒTU TĪMEKĻA VIETNES



UN VĒL:

IZGLĪTĪBAS PLATFORMAS

Udemy



Kursi par kulinārijas mākslu, ilgtspējīgām gatavošanas metodēm un pareizu uzturu.

<https://www.udemy.com/>

BEZATKRĪTUMU GATAVOŠANA

Zero Waste Chef YouTube kanāls



Video par ēdienu gatavošanu bez atkritumiem un ilgtspējīgu dzīvesveidu.

<https://www.youtube.com/user/ZeroWasteChef>

PĀRTIKAS ATKRĪTUMU APSAIMNIEKOŠANAS

RĪKI Food for Soul



Bezpeļņas organizācija, kuru dibinājis šefpavārs Massimo Bottura, lai apkarotu pārtikas atkritumus un barotu izsalkušos.

<https://www.foodforsoul.it/>

RECEPŠU VIETNES

Smitten Kitchen



Mājas receptes, izmantojot sezonālas un ilgtspējīgas sastāvdaļas.

<https://smittenkitchen.com/>

UZ ILGTSPĒJĪBU VĒRSTIE RĪKI

Food Waste Reduction Alliance



Sadarbības platforma, kas piedāvā resursus un labāko praksi pārtikas atkritumu samazināšanai Ziemeļvalstu/Baltijas valstu reģionā.

<https://www.foodwastealliance.org/>

IZGLĪTOŠANA PAR UZTURU UN PĀRTIKAS APZINĀTĪBA

Agroecology Europe

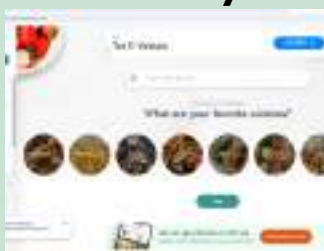


Popularizē agroekoloģiju kā ilgtspējīgu pieeju lauksaimniecībai un pārtikas ražošanai.

<https://www.agroecology-europe.org/>

ĒDIENU GATAVOŠANAS UN KULINĀRIJAS PRASMES

Yummly



Personalizēti recepšu ieteikumi un maltīšu plānošanas rīki.

<https://www.yummly.com/>

KLĪKŠĶINIET UZ SAITES, LAI APMEKLĒTU TĪMEKĻA VIETNES



PAPILDU RESURSI

EatForum



Globāla platforma pārtikas sistēmas pārveidošanai, lai ilgtspējīgi barotu planētu.

<https://eatforum.org/>

Apvienoto Nāciju Organizācijas Pārtikas un lauksaimniecības organizācija (FAO)



Sniedz datus un resursus par globāliem pārtikas un lauksaimniecības jautājumiem.

<https://www.fao.org/home/en/>

Pasaules resursu institūts (WRI)



Pētniecības organizācija, kas koncentrējas uz pārtikas, ūdens un vides ilgtspējību.

<https://www.wri.org/>

KLIKŠĶINIET UZ SAITES, LAI APMEKLĒTU TĪMEKĻA VIETNES

DigComp 2.2. TIEŠSAISTES RĪKS



TIEŠSAISTES TESTĒŠANAS RĪKS, KAS PARĀDA JŪSU DIGITĀLĀS PRASMES, IZMANTOJOT DIGCOMP PLATFORMU

DigComp 2.0, 2.1, 2.2 ir iedzīvotāju digitālās kompetences sistēmas konceptuālais atsauces modelis, HIPERSAITE: <https://www.site.digcomptest.eu/>

DigComp platforma identificē galvenos digitālās kompetences komponentus 5 jomās (1. dimensija). Jomas ir apkopotas zemāk:

Informācijas un datu prasme: Formulēt informācijas vajadzības, atrast un izgūt digitālos datus, informāciju un saturu. Spriest par avota un tā satura atbilstību. Uzglabāt, pārvaldīt un organizēt digitālos datus, informāciju un saturu.

Komunikācija un sadarbība: Mijiedarboties, komunicēt un sadarboties, izmantojot digitālās tehnoloģijas, vienlaikus apzinoties kultūras un paaudžu daudzveidību. Iesaistīties sabiedrībā, izmantojot publiskos un privātos digitālos pakalpojumus un pilsonisko līdzdalību. Pārvaldīt savu digitālo klātbūtni, identitāti un reputāciju.

