



1
**FOOD
FOR
CHANGE!**

**RELATÓRIO FINAL DE
OBSERVAÇÃO
RELATÓRIO DE OBSERVAÇÃO
DOS JANTARES DE DIÁLOGO
GERAL**



Co-funded by
the European Union

Tabela de Conteúdos

Temas dos Jantares de Diálogo Nacionais	3
Observações por Tópicos	4
Maioridade/Crescimento	4
Emprego/Encontrar um Emprego	4
Problemas Ambientais	5
Família	6
Estabilidade Financeira	6
Futuro	7
Saudades de Casa	8
Relações	8
Aprender um idioma enquanto mora num país estrangeiro	9
Saúde Mental e Bem Estar	9
Paixões e Hobbies	10
Profissionalização	11
Religião	11
Dependência das Redes Sociais	12
Desporto	12
Situação na Grécia	13
Autovalorização e Padrões Sociais	13
Observações Gerais e Conclusões	15
Quadro Sustentável e Diretrizes	16
Critérios Avaliados	15
Gráficos e Resultados	16
Conclusões	18



Co-funded by
the European Union

Tópicos dos Jantares de Diálogo Nacionais

	1º Jantar	2º Jantar	3º Jantar	4º Jantar	5º Jantar	6º Jantar
Kainotomia	Saúde Mental e Bem-Estar	Futuro	Situação na Grécia	Redes Sociais	Empregos	Relações
Novo Mundo	Dependência das Redes Sociais	Desporto	Problemas Ambientais	Saúde Mental e Bem-Estar	Perspectivas Futuras	Hobbies e Profissões
Euro Net	Encontrar um Emprego	Dificuldade em fazer novos amigos e manter amizades	Dúvidas sobre como atingir determinados objetivos no futuro	Dúvidas sobre como atingir determinados objetivos no futuro	Estabilidade Financeira	Dificuldades em fazer novos amigos e manter amizades
Crossing Borders	Saúde Mental	Religião	Saudade de casa	Estabilidade Financeira	Relações	Autoestima e padrões sociais
CRN	Futuro	Profissionalização	Maioridade	Saúde Mental	Aprender um idioma enquanto mora em um país estrangeiro	Relacionamentos e interações sociais
Active Youth	Saúde Mental	Paixões e Hobbies	Futuro	Conexões Pessoais	Família	Crescimento

Legenda dos tópicos			
5	5	2	2
Saúde Mental e Bem-Estar	Futuro	Dependência das Redes Sociais	Emprego/Encontrar um emprego
5	2	2	2

Relações	Paixões e Hobbies	Estabilidade Financeira	Maioridade/Crescimento
1	1	1	1
Situação na Grécia	Desportos	Problemas Ambientais	Autoestima e padrões sociais
1	1	1	1
Saudades de Casa	Religião	Aprender um idioma enquanto mora em um país estrangeiro	Família
1			
Profissionalização			

Observações por tópicos

Maioridade/Crescimento

De acordo com o fluxo da conversa, alguns tópicos preparados tiveram que ser organizados para manter o fluxo do tema. O CRN pôde tocar em todos os pontos que desejasse, mesmo que nem todas as perguntas tenham sido feitas pelo facilitador. Eles comeram em um restaurante e gostaram muito do ambiente lá, que era calmo. Por isso, não utilizaram o Ebook de Receitas para Conversação, porém consideraram que o Guia do Formador foi útil para preparar o evento.

A Juventude Ativa ficou satisfeita com o ambiente acolhedor criado, mas não encontrou todos os ingredientes desejados. Eles prepararam a comida junto com os participantes e por ser o último jantar e todos se conhecerem, não precisaram de orientação.

Ambas as associações consideram que a alimentação (e a preparação dos alimentos) contribuiu para um momento de união entre os participantes, o que trouxe um sentimento de união.

Os momentos de tensão foram restaurados através da promoção da comunicação aberta e da escuta ativa.

A partir de observações gerais, concluímos que o tema “amadurecimento” pode realmente ser percebido de diferentes maneiras, de acordo com as pessoas e as suas visões e vivências.



Emprego/Encontrar um emprego

Ambas as organizações, Kainotomia e Euro-Net, sentiram a necessidade de adaptar as questões orientadoras e a sua ordem, de forma a acompanhar o fluxo da conversa e torná-la mais natural. Algumas perguntas não foram utilizadas, outras foram adicionadas e novos tópicos surgiram.

A Kainotomia teve que mudar o menu para um que não necessitasse do uso de aparelhos elétricos de cozinha. Em vez disso, prepararam juntos algumas sanduíches, o que os participantes consideraram um momento muito bom de ligação, trazendo mesmo para a conversa que este tipo de dinâmica contribuiria efetivamente para uma empregabilidade admirável, do ponto de vista deles. Chegando ao 5º jantar, todos estavam confortáveis e com vontade de sair com os amigos, o que contribuiu muito para o bom andamento da conversa. Na Euro-Net os participantes também estavam ativos e dispostos a participar, mas por ser o seu primeiro jantar, os facilitadores tiveram que quebrar o gelo no início. Porém, todos entrevistaram e os participantes conseguiram interagir entre si. No final, mencionaram que a alimentação durante o evento foi uma experiência nova e que contribuiu para a sua participação.

