

ΕΝΤΥΠΟ ΟΔΗΓΙΩΝ ΜΟΥΣΕΙΟΣΚΕΥΗΣ



Ως το μεδούλι



**Μαγειρεύοντας
στην Ήπειρο
100.000 χρόνια**



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Πολιτισμού

Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

© 2023 Υπουργείο Πολιτισμού

Γενική Διεύθυνση Αρχαιοτήτων και Πολιτιστικής Κληρονομιάς
Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων

ΕΝΤΥΠΟ ΟΔΗΓΙΩΝ ΜΟΥΣΕΙΟΣΚΕΥΗΣ

Ως το μεδούλι

Γενική Εποπτεία

Βαρβάρα Ν. Παπαδοπούλου, Δρ Αρχαιολόγος
Αναπληρώτρια Προϊσταμένη Εφορείας Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων

Επιστημονική επιμέλεια και εποπτεία υλικού

Ελένη Κοτζαμποπούλου, Δρ Αρχαιολόγος

Σχεδιασμός και οργάνωση εκπαιδευτικού υλικού μουσειοσκευής

Χριστίνα Κωτσοπούλου, ΜΑ Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος
Έλενα Ζιάβρα, ΜΑ Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος

Φωτογραφίες

ΥΠΠΟ/Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων, Προσωπικό αρχείο Χαρητάκη Παπαϊωάννου, Κώστα Ζήση και Gilbert Marshall

Αισθητική επιμέλεια, εικονογράφηση, γραφιστικός σχεδιασμός και επιμέλεια παραγωγής

Mulo creative lab

Βιβλιοδεσία - ειδικές κατασκευές

Κώστας Μπουντούρης

Αντίγραφα Ρητίνης

Βασίλης Σκουρμπούτης

Ειδικές Εκτυπώσεις

Apolyto creative spot
Φωτόλιο γραφικές τέχνες

Ευχαριστίες

Μελίνα Νάκα, Συντηρήτρια Εφορείας Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων, για την κατασκευή αντιγράφων δοντιού δασόβιου ρινόκερου.

Ευγενία Αδάμ, Δρ Αρχαιολόγο, για την κατασκευή και παραχώρηση των πειραματικών λίθινων αποκρουσμάτων.

Χαρητάκη Παπαϊωάννου, Δρ Βιολόγο,
για την παραχώρηση φωτογραφικού υλικού.

Κώστα Ζήση, Φωτογράφο,
για την παραχώρηση φωτογραφικού υλικού.

Gilbert Marshall, Δρ Αρχαιολόγο,
για την παραχώρηση φωτογραφικού υλικού.

Ομάδα Διοίκησης Έργου (ΟΔΕ)

Βαρβάρα Ν. Παπαδοπούλου, Δρ Αρχαιολόγος
Παρασκευή Γιούνη, Δρ Αρχαιολόγος
Ιουλία Κατσαδήμα, Δρ Αρχαιολόγος
Ελένη Βασιλείου, Δρ Αρχαιολόγος
Σοφία Κίγκα, ΜΑ Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος
Νίκος Κυραμάριος, Διοικητικός

Λογιστική Υποστήριξη Έργου

Μαρία Τσιούνη, Λογίστρια
Μαρία Χαριτοπούλου, Λογίστρια

Στόχος

Στο έντυπο υλικό περιγράφεται συνοπτικά η διατροφή κατά την παλαιολιθική εποχή στην Ήπειρο (περ. 250.000-10.000/9.000 χρόνια πριν) και συγκεκριμένα η πρόσκτηση μέσω της τροφοσυλλογής και του κυνηγιού («οι άνθρωποι ακολουθούν την τροφή...»), η επεξεργασία της τροφής μέσω της φωτιάς και των εργαλείων και η «συντήρηση» μέσω π.χ. της ώχρας ή και του ψησίματος. Οι διαδικασίες αυτές βασίζονται στη συνεργασία, στην περίπλοκη και εποχική κινητικότητα, στην πρόβλεψη-επιλογή-προσαρμογή και στην κοινωνικοποίηση.

Η μουσειοσκευή «Ως το μεδούλι» απευθύνεται σε μαθητές/-τριες της Α' τάξης του Γυμνασίου και προτείνεται να υλοποιηθεί στο πλαίσιο του μαθήματος της Ιστορίας και των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων (π.χ. στη θεματική «Φροντίζω το περιβάλλον», ενότητα «Οικολογία - Παγκόσμια και Τοπική Φυσική Κληρονομιά»).