Digitālā satura izveide: Veidot un rediģēt digitālo saturu. Pilnveidot un integrēt informāciju un saturu esošajā zināšanu bāzē, vienlaikus izprotot, kā jāpiemēro autortiesības un licences. Spēt sniegt saprotamas instrukcijas datorsistēmai.

Drošība: Aizsargāt ierīces, saturu, personas datus un privātumu digitālajā vidē. Aizsargāt fizisko un psiholoģisko veselību, kā arī būt informētam par to, kā digitālās tehnoloģijas ietekmē sociālo labklājību un sociālo integrāciju. Apzināties digitālo tehnoloģiju un to izmantošanas ietekmi uz vidi.

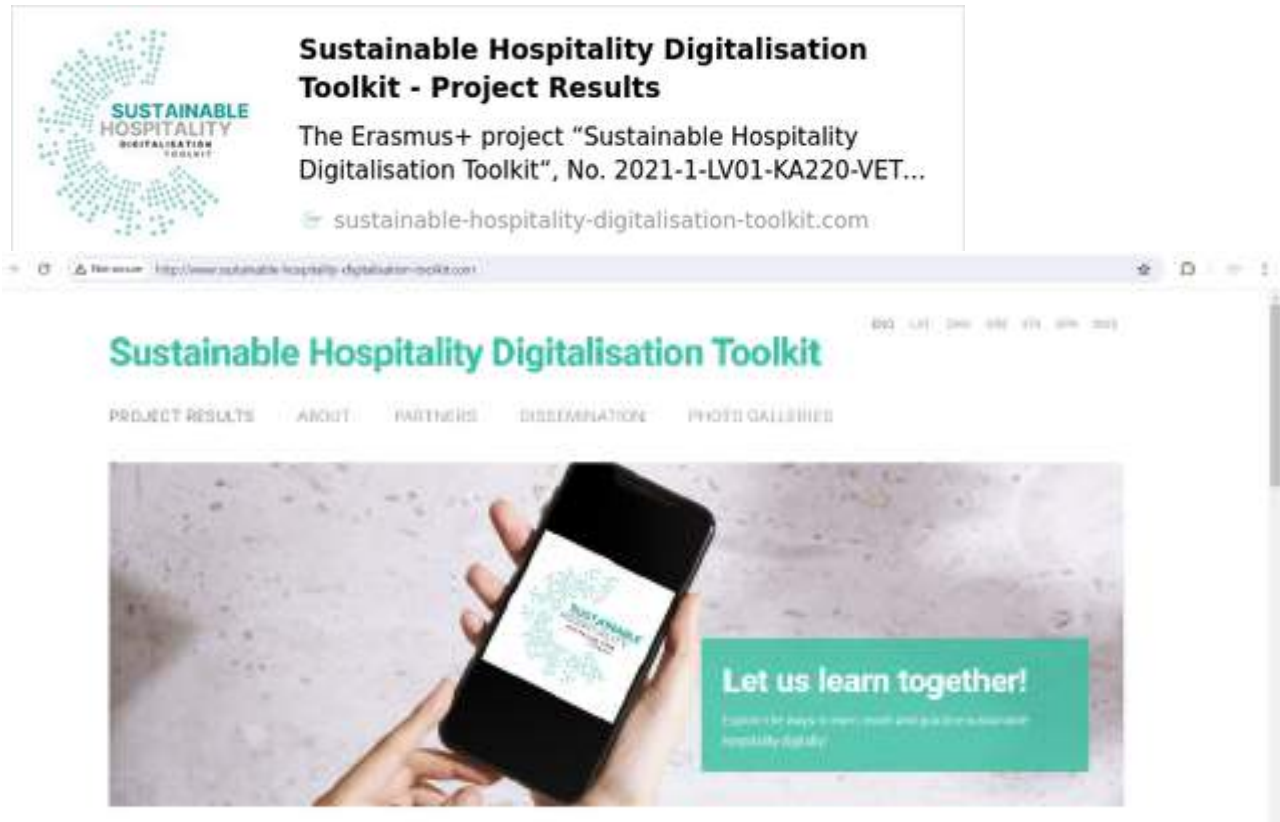
Problēmu risināšana: Identificēt vajadzības un problēmas, kā arī risināt konceptuālas problēmas un problemātiskas situācijas digitālajā vidē. Izmantot digitālos rīkus, lai ieviestu jauninājumus procesos un produktos. Sekot līdzi digitālo tehnoloģiju attīstībai. Ir **21 kompetence**, kas attiecas uz šīm jomām, to nosaukumi un apraksti ir norādīti 2. dimensijā. Kopā 1. un 2. dimensija veido konceptuālo atsauces modeli. Papildu dimensijās ir norādīti prasmju līmeņi (3. dimensija), zināšanu, prasmju un attieksmju piemēri (4. dimensija) un lietošanas gadījumi (5. dimensija).