Em ambos os jantares tudo correu exatamente como planeado e consideraram que o jantar foi implementado com sucesso. No entanto, a Euro-Net mencionou que notou que ter música a tocar ao fundo distraía os participantes, em contraste com o que pensavam que faria.

Do ponto de vista da utilidade do Ebook de Receitas para Conversação, para a Kainotomia foi extremamente importante uma vez que ajudou na criação de todo o conceito e organização do jantar, e para a Euro-Net não foi tão útil uma vez que eles não cozinhavam e tiveram que pedir comida.

Do ponto de vista da utilidade do Guia do Formador, para ambas as associações foi crucial facilitar a conversa e criar um ambiente seguro, especialmente para a Euro-Net porque foi o primeiro jantar e continha boas dicas.

Esse tema foi muito acolhedor e gerou muita participação porque é algo que acontece com toda a gente. Os participantes compartilharam as suas histórias pessoais sobre como encontrar um emprego, as suas preocupações e problemas gerais que podem surgir com a luta para encontrar o emprego perfeito.

Problemas ambientais

Para este jantar, o Novo Mundo teve que adaptar a dinâmica, e até eliminar alguns, porque tinham mais jovens do que o esperado. O fluxo da conversa foi considerado um pouco forçado e eles acreditam que o cansaço, a sensação de repetir o que ouvem todos os dias na escola e



o medo de falar algo errado contribuíram para isso. Mesmo sendo o 3º jantar realizado pelo Novo Mundo, fizeram-no com gente nova (nem todos, mas a maioria sim) e numa casa de acolhimento, o que levou a uma gestão de energias mais difícil e também a alguns conflitos. Estas foram resolvidas pelos participantes mais antigos, e os facilitadores contribuíram lembrando que a importância era estar presente e participar, acalmando o ambiente. Além disso, os facilitadores tiveram que utilizar algumas estratégias para envolver os participantes nas conversas em alguns momentos.

Além disso, houve uma dinâmica agradável de criação das próprias pizzas, o que foi muito apreciado pelos mais novos, já que era a primeira vez. Para lembrar no futuro, é importante garantir que haja fornos suficientes, ou começar a colocar as pizzas à medida que vão sendo feitas, caso contrário levará muito tempo para fazer todas. Também é uma boa sugestão fazer alguns petiscos enquanto as pizzas assam, para que os participantes possam comer enquanto aguardam o “prêmio”.

No final, consideraram que o preparo dos alimentos e a própria comida eram uma ótima forma de aproximar estes jovens, criando um momento de integração entre eles.

Para este jantar, a Novo Mundo achou que tanto o Ebook de Receitas para Conversas quanto o Guia do Formador foram úteis. A primeira pela forma que contribuiu para uma preparação adequada do evento, e a segunda porque ajudou com algumas pistas para manter o ambiente descontraído.

Concluindo, é importante ter a certeza de que o grupo não é tão grande, ou pelo menos já se conhecem e conseguem lidar uns com os outros, o que não aconteceu. Porém, o tema é importante e ao final os jovens refletiram sobre seus hábitos e atitudes em relação ao meio ambiente e tiveram o desejo de mudar algumas coisas no seu dia a dia.

Familia

Este jantar, organizado pela Juventude Ativa, foi o seu 5º, pelo que os participantes já se conheciam, o que contribuiu para um bom fluxo de conversa. Correu tudo conforme o planeado e conseguiram deixar o ambiente aconchegante para todos. A única coisa que tiveram que prestar mais atenção foi ao timing, achando que tinham que ser mais rigorosos depois dos intervalos.

Para eles, o preparo dos alimentos e a própria comida ajudaram a deixar as pessoas mais acolhidas e descontraídas, criando um sentimento de conexão.



O E-book de Receitas para Conversas e o Guia do Treinador não foram muito úteis desta vez, uma vez que o ambiente estava calmo e eles estavam bem preparados.

Estabilidade Financeira

Para o Crossing Borders foi necessário alterar a receita original pensada para o jantar para uma mais quente. Além disso, porque demoraria mais tempo, iniciaram previamente a parte da preparação, o que os ajudou a ter tempo para cozinhar com os participantes e também para dialogar. Além disso, eles saltaram o jogo para quebrar o gelo porque todos já estavam a conversar entre si.

Para ambas as organizações, o jantar sobre este tema correu muito bem e de acordo com o planeado. Mencionaram que todos estavam envolvidos, partilharam experiências pessoais, competências e conselhos e que poderiam terminar a tempo. O fluxo de ambas as conversas foi muito tranquilo, os participantes sentiram-se envolvidos e bem-vindos. Para a Euro Net, os facilitadores tiveram que reforçar a ideia de que deveriam ter uma conversa normal entre “amigos” e também estimular os jovens para os tirar da timidez. O bom ambiente que criaram contribuiu para isso.

Em ambos os jantares, a integração da comida no jantar foi fundamental para tornar o diálogo mais natural e gerar diálogo entre os participantes.

