



# MODULIS 2

## Kulinarijos, kultūros paveldo vertė ir mokymosi kultūros diegimas



This project has been  
funded with support from  
the European Commission

This programme has been funded with support from the European Commission. The author is solely responsible for this publication(communication) and the Commission accepts no responsibility for any use that may be made of the information contained therein.

©Cook It Forward - 2020-1-LT01-KA202-077975  
Erasmus+ KA2 Strategic Partnership 2020-2022

# Modulio turinys:

"Cook it Forward" (CIF) 2 modulyje kulinarinis paveldas laikomas pagrindu, kuriuo remiantis galima pasiekti darbo pasaulį, užmezgant ryšius su maisto pramonės įmonėmis ir padedant joms užmegzti ryšius su profesiniais talentais.

Pateikiame jums keletą įdomių pavyzdžių ir išsamiai aptariame profesinių mokyklų mokinių galimybes panaudoti kulinarinį paveldą būsimai karjerai kurti.

Galiausiai įgaliname darbdavius pažvelgti į savo maisto pramonės įmonių mokytojų vaidmens formalizavimą.

1

**Kaip pradėti šią kelionę**

2

**Mokymosi kultūros diegimas - mūsų regionų pavyzdžiai**

3

**Mūsų pavelde slypinčios galimybės**

4

**Kaip sukurti mokymosi centrą savo maisto pramonės įmonėje**

# 01 | Kaip pradėti šią kelionę



# What is Food Heritage?

Maisto paveldas yra svarbi Europos nematerialaus kultūros paveldo dalis, kaip apibrėžta 2003 m. UNESCO konvencijoje dėl nematerialaus kultūros paveldo išsaugojimo, t. y. "praktika, reprezentacijos, išraiškos, žinios, įgūdžiai..., kuriuos bendruomenės... pripažįsta kaip savo kultūros paveldo dalį" (UNESCO 2003). Tarptautiniu mastu į UNESCO Reprezentatyvųjų žmonių nematerialaus kultūros paveldo sąrašą buvo įtraukta keletas maisto papročių, pavyzdžiui, prancūzų gastrominis valgis, Viduržemio jūros regiono dieta (Kipras, Kroatija, Ispanija, Graikija, Italija, Marokas ir Portugalija), alaus kultūra Belgijoje ir neapolietiškas "Pizzaiuolo" menas.





“ Dar daug ką reikia nuveikti, kad maisto pasaulis taptų artimesnis kultūros pasauliui. Reikia vis labiau suvokti, kad tai yra du vienas kitą keičiantys, o ne nesuderinami pasauliai. Norėdami išgelbėti mūsų nykstančią planetą, turime vėl pradėti nuo žemės, ypač nuo maisto. Mes valgome savo planetą. Turime atlikti svarbų ir neatidėliotiną darbą. ”

Piero Sardo, "Slow Food" biologinės įvairovės fondo prezidentas

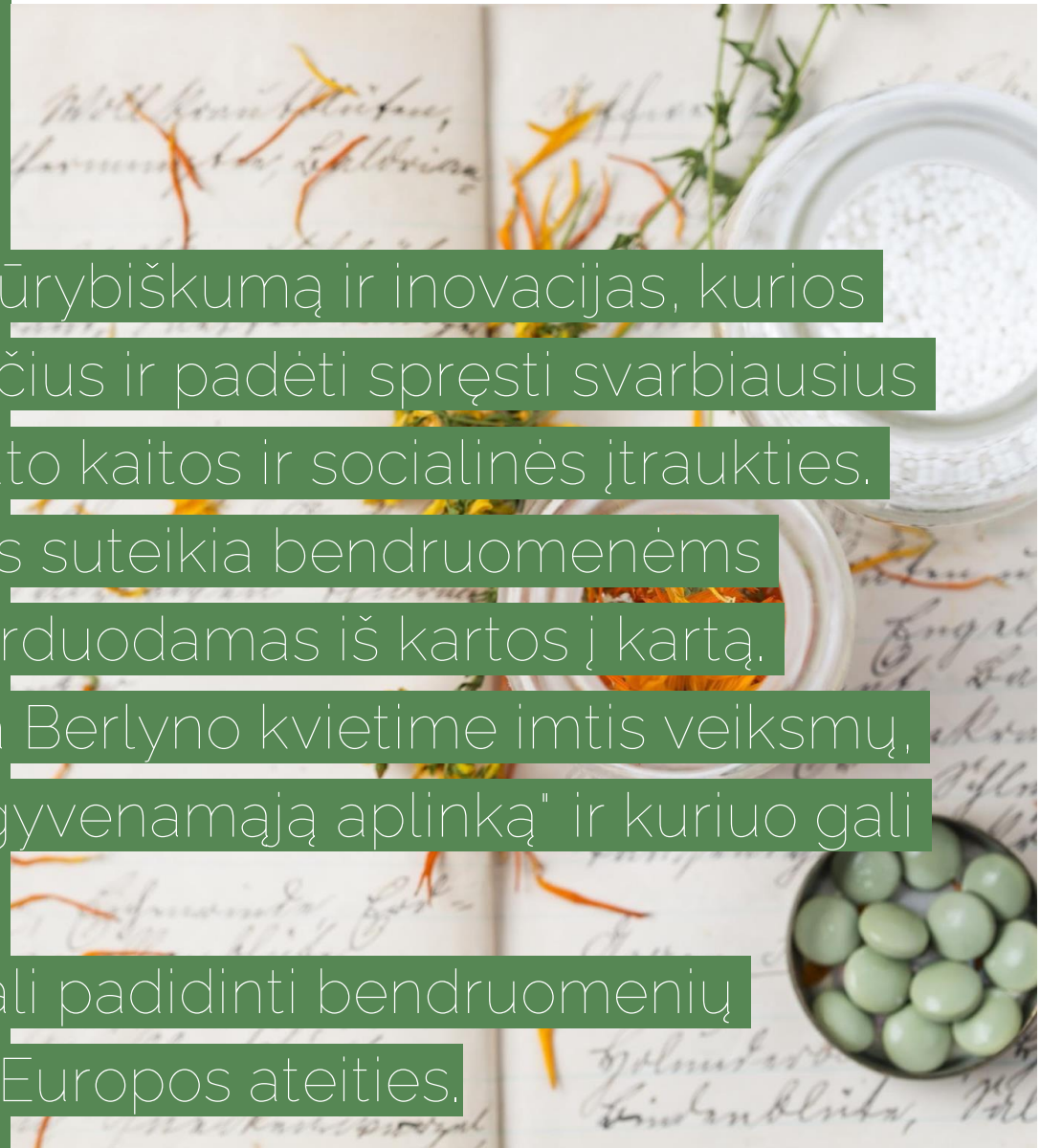
# Maisto paveldo aktualumas:

Maisto paveldas nuolat įkvepia žmonių kūrybiškumą ir inovacijas, kurios savo ruožtu gali paskatinti politikos pokyčius ir padėti spręsti svarbiausius visuomenės klausimus, pavyzdžiui, klimato kaitos ir socialinės įtraukties.

Šalies, regiono ar miesto maisto paveldas suteikia bendruomenėms tapatybės ir tęstinumo jausmą, nes jis perduodamas iš kartos į kartą.

Tai gyvasis paveldas, kuris, kaip teigiama Berlyno kvietime imtis veiksmų, "plėtoja ir praturtina mūsų visuomenę ir gyvenamąją aplinką" ir kuriuo gali džiaugtis bei mėgautis visi.

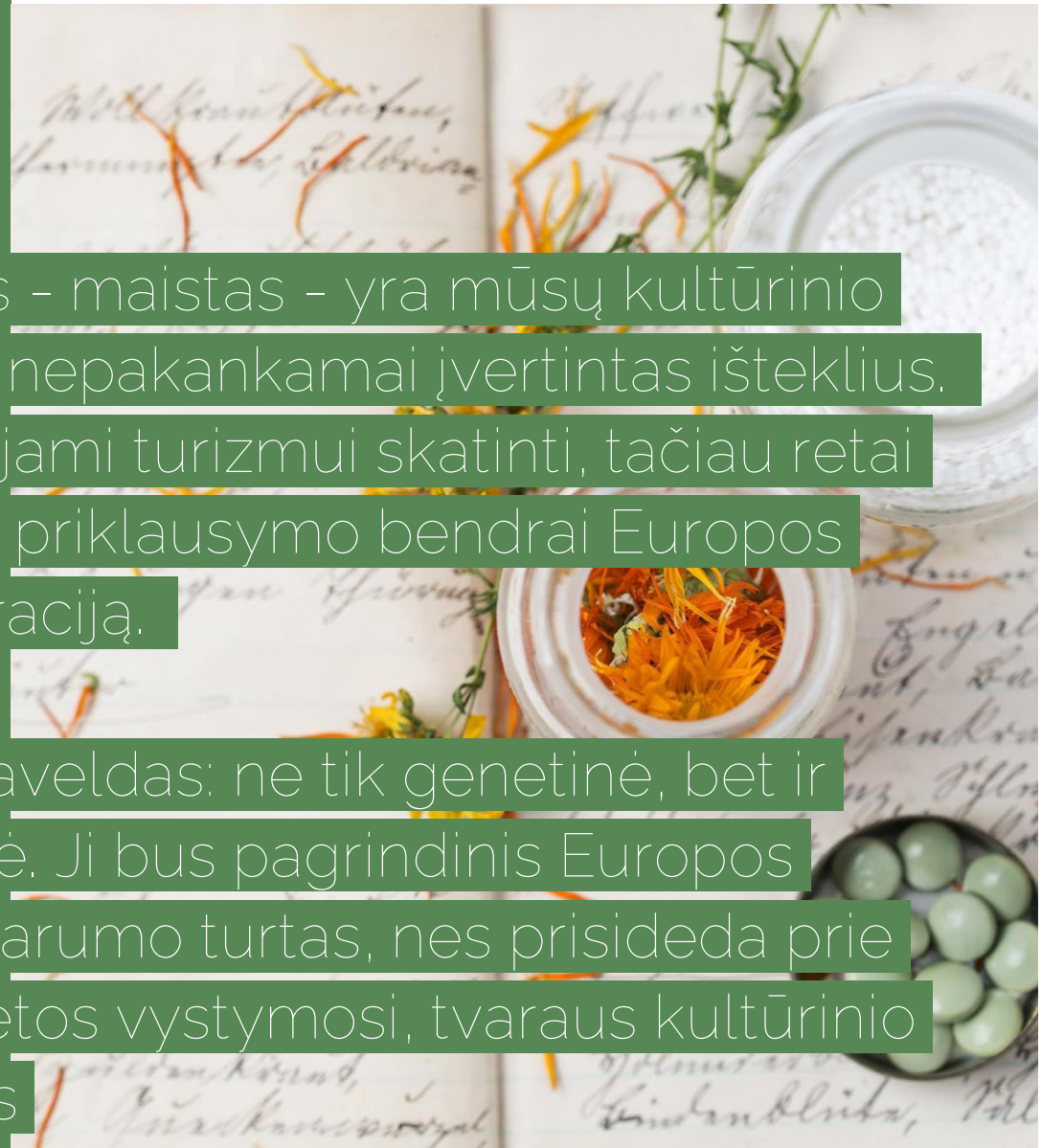
Galiausiai, paveldas ir tradicinės žinios gali padidinti bendruomenių atsparumą ir taip prisidėti prie tvaresnės Europos ateities.



