



SOUL Food

Percorsi: Competenze, Opportunità, Crescita e Apprendimento per le Donne Migranti attraverso il Cibo

LINEE GUIDA PER I PROFESSIONISTI

Redattore:
GEINNOVA, Spagna

Numero di progetto: 2024-1-IT02-KA220-ADU-000245151



Co-funded by
the European Union

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

Indice

1. Introduzione
2. L'ecosistema delle risorse SOUL FOOD
3. Orientarsi prima di iniziare (Modulo 0)
4. Comprendere le studentesse (Modulo 1)
5. Scelta e combinazione dei metodi di insegnamento (Modulo 2)
6. Strutturazione delle sessioni e programmi delle lezioni (Modulo 3)
7. Valutazione inclusiva dell'apprendimento (Modulo 4)
8. Utilizzo del percorso educativo modulare (Moduli 1–10)
9. Guida all'erogazione modulo per modulo: collegare il Toolkit al percorso
10. Passo dopo passo: pianificare e realizzare un percorso SOUL Food
11. Consigli pratici e checklist per consultazioni rapide
12. Ulteriori risorse

1. Introduzione

SOUL Food è un progetto di Partnership di Cooperazione Erasmus+ nell'Educazione degli Adulti che rafforza l'empowerment delle donne migranti attraverso la formazione in campo culinario, lo scambio interculturale e lo sviluppo inclusivo della comunità. Le donne migranti affrontano spesso una "doppia discriminazione" basata su genere e status migratorio, incontrando ostacoli all'istruzione, all'impiego e alla partecipazione sociale. SOUL Food risponde combinando l'aggiornamento professionale, l'empowerment digitale e l'educazione alla cittadinanza in un unico percorso di apprendimento incentrato sul cibo.

Questo documento riunisce, in un unico posto, tutto ciò di cui un formatore/formatrice ha bisogno per portare avanti bene quel percorso. Non sostituisce gli altri output del progetto: è la mappa che mostra come si incastrano e come usarli.

1.1 A chi sono rivolte queste linee guida

Queste linee guida sono scritte per educatori per adulti, formatori e facilitatori che lavorano con donne migranti in contesti comunitari, professionali o di formazione per adulti, sia che si stia tenendo un singolo modulo come sessione di assaggio sia che si stia svolgendo l'intero percorso in dieci moduli in un periodo prolungato.

1.2 Il contenuto di questo documento

Le linee guida sono organizzate in due parti. La Parte A (Sezioni 3–7) distilla le basi pedagogiche del SOUL Food Digital Toolkit for Practitioners, ovvero i cinque moduli di formazione interattiva per i formatori, in indicazioni pratiche e pronte all'uso: chi sono le studentesse, come scegliere i metodi di insegnamento, come strutturare le sessioni e come valutare in modo inclusivo. La Parte B (Sezioni 8–10) spiega come orientarsi e implementare il Percorso Educativo Modulare sviluppato dal progetto, ovvero dieci moduli di contenuto su competenze culinarie, apprendimento digitale e cittadinanza che insegnerai alle donne migranti, e offre una guida passo-passo basata sui risultati della ricerca e sperimentazione realizzate all'interno del progetto.

In breve

Il Digital Toolkit (Moduli 0–4) forma TE, il formatore, su come facilitare percorsi di apprendimento in modo inclusivo. Il Percorso Educativo Modulare (Moduli 1–10) è CIÒ che viene offerto direttamente alle donne con background migratorio. Queste linee guida collegano le due risorse formative, che sono pensate come complementari anche se per destinatari diversi.

2. L'ecosistema delle risorse SOUL FOOD

SOUL Food ha prodotto tre risorse complementari, ognuna con uno scopo specifico diverso, che può facilitare il tuo lavoro.

2.1 Il kit digitale per i professionisti (Digital Toolkit for practitioners)

Un insieme di cinque brevi moduli di e-learning che sviluppano le tue competenze di facilitazione prima di entrare in aula. Ad esse sono dedicate le sezioni 3-7 di queste linee guida.

Modulo	Titolo	Focus
0	Introduzione e Linee Guida per l'apprendimentoModulare	Orientamento al progetto; come orientarsi e utilizzare le linee guida; approfondimenti e lezioni apprese dalla sperimentazione realizzata in Austria, Spagna, Italia, Svezia e Grecia
1	Fondamenti della facilitazione per lo sviluppo sociale	Comprendere le specificità nell'apprendimento delle donne migranti; facilitazione inclusiva e sensibile al genere; Auto-riflessione e posizionalità
2	Strategie pedagogiche inclusive per l'apprendimento degli adulti	Allineare i metodi di insegnamento agli obiettivi di apprendimento; metodi partecipativi e centrati sul discente; Pedagogia per il rafforzamento dell'empowerment
3	Progettare programmi di lezione inclusivi ed esperienziali	Modelli di struttura delle lezioni (WIPPEA); Il ciclo esperienziale di apprendimento di Kolb; impalcatura; Modelli di programmi di lezioni
4	Strategie di valutazione inclusive per facilitatori di donne migranti	Valutazione formale/non formale flessibile; dialogo e autovalutazione; Pianificazione dell'azione basata sui punti di forza

2.2 Il percorso educativo modulare (moduli di contenuto 1–10)

Un manuale per un curriculum di 10 moduli dedicato alle donne con background migratorio, organizzato attorno a tre aree tematiche: abilità culinarie, apprendimento digitale e competenze di cittadinanza. Ogni modulo è un pacchetto di lezioni pronto all'uso (obiettivi, unità, attività, tempistiche, materiali, valutazione e appunti di adattamento). La sezione 8 di questo documento spiega come leggere e combinare questi moduli. In aggiunta, è stato creato anche un e-learning su ciascuno dei 10 moduli per permettere alle discenti di approfondire individualmente e con i propri tempi ogni lezione.

2.3 Il Repository delle Migliori Pratiche (WP2)

Un archivio online multilingue di dieci casi di studio di iniziative culinarie e di integrazione culturale di successo nei paesi partner, insieme al rapporto di analisi completo che ha informato la progettazione del Percorso Educativo. Usalo come ispirazione, idee per l'adattamento locale e prove da condividere con gli stakeholder. È disponibile tramite la Biblioteca S-nodi e il sito web del progetto: <https://www.soulfoodproject.eu/results/>

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

Come si collegano i tre pezzi

Leggi una volta il Digital Toolkit for Practitioners, come tua formazione personale. Utilizza il manuale sul percorso educativo per pianificare le sessioni di formazione. Immergiti nel Best Practices Repository ogni volta che hai bisogno di ispirazione per un contesto specifico.