Jaunākā publikācija - DigComp 2.2 iepazīstina ar konsolidēto sistēmu.



ILGTSPĒJĪGAS VIESMĪLĪBAS DIGITALIZĀCIJAS RĪKKOPA

<http://www.sustainable-hospitality-digitalisation-toolkit.com>



Ilgtspējīgas viesmīlības digitalizācijas rokasgrāmata profesionālās izglītības (VET) izglītojamajiem un speciālistiem



Audiogrāmata, kas domāta: Sākotnējās un tālākās profesionālās izglītības apguvējiem. Viesmīlības nozares darbiniekiem.

<http://www.sustainable-hospitality-digitalisation-toolkit.com/digitalisation-guidebook/>

Ilgtspējīgas viesmīlības digitalizācijas pedagogija



Audiogrāmata, kas domāta: profesionālās izglītības pedagogiem, programmu vadītājiem, viesmīlības mentoriem, pasniedzējiem, komandas vadītājiem no profesionālās viesmīlības vides.

<http://www.sustainable-hospitality-digitalisation-toolkit.com/pedagogy-of-sustainable-hospitality-digitalisation/>

Kurss "Ilgtspējīgas viesmīlības digitalizācijas rīkkopa"



Kursā iekļauti 15 digitālie sesiju plāni, digitālie sesiju materiāli.

<http://www.sustainable-hospitality-digitalisation-toolkit.com/course-sustainable-hospitality-digitalisation-toolkit/>

Vebināru sērija par ilgtspējīgu viesmīlības digitalizāciju



Tīmekļsemināru sērija par ilgtspējīgas viesmīlības digitalizāciju sastāv no pieciem vebināriem

<http://www.sustainable-hospitality-digitalisation-toolkit.com/series-of-webinars/>

PLATFORMAS PAVĀRIEM KULINĀRIJAS APRĒĶINIEM UN VADĪBAI



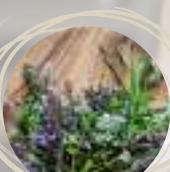
Paprika Recipe Manager: palīdz organizēt receptes, plānot maltītes, veidot iepirkumu sarakstus; ar iebūvētu taimeri un receptes mērogošanas funkciju.



Meazure: virtuves kalkulatora lietotne vienību konvertēšanai un sastāvdaļu mērogošanas noteikšanai, ideāli piemērota precīziem mērījumiem.



Cook'n Recipe Organizer: palīdz pārvaldīt receptes, plānot maltītes, veidot pārtikas preču sarakstus un veikt uztura analīzi ar sinhronizāciju starp ierīcēm.



ChefTap: ļauj saglabāt receptes no jebkuras vietnes, organizēt un viegli pārvaldīt kulinārijas radījumus.



KitchenCalc: Kalkulators, kas paredzēts kulinārijas profesionāļiem, piedāvā konvertēt apjomu, svaru, temperatūru un citas vienības.



BigOven: Universālā lietotne recepšu organizēšanai un ēdienkartes plānošanai ar iespēju veidot iepirkumu sarakstus un plānot ēdienus.



Evernote: spēcīgs rīks recepšu organizēšanai, ēdienkartes plānošanai un kulinārijas ideju izsekošanai.



SousChef: visaptverošs virtuves palīgs recepšu pārvaldībai, maltīšu plānošanai, pārtikas preču sarakstu izveidei, recepšu mērogošanai un mērījumu konvertēšanai.