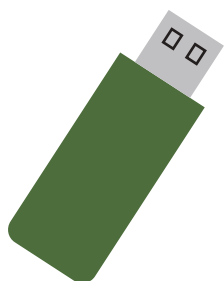
Πριν από την επεξεργασία και την υλοποίηση των δραστηριοτήτων της μουσειοσκευής, προτείνεται να μελετηθεί από τον/την εκπαιδευτικό, μαζί με το συγκεκριμένο έντυπο οδηγιών, και το έντυπο με τίτλο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια», καθώς και να προβληθεί στους/στις μαθητές/-τριες η 8λεπτη ταινία με τίτλο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια». Η ταινία θα λειτουργήσει ως εισαγωγή και θα δώσει στους/στις μαθητές/-τριες μια γενική οπτική της διατροφής στην Ήπειρο από την παλαιολιθική εποχή έως τους οθωμανικούς χρόνους.



Τριάντα πέντε (35)
καρτέλες 20X20 εκ. για
τον τόπο, τον τρόπο και
το είδος της διατροφής
των Παλαιολιθικών στην
Ήπειρο, δηλαδή σχετικά
με το «πού, τι, πώς τρώνε»

Ένας (1) επιδαπέδιος
χάρτης της Ηπείρου
(περιλαμβάνονται
παλαιολιθικές θέσεις)

Ένα (1) «Βιβλίο» της
φωτιάς σε μορφή pop up



Ένα (1) usb stick με
συμπληρωματικό υλικό
σε ψηφιακή μορφή και
την 8λεπτη ταινία με τίτλο
«Μαγειρεύοντας στην
Ήπειρο, 100.000 χρόνια»

Ένα (1) πουγκί με
ακατέργαστους
πυριτόλιθους

Ένα (1) βαζάκι με σκόνη
κίτρινης ώχρας



Ένα (1) αντίγραφο λίθινης
αιχμής δόρατος, ίσως
50.000 χρόνια πριν,
Κοκκινόπηλος Πρέβεζας,
Αρχαιολογικό Μουσείο
Ιωαννίνων, αρ. ευρ. 10011



Δύο (2) πειραματικά
λίθινα αποκρούσματα
(τα αντικείμενα μπορεί
να διαφέρουν λίγο από
αυτά της φωτογραφίας)



Ένα (1) αντίγραφο
δοντιού δασόβιου
ρινόκερου, περίπου
100.000 χρόνια πριν,
Ασπροχάλικο Πρέβεζας,
Αρχαιολογικό Μουσείο
Ιωαννίνων, αρ. ευρ. 7574-1



Ένα (1) αντίγραφο σκόπιμα
σπασμένου μακρού
οστού από πόδι κόκκινου
ελαφιού, 24.000-13.000
χρόνια πριν, Σπήλαιο
Καστρίτσας Ιωαννίνων,
Αρχαιολογικό Μουσείο
Ιωαννίνων, αρ. ευρ. 11407



Ένα (1) αντίγραφο σκόπιμα
ανοιγμένης φάλαγγας
από αλπικό αίγαγρο,
16.000-13.000 χρόνια
πριν, Βραχοσκεπή Κλειδί
Ιωαννίνων, Αρχαιολογικό
Μουσείο Ιωαννίνων,
αρ. ευρ. 11421



Ένα (1) αντίγραφο
σκόπιμα ανοιγμένης
φάλαγγας από κόκκινο
ελάφι, 24.000-13.000
χρόνια πριν, Σπήλαιο
Καστρίτσας Ιωαννίνων,
Αρχαιολογικό
Μουσείο Ιωαννίνων,
αρ. ευρ. 11403

Προτεινόμενη διαχείριση υλικού στην αίθουσα

Δύο έως τρεις (2-3) διδακτικές ώρες

1. Δραστηριότητα «Βρίσκουμε την παλαιολιθική θέση στον χάρτη»

Οδηγίες

Για την υλοποίηση της συγκεκριμένης δραστηριότητας, προτείνεται οι μαθητές/τριες να χωριστούν σε τέσσερις ομάδες με τα εξής ονόματα:

Ομάδα 1: Ασπροχάλικο Ομάδα 2: Κλειδί Ομάδα 3: Μποϊλα Ομάδα 4: Καστρίτσα

Τα ονόματα των ομάδων αντιστοιχούν σε παλαιολιθικές θέσεις, οι οποίες βρίσκονται πάνω στον χάρτη της Ηπείρου της μουσειοσκευής. Η ομάδα 1 θα πάρει την **καρτέλα Ασπροχάλικο**, η ομάδα 2 την **καρτέλα Κλειδί**, η ομάδα 3 την **καρτέλα Μποϊλα** και η ομάδα 4 την **καρτέλα Καστρίτσα**. Αφού διαβαστούν οι καρτέλες από την κάθε ομάδα, θα τοποθετηθούν στην αντίστοιχη θέση τους στον χάρτη. Η πέμπτη **καρτέλα Κοκκινόπηλος** μπορεί να τοποθετηθεί από τον/την εκπαιδευτικό στον χάρτη, αφού πρώτα διαβαστεί το περιεχόμενό της.