3. Orientarsi prima di iniziare (Modulo 0)

Il Modulo 0 del Digital Toolkit ti orienta al progetto. Le sue lezioni chiave per i professionisti:

3.1 Quello che ci ha insegnato la sperimentazione condotta nei paesi partner

Il percorso modulare è stato sperimentato con donne migranti in cinque paesi: Austria, Svezia, Spagna, Grecia e Italia, ognuno con gruppi di partecipanti e contesti locali differenti. In ogni sperimentazione:

- Le attività pratiche, in cucina, sono state costantemente l'elemento più coinvolgente ed efficace del programma.
- Il supporto linguistico e i livelli diseguali di alfabetizzazione digitale sono state le due sfide più comuni che i facilitatori hanno dovuto gestire.
- I facilitatori che hanno adattato i contenuti alle lingue locali, semplificato i materiali per gruppi con bassa alfabetizzazione e adattato la complessità dei contenuti digitali, hanno ottenuto un più forte coinvolgimento dei partecipanti.
- I partecipanti hanno riportato un aumento della motivazione, dello sviluppo delle competenze e del senso di comunità; il successo è stato strettamente legato ad approcci pratici e inclusivi piuttosto che a una lezione in stile frontale.

3.2 Un approccio in sei fasi per l'uso delle linee guida

Il Modulo 0 propone i seguenti contenuti, che questo documento amplia nella Sezione 9:

1. Esplorare la struttura modulare, esaminare i moduli disponibili; ognuno può essere implementato autonomamente o in relazione con altri.
2. Identificare i bisogni del gruppo, valutare il background linguistico, l'alfabetizzazione digitale e i vincoli di orario.
3. Selezionare e adattare i moduli: scegli moduli che si adattano agli obiettivi del tuo gruppo; Localizza gli esempi, semplifica il linguaggio, pianifica facilitazioni multilingue.
4. Preparare materiali, raccogliere checklist, supporti visivi e supporto alla traduzione; Assicurare l'accessibilità della formazione.
5. Regolare il ritmo e i gruppi di lavoro e attività in risposta ai feedback in tempo reale.
6. Riflettere e utilizzare strumenti integrati di feedback in ogni sessione.

4. Comprendere le studentesse (Modulo 1)

4.1 L'apprendimento delle donne con background migratorio

Le donne migranti rappresentano circa il 48% dei migranti nel mondo (circa 135 milioni di persone nel 2020), eppure le loro esigenze di sviluppo delle competenze sono spesso trascurate. Arrivano con background educativi molto diversificati, dalla scuola primaria ai titoli universitari, e spesso portano con sé competenze informali preziose: conoscenze culinarie o agricole generazionali, competenze di assistenza o esperienze lavorative pregresse in settori come l'ospitalità o la sanità. Tratta ogni gruppo come eterogeneo invece di assumere un punto di partenza condiviso.

4.2 Ostacoli comuni alla partecipazione

Barriera	Perché è importante
Competenza linguistica	Essenziale per molti posti di lavoro, specialmente nei settori dell'assistenza e della salute
Alfabetizzazione digitale	Sempre più richiesta per accedere al mercato del lavoro
Mancanza di riconoscimento dell'apprendimento precedente	Le competenze acquisite informalmente sono spesso sottovalutate
Accesso limitato alle informazioni	Poche opportunità di partenza o di orientamento

Queste barriere sono aggravate da fattori intersezionali: status migratorio (regolare/irregolare, temporaneo/permanente), ruoli di genere e responsabilità di assistenza, barriere all'accesso all'impiego (ad esempio non riconoscimento di qualifiche straniere) e pressioni socio-economiche come gli obblighi di rimesse. Le barriere alla partecipazione non sono solo individuali, ma sono plasmate da sistemi, politiche e atteggiamenti sociali. Riconoscerlo ti aiuta a progettare soluzioni più eque.

Cosa ha funzionato nelle sperimentazioni

- Spagna: un formatore ha scoperto che i partecipanti avevano già solide competenze digitali, quindi le unità di competenze digitali sono state adattate e rese di livello più avanzato.
- Svezia: non tutti i partecipanti potevano accedere simultaneamente a un laptop, quindi il team ha ruotato l'accesso ai dispositivi in diversi giorni.
- Austria: i gruppi avevano più lingue madri e competenze linguistiche varie, quindi i formatori hanno utilizzato volantini multilingue per il reclutamento e traduzione tra pari durante le sessioni.

4.3 Creare un ambiente inclusivo e informato sul trauma

La diversità culturale include differenze visibili (abbigliamento, lingua) e meno visibili (valori, atteggiamenti verso il tempo e l'autorità, osservanza religiosa). I facilitatori dovrebbero:

- Dare priorità a sicurezza emotiva, regole chiare, linguaggio positivo, rispondere agli errori con empatia.
- Stabilire routine coerenti e una struttura prevedibile, particolarmente importante per chi ha subito interruzioni o traumi.

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

- Incoraggiare la partecipazione degli studenti e le opportunità di input e feedback per costruire fiducia e autonomia.
- Rimanere reattivo, adattare le attività, offrire alternative e fornire supporto extra quando necessario.

Perché funziona la cucina

In tutti i paesi di sperimentazione la cucina era il luogo dove la sicurezza veniva costruita per prima: gli errori sono normalizzati ("possiamo assaggiare e adattarci"), e condividere il cibo supera le barriere linguistiche. Usa lo stesso spirito, a basso rischio, indulgente, collaborativo, in ogni attività, non solo in quella di cucina.

4.4 Facilitazione sensibile al genere

Una facilitazione sensibile al genere significa riconoscere e affrontare le diverse esperienze e ostacoli che gli studenti possono incontrare a causa del genere:

- Osserva le dinamiche della classe, chi parla di più, chi resta in silenzio, chi assume quali ruoli e invita attivamente le voci più silenziose.
- Sfidare gli stereotipi e usare un linguaggio e esempi inclusivi.
- Progetta attività e ruoli in modo che tutti possano contribuire e accedere alle risorse (ad esempio responsabilità rotative, partecipazione flessibile).
- Sii pronto ad affrontare discriminazioni o l'impatto dei compiti di assistenza familiare sulla presenza, e collega gli studenti a servizi di supporto quando necessario.

4.5 Costruire fiducia e rispetto

La fiducia si costruisce attraverso comportamenti quotidiani. Il modello della "Ruota della Fiducia" lo suddivide in tre abitudini concrete: cura, trasparenza e coerenza (mantenere le promesse). In pratica: comunica in modo chiaro e coerente, invita il contributo di ogni discente (condivisione, feedback anonimo) e mostra equità, ascolto attivo ed empatia, il tuo comportamento dà il tono e lo stile che verrà usato da tutto il gruppo.

4.6 Auto-riflessione e posizionalità

La posizionalità è l'insieme di identità, esperienze e prospettive che porti nell'insegnamento, che plasmano il design del corso e le interazioni in classe. I facilitatori sono incoraggiati a costruire un'abitudine di riflessività utilizzando questo ciclo in cinque fasi:

1. Elenca le tue identità sociali chiave ed esperienze vissute.
2. Considera come questi elementi influenzino il tuo approccio didattico e le interazioni in classe.
3. Ricorda momenti di difficoltà o disagio e chiedi quali pregiudizi potrebbero aver influenzato la tua reazione.
4. Invita a ricevere feedback da studenti o colleghi sul tuo stile di facilitazione.
5. Adatta la tua pratica in base alla riflessione e al feedback e ripeti il ciclo.