Ambas as associações referiram a importância que o Guia do Formador teve neste jantar em particular, por um lado para garantir um ambiente seguro, e por outro para dar ideias para novas receitas e jogos para quebrar o gelo.

Resumindo, os facilitadores compreenderam melhor do que nunca que é importante apoiar, dar alguns conselhos e principalmente partilhar empatia e compreensão sobre os problemas que estão a ser falados. A estabilidade financeira, ou a falta dela, pode ser muito stressante e é importante que os participantes entendam que não estão sozinhos e devem ter uma atitude positiva em relação a isso.

Futuro

Começando pelas mudanças necessárias, a primeira foi o tempo dos quebra-gelos que teve que ser reduzido para garantir tempo suficiente para o diálogo, mas não foi suficiente e foi necessário também ampliar o cronograma (Kainotomia). Além disso, era necessário pedir comida porque não havia local adequado para cozinhar e também era esperado que houvesse mais jovens do que o normal, o que dificultaria o processo de cozimento (NV).

Para a Euro-Net, tiveram que retomar o projeto porque tinham gente nova neste jantar e sentiram essa necessidade.



Em geral, foi necessário adaptar as dinâmicas, as perguntas e também o cronograma elaborado, devido ao tipo de participantes e porque em alguns casos o diálogo demorou muito.

Das coisas que não correram como planeado, podemos destacar a falta de empenho para comparecer ao jantar (Kainotomia e CRN) e o atraso na entrega da comida e na conclusão (NV).

O único tipo de conflito que aconteceu sobre o tema deste jantar foi com a Euro-Net, onde os facilitadores tiveram que mediar para evitar a sobreposição de vozes e a formação de subgrupos dentro do grupo.

Todas as associações concordaram sobre a importância da alimentação para criar um momento de ligação entre os participantes e que ajudou a criar um ambiente descontraído onde todos partilhavam os seus pensamentos. Apenas o Novo Mundo referiu que o espírito do grupo e a dinâmica criada foram mais relevantes do que a comida em si.

Todas as associações mencionaram que tiveram um fluxo de conversa tranquilo, onde todos mostraram vontade de participar e partilharam as suas perspetivas.

De acordo com o que correu exatamente como planeado, podemos destacar a discussão de todos os tópicos principais (Kainotomia e CRN), dos quebra-gelos e dinâmica (NV) e do tempo e atmosfera (AY).

Do ponto de vista da utilidade do Ebook de Receitas para Conversação e do Guia do Formador, todas as associações concordaram que ambos eram muito úteis. A primeira na forma como as receitas aqui apresentadas foram fáceis de seguir e preparar e ajudaram no preparo geral do jantar. A segunda, de forma que oferecesse boas dicas de como facilitar e o que observar durante o jantar, contribuindo para uma comunicação eficiente.

Concluindo, o tema foi muito bem recebido pelos participantes. No caso da Euro-net, chegaram a repetir o tema noutra jantar de diálogo. Todos os participantes, de forma geral, mostraram-se interessados no tema, demonstrando tanto apreço como depreciação sobre um futuro relacionado à tecnologia (Kainotomia) e pareciam preocupados com um futuro incerto e difícil.

Saudades de Casa

Crossing Borders, que organizou este jantar, referiu que não alterou nada no horário previsto, o que foi um erro uma vez que o jantar terminou uma hora depois da hora prevista. Conseguiram avisar os participantes sobre o atraso que estavam a ter e alguns deles decidiram ficar em qualquer lugar. Além disso, tudo correu conforme planeado e não surgiram conflitos. A CB percebeu que 2 horas para este evento não são suficientes e recomendou 2 horas e 30 minutos, no mínimo.

Eles consideraram que a parte de cozinhar foi um momento de união, uma vez que os participantes aprenderam uns sobre os outros, o que tornou a conversa muito tranquila, pois todos estavam confortáveis e envolvidos.



Sobre a utilidade do Ebook de Receitas para Conversação, foi útil escolher a receita e dar uma olhada nas questões relacionadas, e o Guia do Formador ajudou na organização geral e para obter ideias para os quebra-gelos.

Relações

As alterações encontradas pelo tema deste jantar estiveram relacionadas com o pedido de comida em vez de a cozinhar, o que poupou muito tempo gasto no próprio diálogo (Kainotomia) e com o horário do jantar que foi mais longo do que o esperado (Euro-Net e CRN).

Por conta disso, uma das coisas citadas que não saiu como planeado foi a gestão do tempo, sob diferentes pontos de vista (participantes que falavam muito, comida que demorou mais, questões de escritório).

Não foram mencionados conflitos em nenhum dos jantares, em geral todos foram pacíficos e com entendimento mútuo por parte dos participantes.

A integração da comida em todos os jantares foi muito bem-vinda e ajudou a quebrar o gelo. Os participantes gostaram de partilhar uma refeição, tanto enquanto cozinhavam como depois dessa parte. Ter comida para partilhar deixou todos mais confortáveis e contribuiu para criar um sentido de comunidade e construir ligações entre eles.