Recipe Cost Calculator: ļauj aprēķināt recepšu izmaksas, pārvaldīt krājumus un nodrošināt rentabilitāti kulinārijas darbībā.

PLATFORMAS KULINĀRIJAS VADĪTĀJIEM



Mela: recepšu pārvaldnieka lietotne, kas importē receptes no tīmekļa un kārtotās, atbalsta receptes mērogošanu un sastāvdaļu konvertēšanu.



Upserve: restorānu vadības platforma, kas piedāvā rīkus krājumu pārvaldībai, darbinieku darba grafiku plānošanai, pārdošanas analītikai un klientu ieskatiem.



MarketMan: krājumu pārvaldības un iepirkumu programmatūra, kas izstrādāta, lai optimizētu piegādes ķēdes darbību un samazinātu pārtikas izmaksas.



7shifts: darbaspēka pārvaldības rīks, kas palīdz kulinārijas vadītājiem darbinieku plānošanā, laika uzskaitē, saziņā un darbaspēka izmaksu kontrolē.



BlueCart: visaptveroša iepirkumu un krājumu pārvaldības platforma restorāniem un pārtikas piegādātājiem.



ChefMod: Recepšu un krājumu pārvaldības sistēma, kas izstrādāta, lai uzlabotu darbības efektivitāti un izmaksu kontroli virtuvē.



Compeat: nodrošina grāmatvedības, back office un darbaspēka pārvaldības risinājumus, kas pielāgoti ēdināšanas nozarei.



Jolt: visaptveroša pārvaldības platforma uzdevumu, pārbaužu un apmācības pārvaldībai, virtuves darbību un atbilstības uzlabošanai.



CrunchTime: atbalsta biroja programmatūra pārtikas izmaksu, darbaspēka un darbības efektivitātes pārvaldībai restorānos.

PLATFORMAS KULINĀRIJAS VADĪTĀJIEM



Toast: visaptveroša restorāna POS sistēma, kas palīdz ar pasūtījumu pārvaldību, krājumu uzskaiti, algas aprēķināšanu un atskaišu sagatavošanu.



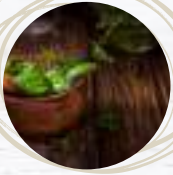
Revel Systems: POS un biznesa pārvaldības platforma, kas integrējas ar dažādiem rīkiem, lai palīdzētu pārvaldīt krājumus, personālu un pārdošanas analītiku.



Šīs platformas piedāvā virkni rīku, kas palīdz kulinārijas vadītājiem optimizēt darbību, uzlabot efektivitāti un saglabāt kontroli pār dažādiem virtuves un restorāna pārvaldības aspektiem.



MĀCĪBU VADĪBAS SISTĒMAS (LMS)



Google Classroom: vienkāršo failu apmaiņas procesu starp pasniedzējiem un studentiem.



Moodle: atvērta koda mācību platforma, kas izstrādāta, lai nodrošinātu izglītotājiem vienotu, uzticamu, drošu un integrētu sistēmu.



Blackboard: nodrošina virtuālu mācību vidi un mācību pārvaldības sistēmu.



Canvas: elastīga un mērogojama platforma mācību pārvaldībai.



Schoology: apvieno LMS ar uzlabotu novērtēšanas pārvaldību, lai uzlabotu studentu sniegumu.



Edmodo: savieno visus izglītojamos ar cilvēkiem un resursiem, kas nepieciešami, lai pilnībā izmantotu savu potenciālu.



D2L Brightspace: tiešsaistes mācību pārvaldības sistēma nepārtrauktas mācīšanās atbalstam.



Sakai: atvērta koda LMS, ko izveidojis Sakai projekts, lai veicinātu sadarbības mācīšanos.



Khan Academy: nodrošina bezmaksas pasaules līmeņa izglītību ikvienam un jebkurā vietā.

SADARBĪBA UN KOMUNIKĀCIJA



Microsoft Teams: sadarbības lietotne, kas palīdz jūsu komandai palikt organizētai un komunicēt.



Slack: ziņojumapmaiņas lietotne komandām, kas apvieno visu jūsu komunikāciju vienuviet.



Zoom: video konferenču, tīmekļa konferenču un vebināru pakalpojumi.