# Maisto paveldo aktualumas:

Europos nematerialusis kultūros paveldas – maistas – yra mūsų kultūrinio identiteto ir įvairovės išraiška, todėl jis yra nepakankamai įvertintas išteklius. Maistas ir gastronomija dažniausiai naudojami turizmui skatinti, tačiau retai pripažįstami kaip turtas, galintis sustiprinti priklausymo bendrai Europos erdvei jausmą ir paskatinti socialinę integraciją.

Maisto įvairovė yra unikalus ir vertingas paveldas: ne tik genetinė, bet ir kultūrinė, socialinė bei ekonominė įvairovė. Ji bus pagrindinis Europos socialinio ir ekonominio atsigavimo ir atsparumo turtas, nes prisideda prie biologinės įvairovės apsaugos, tvaraus vietos vystymosi, tvaraus kultūrinio turizmo, socialinės sanglaudos ir įtraukties.



# Darbdavio pratybos

Perskaitykite šią ataskaitą ir geriau suprasite, kodėl kultūros paveldas yra toks svarbus.


[Berlin-Call-Action-Eng.pdf](#)  
([europanostra.org](#))





# Understand the European Dimension

---

The background of the slide features the European Union flag, which consists of twelve yellow five-pointed stars arranged in a circle on a blue field. The stars are positioned on the left side of the slide, with the text box overlapping the right side of the flag.

Europos ekonomikos ir socialinių reikalų komitetas (EESRK) pabrėžia, kad būtina išlaikyti kultūrą, kurioje, be socialinio ir aplinkosauginio poveikio, būtų vertinama maisto maistinė ir kultūrinė svarba. Komitetas ragina sukurti išsamią Europos maisto politiką, kuri "turėtų pagerinti su maistu susijusių politikos sričių nuoseklumą, atkurti maisto vertę ir skatinti ilgalaikį perėjimą nuo maisto produktų gamybos ir vartojimo prie pilietiškumo maisto srityje".

Pagal projektą "Cook it Forward" maisto paveldas yra labai svarbus socialinei sanglaudai ir įtraukčiai.

---

Nematerialusis kultūrinis maistas arba kulinarinis paveldas atspindi mūsų bendrą istoriją, atmintį ir daugialypę tapatybę - ne tik vietinę, regioninę ir nacionalinę, bet ir europinę. Perduodamas iš kartos į kartą ir bendruomenėms, jis stiprina priklausymo didesnei Europos šeimai ir bendram kultūriniam identitetui jausmą:

- suartina mus, nepriklausomai nuo mūsų kultūrinės, religinės ar etninės kilmės, peržengiant nacionalines ir kalbines ribas, taip palengvindamas tarpusavio supratimą ir kurdamas pagarbų dialogą tarp žmonių.
- suteikiant mums geresnį supratimą apie šimtmečius trukusius tarpkultūrinius mainus visoje Europoje ir taip didinant vietos pojūtį.

## Pagal projektą "Cook it Forward" maisto paveldas yra labai svarbus socialinei sanglaudai ir įtraukčiai.

---

- COVID-19 protrūkis buvo ypač žalingas, ypač kaimo vietovėse. Buvo atšaukta daug ritualų ir švenčių, turinčių didelę kultūrinę vertę, todėl bendruomenės negalėjo susirinkti ir kilo pavojus žinių, vertybių perdavimui bei kartų ir kultūrų dialogui. Izoliacija neigiamai veikia žmonių gerovę ir psichinę sveikatą, o tai rodo žmonių tarpusavio bendravimo ir bendravimo su svarbiomis vietomis bei elementais svarbą.
- Maisto paveldas gali būti Europos ir jos piliečių ateitį telkianti jėga, padedanti stiprinti bendruomenių socialinę sanglaudą, suteikianti pagrindą dalyvauti ir įsitraukti, taip pat skatinanti solidarumą ir naujų Europos gyventojų integraciją.

# Biologinės įvairovės kaip maisto paveldo dalies svarba

WATCH  
THIS



Šiame trumpame vaizdo įrašė paaiškinama, kodėl "Slow Food" įgyvendina biologinės įvairovės apsaugos projektus visame pasaulyje.

"Slow Food" sukūrė "Skonio skrynią", kurioje kaupiami augalai, gyvūnai ir maisto produktai (duona, sūriai, vytinta mėsa...), kuriems gresia išnykimas ir kurie priklauso viso pasaulio bendruomenių kultūrai, istorijai ir tradicijoms.

[Preserve Biodiversity, Preserve the Planet - YouTube](#)



# Patirties galia

*"Patirtis... - tai mokymasis veikiant, nes praktinė patirtis didina ir stiprina mokymosi rezultatus."*

Source

# Stažuotės darbo vietoje - mokymosi ir pokyčių priemonė

Suprasdami, kad naujųjų kartų švietimu ir mokymu nebegali užsiimti vien tik institucijos, projekto "Cook it Forward" dalyviai pritaria judėjimo "Slow Food" įsitikinimui, kad turime siūlyti platesnio masto švietimo metodą, taip pat bendradarbiaudami įtraukti kitus šioje srityje veikiančius subjektus. Būtent maisto pramonės įmones, svetingumo sektoriaus darbdavius ir jų darbuotojus.