Talvez por isso, todas as associações mencionaram que tiveram uma conversa tranquila neste jantar. A CRN introduziu alguns dinamizadores ao longo do jantar que levaram a discussões frutíferas, e a Kainotomia destacou este jantar como sendo notável, com os seus participantes a terem um elevado nível de envolvimento no tema.

De uma forma geral, todos os jantares decorreram dentro do esperado e nenhuma das associações mencionadas registou declínios a esse respeito.

Do ponto de vista da utilidade do Ebook Receitas para Conversa, quase todas as associações concordaram com a sua utilidade, apostando em ser a base para todo o conceito e organização do evento, bem como para a procura das questões elaboradas. Para a Euro-Net e a AY não foi muito útil porque não experimentaram a receita e porque prepararam perguntas personalizadas, respetivamente.

Do ponto de vista da utilidade do Guia do Formador, houve um acordo geral sobre a sua utilidade, uma vez que ajudou a compreender como conduzir um jantar de diálogo sobre tal tema, mantendo um ambiente seguro.

Para concluir, as associações referiram que este jantar específico correu muito bem, e em alguns casos os participantes aprofundaram muito as suas histórias e experiências.



Aprender um idioma enquanto mora em um país estrangeiro

Neste jantar organizado pelo CRN, consideraram que não havia necessidade de fazer alterações, no entanto tiveram mais participantes do que o previsto, o que dificultou o papel do facilitador. Esse número não gerou conflitos, pelo contrário, os participantes estavam muito entusiasmados e com vontade de participar, tendo uma conversa bastante tranquila onde todos falavam e partilhavam opiniões. O fluxo da conversa deu-se também à dinâmica alimentar, que consideraram que aproximava as pessoas e contribuía para um ambiente descontraído. Eles puderam discutir os principais tópicos que haviam preparado.

A CRN reconheceu que o Guia do Formador foi útil para acolher o evento, ao contrário do Ebook Receitas para Conversa porque não consultou as receitas para preparar este jantar. Este tópico é importante para quem mora na Alemanha, mas não é fluente em alemão.

Saúde Mental e Bem-Estar

Sobre o tema deste jantar, as alterações ocorridas estiveram sobretudo relacionadas com:

A adaptação das receitas e da parte culinária, onde as associações optam por uma nova, encomendam comida e cozinham mais do que o previsto (Kainotomia, NV e CRN);

A utilização das questões preparadas, que em geral não eram tão comentadas e surgiram novas questões (Kainotomia, CB e AY);

As dinâmicas que foram remarcadas e os quebra-gelos que não foram feitos (NV e CB).

Das coisas que não correram como planeado, podemos destacar problemas com a assiduidade dos participantes (Kainotomia e CB), o tempo prolongado do jantar (NV e AY) e a vontade dos participantes (NV e CRN).

Além disso, não houve conflitos, mas o CRN mencionou um pouco de tensão que teve no final devido ao carácter delicado e pessoal do tema. Para restaurar o clima agradável, acabaram por fazer perguntas diferentes e mais suaves.

Mais uma vez, todas as associações concordaram que a alimentação era essencial para a integração dos participantes, tornando-se um ambiente agradável e tranquilo. Aqueles que prepararam a comida juntos destacaram a importância daquele momento para o envolvimento dos participantes, criando um jantar ainda mais descontraído, onde puderam ter conversas significativas.

Em geral, todos os jantares tiveram um fluxo de conversa tranquilo, mas algumas associações mencionaram o facto de o tema ser sensato e nem todos os participantes terem conseguido falar. Para isso, foi importante criar um ambiente seguro e acolhedor, começando pelos momentos de quebra-gelo e de cozinha, bem como garantir que o espaço fosse fechado e descontraído. Além de não haver todos os participantes a partilhar as suas histórias pessoais, em geral todos estavam atentos e a partilhar a sua opinião, às vezes apenas quando questionados.



Todos os jantares foram mencionados como tendo ocorrido exatamente como planeado. O Ebook Receitas para Conversação foi útil para todos os jantares na medida em que ajudou os facilitadores a preparar o evento e consumir menos tempo nisso e não perder nenhuma parte da preparação, e o Guia do Formador ajudou na condução do próprio jantar e com algumas dicas para facilitar e criar um ambiente seguro. Concluindo, algumas associações mencionaram a necessidade de criar um ambiente acolhedor onde os participantes pudessem se sentir confortáveis e não em um evento formal. 3 das 5 associações que acolheram o tema deste jantar têm-no como o primeiro jantar de diálogo, pois os resultados foram muito bons e inesperados.

Paixões e Hobbies

Para este tópico, as alterações necessárias estão relacionadas com a ordem dos quebra-gelos vs apresentação do projeto e no próprio quebra-gelo no jantar oferecido pela AY. O novo quebra-gelo que prepararam presumia que os participantes trariam um objeto pessoal relacionado aos seus hobbies, mas nem todos o trouxeram. Do lado da NV, a única coisa que não saiu como planejado foi o tempo que eles achavam que precisariam para comer, que excedeu um pouco. Além disso, o resto dos dois jantares correu muito bem e de acordo com o planejado anteriormente, e não ocorreram conflitos.