5. Scelta e combinazione dei metodi di insegnamento (Modulo 2)

SOUL Food abbraccia la pluralità pedagogica: selezionando e combinando intenzionalmente diversi metodi di insegnamento invece di affidarsi a uno stile predefinito. Nel percorso SOUL Food, i "contesti reali" sono il cemento, una cucina condivisa, una sala comunitaria, uno schermo telefonico, dove le donne costruiscono insieme competenze culinarie, digitali e di cittadinanza.

5.1 Allineamento dei metodi agli obiettivi di apprendimento

1. Individua gli obiettivi di apprendimento — cosa dovrebbero sapere, fare o valorizzare gli studenti entro la fine della sessione?
2. Analizza le esigenze e il contesto degli studenti — background, abilità, motivazioni e vincoli.
3. Seleziona metodologie appropriate — metodi che meglio supportino gli obiettivi e si adattino al gruppo.
4. Attività allineate al design — pianifica attività e risorse che si colleghino direttamente agli obiettivi.
5. Controlla l'accessibilità e l'inclusione — ricontrolla il programma per assicurarti che ogni studente possa partecipare pienamente.
6. Pianifica valutazioni e feedback — decidi come verranno misurati e comunicati i progressi.

5.2 Tecniche pratiche di pianificazione

- Sovrapponi più metodologie all'interno di una singola sessione (ad esempio dimostrazione + esercitazione pratica + riflessione di gruppo) invece di affidarti a un unico format per tutta la durata del percorso.
- Passa dalla pratica guidata a quella indipendente, inizia con un supporto diretto, poi gradualmente sviluppa autonomia nell'esercitazione.
- Monitora e sviluppa adattamenti continui per garantire l'inclusione, utilizzando metodi di partecipazione e feedback in tempo reale.

5.3 Metodi partecipativi e centrati sul gruppo classe

Una facilitazione di qualità riguarda meno la trasmissione dei contenuti e più la creazione delle condizioni adeguate affinché ogni partecipante possa prendere parte attivamente, riflettere e assumersi la responsabilità del proprio apprendimento. Alcune tecniche concrete includono l'uso di domande aperte e stimoli alla riflessione, insieme a momenti regolari di feedback bidirezionale.

Due accorgimenti emersi durante la sperimentazione si sono rivelati particolarmente preziosi:

- **Pianificare in anticipo la facilitazione multilingue**, individuando prima della sessione un facilitatore o un partecipante in grado di facilitare la comunicazione tra lingue diverse, anziché improvvisare una soluzione sul momento.
- **Organizzare le sessioni alternando attività in plenaria e in piccoli gruppi**, accompagnando gradualmente le partecipanti verso una maggiore autonomia.

5.4 Essere reattivi e responsabilizzanti

Insegnamento reattivo significa utilizzare check continui durante la formazione (ad esempio brevi discussioni di gruppo) per adattarsi in tempo reale — senza aspettare una valutazione finale per scoprire che qualcosa non sta funzionando. La pedagogia critica e emancipante tratta gli studenti come co-creatori, pensatori critici e agenti di cambiamento, non come destinatari passivi di contenuti.

5.5 Riflessione e regolazione continue

1. Raccogli feedback e autovalutazioni degli studenti.
2. Rifletti su quali strategie e risultati didattici hanno funzionato.
3. Analizza cosa ha funzionato, cosa no, e perché.
4. Adatta metodi, ritmo e supporti secondo necessità.
5. Coinvolgi gli studenti nella co-riflessione e nella pianificazione dei prossimi passi.
6. Documenta le lezioni apprese e condividi le intuizioni con i tuoi colleghi.

6. Strutturazione delle sessioni e programmi di lezione (Modulo 3)

6.1 Il modello delle lezioni WIPPEA

Una lezione ben strutturata offre un flusso chiaro che aumenta l'engagement e la fidelizzazione. Il modello WIPPEA offre sei fasi che puoi usare per strutturare qualsiasi sessione SOUL Food:

Fase	Scopo
Ice-breaker	Attiva le conoscenze pregresse e costruisci un inizio accogliente e inclusivo
Introduzione	Presenta gli obiettivi della sessione
Contenuti	Spiega nuovi contenuti o dimostra praticamente una competenza
Pratica	Offri agli studenti opportunità guidate e pratiche per applicare le conoscenze
Valutazione	Controlla la comprensione attraverso osservazioni, quiz o discussioni
Applicazione	Collega l'apprendimento alla vita reale, agli obiettivi o ai prossimi passi degli studenti

6.2 Sequenziamento e supporto graduale all'apprendimento

Il sequenziamento e il supporto graduale aiutano i partecipanti a costruire nuove conoscenze a partire da ciò che già sanno. Nei paesi partner di SOUL Food, i formatori hanno lavorato frequentemente con gruppi multilingue e con bassi livelli di alfabetizzazione; il supporto rivolto a questi gruppi dovrebbe quindi essere pianificato con attenzione e non improvvisato: utilizzare supporti visivi, suddividere le istruzioni in piccoli passaggi, affiancare i partecipanti meno sicuri a compagni più autonomi e verificare frequentemente la comprensione, anziché farlo soltanto al termine dell'attività.

6.3 Il ciclo di apprendimento esperienziale di Kolb

I dati raccolti durante la sperimentazione hanno confermato che le attività pratiche di cucina sono state uno degli elementi più efficaci del percorso. Il ciclo di Kolb aiuta a comprenderne il motivo: l'apprendimento risulta più efficace quando attraversa quattro fasi: esperienza concreta, osservazione riflessiva, concettualizzazione astratta e sperimentazione attiva. Un'attività di cucina di SOUL Food segue naturalmente questo ciclo: i partecipanti preparano un piatto (esperienza), discutono ciò che è accaduto e perché (riflessione), collegano l'esperienza a una tecnica o a un principio (concettualizzazione) e infine sperimentano in prima persona una variante (sperimentazione).

6.4 Allineamento delle attività con gli obiettivi

1. Individua gli obiettivi di apprendimento — cosa dovrebbero sapere, fare o sentire gli studenti alla fine della sessione.
2. Seleziona il tipo di attività che meglio supporta l'obiettivo (ad esempio workshop pratico per lo sviluppo delle competenze, case study per il pensiero critico).
3. Pianifica la struttura della sessione per ogni fase del ciclo di Kolb.
4. Verifica la rilevanza — l'attività è significativa dato il contesto delle studentesse?
5. Inserisci opportunità di feedback e adattamento.

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

6.5 Modelli di programmi di lezione e il strategia di supporto per la lingua e all'alfabetizzazione

Utilizza un modello di programma delle lezioni per documentare obiettivi, attività, valutazioni e adattamenti previsti per ogni sessione, garantendo una conduzione coerente e facilitando il passaggio di consegne tra co-facilitatori. Per ogni sessione, completa il modello con un breve Piano di supporto linguistico e all'alfabetizzazione che specifichi: le lingue presenti nel gruppo, le modalità previste di interpretariato o traduzione tra pari, i materiali che necessitano di versioni visive o semplificate ed eventuali adattamenti necessari per partecipanti con bassi livelli di alfabetizzazione.

