



# Κοινωνία και Τρόφιμα

Ενότητα 3<sup>η</sup>: Διατροφικά πρότυπα και κοινωνικές ομάδες

Μαρία Παρταλίδου  
Τμήμα Γεωπονίας



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ  
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΣΠΑ  
2007-2013  
πρόγραμμα για την ανάπτυξη  
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ



# Άδειες Χρήσης

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό υπόκειται σε άδειες χρήσης Creative Commons.
- Για εκπαιδευτικό υλικό, όπως εικόνες, που υπόκειται σε άλλου τύπου άδειας χρήσης, η άδεια χρήσης αναφέρεται ρητώς.



# Χρηματοδότηση

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στα πλαίσια του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Το έργο «Ανοικτά Ακαδημαϊκά Μαθήματα στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης» έχει χρηματοδοτήσει μόνο την αναδιαμόρφωση του εκπαιδευτικού υλικού.
- Το έργο υλοποιείται στο πλαίσιο του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» και συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο) και από εθνικούς πόρους.





## Θεματικές Ενότητες Μαθήματος:

- Κοινωνιολογία του τροφίμου.
- **Διατροφικά πρότυπα και κοινωνικές ομάδες.**
- Εντοπιότητα και ιδιοτυπία τροφίμων.
- Τροφομίλια - Τοπικά συστήματα τροφίμων
- Σπατάλη τροφίμων (Food Waste και Food loss).
- Επισιτιστική κυριαρχία (Food Sovereignty)- Κινήματα τροφίμων.
- Αστική Γεωργία (Urban Garden Allotments).



# Ενότητα 3<sup>η</sup>: Διατροφικά πρότυπα και κοινωνικές ομάδες

# Βασικά ερωτήματα

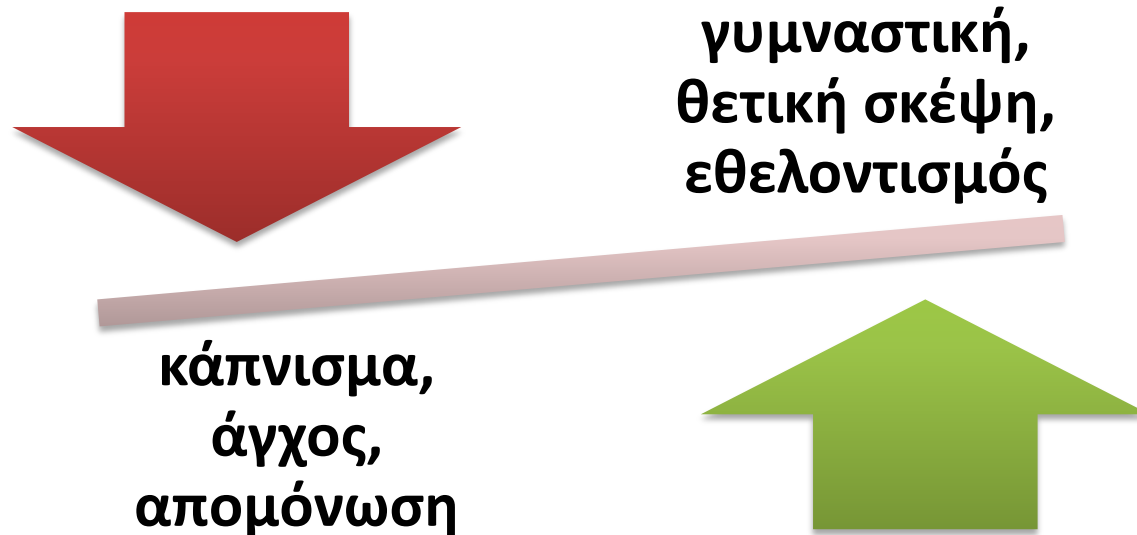
- Ποιές είναι οι δυνάμεις που οδηγούν στην αλλαγή των διατροφικών προτύπων;
- Πώς και γιατί υιοθετούμε μια υγιεινή διατροφή;
- Πώς και γιατί καθιερώθηκε η Μεσογειακή κουζίνα;
- Πώς η κουζίνα συνδέεται με την κοινωνική τάξη;
- Ποια η σχέση των μεταναστών με την κουζίνα τους;