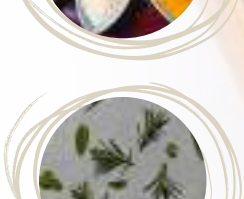
Skype: nodrošina video tērzēšanas un balss zvanu pakalpojumus.



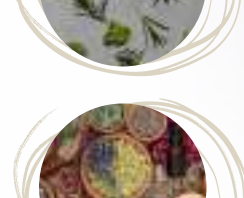
Google Meet: drošas videokonferences komandām un uzņēmumiem.



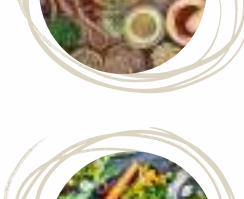
Discord: balss, video un teksta saziņas pakalpojums, ko izmanto vairāk nekā simts miljoni cilvēku, lai sarunātos un pavadītu laiku ar savām kopienām un draugiem.



Remind: saziņas platforma, kas palīdz pedagogiem sasniegt izglītojamos un vecākus.



ClassDojo: savieno pasniedzējus ar izglītojamajiem un vecākiem, lai veidotu klases kopienas.



Piazza: jautājumu un atbilžu platforma, lai atvieglotu mijiedarbību starp studentiem un pasniedzējiem.



SATURA IZVEIDE UN PREZENTĀCIJA



Google Slides: veidojiet, rediģējiet un strādājiet kopā pie prezentācijām tiešsaistē.



Microsoft PowerPoint: prezentāciju programma, lai izveidotu slaidrādes, kas sastāv no teksta, grafikas un citiem objektiem.



Prezi: prezentāciju programmatūra, kas izmanto kustību, tālummaiņu un telpiskās attiecības.



Canva: grafiskā dizaina platforma, lai izveidotu sociālo mediju grafikas, prezentācijas, plakātus, dokumentus un citu vizuālo saturu.



Keynote: prezentāciju programmatūra, ko izstrādājusi kompānija Apple.



Nearpod: studentu iesaistes platforma ar interaktīvām mācību stundām.



Explain Everything: interaktīvā tāfele ierakstu veikšanai un materiālu apmaiņai.



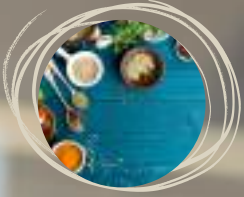
Pear Deck: pievieno prezentācijām interaktīvus jautājumus un aktivitātes.



Haiku Deck: vienkāršs veids, kā izveidot skaistas prezentācijas.



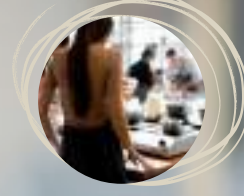
NOVĒRTĒŠANA, JAUTĀJUMU UN ATBILŽU SPĒLES



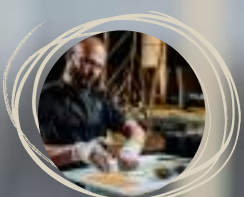
Kahoot!: uz spēlēm balstīta mācību platforma, kas padara mācīšanos jautru.



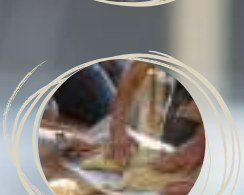
Quizlet: mācību rīks, kas ietver kartītes, spēles un testus.



Socrative: viedā studentu atgriezeniskās saites sistēma, kas ļauj skolotājiem iesaistīt savus studentus.



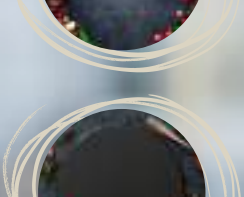
Google Forms: ļauj izveidot un analizēt aptaujas tieši jūsu tīmekļa pārlūkprogrammā.



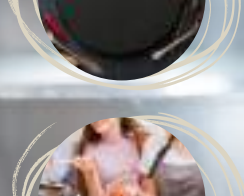
Formative: palīdz pasniedzējiem pārvērst novērtējumus un uzdevumus mācību iespējās.



Edpuzzle: ļauj pasniedzējiem veidot interaktīvas video stundas.