I formatori coinvolti nelle sperimentazioni hanno adattato in modo significativo il percorso ai rispettivi contesti locali; i modelli dovrebbero pertanto essere considerati come un punto di partenza flessibile, e non come uno schema rigido da seguire.

6.6 Tempo e ritmo

- Stima in anticipo il tempo per ogni attività in modo che i contenuti chiave vengano coperti.
- Dai priorità agli obiettivi essenziali — accorcia o elimina contenuti meno critici se il tempo è limitato.
- Prevedi un tempo di riserva per domande, discussioni o questioni tecniche.
- Monitorare il coinvolgimento degli studenti e modificare il ritmo se questi sembrano confusi o disimpegnati.
- Sii pronto a modificare il piano sul momento: la struttura fornisce una direzione, ma la flessibilità porta risultati.

6.7 Pianificazione del follow-up e dei passi successivi

Un risultato chiave segnalato dai formatori di tutti i paesi: il percorso termina, ma i bisogni degli studenti no. Inserisci un breve piano di follow-up in ogni ciclo, segnala ulteriori formazioni, gruppi comunitari o servizi di impiego a cui il studente può rivolgersi una volta terminato un modulo o l'intero percorso.

6.8 Dai percorsi modulari ai programmi di lezione pronti all'uso

I percorsi modulari sviluppati per SOUL Food già funzionano come programmi di lezione completi. Ogni modulo descrive obiettivi, attività e materiali secondo i principi stabiliti in questa sezione (fase WIPPEA, struttura, ciclo di Kolb e ritmo), così che i formatori non debbano costruire sessioni da zero. Vedi la Sezione 8 per ulteriori informazioni sui percorsi modulari pronti all'uso, che possono essere utilizzati direttamente o adattati alle esigenze locali dei gruppi attraverso queste strategie.

7. Valutazione inclusiva dell'apprendimento (Modulo 4)

In un workshop SOUL Food, la valutazione avviene tanto di fronte a un tagliere da cucina quanto con un quiz digitale — e questo è un punto di forza, non un limite.

7.1 Scelta e adattamento dei metodi di valutazione

1. Definisci gli obiettivi di apprendimento: identifica ciò che le studentesse dovrebbero acquisire.
2. Considera i contesti della classe: background, livelli di alfabetizzazione ed esperienze culturali.
3. Seleziona i metodi di valutazione: formali, non formali o misti, in base alle competenze.
4. Adatta gli strumenti per l'accessibilità: usa elementi visivi, formati orali o linguaggio semplificato secondo le necessità.
5. Raccogli le prove: osserva la classe durante le attività e seleziona esempi significativi dei loro lavori.
6. Fornisci un feedback costruttivo e tempestivo: sii specifico, evidenzia i punti di forza e indica i prossimi passi, incoraggiando anche l'autovalutazione e la valutazione tra pari.
7. Rifletti e adatta le tue strategie di valutazione in modo continuativo.

7.2 Facilitare il dialogo, l'autovalutazione e la riflessione di gruppo

Nei workshop SOUL Food, la cucina non è solo un laboratorio di apprendimento: è lo spazio di dialogo più naturale a tua disposizione. Usalo.

- Promuovi la riflessione e il dialogo spiegandone il valore e condividi esempi concreti di come questi aiutino le persone a crescere.
- Poni domande aperte e inclusive, facili da comprendere e rispettose dei diversi background.
- Offri strumenti di autovalutazione adattati ai livelli di alfabetizzazione linguistica. Per gruppi con basso livello di alfabetizzazione, adotta soluzioni visive — come una scala di faccine espressive, su carta o a schermo — invece di una scala scritta.
- Facilita il feedback tra pari o la discussione di gruppo con regole chiare e di supporto.
- Collega le riflessioni a obiettivi concreti: dove rilevante, mettile in relazione diretta con gli strumenti di occupabilità e con i prossimi passi.
- Documenta e celebra i progressi, individualmente e come gruppo.

7.3 Guidare le studentesse a riconoscere punti di forza e definire piani d'azione

Guida le studentesse dal riconoscimento all'azione adottando una sequenza di facilitazione semplice ed efficace:

1. Inizia con una sessione di riflessione di benvenuto per creare un'atmosfera accogliente.
2. Facilita la riflessione per aiutare la classe a identificare i propri punti di forza e competenze (narrazione, feedback fra pari, prompt visivi sono validi strumenti).
3. Supporta la classe nell'articolare obiettivi legati ai loro punti di forza e ai bisogni reali.
4. Dividi gli obiettivi in passi concreti e raggiungibili, definendo un piano d'azione personale semplice e lineare.

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

8. Utilizzo del percorso educativo modulare (Moduli 1–10)

Il Percorso Educativo Modulare è il curriculum dedicato alle donne migranti. È organizzato attorno a tre aree tematiche — competenze culinarie, apprendimento digitale e cittadinanza — scelte perché rappresentano punti di ingresso accessibili e universali per l'integrazione sociale e professionale. I dieci moduli possono essere erogati singolarmente o combinati in un percorso personalizzato a seconda delle esigenze delle partecipanti, dei livelli linguistici e delle attrezzature disponibili.

8.1 Come è strutturato ogni modulo

Ogni modulo del manuale segue la stessa struttura, una volta compresa la logica di uno, sarà semplice consultare tutti gli altri:

- Livello di complessità: una tabella mostra gli argomenti di ogni unità a livello Base, Intermedio o Avanzato, così da poterti adattare al punto di partenza del tuo gruppo.
- Durata indicativa: ore totali e una suddivisione suggerita della sessione.
- Obiettivi Generali e Obiettivi di Apprendimento: a cosa serve il modulo, collegati ai quadri europei LifeComp e DigComp dove rilevante.
- Contenuti, organizzati in unità: tipicamente un'unità per ogni obiettivo di apprendimento, ciascuna con una sequenza di attività a tempo.
- Metodologia: l'approccio didattico adottato (come attività in presenza, dimostrazioni pratiche, storytelling ed esercizi partecipativi).
- Materiali di supporto: cosa devi preparare in anticipo.
- Valutazione / Riflessione / Debriefing: metodologie suggerite per controllare l'apprendimento (quiz, checklist, discussioni di gruppo).
- Note, Considerazioni o Adattamenti: consigli per i professionisti specifici per quel modulo, incluse le opzioni di erogazione digitale.
- Risorse aggiuntive: link esterni per supportare la preparazione (video, linee guida).