"Švietimas yra individuali ir kolektyvinė atsakomybė, kuri priklauso visiems, tačiau turi būti artima kiekvienam iš mūsų. Jis turėtų būti priimtas ir taikomas mokyklose ir politikoje, asociacijose, kooperatyvuose, kultūros centruose, šeimose ir visuose kituose įmanomuose kontekstuose. Svarbu susigrąžinti ir puoselėti bendruomenės vaidmenį, užtikrinti visų žinių, susijusių su materialine ir socialine kultūra, įskaitant maisto kultūrą, perdavimą." "Slow Food" švietimo vadovas

**Darbo stažuotės, kaip nurodyta 1 modulyje, yra neįkainojamas ugdymo metodas, ypač saugant maisto kultūrą ir paveldą, perduodant tradicijas. Jūs ir jūsų kulinarinis verslas galite būti šios kelionės rato sraigteliu.**

02

# Mokymosi kultūros diegimas - mūsų regionų pavyzdžiai



# Atvejo analizės įkvėpimas

---

Pagal šį modulį kiekviena šalis partnerė pasirinko ir pristatė savo regiono įmonę, kuri savo verslo modelį kūrė ir (arba) diegė naujoves, susijusias su maisto paveldu. Šios užduoties tikslas – kad įmonės sužinotų ir pasisemtų įkvėpimo apie kulinarinį kultūros paveldą mūsų regionuose ir Europoje ir pamatytų potencialias jo teikiamas inovacijų galimybes.





Check out our collection of Case studies on our [Cook it Forward Project website](#) to get the full story...



1

## Galway sūris, Airija



Šiame atvejo tyrime pasakojama apie Airijos sūrininką, kuris nuolat semiasi įkvėpimo iš savo kultūrinės aplinkos ir aistringai siekia naujoviškais būdais išsaugoti maisto paveldą, receptus ir metodus.

Ir Larry, ir jo žmona mėgsta pasakoti savo unikalių, tačiau paveldui būdingų produktų istoriją.

Check out our collection of Case studies on our [Cook it Forward Project website](#) to get the full story...



2

## 't Ailand Lauwersoog, Nyderlandai



Šiame Olandijos atvejo tyrime supažindinama su Janu ir Barbara, kaip jie stengėsi atkurti ir plėtoti tvarios žvejybos praktiką ir kaip tai paskatino juos atidaryti savo restoraną ir dirbtuves, kad ši žinia būtų skleidžiama per regiono kulinarinio paveldo istoriją. Jie naujoviškai naudoja jūros dumblius, kurie sudaro didžiąją jų laimikio dalį.

Check out our collection of Case studies on our [Cook it Forward Project website](#) to get the full story...

3

## PARADOR Nacional de Merida, Badajoz, Spain



Šiame Ispanijos atvejo tyrime nagrinėjama didelė įmonė, kuri savo naudai naudoja romėnų protėvius, esančius Extremaduros regione. Jie atkuria romėnų patiekalus, į juos įtraukdami iš pradžių naudotus prieskonius, džiovintus vaisius ir konservavimo būdus. Taip jie taip pat išsaugo to meto receptus, ingredientus ir vietos bendruomenės patiekalus.

Check out our collection of Case studies on our [Cook it Forward Project website](#) to get the full story...

4

## PARADOR Nacional de Guadalupe, Cáceres - Spain



Karališkajame vienuolyne (įtrauktame į UNESCO sąrašą) įsikūrusiame Parador de Guadalupe viešbutyje dera istorija, poilsis ir gera gastronomija. Čia jie tiki, kad reikia naudoti kuo daugiau vietinių maisto produktų ir šiuolaikiškai juos pagardinti. Pavyzdžiui, vienas iš firminių patiekalų yra vietinė kraujinė dešra, kurią jie įmaišo į raviolius su romesco padažu.

Check out our collection of Case studies on our [Cook it Forward Project website](#) to get the full story...



5

## EURIBIJA - Taikos, Kaunas - Lithuania



Šis atvejo tyrimas - tai šeimos verslo pavyzdys, kuriame siekiama lietuviškus produktus derinti su produktais iš viso pasaulio, kurių vietos gamintojai ir ūkininkai negali pasiūlyti Lietuvos rinkai. Jie taip pat siūlo technologinius sprendimus viešojo maitinimo sektoriui, pateikdami įvairius iš praeities atgaivintus receptus šių dienų kontekste.

03

# Mūsu paveldē slēptās galimybės



# Mokymasis apie mūsų kultūrinę praeitį

Mūsų žmogiškoji prigimtis yra norėti suprasti, kas esame ir :  
kas mus vienija  
kuo mes skiriamės nuo aplinkinių.  
Kokios skirtumų ir bendrumų sąvokos formuoja mūsų įvairovę?  
Kokias žinias ir įgūdžius norime perduoti ateities kartoms?