2. Δραστηριότητα «Ανάβοντας τη φωτιά»

Οδηγίες

Οι μαθητές/-τριες θα ανοίξουν το **«Βιβλίο» της φωτιάς** στο κέντρο του χώρου της δραστηριότητας, θα καθίσουν κυκλικά γύρω από τη φωτιά και θα συζητήσουν, με τη βοήθεια των **καρτελών Συνεργασία** και **Πυριτόλιθοι**, για τον ρόλο της φωτιάς στην παλαιολιθική εποχή και σήμερα. Μετά τη συζήτηση, και με την επίβλεψη του/της εκπαιδευτικού, οι μαθητές/-τριες μπορούν να δοκιμάσουν να «τρίψουν» τους **πυριτόλιθους** μεταξύ τους, έτσι ώστε να μυρίσουν τη χαρακτηριστική οσμή και να παρατηρήσουν τη σπίθα που παράγεται.



3. Δραστηριότητα «Αναζητώντας... συνδέσεις διατροφικές»

Οδηγίες

Για την υλοποίηση της συγκεκριμένης δραστηριότητας, προτείνεται οι μαθητές/-τριες να χωριστούν πάλι σε τέσσερις (4) ομάδες με τα εξής ονόματα:

Ομάδα 1: Ασπροχάλικο Ομάδα 2: Κλειδί Ομάδα 3: Μποϊλα Ομάδα 4: Καστρίτσα

Στις ομάδες θα μοιραστούν, με την παρακάτω προτεινόμενη σειρά, τα αντικείμενα της μουσειοσκευής, για να τα περιεργαστούν και να προσπαθήσουν μέσα από τη συνεργασία και την παρατήρηση να εντοπίσουν σχέσεις και συνδέσεις σχετικά με την προέλευση, την προετοιμασία, το μαγείρεμα και τη «συντήρηση» της τροφής.

Τα αντικείμενα είναι τα εξής:

Ομάδα 1:

Ασπροχάλικο

Αυτή η ομάδα θα λάβει πρώτα το **αντίγραφο δοντιού του ρινόκερου**, το οποίο θα προσπαθήσει να περιγράψει και να ερμηνεύσει με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού, για να εντοπίσει σε ποιο ζώο μπορεί να ανήκει το δόντι και πώς σχετίζεται με τη διατροφή και τη ζωή των Παλαιολιθικών. Αφού ολοκληρωθεί η παρουσίαση των ερμηνειών της ομάδας στην υπόλοιπη τάξη, ο/η εκπαιδευτικός θα εξηγήσει ότι αυτό το δόντι ανήκε σε δασόβιο ρινόκερο που ζούσε στην Ήπειρο και πιθανόν αποτέλεσε θήραμα των ανθρώπων Νεότερναλ πριν από περίπου 100.000 χρόνια. Στη συνέχεια, θα δοθεί στην ίδια ομάδα η **καρτέλα Χάντρες** και **βελόνα**, για να κατανοηθούν οι εναλλακτικές χρήσεις όλων των τμημάτων ενός θηράματος. Τέλος, η ομάδα θα ανατρέξει στον **χάρτη**, για να αντιστοιχίσει την **καρτέλα Χάντρες** και **βελόνα**, καθώς και το **αντίγραφο δοντιού** με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.