8.2 I dieci moduli a colpo d'occhio

#	Modulo	Area	Durata
01	Nozioni di base in cucina: igiene, sicurezza e strumenti	Cucina	8h (2 x 4h)
02	Il mondo della cucina	Cucina	8h (2 x 4h)
03	Ricette da tutto il mondo: identità e dialogo	Cucina	8h (2 sessioni)
04	Alimentazione sana e sostenibile (Open Learning Lab)	Cucina	8h (1 giorno)
05	Alfabetizzazione digitale di base: App, ricerca e cyber-sicurezza	Digitale	5 ore (4 sessioni)
06	Comunicazioni digitali e social media	Digitale	8h (2 x 4h)
07	Servizi digitali utili nella vita quotidiana	Digitale	4–6,5h (4–7 sessioni)
08	Diritti e doveri dei cittadini e delle cittadine	Cittadinanza	3,5–5h (3–5 sessioni)
09	Strumenti per la ricerca di lavoro	Cittadinanza	8h (4 x 2h)
10	Comunicazione e Soft Skills	Cittadinanza	8h (2 x 4h)

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

8.3 Selezione e sequenza dei moduli per il tuo gruppo

Segui l'approccio in sei fasi della Sezione 3.2 per scegliere i moduli e usa le tabelle del Livello di Complessità come guida per adattarli al meglio. Lo strumento di autovalutazione incluso nel toolkit digitale aiuta le studentesse nella scelta dei moduli più adatti ai propri obiettivi di apprendimento. Proposto durante la fase di accoglienza, permette di co-progettare il percorso di apprendimento insieme al formatore, mettendo le partecipanti al centro delle decisioni.

Le Conclusioni del manuale raccomandano di integrare i tre pilastri in ogni ciclo, evitando di insegnarli in modo isolato: cucina → digitalizzazione → cittadinanza.

Ad esempio, una sessione di cucina (Modulo 1 o 2) può essere abbinata a un breve punto di riferimento sull'alfabetizzazione digitale (Modulo 5 — gestione dei tempi con l'orologio dello smartphone, fotografia dei passaggi, lettura di ricette ed etichette online) e chiusa con una breve riflessione sulla cittadinanza o sulle competenze trasversali (Modulo 8 o 10). Questa integrazione rafforza le competenze trasversali e riflette ciò che ha funzionato meglio nella fase pilota

Percorso minimo suggerito

Se il tempo o le risorse sono limitati, i Moduli 1, 5 e 10 forniscono un percorso d'ingresso compatto: sicurezza e fiducia in cucina, alfabetizzazione digitale di base e comunicazione/soft skills, coprendo tutti e tre i pilastri tematici nel minor tempo totale possibile.

9. Guida all'erogazione modulo per modulo: collegare il Toolkit al percorso

Le Sezioni 4–7 hanno presentato i principi e gli strumenti del toolkit in forma generale. Questa sezione li applica, modulo per modulo, direttamente alle unità e alle attività del manuale del Percorso Educativo. In questo modo potrai vedere con precisione dove si inseriscono le fasi del modello WIPPEA, gli stadi del ciclo di Kolb, le pratiche per la costruzione della fiducia e gli strumenti di valutazione all'interno di una reale sessione SOUL Food. Ogni modulo segue la stessa struttura: la mappatura delle attività su WIPPEA e sul ciclo di Kolb, e l'indicazione delle specifiche tecniche del toolkit più rilevanti per quei contenuti.

9.1 Modulo 01 — Nozioni di cucina: Igiene, Sicurezza e Strumenti

Per quasi tutti i gruppi questa è la prima sessione SOUL Food e svolge un doppio ruolo: oltre a trattare igiene e strumenti, è qui che si costruisce la fiducia nella cucina come spazio sicuro (Sezione 4.5). Considerala la linea guida fondamentale su cui poggia l'intero percorso, e non un semplice modulo formale.

Struttura — WIPPEA e ciclo di Kolb in questo modulo

- Riscaldamento / Introduzione: presentazione del modulo (10 min) e mini-lezione (20 min) sui requisiti dell'igiene alimentare; sfrutta questo momento per stabilire le regole di base e garantire la sicurezza emotiva (Sezione 4.3).
- Presentazione / esperienza concreta: il lavaggio delle mani e le dimostrazioni sulle superfici calde sono il primo momento pratico in cucina per gli apprendenti; questo è il punto di partenza del ciclo di Kolb.
- Esercitazione: il gioco degli abbinamenti, le simulazioni basate su scenari e la prova pratica di manipolazione sicura offrono un ripasso attivo, prima guidato e poi più autonomo.
- Osservazione riflessiva — la discussione di gruppo sulle pratiche di conservazione nei paesi di origine delle partecipanti è una fase di riflessione integrata; lasciala scorrere senza fretta.
- Valutazione / Applicazione — i quiz formativi verificano le conoscenze, mentre l'attività di riflessione che abbina gli strumenti alle ricette e l'esercizio di organizzazione del frigorifero applicano l'apprendimento a routine reali (sperimentazione attiva).

Connessioni con il toolkit

- Sensibilità culturale nella pratica: le note di adattamento del modulo stesso invitano a far condividere alle partecipanti le proprie consuetudini in cucina e in materia di igiene. Si tratta dell'applicazione concreta dell'orientamento sulla diversità culturale del toolkit (Sezione 4.2), e non di un elemento opzionale.
- Valutazione: affianca ai quiz formali l'osservazione non formale durante l'esercitazione di manipolazione sicura (Sezione 7.1. Per le partecipanti con bassi livelli di alfabetizzazione, il modulo prevede già un test basato su simboli visivi: rafforzalo con una scala di gradimento a faccine dopo la simulazione sulla gestione degli incidenti (Sezione 7.2).
- Piano linguistico: l'attività dell'Unità 3 sul riconoscimento degli utensili richiede un ampio vocabolario. Predisponi un Piano di supporto linguistico e di alfabetizzazione con schede illustrate degli strumenti prima della sessione (Sezione 6.5).

9.2 Modulo 02 — Il mondo della cucina

Questo modulo si sviluppa a partire dalle abitudini di fiducia e sicurezza consolidate nel Modulo 1, accompagnando le partecipanti da una dimostrazione guidata a una pratica sempre più autonoma lungo le sue quattro unità.

Struttura — WIPPEA e ciclo di Kolb in questo modulo

- Riscaldamento: momento rompighiaccio e discussione guidata riaprono lo spazio stabilito nel Modulo 1.
- Presentazione / esperienza concreta: le dimostrazioni su come sbucciare gli alimenti, usare il frullatore e pulire il forno rappresentano i punti di accesso del ciclo di Kolb per ciascuna unità.
- Pratica: i giochi di abbinamento e le simulazioni basate su scenari offrono una pratica ripetuta e a basso rischio prima dell'attività di workstation *mise en place*, che richiede un'esecuzione più indipendente.
- Osservazione riflessiva: dedica un momento di debriefing a ciascuna simulazione basata su scenari prima di proseguire; evita che diventi solo una formalità.
- Valutazione: i quiz formativi chiudono ogni unità.

Connessioni con il toolkit

- Progressione da guidata ad autonoma: imposta la sequenza delle Unità 1–4 in modo mirato. Prevedi un'ampia fase dimostrativa nell'Unità 1, per arrivare alla gestione quasi autonoma della postazione di lavoro nell'Unità 4 con la *mise en place* (Sezione 5.2).
- Tempistiche: l'esercitazione di *mise en place* può essere ampliata in un workshop outdoor di 4 ore. Segui le linee guida su tempi e pianificazione (Sezione 6.6) e pianifica gli orari in anticipo insieme alle partecipanti.
- Punto di contatto digitale: integra un breve momento digitale (usare il timer dello smartphone, fotografare la *mise en place*), come raccomandato nella Sezione 10.1, per familiarizzare con l'uso della tecnologia prima dei moduli digitali.