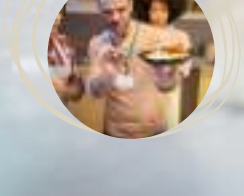
Quizizz: mācību platforma, kas izmanto spēlēšanu, lai padarītu saturu aizraujošāku.



Mentimeters: interaktīva prezentācijas programmatūra reāllaika aptaujām.



Poll Everywhere: ļauj izveidot aptaujas reālajā laikā, viktorīnas, jautājumus un atbildes, kā arī vārdu mākoņus.



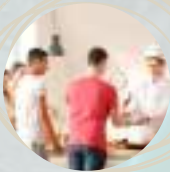
LASĪŠANA UN RAKSTĪŠANA



Grammarly: uz mākslīgā intelekta balstīts rakstīšanas asistents, kas palīdz ar pareizrakstību, gramatiku un skaidrību.



Hemingway Editor: rakstīšanas uzlabošanas rīks, kas izceļ sarežģītas teikumu struktūras un kļūdas.



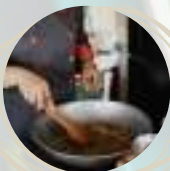
Turnitin: interneta resurss plagiāta atklāšanai.



ProWritingAid: stila redaktors un rakstīšanas palīgs.



NoRedInk: palīdz studentiem uzlabot viņu rakstīšanas un gramatikas prasmes.



Scrivener: rīks satura veidošanai garām dokumentiem.



Blogger: blogu publicēšanas rīks, kas ļauj veidot vairāku lietotāju blogus ar ierakstiem ar laika zīmogu.



ReadWorks: piedāvā bezmaksas, augstas kvalitātes rakstus un jautājumu komplektus, lai uzlabotu lasīšanas izpratni.



CommonLit: piedāvā bezmaksas digitālas mācību stundas un lasītprasmes resursus 3.-12. klasei.

PIEZĪMJU VEIKŠANA UN ORGANIZĒŠANA



Evernote: lietotne piezīmju veikšanai ideju, sarakstu un uzdevumu kārtošanai.



Microsoft OneNote: digitāla piezīmju grāmatiņa piezīmju organizēšanai dažādās ierīcēs.



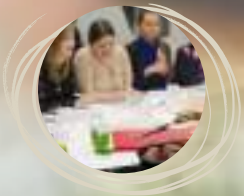
Notion: universāla darbvieta piezīmēm, uzdevumiem un datu bāzes pārvaldībai.



Trello: projektu vadības rīks, kas izmanto tāfeles, sarakstus un kartītes uzdevumu organizēšanai.



Todoist: uzdevumu pārvaldības lietojumprogramma uzdevumu organizēšanai un prioritāšu noteikšanai.



Asana: sadarbības rīks projektu un uzdevumu pārvaldībai.



Google Keep: piezīmju veikšana ar iespēju strādāt kopā reālā laika režīmā.



Coggle: ideju grafisko karšu izstrādes rīks prāta vētrai un ideju organizēšanai.



MindMeister: tiešsaistes domu karšu veidošanas rīks ideju un uzdevumu vizualizēšanai.

INTERAKTĪVA MĀCĪŠANĀS UN SPĒLĒŠANA



Duolingo: bezmaksas valodu apguves lietotne, kas ļauj mācīties valodu spēlējot.



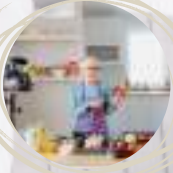
Coursera: tiešsaistes mācību platforma, kas piedāvā kursus no universitātēm un uzņēmumiem.



edX: nodrošina tiešsaistes kursus no labākajām universitātēm un organizācijām visā pasaulē.



Khan Academy: bezmaksas izglītības platforma, kas piedāvā bezmaksas video nodarbības un uzdevumus.



Brainscape: mācību platforma, kas efektīvai apmācībai izmanto periodiskus atkārtojumus.



Codecademy: interaktīva platforma, kas māca kodēt dažādās programmēšanas valodās.



Tynker: platforma bērniem, lai apgūtu kodēšanu, izmantojot spēles un mīklas.



Scratch: bezmaksas programmēšanas valoda un tiešsaistes kopiena, ar iespēju veidot savus interaktīvos stāstus, spēles un animāciju.