“

*Maistas yra viskas, kas mes esame.  
Tai nacionalistinių jausmų, etninių jausmų, jūsų asmeninės istorijos, jūsų provincijos, jūsų regiono, jūsų genties, jūsų močiutės praradimas. Jis neatsiejamas nuo jų nuo pat pradžių*”

Anthony Bourdain



# Galimybės

Šiame modulyje daugiausia dėmesio skirsime socialinei ir ekonominei vertei ar galimybėms, kurias suteikia šių kulinarinių kultūros žinių perdavimas..:

Kulinarinio paveldo išlikimas

Maisto turizmo plėtra

Studentai ir (arba) įmonės gali išrasti naujus patiekalus ar metodus

Įmonės prisitaiko ir išgyvena

Studentai įsidarbina



# 1. Mūsų maisto kultūra ir paveldas

---

Maisto kultūra ir paveldas yra svarbus veiksnys, padedantis išlaikyti kultūrų įvairovę augančios globalizacijos sąlygomis. Skirtingų bendruomenių tradicijų pažinimas ir supratimas padeda palaikyti kultūrų dialogą ir skatina abipusę pagarbą kitiems gyvenimo būdams.

Nematerialusis kultūros paveldas svarbus tuo, kad per jį iš kartos į kartą perduodama daugybė žinių ir įgūdžių.

Šio žinių perdavimo socialinė ir ekonominė vertė yra svarbi mažumų grupėms ir pagrindinėms socialinėms grupėms, taip pat maitinimo paslaugų pramonei ir turizmo sektoriui.

## 2. Stiprinamas maisto turizmas

Kultūrinis turizmas yra vienas didžiausių ir sparčiausiai augančių turizmo segmentų visame pasaulyje ir sudaro 40 proc. viso Europos turizmo. Tačiau Europos turizmo vietovės vis dažniau susiduria su iššūkiu rasti tinkamą pusiausvyrą tarp kultūros paveldo išsaugojimo, turistų poreikių ir gyventojų poreikių (pvz., vietos papročių autentiškumo praradimo). Dėl uždarymų, sienų uždarymo ir kitų ribojamųjų priemonių, skirtų COVID-19 plitimui sustabdyti, turizmo sektorius, įskaitant kaimo vietoves, buvo vienas iš labiausiai nukentėjusių nuo pandemijos krizės, todėl iškilo pavojus maždaug 13 mln. darbo vietų Europoje. Šaltinis

Tačiau turizmas ir kultūra labai prisideda prie mūsų ekonomikos ir visuomenės gerovės ir gali tapti svarbiausiu Europos atsigavimo po pandemijos turtu. Ši krizė - tai galimybė skatinti tvaresnes, vietines ir naujoviškas turizmo formas, atrasti paslėptus kultūrinius kraštovaizdžius ir paragauti juose gaminamų vietinių maisto produktų, taip kuriant socialinę, aplinkosauginę ir ekonominę naudą viešiesiems ir privatiems suinteresuotiesiems subjektams bei juos supančioms bendruomenėms.

## 2. Stiprinamas maisto turizmas

Kovidų pandemija paskatino skatinti tvaresnes ir vietines turizmo formas. Taip didinamas vietos unikalumo, turtingumo ir svarbos suvokimas, tinkamai subalansuojamas jos populiarinimas ir apsauga. Stiprinant vietos pojūtį per maistą, ji tampa gyvesnė, malonesnė, o lankytojai ir gyventojai įgyja tiesioginės patirties.

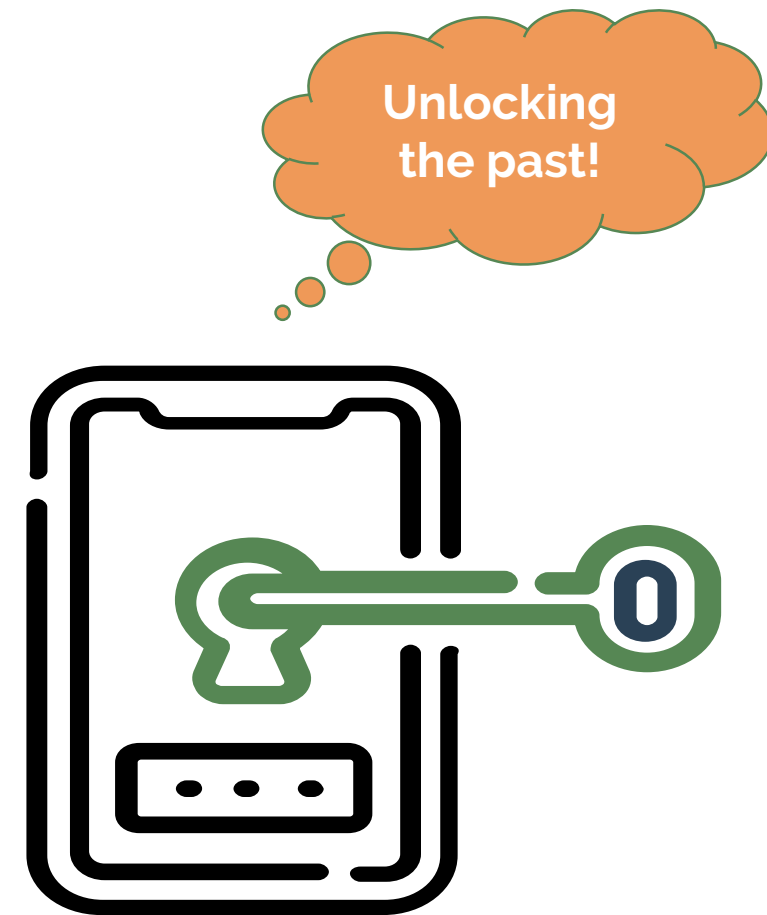
Harnessing  
intangible  
culture!