9.3 Modulo 03 — Ricette da tutto il mondo: identità e dialogo

Questo è il modulo con il maggior impatto emotivo dell'intero percorso. Cucinare e raccontare i piatti "di casa" può far riaffiorare ricordi legati alla migrazione, alla perdita o alla famiglia: è proprio in questa fase che la facilitazione sensibile ai traumi (*trauma-informed*) e la consapevolezza del proprio posizionamento (Sezioni 4.3, 4.6) diventano fondamentali.

Struttura — WIPPEA e ciclo di Kolb in questo modulo

- Riscaldamento / esperienza concreta: il giro di presentazioni, le introduzioni a coppie e lo scambio di ricette aprono lo spazio di lavoro. La preparazione dei piatti in tandem costituisce la fase principale di pratica esperienziale sul campo.
- L'osservazione riflessiva: il cerchio narrativo ("il cibo come memoria e identità") e la discussione conclusiva sono il nucleo riflessivo del modulo. Preserva e dedica tempo a queste attività.
- Concettualizzazione: l'esercizio di mappatura culturale aiuta il gruppo a individuare e dare un nome a modelli ricorrenti e connessioni tra le storie condivise.
- Sperimentazione attiva / Applicazione: il pasto condiviso, la presentazione dei racconti e la riflessione finale collegano l'attività al senso di appartenenza e al consolidamento dei legami comunitari.

Connessioni con il toolkit

- Posizionamento del facilitatore: svolgi il tuo ciclo di riflessività in cinque fasi (Sezione 4.6) prima di condurre il cerchio delle storie. Il tuo background influenzerà il modo in cui ascolti e rispondi a ciò che le partecipanti condividono.
- Facilitazione multilingue: pianifica prima della sessione, e non sul momento, l'affiancamento a coppie per la traduzione tra pari durante il lavoro in tandem e lo scambio di ricette (Sezione 5.3).
- Valutazione: questo modulo non prevede test per scelta didattica. Collegalo al percorso informale e dialogico della Sezione 7.2. La discussione conclusiva costituisce la valutazione vera e propria: poni domande aperte e culturalmente sensibili in modo mirato, non occasionale.

9.4 Modulo 04 — Alimentazione sana e sostenibile: Open Learning Lab

Un format a giornata intera che collega l'alimentazione a clima, salute e sprechi: è il modulo più impegnativo sul piano della gestione dei tempi dell'intero percorso culinario.

Struttura — WIPPEA e ciclo di Kolb in questo modulo

- Riscaldamento / Presentazione: ciascuna unità si apre con una presentazione e esempi visivi (nutrizione, clima, rifiuti) prima di passare all'attività.
- Esperienza concreta: la dimostrazione pratica, l'esercizio "Build Your Plate" e l'attività di gruppo "Climate Plate" sono i punti di ingresso del modulo per Kolb.
- Osservazione riflessiva: ciascuna unità si chiude con una riflessione di gruppo; va svolta regolarmente e non deve essere tralasciata, neanche quando si ha poco tempo a disposizione.
- Valutazione / Applicazione: il quiz interattivo verifica la comprensione, mentre la discussione collega le scelte alle abitudini personali delle partecipanti (sperimentazione attiva, da testare a casa).

Connessioni con il toolkit

- Gestione dei tempi: con tre unità concentrate in un'unica giornata, applica scrupolosamente le indicazioni su tempi e ritmi della Sezione 6.6, includendo dei margini di recupero. Questo modulo è quello maggiormente esposto al rischio di ritardi sulla tabella di marcia.
- Follow-up: poiché il cambiamento reale avviene dopo la sessione (sperimentando un nuovo metodo di conservazione o un diverso bilanciamento del piatto), pianifica un breve momento di verifica all'inizio dell'incontro successivo, in linea con le indicazioni sul monitoraggio della Sezione 6.7.
- Osservazione riflessiva / Valutazione: la breve riflessione al termine dell'Unità 1 e le verifiche integrate lungo tutto il percorso permettono di chiudere ed elaborare ciascuna fase.

9.5 Modulo 05 — Alfabetizzazione Digitale di Base: App, Ricerca e Cyber-Sicurezza

L'alfabetizzazione digitale è stata indicata nei progetti pilota (Sezione 3.1) come uno dei due ostacoli più comuni che i gruppi devono affrontare. Apri questo modulo con un'effettiva rilevazione dei bisogni, senza dare nulla per scontato.

Struttura — WIPPEA e ciclo di Kolb in questo modulo

- Riscaldamento / esperienza concreta: la dimostrazione pratica (livello base) mette subito il gruppo al lavoro su un dispositivo.
- Presentazione: la mini-lezione interattiva con icone e oggetti reali supporta le partecipanti con scarsa familiarità pregressa con i dispositivi.

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

- Pratica: il lavoro di gruppo, il gioco del telefono senza fili, la caccia al tesoro e il gioco della ricerca sviluppano le competenze attraverso la ripetizione, accompagnando una progressiva autonomia (da livello base a intermedio e avanzato, come contrassegnato all'interno del modulo stesso).
- Osservazione riflessiva / Valutazione: la breve riflessione al termine dell'Unità 1 e le verifiche integrate lungo tutto il percorso permettono di chiudere ed elaborare ciascuna fase.

Connessioni con il toolkit

- Prima valutazione dei bisogni: recepisce direttamente gli adattamenti emersi durante i progetti pilota. I formatori in Spagna hanno alzato il livello di difficoltà quando le competenze del gruppo si sono rivelate superiori alle attese; in Svezia sono stati organizzati turni di accesso ai dispositivi per ovviare alla loro mancanza per tutti le partecipanti (Sezione 4.2). Verifica entrambi questi aspetti prima di iniziare.
- Usa i livelli (base / intermedio / avanzato) già previsti nel modulo come strumento di differenziazione, applicando l'approccio progressivo (dalla guida guidata all'autonomia) e la metodologia a livelli descritti nelle Sezioni 5.1–5.2.
- Valutazione: privilegia l'osservazione informale rispetto ai test in questo ambito. L'ansia da prestazione digitale è molto diffusa. Utilizza una scala di autoefficacia/confidenza (Sezioni 7.1–7.2) prima e dopo le attività per tracciare il grado di sicurezza e familiarità raggiunto, non solo la correttezza dell'esecuzione.

9.6 Modulo 06 — Comunicazioni Digitali e Social Media

Si sviluppa a partire dalla sicurezza nell'uso dei dispositivi acquisita nel Modulo 5, focalizzandosi sul modo in cui i partecipanti si presentano online e gestiscono i rischi della rete.