Para a NV, a forma como decidiram preparar os cachorros-quentes foi o principal ponto que reuniu os participantes, já que todos estavam juntos e se divertindo nesse preparo. Em ambos os jantares a alimentação foi fundamental para a integração e boa comunicação do grupo.

O fluxo da conversa foi tranquilo em ambos os casos, mas NV mencionou que havia alguns participantes menos interessados. No entanto, todos contribuíram para a conversa.

O Ebook Receitas para Conversação foi útil para ambas as organizações de uma forma que permitiu uma melhor preparação do evento com menos tempo gasto nisso, mas o Guia do Formador foi geralmente útil para AY mas não para NV, uma vez que tinham um grupo maior do que o que é esperado e explicado no guia. Saíram com dinâmicas criadas por eles que funcionam para grupos de mais pessoas, e não para os do guia.

NV considera que este é um tema muito bem-vindo que faz com que os jovens pensem primeiro na sua situação atual e depois no seu futuro.

Profissionalização

Esse jantar foi oferecido pela CRN e a principal mudança que precisavam fazer era reduzir o tempo para perguntas devido ao tempo gasto a cozinhar. Além disso, também as próprias receitas e o envolvimento no tema não saíram como planejado.



Porém, o tempo gasto a cozinhar valeu de uma forma que criou um momento de união e ajudou as pessoas a se conhecerem. Criaram equipas de cozinha de 2 pessoas que também contribuíram para isso.

O fluxo da conversa foi bastante tranquilo, com alguns participantes realmente interessados, mas outros não conversaram muito.

A ferramenta mais útil foi o Guia do Formador, considerando as dicas do facilitador que contém.

Comparando este segundo jantar da equipa do CRN com o primeiro, consideram que houve muito menos interesse do que o jantar anterior, onde notaram que os participantes estavam muito mais calados e cansavam-se rapidamente.

Religião

Neste jantar oferecido pela Crossing Borders, a única coisa que não correu como planeado foi o horário, uma vez que estava desatualizado. O que mais contribuiu para isso foi o jogo inicial que demorou um pouco mais. No entanto os participantes estavam conscientes do atraso, mas consideram que é preferível prolongar o evento para 2 horas e meia em vez de apenas 2 horas, para que consigam ter mais tempo para conversar dentro da própria parte da alimentação e atingir facilmente os objetivos do jantar.

A comida e o cozimento adequado em conjunto contribuíram para reunir as pessoas, embora o grupo estivesse separado em dois. No entanto, todos gostaram de fazer a refeição juntos, mostrando mais uma vez como a comida pode unir as pessoas.

O fluxo da conversa geral foi tranquilo, com os participantes envolvidos no tema e no próprio evento, e não surgiram conflitos. Em geral, tudo aconteceu conforme planeado.

Quanto à utilidade do Ebook de Receitas para Conversação, revelou-se útil ao fornecer um enquadramento sobre o tema e também a perguntas orientadas, enquanto o Guia do Formador ajudou ao fornecer orientações gerais e uma estrutura para o evento.

Dependência das Redes Sociais

Ambas as associações que lideraram o tema deste jantar tiveram que adaptar os temas da discussão e permitir que os participantes seguissem o seu próprio fluxo, o que foi inesperado. Do ponto de vista do que não saiu como planeado, no caso da Kainotomia, pediram pizza em vez de processar com o menu da receita, e no caso da NV tiveram que alterar a receita original porque levaram em consideração as alergias alimentares, e também terminaram um pouco mais tarde devido ao atraso inicial dos participantes.

Não houve conflitos em nenhum dos jantares. Kainotomia mencionou que os participantes foram incentivados a ouvir a todos, o que contribuiu para manter o bom clima, bem como o fato dos participantes se conhecerem.



Em ambos os jantares, a comida e a preparação da comida (Kainotomia pediu comida, mas os participantes prepararam saladas e sobremesas juntos) criaram um ambiente descontraído em torno dos participantes, contribuindo para um agradável e com o envolvimento dos mesmos.

Sobre o fluxo da conversa sobre o tema deste jantar, a NV pôde observar um crescimento notável na participação dos participantes, uma vez que eles foram perdendo a timidez e passaram a falar com fluência, o que proporcionou um bom fluxo de conversa, permitindo a exposição de todos os temas planejados. Para Kainotomia, esse fluxo foi notavelmente suave e os participantes compartilharam ativamente os seus pensamentos, tanto que precisaram de mais tempo para permitir que todos tivessem uma palavra a dizer sobre cada tópico.

O E-book Receitas para Conversação foi considerado útil por ambas as organizações porque dava orientações sobre a preparação do jantar e as perguntas para o facilitador. Por outro lado, o Guia do Formador foi relevante para a preparação da Kainotomia, mas não para a NV. Concluindo, temas como cirurgias plásticas, notícias falsas e influenciadores foram comprovadamente os temas mais quentes entre o nosso grupo de jovens no jantar do Kainotomia e NV mencionou que esse tema foi muito bem-vindo entre os participantes e eles até descobriram coisas novas juntos que eles realmente apreciavam.