### 3. Kulinarinio paveldo išlikimas

Žinome, kad kulinarinis paveldas išlieka, kai žinios ir įgūdžiai perduodami iš kartos į kartą. Mūsų stažuotės sukuria puikias sąlygas tokiam informacijos perdavimui.

Tada atvirkštinė mentorystė ir tarpusavio mentorystė gali padėti įmonėms neatsilikti nuo naujausių metodų, o mokiniams – sužinoti apie pamirštas daržoves ir vietinius tradicinius receptus.



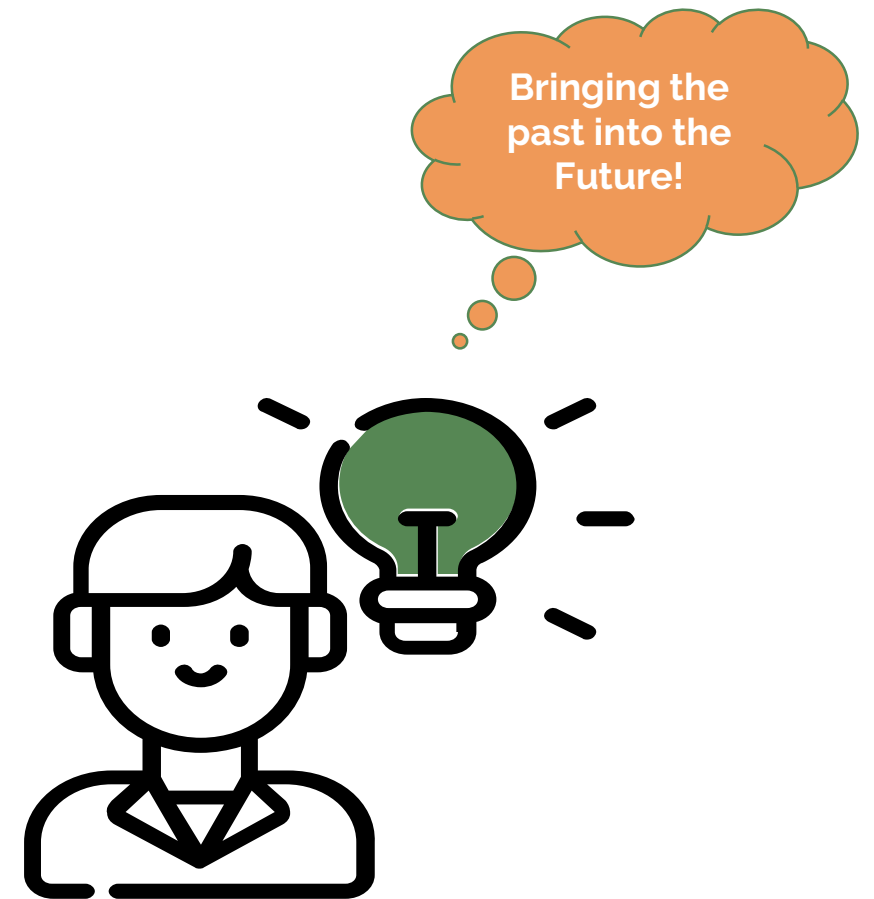
# Inovatyvumas

Kulinarijos įmonės turi išsiskirti unikaliais pardavimo taškais. Vienas geriausių būdų tai padaryti - nuolat taikyti naujoviškus metodus, receptus, valgiaraščius ir pan. Studentai, atliekantys praktiką, yra puikus turtas verslui, nes jie atsineša idėjų ir kūrybiškumo.

Jie gali iš naujo išrasti tradicinius receptus ir pritaikyti juos dabarčiai.

Įkvėpimo ieškokite mūsų rezultatų skiltyje "Studentų užduotys"!

<https://www.cookitforward.eu/results>



## 4. Prisitaikymas ir išlikimas

Ypač dabar, kai bandoma išgyventi dėl Kovid Pandemic Food poveikio, kulinarijos ir (arba) maisto paslaugų sektoriaus įmonės susiduria su sunkumais.

Airijos "Bord Bia Market Insights" 2020 m. ataskaitoje nurodoma, kaip prisitaikymas prie verslo modelių yra raktas į išlikimą. Tai apima valgiaraščio pakeitimus ir technologijų naudojimą. Studentai, atliekantys praktiką, gali būti naudingi atliekant šiuos pakeitimus