Code.org: bezmaksas organizācija, kuras mērķis ir paplašināt piekļuvi datorzinātnēm skolās un palielināt sieviešu un nepietiekami pārstāvēto minoritāšu līdzdalību.

ZINĀTNES UN MATEMĀTIKAS RĪKI KULINĀRIJAS UN VADĪBAS APRĒĶINIEM



GeoGebra: dinamiska matemātikas programmatūra visiem izglītības līmeņiem.



Wolfram Alpha: tiešsaistes rīks, kas atbild uz faktu jautājumiem, aprēķinot atbildi no ārējiem datiem.



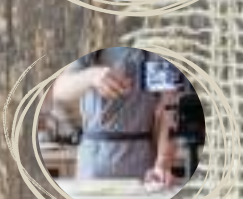
Desmos: grafiku kalkulators matemātikas studentiem, lai attēlotu grafikus, izveidotu tabulas un izpētītu vienādojumus.



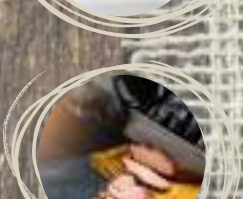
PhET Interactive Simulations: nodrošina bezmaksas interaktīvas matemātikas un zinātnes simulācijas.



Khan Academy: piedāvā prakses vingrinājumus, mācību videoklipus un personalizētu mācību informācijas paneli dažādiem priekšmetiem.



Mathway: tiešsaistes matemātikas uzdevumu risinātājs.



Symbolab: matemātikas risinātājs, kas palīdz skolēniem atrast risinājumus algebrā, aprēķiniem un citiem matemātikas uzdevumiem.



Brilliant: piedāvā interaktīvu mācīšanos matemātikā, zinātnēs un inženierzinātnēs.

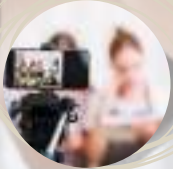
LASĪŠANAS UN LASĪTPRASMES LIETOTNES



Libby: bezmaksas lietotne, lai aizņemtos e-grāmatas un audiogrāmatas no vietējās publiskās bibliotēkas.



OverDrive: nodrošina piekļuvi e-grāmatām, audiogrāmatām un videoklipiem no savas bibliotēkas.



Newsela: mācību satura platforma, kas apvieno aizraujošu, pieejamu saturu ar integrētiem novērtējumiem.



Book Creator: vienkāršs rīks digitālo grāmatu izveidei.



Vocabulary.com: interaktīvs rīks vārdu krājuma apguvei un uzlabošanai.

SPECIĀLĀS IZGLĪTĪBAS RĪKI IEKĻAUŠANAI KULINĀRIJAS MĀKSLAS JOMĀ



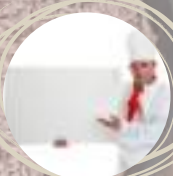
Learning Ally: nodrošina audiogrāmatas izglītojamajiem ar mācīšanās traucējumiem.



Kurzweil 3000: palīgtehnoloģija, kas nodrošina lasīšanas, rakstīšanas un mācību atbalstu.



Read&Write: lasītprasmes atbalsta rīks studentiem ar disleksiju, angļu valodas apguvējiem.



ModMath: matemātikas lietotne, kas paredzēta studentiem ar disleksiju un disgrāfiju.



ClaroRead: lasīšanas un rakstīšanas atbalsta rīks.



Voice Dream Reader: lietotne ar teksta pārvēršanas runā tehnoloģiju, lai lasītu un saprastu tekstu.



Bookshare: e-grāmatu tiešsaistes bibliotēka cilvēkiem ar drukāšanas traucējumiem.



Seeing AI: lietotne, kas stāsta par apkārtējo pasauli cilvēkiem ar redzes traucējumiem.



Microsoft Learning Tools: bezmaksas rīki, kas izmanto pārbaudītas metodes, kā uzlabot personu lasīšanas un rakstīšanas prasmes neatkarīgi no to vecuma un spējām.