Desportos

Neste jantar oferecido pelo Novo Mundo, eles precisaram fazer muitas mudanças já que 3 dos participantes cancelaram a participação no último minuto. Adaptaram os quebra-gelos, a dinâmica e a divisão de tarefas para um grupo de 5 pessoas no total. Além disso, outra coisa que não saiu como planejado foi o tempo gasto a cozinhar, porque era o segundo jantar, mas o primeiro onde cozinham, e eles não esperavam gastar tanto tempo a cozinhar. No entanto, e contra todas as expectativas, o jantar em si decorreu como planejado, de forma que as dinâmicas preparadas conduziram aos temas esperados e pudemos falar sobre tudo o que pensámos, e os participantes, mesmo que fossem poucos, mostraram-se realmente interessados no tópico e felizmente as suas experiências e preocupações. O fluxo da conversa foi super tranquilo depois que um bom ambiente foi criado, e eles estavam o tempo todo a gerar novos assuntos. Nenhum conflito surgiu lá. A parte de cozinhar foi definitivamente um momento de união porque foi a primeira vez que alguns deles cozinham e até brincaram com isso.

Eles consideraram o Ebook de Receitas para Conversação útil para organizar o evento, mas o Guia do Formador não foi necessário.

Concluindo, o tema foi um sucesso apesar da falta de participantes, e os participantes perceberam o quanto é importante manter alguns hábitos desportivos de alguns bebés já na adolescência.



Situação na Grécia

Este jantar, oferecido pela Kainotomia, não teve alterações em relação à programação original. Os participantes que compareceram ao jantar não foram tantos quanto o esperado e também apareceram novas pessoas que não eram esperadas. Além disso, o resto do jantar correu como esperado e a conversa correu bem, devido ao ambiente agradável criado e também pelo facto dos participantes se conhecerem. Centraram-se nas questões que eram mais apelativas para o grupo relativamente à sua cidade e, apesar de esperarem alguns conflitos relacionados com ideologias políticas, distribuição de riqueza e disparidades económicas, não houve quaisquer conflitos. A integração da comida no evento, especialmente a parte culinária, contribuiu para o ambiente tranquilo e provavelmente para a aceitação das ideias de cada um.

O E-book de Receitas para Conversação e o Guia do Formador foram úteis para sediar o evento.

Concluindo, esse tema foi muito bem recebido, pois atinge todos que moram naquela cidade (Larissa). Além da parte envolvente, os facilitadores tiveram um papel crucial na gestão do fluxo dos tópicos que podem gerar conflitos.

Autovalorização e padrões sociais

Para este jantar, a Crossing Borders teve que alterar a data original do evento devido a cancelamentos de última hora, a sala normalmente utilizada para os jantares e depois também mudaram o tema escolhido por um novo que acharam que funcionaria melhor, e de facto funcionou. De acordo com essas mudanças, todo o resto saiu conforme o planeado, e o tema que decidiram mudar e adaptar ao grupo gerou um fluxo de conversa tranquilo, até porque era o último jantar e o grupo já se conhecia. Contudo, isso não impediu que houvesse um pico elevado na conversa, que foi imediatamente mediado pelos facilitadores. A integração da comida não foi tão significativa neste jantar, pois os participantes só se encontraram para comer e não prepararam nada.

O E-book de Receitas para Conversação e o Guia do Formador foram úteis para sediar o evento.

Concluindo, este tema foi pessoal e frutífero e repercutiu muito no grupo. Consideraram que foi um último jantar agradável e criaram uma dinâmica para os participantes se despedirem.



Observações Gerais e Conclusões

Este relatório de observação geral teve em conta os relatórios de observação individuais de cada jantar de diálogo. Para isso, foi observado, comparado e contrastados os seguintes assuntos de cada jantar:

1. As mudanças necessárias em relação ao cronograma original;
2. O que não saiu conforme o planeado;
3. Se houve algum conflito;
4. A integração da alimentação durante o evento;
5. O fluxo da conversa;
6. O que correu conforme o planeado;
7. A utilidade do Ebook Receitas para Conversação;
8. A utilidade do Guia do Formador;
9. Observações e comentários gerais.

Os sujeitos nem sempre seguiram essa ordem e foram descritos de acordo com as suas descrições originais.

Em relação aos assuntos, podemos concluir que:

1. As principais mudanças observadas foram em relação a a) As receitas que foram modificadas devido às condições de cozimento dos locais onde ocorriam os jantares ou para economizar tempo b) O número de participantes que compareceram ora foi menor ora mais do que o esperado c) A utilização dos quebra-gelos, que foram adaptados de acordo com os grupos d) A ordem e tipo de perguntas feitas pelos facilitadores, que foram adaptadas de acordo com o fluxo da conversa.
2. Relativamente às coisas que não correram como planeado, as mais importantes são a) Atrasos na hora prevista para o final do jantar, provocados por dificuldades na gestão do tempo e também por erro de cálculo no número de horas previstas para a duração b) A falta de envolvimento dos participantes para comparecerem ao evento e confirmarem a sua participação, o que levou a alterações nas datas e na dinâmica, e por vezes as associações só sabiam quantas pessoas participariam já no evento.
3. Em geral, não foram registrados conflitos específicos. Às vezes, os facilitadores tiveram que mediar para evitar a sobreposição de vozes e a formação de subgrupos dentro do grupo, mas nada mais do que isso.
4. Basicamente quase todos os jantares concordaram que ter, partilhar e preparar comida era decisivo para reunir as pessoas e criar um momento de união. A comida era fundamental para quebrar o gelo às vezes, e criava um ambiente aconchegante e longe da timidez.
5. Na maioria dos jantares houve um fluxo de conversa tranquilo, na maior parte dos casos devido ao ambiente descontraído e ao interesse dos jovens.