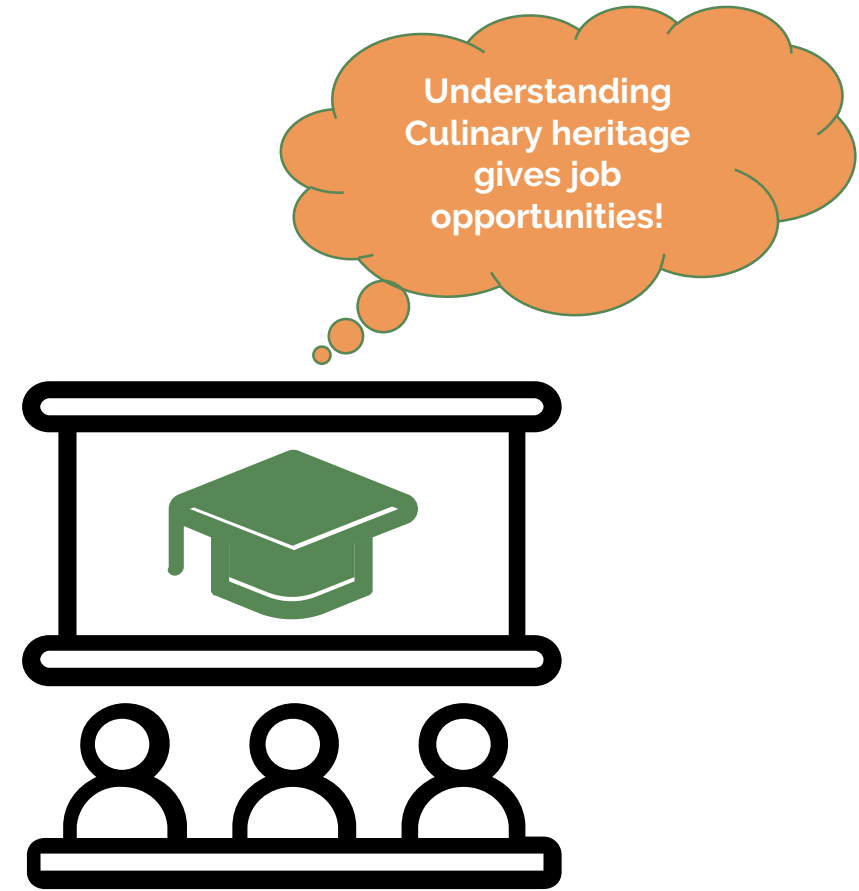
Gain Insights  
Read this  
report!



## 5. Įdarbinimo galimybės

Įgiję darbo patirties per stažuotes, studentai įgyja didžiulį pranašumą kandidatuodami į darbo vietas. Jie jau būtų įrodę, kad yra naudingi išradinėjant patiekalus, supranta ir naudoja tradicinius receptus ir metodus, kurie yra svarbūs tam konkrečiam verslui ar vietai.

Kulinarinės istorijos gali įkvėpti jaunuosius studentus virėjus atkurti senus receptus arba iš naujo pristatyti pamirštus maisto produktus ir perkelti juos į XXI a., kaip to reikalauja šis amžius.





04

# Kaip sukurti mokymosi centrą savo maisto pramonės įmonėje



# Optimali mokymosi aplinka

Šiame skyriuje aptariama, kaip savo maisto pramonės įmonėje sukurti mokymosi centrą, kuriame galėtų mokytis praktiką atliekantys studentai. Tokį, kuris būtų abipusiai naudingas ir atitiktų visų suinteresuotų šalių lūkesčius: studento, darbdavio ir švietimo organizacijos.



TEACH  
LEARN  
CREATE

# Mokymas ir mokymasis

---

*"Kai mokiniai yra motyvuoti, jie pasiekia geresnių rezultatų. Su gyvuoju paveldu mokymasis mokiniams tampa įdomesnis, prasmingesnis ir labiau motyvuojantis. Be to, tai skatina naujoviškus mokymo metodus, kurie naudingi mokytojo ir mokinio santykiams. Džiugu gerinti švietimo kokybę ir kartu prisidėti prie kažko didesnio, pavyzdžiui, prie mūsų gyvojo paveldo išsaugojimo."*

*Pagrindinė UNESCO ir ES bandomojo projekto "Nematerialaus kultūros paveldo integravimas į švietimą" seminaro išvada*



## Virtuvės šefo kelionė...

"Meistras, mokinys" ir maisto kultūros bei virėjų tinklo kūrimas. Čia Wade'as Murphy, garsus airių restorano "1826" mentorius, ir studentai pasakoja apie savo mokymosi patirtį.



[Journey of a Chef: The Master, The Student & The Apprentice | Chef Network - YouTube](#)

# Motyvacija ir įkvėpimas

"Euro-Toques" jaunujų metų virėjų konkursas yra svarbiausias Airijos kulinarinis konkursas. Tai metų konkursas pradedantiems virėjams, kuriame daugiausia dėmesio skiriama švietimui ir naujos kartos talentų ugdymui. Atrodo, kad nuolatinis mokymasis yra bendra šių ambicingų virėjų nuostata.



[The Euro-Toques Young Chef of the Year Competition 2017 - YouTube](#)



## Lūkesčių valdymas

Tai pagrindinis sėkmės veiksnys. Svarbu užtikrinti, kad studentas, jūs, kaip darbdavys, ir jo mokykla būtų gerai suderinti. Geriausia tai aptarti prieš pradėdant dirbti.

---

## Darbdavių lūkesčiai

Geriausia, jei studentas leidžia darbdaviui papasakoti, ko tikisi pasiekti ir dalyvauti praktikos metu:

1

Kokią veiklą jie yra numatę mokiniui

2

Kokio lygio jie tikisi

3

Praktiniai pageidavimai (lankomumas, uniforma, požiūris į darbą ir kt.)

4

Kaip jie norėtų matyti mentorystę ir (arba) priežiūrą

5

Kokias rekomendacijas galite ir norite pasiūlyti

---

# Mokinių lūkesčiai

Geriausia, jei darbdavys suteikia praktikos studentui galimybę pasidalyti patirtimi:

1

Ko jiems reikia / ko jie nori išmokti

2

Jų įgūdžiai ir ką jie norėtų su jais daryti.

3

Praktiniai pageidavimai (darbo valandos, apmokėjimas ir kt.)