# «ΥΓΕΙΑ»

## φυσική – πνευματική - κοινωνική

\* Σκεφτείτε : α) τις επιλογές που κάνετε (και δεν είναι σωστές)  
β) τις επιλογές που μπορείτε να κάνετε για να έχετε φυσική, πνευματική, κοινωνική υγεία

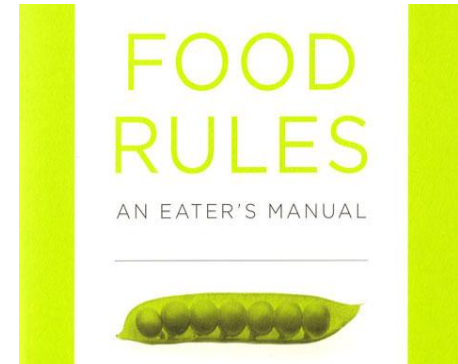


\* [FAO , Eating well for good health](#)



# Κανόνες για υγιείς ανθρώπους και υγιή πλανήτη (*Michael Pollan*)

- Μην τρώτε τίποτα που η γιαγιά σας δεν θα αναγνώριζε ως φαγητό!
- Αποφεύγετε ότι περιέχει πάνω από 5 συστατικά.
- Τρώτε φαγητά που έχουν ημερομηνία λήξης.
- Αποφεύγετε το σουπερμάρκετ.
- Δεν είναι φαγητό αν έρχεται από το παράθυρο του αυτοκινήτου σου.
- Δεν είναι φαγητό αν έχει το ίδιο όνομα παγκοσμίως.
- Τρώτε κρέας από ζώα καλοταϊσμένα.
- Μην ξεχνάτε τα μικρά-λιπαρά ψάρια.
- Μην τρώτε δημητριακά που αλλάζουν το χρώμα του γάλακτος.
- Μην παίρνετε ενέργεια από το ίδιο μέρος που παίρνει ενέργεια το αυτοκίνητό σας!



<http://michaelpollan.com/books/food-rules-illustrated-edition/>

RSA Short film, M. Jacimovic and B. Detalle

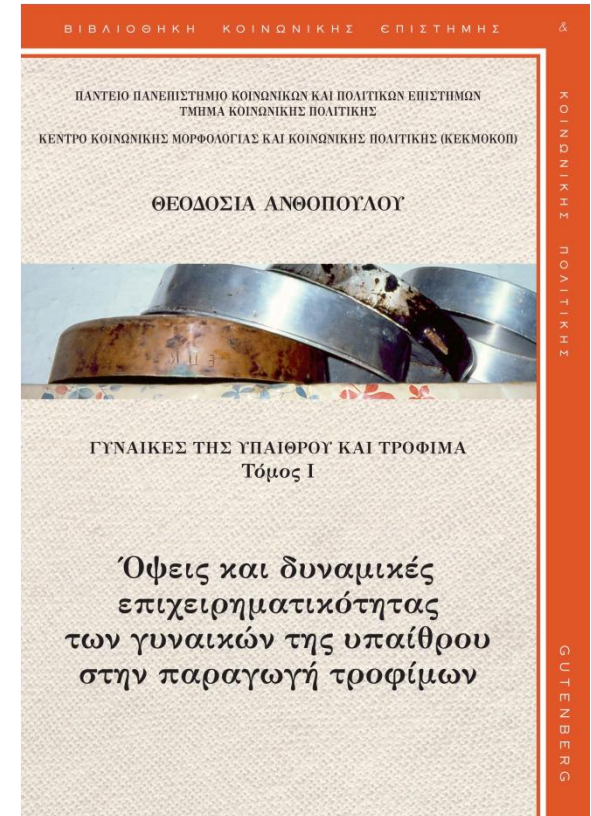
[https://www.youtube.com/watch?v=WvyV\\_idFAZA](https://www.youtube.com/watch?v=WvyV_idFAZA)





# Μεσογειακή Δίαιτα

- Πρότυπο υγιεινής και ισορροπημένης διατροφής.
- Εντάσσεται στο κοινωνικό πλαίσιο επιστροφής στο τοπικό-αυθεντικό.
- Μέσο επιστροφής στην παράδοση και στις αγροτικές ρίζες.
- Κοινωνική κατασκευή του σύγχρονου δυτικού καταναλωτισμού.