6. As coisas mencionadas que correram de acordo com os planos são a) Os participantes partilharam as suas ideias e pontos de vista sobre não todos, mas os tópicos principais b) O ambiente acolhedor e descontraído criado nos locais dos jantares c) Os resultados dos quebra-gelos ou energizadores onde as pessoas se sentiram imediatamente confortáveis.
7. De modo geral, o Ebook Receitas para Conversa revelou utilidade para a maioria dos casos, de forma que ajudou os facilitadores a organizar todo o evento, a seguir a receita e a ter perguntas norteadoras sobre os temas.
8. Também de forma geral, o Guia do Formador foi comentado como útil, principalmente porque dava dicas de como facilitar o jantar e como criar um ambiente acolhedor.
9. Os comentários sobre os jantares foram principalmente sobre como o tema foi recebido no jantar, e depois sobre outras coisas específicas de cada jantar.

Quadro e Diretrizes Sustentáveis

Critérios Avaliados

As questões feitas para avaliar a sustentabilidade do jantar foram:

A - Sobre os ingredientes:

- 1) Os seus vegetais e frutas são sazonais;
- 2) A sua receita tem poucos laticínios e/ou produtos de origem animal;
- 3) Os seus ingredientes estão livres de embalagens de plástico;
- 4) A receita não requer muita energia e recursos;
- 5) A sua receita evita desperdício de alimentos;
- 6) Estás a fazer compostagem do inevitável desperdício de alimentos.

B - Sobre o fornecedor:

- 1) Levas os teus próprios sacos de tecido ao fazer compras;
- 2) Estás a comprar a maioria dos produtos em granel;
- 3) Estás a comprar produtos do teu país;
- 4) Estás a comprar produtos da tua cidade.

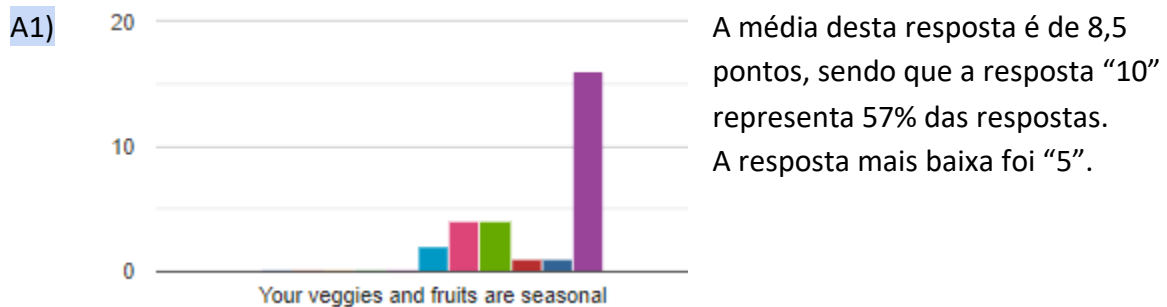
Para cada questão, as associações avaliam de 1 a 10 e depois calculam o número total de pontos, que pode ser no máximo 100 pontos.

Foi considerado um total de 28 respostas, correspondente ao número total de relatos de observação que o reportaram.

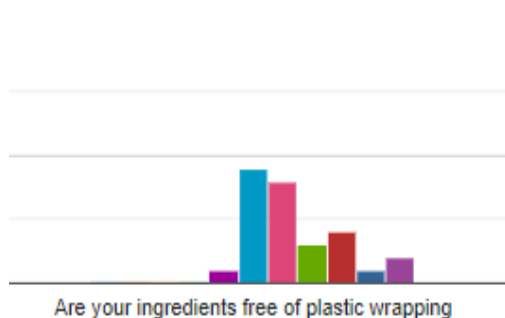
Gráficos e resultados



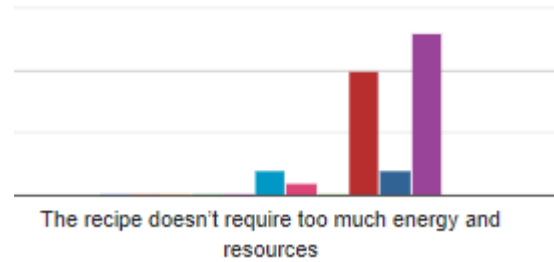
Ingredientes



A2) A média desta resposta é de 7,4 pontos, sendo que a resposta "10" representa apenas 25% das respostas, o mesmo que a resposta "8". A resposta mais baixa foi "2".