Struttura — WIPPEA e ciclo di Kolb in questo modulo

- Riscaldamento: il brainstorming di gruppo apre l'argomento di ogni unità.
- Esperienza concreta: il gioco di ruolo su WhatsApp, il gioco di ruolo basato su scenari per presentarsi online e gli esercizi pratici sono il fulcro pratico del modulo.
- Concettualizzazione: la mini-lezione e la dimostrazione interattiva incorniciano la pratica che segue.
- Valutazione / Riflessione: il quiz e la discussione finale collegano il contenuto alle reali abitudini digitali delle partecipanti.

Connessioni con il toolkit

- I debriefing di role-play utilizzano domande aperte e partecipative dopo ogni role-play (Sezione 5.3) affinché le studentesse articolino il proprio ragionamento, non solo richiama una regola.
- L'Unità 3, dedicata a rischi e privacy, affronta il tema delle molestie online, un fenomeno che colpisce in modo sproporzionato le donne: applica una facilitazione attenta alle dinamiche di genere (Sezione 4.4) e tieni in grado di orientare i partecipanti verso risorse di supporto.

Piano linguistico: **il lessico relativo alla creazione del profilo e alla privacy può risultare complesso. Predisponi in anticipo versioni semplificate o visuali (Sezione 6.5).**

9.7 Modulo 07 — Servizi digitali utili per la vita quotidiana

Contenuti pratici di orientamento ai servizi (pubblici e finanziari) con un elevato carico linguistico e di alfabetizzazione. Pianifica la gestione di questo aspetto prima dell'aula, anziché limitarti a reagire al momento.

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

Struttura — WIPPEA e ciclo di Kolb in questo modulo

- Riscaldamento: un rompighiaccio apre ogni unità.
- Presentazione / concettualizzazione: l'attività della linea del tempo, proposta in tutte e tre le unità, rappresenta lo strumento principale per introdurre in sequenza i diversi blocchi di servizi.
- Pratica / esperienza concreta: il lavoro di squadra permette ai partecipanti di applicare la sequenza a compiti realistici (con un'efficacia ottimale se abbinato alla simulazione di navigazione su un sito di servizi o su un modulo reale).
- Valutazione: un quiz formativo chiude ogni unità.

Connessioni con il toolkit

- Questo modulo presenta il carico linguistico e il livello di termini tecnici più elevati dell'intero percorso digitale. Applica proattivamente il Piano di Supporto alla Lingua e all'Alfabetizzazione (Sezione 6.5), con glossari semplificati o tradotti preparati in anticipo.
- Fusione tematica: questo modulo si collega in modo naturale a cittadinanza (Modulo 8) e ricerca di lavoro (Modulo 9). Valuta di programmarli in rapida sequenza, in linea con la logica di integrazione dei tre pilastri descritta nella Sezione 8.3.

9.8 Modulo 08 — Diritti e doveri dei Cittadini

Contenuti sensibili, talvolta carichi dal punto di vista politico o emotivo (discriminazioni, istituzioni, tutela dei diritti e advocacy): prima di avviare questo modulo, ristabilisci in modo esplicito le regole di base sulla sicurezza emotiva definite nel Modulo 1, senza dare per scontato che si mantengano automaticamente.

Struttura — WIPPEA e ciclo di Kolb in questo modulo

- Riscaldamento: un rompighiaccio apre ogni unità.
- Concettualizzazione: l'attività della linea del tempo nelle Unità 1 e 2 costruisce il quadro storico e istituzionale.
- Osservazione riflessiva / esperienza concreta: i gruppi di discussione e il lavoro di squadra nelle Unità 1 e 2 permettono ai partecipanti di collegare le istituzioni alla propria situazione personale.
- Sperimentazione attiva: l'Unità 3, "Diritti nella pratica, advocacy e valutazione", è la fase in cui i partecipanti applicano il ragionamento basato sui diritti a scenari reali.
- Valutazione: quiz formativi lungo tutto il percorso.

Connessioni con il toolkit

- Una facilitazione sensibile alle dinamiche di genere e informata sui traumi (Sezioni 4.3–4.4) è essenziale in questo modulo, in particolare prima dell'Unità 3: le discussioni su diritti e discriminazioni possono far riemergere esperienze personali.
- Valutazione: affianca al quiz formale il percorso di pianificazione dell'azione basato sui punti di forza (Sezione 7.3), in modo che le partecipanti acquisiscano con il corso abilità concrete per esercitare un diritto specifico, e non solo con nozioni teoriche da test.

9.9 Modulo 09 — Strumenti per la ricerca di lavoro

Le unità di questo modulo sono presentate con un livello di dettaglio delle attività inferiore rispetto alle altre: la responsabilità di progettare la struttura della sessione ricade maggiormente sul facilitatore, che dovrà applicare direttamente gli strumenti WIPPEA e Kolb descritti nella Sezione 6.

Struttura — WIPPEA e ciclo di Kolb in questo modulo

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

- Utilizza il modello WIPPEA per strutturare ciascuna unità: un breve riscaldamento (*warm-up*) che si colleghi alle esperienze lavorative pregresse dei partecipanti, la presentazione di piattaforme e strumenti (Unità 1–2), una pratica guidata sul completamento di un passaggio reale della candidatura e una fase finale di applicazione legata ai passi successivi.
- Ancora il ciclo di Kolb a compiti reali: *esperienza concreta* = compilare una sezione di una candidatura reale o di un profilo; *riflessione* = discutere ciò che è risultato difficile o poco chiaro; *concettualizzazione* = i contenuti sulle specificità nazionali e culturali dell'Unità 3; *sperimentazione* = provare in modo autonomo i passaggi relativi al networking e alla presenza online dell'Unità 4.

Connessioni con il toolkit

- Questo modulo rappresenta la sede naturale per il piano d'azione basato sui punti di forza (Sezione 7.3): trasforma i punti di forza riconosciuti direttamente in contenuti per il CV o in uno step di candidatura, chiudendo il cerchio tra il Modulo 4 e questo modulo.
- Contestualizzazione locale: utilizza i casi studio per Paese tratti dal Repository delle buone pratiche (Sezione 2.3) per ancorare le specificità nazionali e culturali dell'Unità 3 a esempi locali reali, evitando consigli generici.

9.10 Modulo 10 — Comunicazione e Soft Skills

Un modulo conclusivo di grande impatto: le sue attività rispecchiano già quasi esattamente il ciclo di Kolb, rendendolo la sede naturale per modellare in modo esplicito la pratica riflessiva e preparare i partecipanti al percorso che li attende dopo il corso.

Struttura — WIPPEA e ciclo di Kolb in questo modulo

- Riscaldamento / esperienza concreta: il rompicchiaccio del “Messaggio frainteso” e i giochi di ruolo sugli stili di comunicazione costituiscono punti di ingresso diretti ed esperienziali.
- Osservazione riflessiva: la “Mappatura della zona di comfort” e le riflessioni formative al termine di ogni unità rendono la fase riflessiva esplicita anziché implicita.
- Concettualizzazione: la mini-lezione e l'analisi di scenari nell'unità dedicata al *problem solving* permettono di ricavare principi generali a partire da esempi specifici.
- Sperimentazione attiva: la pratica di *mindfulness*, la sfida collaborativa (“Costruisci la torre”), il gioco di ruolo sulla gestione dei conflitti e — nel modo più diretto — il piano d'azione personale.