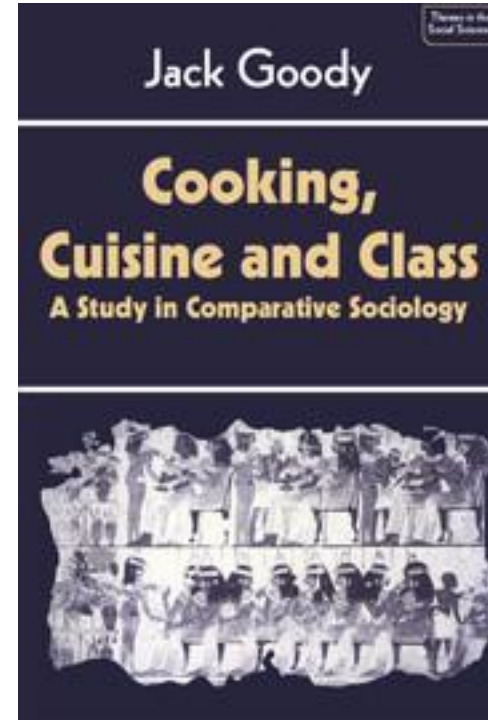


Πηγή: [http://syal.agropolis.fr/greece/all-resources/item/aspects-et-dynamiques-d-entrepreneurialite-des-femmes-du-milieu-rural-dans-la-production-agroalimentaire?category\\_id=17](http://syal.agropolis.fr/greece/all-resources/item/aspects-et-dynamiques-d-entrepreneurialite-des-femmes-du-milieu-rural-dans-la-production-agroalimentaire?category_id=17)



# Κουζίνα και κοινωνικές τάξεις

- Κουζίνα και διατροφή σε εθνοτικές ομάδες στη Γκάνα.
- Οι Αφρικανοί δεν άλλαξαν την κουζίνα τους, παρά την παγκοσμιοποίηση.
- Υιοθέτησαν βρετανικές συνήθειες.



[Jack Goody, J. \(1982\) Cooking, Cuisine and Class A Study in Comparative Sociology Part of Themes in the Social Sciences. Cambridge University Press](#)



# Αριστοκράτες και υπηρέτες

## Downton Abbey (Βρετανική τηλεοπτική σειρά)

- Ένας πύργος, μια οικογένεια αριστοκρατών και οι υπηρέτες της, στην Αγγλία των αρχών του προηγούμενου αιώνα.
- Η διαφορά των δυο τάξεων αντικατοπτρίζεται και στο φαγητό.



Πηγή: [http://en.wikipedia.org/wiki/Downton\\_Abbey](http://en.wikipedia.org/wiki/Downton_Abbey)



# Η κουζίνα του Πόντου

- Ταν.
- Κορκότο.
- Συρόν.
- Μαντί.
- Τανόμενον σορβάς.
- Βαρένικα.
- Εβρεστόν.
- Γιοφκάδες.
- Περέκ.



Παρασκευή παραδοσιακών ποντιακών εδεσμάτων από το Γυναικείο Αγροτικό Συνεταιρισμό του Αγίου Αντωνίου

Πηγή: [www.rururbal.eu](http://www.rururbal.eu)



# Συνθετική εργασία και συζήτηση

Επιλέξτε μια εθνοτική ομάδα και περιγράψτε:

- τα διατροφικά της πρότυπα.
- τις συνταγές.
- τα υλικά παρασκευής.
- τις συνήθειες στο καθημερινό τραπέζι και στις γιορτές.
- το βαθμό ευκολίας ή δυσκολίας πρόσβασης σε εξειδικευμένα υλικά της κουζίνας τους.