A4) A média desta resposta é de 8,7 pontos, sendo que a resposta “10” representa 46% das respostas. A resposta “8” também é importante, representando 36% das respostas. A resposta mais baixa foi “5”.



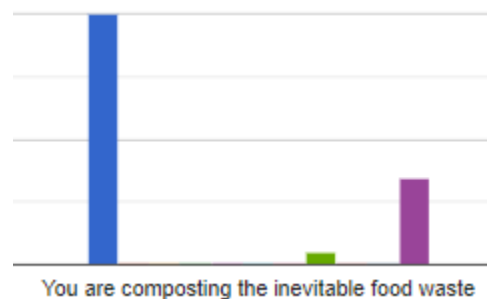
A5)

a



A média desta resposta é de 9,7 pontos, sendo que resposta “10” representa 86% das respostas. A resposta mais baixa foi “6” com apenas 1 voto.

A6) A média desta resposta é de 2,8 pontos, sendo que a resposta mais votada é “0” e representa 71% das respostas. Houve votação em “7” e as restantes foram para “10”.



Fornecedor

B1)



Co-funded by
the European Union

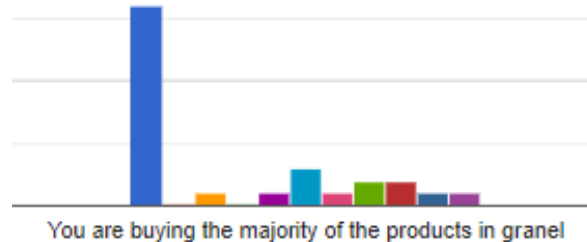
Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



A média desta resposta é de 9,1 pontos, sendo que a resposta “10” representa 89% das respostas.

A resposta mais baixa foi “0” com apenas 2 votos e houve 1 voto em “5”.

B2) A média desta resposta é de 2,7 pontos, sendo que a resposta mais votada é “0” e representa 57% das respostas. As restantes respostas tiveram 1 ou 2 votos na generalidade.



B3)



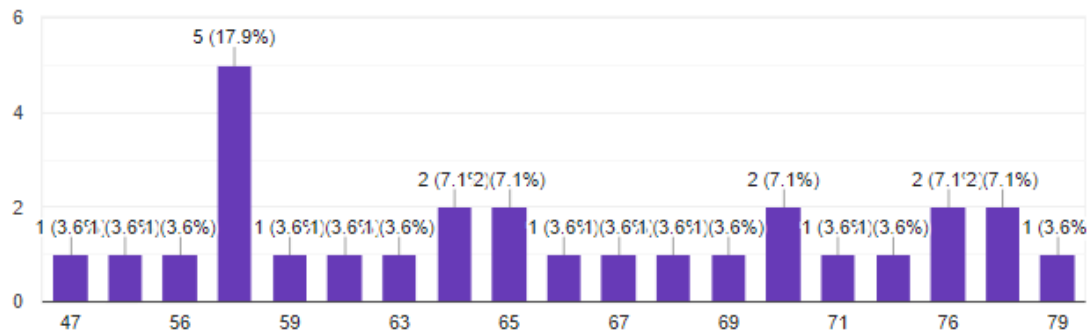
A média desta resposta é de 6,7 pontos, sendo que a resposta “8” representa 36% das respostas.

A resposta mais baixa foi “0” com apenas 1 voto.

B4) A média desta resposta é de 3,9 pontos, sendo que a resposta mais votada é “5” e representa 39% das respostas. A resposta mais baixa foi “0” com 7 votos.



Total dos pontos



A média do total de pontos dos jantares é de 65 pontos. A resposta que mais vezes foi contabilizada é “58” representando 17,9% das respostas.

Conclusões

- 1) Grande parte dos jantares foram feitos com frutas e vegetais da época, sendo que 57% dos jantares optaram apenas por essas opções.
- 2) A maioria dos jantares utilizou ingredientes com poucos produtos de origem animal, e apenas 7 deles eram produtos de origem animal totalmente gratuitos.
- 3) Apenas 2 jantares tiveram embalagens totalmente isentas de plástico em todos os seus ingredientes, e a média indica que houve uso de plástico nas embalagens dos ingredientes, pelo menos em alguns dos ingredientes escolhidos para os jantares.
- 4) A maioria dos jantares utilizou receitas que não exigiram muita energia e recursos, apenas 3 exigiram um pouco mais.
- 5) Quase todos os jantares foram confeccionados com receitas que evitam o desperdício alimentar.
- 6) Relativamente à questão da compostagem dos resíduos alimentares, 20 jantares afirmaram que não compostavam nada, contra 7 que compostavam completamente.
- 7) Quase todas as compras de alimentos dos jantares foram feitas com sacos de tecido dos facilitadores ou organizações.



- 8) Metade dos jantares não utilizou ingredientes comprados a granel, contra a outra metade que comprou pelo menos alguns deles.
- 9) A maioria dos jantares contou com ingredientes do próprio país.
- 10) Em relação a ter ingredientes das cidades onde aconteceram os jantares, as respostas ficaram mais divididas, mas a resposta média (5) tem maior representatividade.