Secinājums

Šajā digitālajā brošūrā **“Mācību līdzekļu ceļvedis pieaugušo izglītotājiem BEZATLIKUMU kulinārijas mākslā”**, kas ir daļa no projekta NPAD-2022/10049, ir detalizēts pārskats par pieaugušo izglītotājiem paredzētajiem mācību līdzekļiem. Šie resursi ir sadalīti kategorijās: izglītības platformas, recepšu vietnes, uz ilgtspējību vērstie rīki, pārtikas atkritumu apsaimniekošanas risinājumi, ēdienu gatavošanas resursi, izmantojot nulles atkritumu (Zero Waste) principus, un citi.

Integrējot šos rīkus mācību vidē, izglītotāji var efektīvi veicināt bezatlikuma patēriņa (NO LEFTOVER) un ēdiena gatavošanas bez atkritumiem (no-waste) principus, kā arī veicināt ilgtspējības kultūru kulinārijas mākslā.

Turklāt brošūrā ir iekļautas noderīgas saites uz digitālajiem mācīšanas un mācību rīkiem, piemēram, mācību vadības sistēmas (LMS), sadarbība un komunikācija, satura veidošana un prezentācija, novērtēšana un jautājumu un atbilžu spēles, lasīšana un rakstīšana, piezīmju veikšana un organizēšana, interaktīvā mācīšanās un spēles, zinātnes un matemātikas rīki, lasīšanas un lasītprasmes lietotnes, speciālās izglītības rīki, ko var izmantot formālās un neformālās izglītības procesos.

Ziemeļvalstu/Baltijas valstu pievienotā vērtība
Projekta ID: NPAD-2022/10049

100% BEZATLIKUMA PATĒRIŅŠ

Garšaugi no stoeckle no Getty Images

Izmantoto avotu saraksts

- Šajā brošūrā ir iekļautas iebūvētas atsauces, kas sniegtas katram avotam katrā lapā atsevišķi ar hipersaiti.
- Lūdzu, noklikšķiniet uz aktīvajām hipersaitēm un detalizēti skatiet sākotnējos informācijas avotus.

Ziemeļvalstu/Baltijas valstu pievienotā vērtība
Projekta ID: NPAD-2022/10049

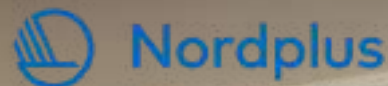
100% BEZATLIKUMA PATĒRIŅŠ

Foto: Ķiploki. Andreimuravina no Getty Images





Projekta ID: NPAD-2022/10049



Autori un darba radītāji:

Zvereva Olga, HOTEL SCHOOL Viesnīcu biznesa koledža (Rīga), projekta koordinatore, izkārtojums, saturs un grafiskais dizains, koncepcija, strukturēšana, rediģēšana
Pasnaka-Irkle Inna, HOTEL SCHOOL Viesnīcu biznesa koledža (Rīga)

Paraukienė Laima, Vilniaus kolegija (Lietuva)

Bjarnfridur Einarsdottir Hansina, STEP BY STEP CONSULTING (Islande)

Rafn Jon, STEP BY STEP CONSULTING (Islande)

Pels Ruta, MITRA (Igaunija)

Smulsky Aleksei, MITRA (Igaunija)

Högnadóttir Anna, Com&Train (Dānija)



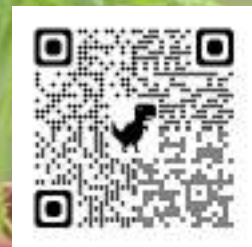
Mācību līdzekļu ceļvedis pieaugušo izglītotājiem BEZATLIKUMU kulinārijas mākslā

O. Zvereva u.c. (2024). Mācību līdzekļu ceļvedis pieaugušo izglītotājiem BEZATLIKUMU kulinārijas mākslā. Nordplus pieaugušo izglītība. Projekta ID: NPAD-2022/10049. "NO LEFTOVER Nordic/Baltic Culinary Arts - Ziemeļvalstu un Baltijas valstu BEZATLIKUMU kulinārijas māksla: digitālais kurss ar mācību materiāliem un rīkiem pieaugušo izglītotājiem".

HOTEL SCHOOL Viesnīcu biznesa koledža, Rīga.

ISBN 978-9934-643-03-3

Website: www.no-leftover-nordic-baltic-culinary-arts.com



Projekta ID: NPAD-2022/10049

100% BEZATLIKUMA PATĒRIŅŠ

Foto: Canva.