Σχολιάστε τη διαθεσιμότητα της αγοράς και την ικανότητα του αγροδιατροφικού μας συστήματος να καλύψει τις διαφορετικές πολιτισμικές ανάγκες των μεταναστών.



# Βιβλιογραφικές αναφορές

- Ανθοπούλου, Θ. (2008). Γυναίκες της υπαίθρου και τρόφιμα. Τόμος Ι. Όψεις και δυναμικές επιχειρηματικότητας των γυναικών της υπαίθρου στην παραγωγή τροφίμων. Βιβλιοθήκη Κοινωνικής Επιστήμης και Κοινωνικής Πολιτικής. Εκδόσεις Gutenberg. Αθήνα.
- Delisle, H., Vioque, J. and Gil, G. (2009). Dietary patterns and quality in West-African immigrants in Madrid. Nutrition Journal, 8:3  
<http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1475-2891-8-3.pdf>
- Freedman, M. and Grivetti, L. (1984). Diet patterns of first, second and third generation Greek-American women. Ecology of Food and Nutrition Vol.14:3, pp. 185-204.
- Κοβάνη, Ε. (2013). Διατροφικά κάτοπτρα. Σε αναζήτηση της ποιότητας, Στον συλλογικό τόμο: Περί εντοπιότητας και ιδιοτυπίας των τροφίμων. Μια εδαφική προσέγγιση της ανάπτυξης των αγροτικών περιοχών, επιμ. Θ. Ανθοπούλου, Παπαζήσης, Αθήνα.
- Μύσνικ, Ζ. (2010). Τροφές και Ποίηση. Επιθεώρηση Κοινωνικών Ερευνών, 132-133, Β΄ - Γ΄, σελ. 197-210.



# Σημείωμα Αναφοράς

- Copyright Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Μαρία Παρταλίδου. «Κοινωνία και Τρόφιμα. Διατροφικά πρότυπα και κοινωνικές ομάδες». Έκδοση: 1.0. Θεσσαλονίκη 2014. Διαθέσιμο από τη δικτυακή διεύθυνση: <http://eclass.auth.gr/courses/OCRS226/>



# Σημείωμα Αδειοδότησης

Το παρόν υλικό διατίθεται με τους όρους της άδειας χρήσης Creative Commons Αναφορά - Μη Εμπορική Χρήση - Όχι Παράγωγα Έργα 4.0 [1] ή μεταγενέστερη, Διεθνής Έκδοση. Εξαιρούνται τα αυτοτελή έργα τρίτων π.χ. φωτογραφίες, διαγράμματα κ.λ.π., τα οποία εμπεριέχονται σε αυτό και τα οποία αναφέρονται μαζί με τους όρους χρήσης τους στο «Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων».



Ο δικαιούχος μπορεί να παρέχει στον αδειοδόχο ξεχωριστή άδεια να χρησιμοποιεί το έργο για εμπορική χρήση, εφόσον αυτό του ζητηθεί.

Ως **Μη Εμπορική** ορίζεται η χρήση:

- που δεν περιλαμβάνει άμεσο ή έμμεσο οικονομικό όφελος από την χρήση του έργου, για το διανομέα του έργου και αδειοδόχο
- που δεν περιλαμβάνει οικονομική συναλλαγή ως προϋπόθεση για τη χρήση ή πρόσβαση στο έργο
- που δεν προσπορίζει στο διανομέα του έργου και αδειοδόχο έμμεσο οικονομικό όφελος (π.χ. διαφημίσεις) από την προβολή του έργου σε διαδικτυακό τόπο

[1] <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>







# Τέλος ενότητας

Επεξεργασία: Μαρία Αλεμπάκη  
Θεσσαλονίκη, Εαρινό Εξάμηνο 2013-2014