4

Kaip jie norėtų matyti mentorystę ir (arba) priežiūrą

5

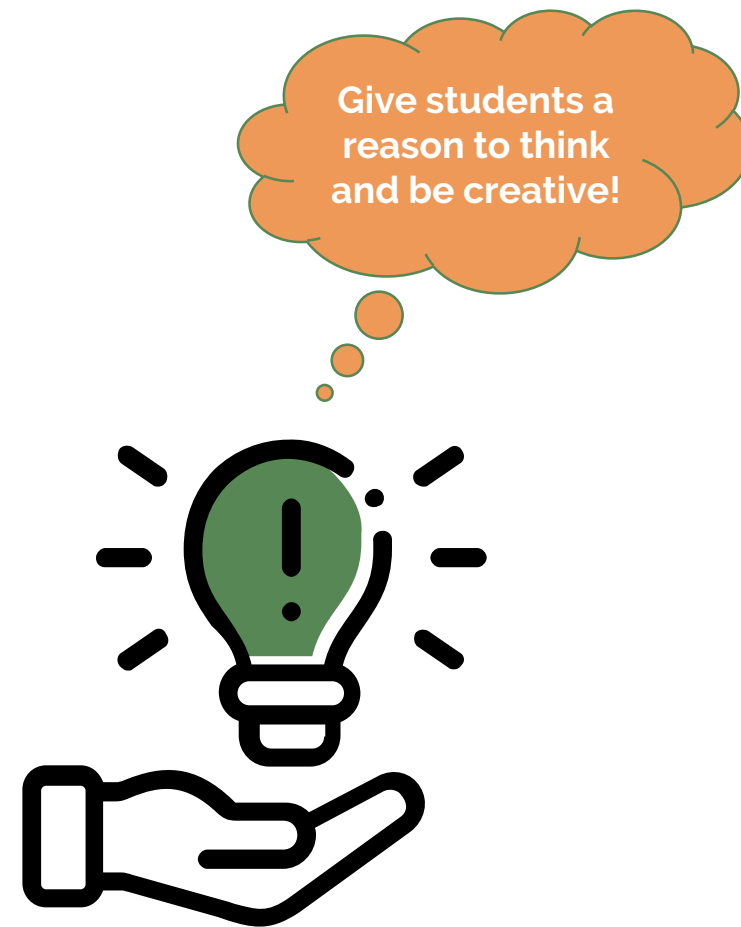
Ko jie tikisi iš pačios įmonės



# Mentoriaus vaidmuo

Mentorius gali ne visai juos mokyti ar rengti mokymus vietoje. Vietoj to jis kels studentui iššūkius ir skatins jį apmąstyti problemas ir metodus.

Daugelis žmonių savo profesinį augimą iš dalies sieja su gero mentoriaus, kuris juos skatino mąstyti kitaip ir atvėrė akis bei protą įvairioms perspektyvoms, patarimais. Nors kiekvienas iš mūsų vystosi savo tempu, tokio pobūdžio įtaka gali turėti daug teigiamų ir ilgalaikių padarinių.



# Aspektai, į kuriuos turi atsižvelgti mentorius

---

Svarbiausias mentorystės aspektas yra tas, kad kvalifikuotas asmuo jaučiasi atsakingas už mažiau patyrusio asmens tobulėjimą, o tai padeda sukurti puikią mokymosi aplinką bet kurioje pramonės šakoje.

Kiti svarbūs aspektai:

Aiškiai perduokite tai, ką žinote, kad abu suprastumėte vienas kitą.

Pasiruoškite sesijoms su globotiniais ir turėkite parengtą planą

Būkite prieinami, pasiekiami ir gebėkite klausytis atvirai ir smalsiai.

Būkite sąžiningi teikdami grįžtamąjį ryšį, kad jie išmoktų nuolat tobulėti, tačiau užuojauta ir nuoširdumas taip pat padeda.

# Mentorystė ir atvirkštinė mentorystė

---

Mentorystė prisideda prie asmens augimo ir sėkmės. Vykdamt mentorystę arba atvirkštinę mentorystę (kaip aptarta 1 modulyje) studentas arba vyresnis / labiau patyręs darbuotojas yra pripažįstamas ir įvertinamas. Tuomet dalyviams suteikiama motyvacija, dėmesys ir sėkmingas pavyzdys. Ugdytiniams greičiau pavyks pasiekti sėkmę, kai juos padrąsins ir palaikys patirties turintis asmuo, be to, jie gali abipusiai dalytis strategijomis ir metodais.

Mentorystė yra labai galinga, ir iš jos naudos gauna visos šalys. Mokinys (nesvarbu, ar tai būtų studentas, ar darbuotojas) įgyja žinių ir pasitikėjimo savimi tame, kur anksčiau turėjo mažai patirties arba jos visai neturėjo. Mentorius įgyja vadovavimo, mokymo įgūdžių ir pats tampa sėkmingu pavyzdžiu. Šie santykiai skatina motyvaciją toliau tobulėti ir mažina tikimybę, kad kuri nors iš šalių atsisakys savo tikslų.

## Mentorių svarba - pavyzdys

...

3 "Michelin" žvaigždutėmis apdovanotas ispanų virtuvės šefas Martín Berasategui pasakoja apie žmones, kurie padarė įtaką jo karjerai, žavisi jaunąja virėjų karta, kurią moko, ir apie tai, kaip jie visi prisideda prie Martino Berasategui prekės ženklo kūrimo.



[3 Michelin star chef Martín Berasategui talks about his mentors and the meaning of success - YouTube](#)

# Employer exercise:

---





# COOK IT FORWARD

[www.cookitforward.eu](http://www.cookitforward.eu)

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