Connessioni con il toolkit

- Utilizza questo modulo come traguardo conclusivo dell'intero percorso (*capstone*): sviluppa l'intera sequenza dai punti di forza al piano d'azione (Sezione 7.3) e assicurati che il piano d'azione personale individui in modo esplicito i passaggi successivi — percorsi formativi integrativi, gruppi comunitari o servizi per l'impiego (guida alla pianificazione del *follow-up*, Sezione 6.7).
- Debriefing di gruppo: applica un'ultima volta le pratiche per la costruzione della fiducia della Sezione 4.5 (cura, trasparenza, coerenza) per chiudere il percorso all'insegna del raggiungimento condiviso, e non della semplice consegna dei compiti.

10. Passo dopo passo: pianificare e realizzare un percorso SOUL Food

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

Questa sezione riunisce le indicazioni delle Sezioni 3–9 in un'unica sequenza pratica che puoi seguire dal primo contatto con un gruppo fino alla fine di un ciclo.

1. Orientati. Rivedi il Modulo 0 e questo documento; comprendi la mission del progetto e cosa ha funzionato nei progetti pilota (Sezione 3).
2. Valuta i bisogni del gruppo. Raccogli informazioni sui background linguistici, l'alfabetizzazione digitale, l'istruzione precedente, i vincoli di orario e gli obiettivi di apprendimento individuali (Sezioni 3.2 e 4).
3. Seleziona e sequenzia i moduli. Seleziona e ordina i dieci moduli del percorso formativo in base ai bisogni del gruppo e al tempo a disposizione; valuta l'opportunità di integrare i tre pilastri all'interno di ciascun ciclo (Sezione 8).
4. Progetta o adatta i piani delle lezioni. Struttura ogni sessione con il modello WIPPEA, pianifica le attività attorno al Ciclo di Apprendimento Esperienziale di Kolb e completa un Piano di Supporto alla Lingua e all'Alfabetizzazione per il gruppo (Sezione 6).
5. Controlla le indicazioni specifiche del modulo. Prima di consegnare uno qualsiasi dei dieci moduli, leggi la voce nella Sezione 9 per la mappatura esatta WIPPEA/Kolb e le tecniche del toolkit più rilevanti per quel contenuto.
6. Prepara i materiali. Raccogli in anticipo utensili da cucina, supporti visivi, materiali tradotti o semplificati e accesso agli strumenti digitali (Sezioni 3.2 e 8.1).
7. Eroga con flessibilità. Gestisci l'aula con un approccio inclusivo, sensibile alle dinamiche di genere e informato sui traumi; ricorri al supporto multilingue ove necessario; adatta i ritmi e le attività in tempo reale (Sezioni 4 e 5).
8. Valuta in modo inclusivo e facilita la riflessione. Combina valutazioni formali e non formali, utilizza strumenti di autovalutazione accessibili e guida la classe verso il riconoscimento dei punti di forza e la definizione di piani d'azione (Sezione 7).
9. Rifletti, adattati e documenta. Dopo ogni sessione e alla fine del ciclo, raccogli feedback, analizza cosa ha funzionato, adatta il tuo approccio e pianifica il supporto di follow-up affinché l'apprendimento continui oltre il percorso (Sezioni 5.5 e 6.7).

11. Consigli pratici e checklist per consultazioni rapide

11.1 Consigli i facilitatori

- Considera il cibo sia come competenza che come mezzo espressivo. Utilizza la cucina per insegnare sicurezza, gestione dei tempi e lavoro di squadra, ma anche identità, fiducia e senso di appartenenza.
- Integra punti di contatto digitali in ogni laboratorio culinario (gestione dei tempi con il timer dello smartphone, fotografie delle fasi di lavoro, lettura delle etichette online) per normalizzare gradualmente l'uso della tecnologia.
- Mantieni la valutazione leggera ma continua: osserva, poni domande, stimola la riflessione. Utilizza checklist durante le attività pratiche e proponi l'uso di diari di bordo o brevi note vocali per l'autovalutazione.
- Contestualizza ogni elemento: adatta strumenti, ingredienti e servizi alla città ospitante; garantisci una facilitazione multilingue; rispetta i vincoli alimentari e i ritmi culturali.

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

- Pianifica il supporto multilingue in modo esplicito prima della sessione, anziché improvvisarlo al momento in aula.
- Normalizza l'errore, in cucina come in qualsiasi altra attività: *“possiamo assaggiare e aggiustare il tiro”*.

11.2 Lista di controllo prima della sessione

- Bisogni del gruppo analizzati: lingue, livelli di alfabetizzazione, accesso digitale, vincoli di orario.
- Modulo selezionato e sequenziato. Livello di complessità verificato rispetto al profilo del gruppo.
- Struttura della sessione (fasi WIPPEA o equivalenti); tempi pianificati includendo un margine di riserva.
- Piano di supporto linguistico e di alfabetizzazione completato per la sessione.
- Materiali preparati: utensili da cucina, supporti visivi, schede didattiche semplificate/tradotte, accesso ai dispositivi digitali.
- Strumenti di valutazione e riflessione scelti e adattati per l'accessibilità.
- Informazioni sui passaggi successivi e sul *follow-up* pronti da condividere con le partecipanti.

11.3 Lista di controllo dopo la sessione

- Feedback raccolti dalle studentesse (formali o informali).
- Risultati delle sessioni e eventuali adattamenti documentati.
- Cosa ha funzionato / cosa no: confronto con gli eventuali co-facilitatori.
- Adattamenti previsti per la prossima sessione.
- Progressi e traguardi raggiunti e condivisi insieme al gruppo.

12. Ulteriori risorse

Questo documento costituisce un testo integrativo e non sostitutivo delle risorse complete SOUL Food. Per consultare i contenuti integrali, fare sempre riferimento a:

- I cinque moduli e-learning del Digital Toolkit per operatori (0–4) dedicati alla formazione completa per facilitatori, comprensivi di schede didattiche (*flashcard*), scenari ed esercitazioni interattive richiamati all'interno di questo documento.
- Il manuale del Percorso Educativo Modulare (Moduli 1–10) per il contenuto completo della lezione, le attività e le risorse aggiuntive per ogni modulo.
- Il Repository delle Migliori Pratiche e il rapporto di analisi comparativa (WP2), disponibili tramite la Biblioteca S-nodi e il sito web del progetto, per casi studio e ulteriori ispirazioni.

I formatori che conducono il percorso sono invitati a compilare il questionario di gradimento al termine di ciascun ciclo: i riscontri raccolti sul campo sono fondamentali per continuare a perfezionare queste linee guida e l'intero percorso formativo.

Consulta i risultati nei seguenti link:

<https://www.soulfoodproject.eu>

<https://edu.s-nodi.org>

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e i punti di vista espressi sono però solo dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia Esecutiva Europea per l'Istruzione e la Cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per questi.

Contattaci per saperne di più:

https://www.instagram.com/soulfood_euproject/
