

Proiect eTwinning – „We are what we eat: Eat healthy, live healthy”

Hunyadi Karina, Mara Mirișan, clasa a XI E

Anul 2019

Am început liceul plini de speranță, și așteptări, dorindu-ne să acumulăm experiențe și abilități și să ne bucurăm de oportunitățile de care am auzit așa de multe.

Nu eram deloc de ce urma să se întâmple...



Anul 2020

Încă noi în lumea liceului, încă nesiguri și plini de inhibiții, ne trezim învăluiți de ceața pandemiei. Într-o secunda viața tuturor s-a schimbat. Orice activitate socială s-a oprit, și ne-am trezit cu toții închiși în casă. Acest lucru ne-a afectat drastic pe mai multe planuri, unul dintre ele fiind dieta alimentară. Fără a mai ieși din casă și fără a mai avea confortul emoțional oferit de interacțiunea umană, mulți dintre noi am găsit alinare într-o alimentație nesănătoasă. Pe moment acest lucru părea să ne înveselească, dar ținând cont că și activitatea noastră fizică s-a redus dramatic, efectele negative au început să se observe.



Anul 2021

Timid, activitățile noastre normale au reînceput, pe cât se putea. Eram în continuare afectați, dar încercam să revenim la un stil de viață mai sănătos. Unul din lucrurile care ne-au ajutat a fost proiectul eTwinning, care ne-a oferit oportunitatea să reflectăm asupra dietei noastre, să descoperim cum ne influențează aceasta, dar ne-a și oferit soluții de a o îmbunătăți. Astfel, am descoperit noi rețete sănătoase din diferite culturi. De asemenea, am avut posibilitatea de a socializa, de a cunoaște oameni noi și de a ne face prieteni internaționali. Totodată, am aflat cum au fost ei afectați de pandemie și cum au făcut față la schimbările produse de aceasta.

Am lucrat atât individual, cât și în grupă, dezvoltându-ne creativitatea și abilitățile lingvistice. Am căutat fiecare rețete sănătoase specifice culturii noastre, pe care le-am adunat într-o carte de bucate. În acest mod, am avut ocazia să lucrăm în engleză într-un domeniu în care de obicei nu o facem – domeniul culinar.

Spre sfârșitul proiectului, am avut oportunitatea de a ne întâlni virtual colegii din țările partenere: Spania și Turcia. Am aflat astfel despre noi rețete sănătoase, dar, mai important, despre noi culturi.

Cu toate că ne aflăm încă în pandemie și viața noastră e în continuare diferită de cum era înainte, acest proiect ne-a oferit șansa de a realiza importanța alimentației sănătoase în viața noastră, în același timp oferindu-ne posibilitatea de a interacționa cu noi oameni.