Ομάδα 2:

Κλειδί

Αυτή η ομάδα θα λάβει πρώτα τα **τρία αντίγραφα οστών ζώων (2 φάλαγγες και ένα μακρύ οστό-μετατάρσιο ποδιού)**, τα οποία θα προσπαθήσει να περιγράψει και να ερμηνεύσει με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού, ώστε να εντοπίσει από ποιο μέρος του ζώου είναι αυτά τα οστά και πώς σχετίζονται με τη διατροφή και τη ζωή των Παλαιολιθικών ανθρώπων. Αφού ολοκληρωθεί η παρουσίαση των ερμηνειών της ομάδας στην υπόλοιπη τάξη, θα μοιραστούν οι **δύο (2) καρτέλες ζώων, Ερυθρό ελάφι** και **Αλπικός αίγαγρος**, που αντιστοιχούν με τα αντίγραφα οστών και ο/η εκπαιδευτικός θα εξηγήσει ότι οι παλαιολιθικοί άνθρωποι κάποιες φορές άνοιγαν σκόπιμα τα οστά των θηραμάτων, για να καταναλώσουν το θρεπτικό μεδούλι. Με τη βοήθεια της **καρτέλας Συλλέγοντας καρπούς**, η ομάδα μαζί με την υπόλοιπη τάξη θα κατανοήσουν ότι οι παλαιολιθικοί άνθρωποι εκτός από κυνηγοί ήταν και συλλέκτες φυτικών και άλλων πόρων. Τέλος, η ομάδα θα ανατρέξει

αντίγραφα οστών με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν. Η εξερεύνηση για όλη την τάξη θα συνεχιστεί με τις υπόλοιπες **καρτέλες ζώων (Ρινόκερος, Πλατώνι, Αρχέγονα βόδια, Μικρό-σωμα άλογα, Αλπικός αίγαγρος, Αγριόγιδο, Ζαρκάδι, Αγριογούρουνο, Λαγός, Κάστορας, Σκουφοβουτηχτάρα, Αγριόπαπιες, Αγριόγαλος, Χελώνα, Ψάρια, Αρκούδα, Λύγκας, Λύκος, Αλεπού)**, ώστε να μπορέσουν στο τέλος να παίξουν όλοι το παιχνίδι «Μάντεψε το ζώο».



Ομάδα 3:

Μποΐλα

Αυτή η ομάδα θα λάβει τα **πειραματικά (σύγχρονα) λίθινα αποκρούσματα** μαζί με την **ομώνυμη καρτέλα τους** και το **αντίγραφο της αιχμής δόρατος**, τα οποία θα προσπαθήσει να περιγράψει και να ερμηνεύσει με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού, ώστε να εντοπίσει τη χρήση τους και τη σχέση τους με τη διατροφή και τη ζωή των Παλαιολιθικών ανθρώπων. Στη συνέχεια, θα μοιραστούν στην ομάδα οι **καρτέλες με τα λίθινα εργαλεία (Χειροπέλεκυς, Αιχμές για βέλη τόξου ή μικρού ακοντίου, Γλυφίδα, Ξέστρα)**, οι οποίες θα παρουσιαστούν στην υπόλοιπη τάξη μαζί με τις ερμηνείες της ομάδας για τα αντίγραφα. Τέλος, η ομάδα θα ανατρέξει στον χάρτη, για να αντιστοιχίσει τις καρτέλες με τα αντικείμενα, καθώς και το αντίγραφο της αιχμής δόρατος με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.



Ομάδα 4:

Καστρίτσα

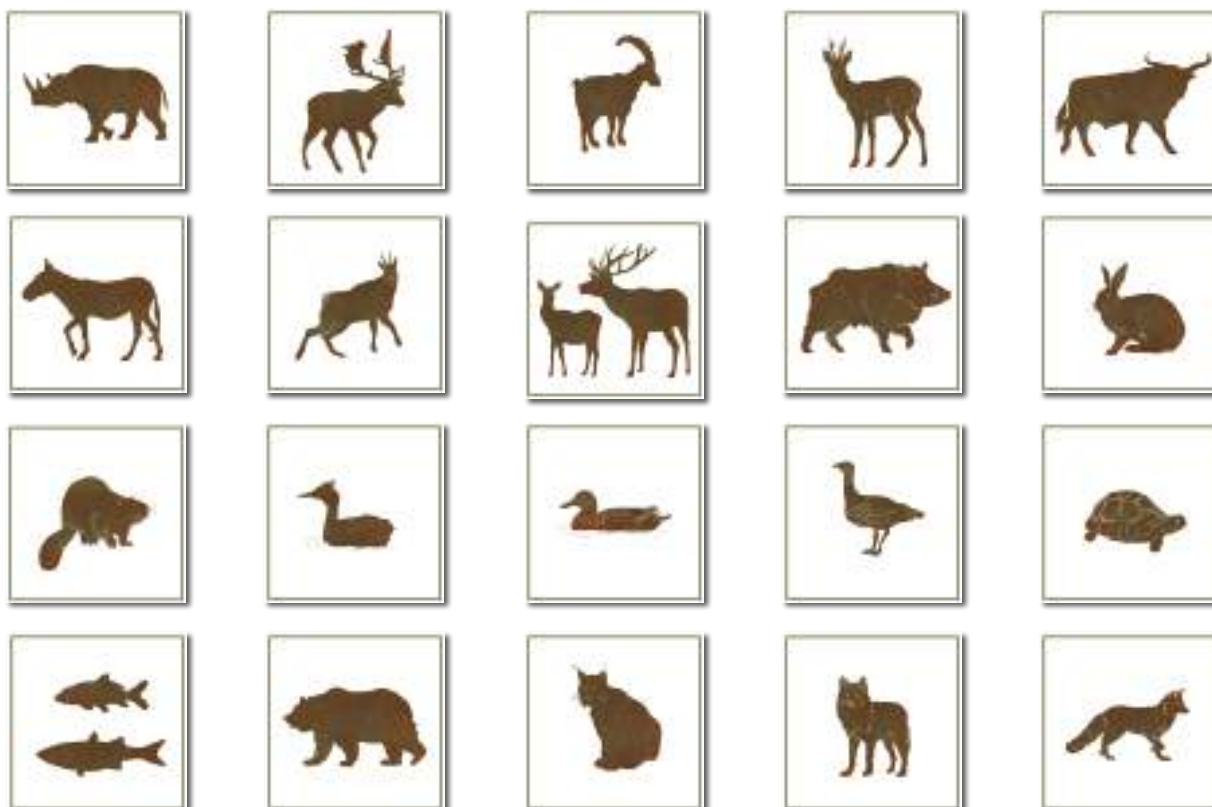
Αυτή η ομάδα θα λάβει πρώτα το **βαζάκι με την ώχρα** και θα προσπαθήσει να περιγράψει και να ερμηνεύσει το περιεχόμενό του με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού. Στη συνέχεια, θα δοθεί στην ομάδα η **καρτέλα Σβόλοι ώχρας**, όπου εξηγείται τι είναι η ώχρα και πώς πιθανόν σχετίζεται με τη διατροφή των Παλαιολιθικών. Τέλος, η ομάδα θα ανατρέξει στον χάρτη, για να αντιστοιχίσει την **καρτέλα Σβόλοι ώχρας** με τη θέση, στην οποία βρέθηκε.



3. Δραστηριότητα «Μάντεψε το ζώο»

Οδηγίες

Για το παιχνίδι, η τάξη θα χωριστεί σε **δύο (2)** ομάδες. Κάθε μία θα καθίσει σε σχήμα κύκλου και θα παίζει εναλλάξ. Ο/Η εκπαιδευτικός θα συντονίζει το παιχνίδι, δίνοντας την **καρτέλα του ζώου** στον/στην διαγωνιζόμενο/-η να την κρατάει πάνω από το κεφάλι του/της καθ' όλη τη χρονική διάρκεια που του/της αναλογεί, για να μαντέψει το ζώο. Συγκεκριμένα, ο/η διαγωνιζόμενος/-η θα έχει ένα με δύο λεπτά, για να μαντέψει το ζώο που του/της έχει δοθεί κάνοντας ερωτήσεις στην υπόλοιπη ομάδα σχετικά με αυτό (π.χ. έχει κέρατα; ζει στο νερό; είναι σαρκοφάγο;). Η υπόλοιπη ομάδα θα πρέπει να απαντά με ΝΑΙ ή ΟΧΙ μέχρι να βρεθεί το ζώο και να συνεχίσει ο/η διαγωνιζόμενος/-η της άλλης ομάδας. Νικητήρια ομάδα θα είναι αυτή που στο τέλος θα έχει βρει τα περισσότερα ζώα.



Προτεινόμενες εξωσχολικές δράσεις

- **Επίσκεψη στο Αρχαιολογικό Μουσείο Ιωαννίνων**

Αίθουσα 1: Προϊστορική Ήπειρος

- **Πεζοπορική Διαδρομή Ι - Οι κυνηγοί της εποχής των παγετώνων στον Βοϊδομάτη**

Θεματική ερμηνευτική διαδρομή από το γεφύρι της Κλειδωνιάς έως το γεφύρι Παπίγκου/Αρίστης, Δυτικό Ζαγόρι, Βοϊδομάτης:

<https://vikosaoosgeopark.com/2016/06/03/d1/>

- **Υλοποίηση της συνταγής** που προτείνεται στο έντυπο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια» με απαραίτητη τη βοήθεια και την επίβλεψη ενηλίκων!

- **«Σαν Κυνηγοί-Τροφосуλλέκτες στο Σούπερ μάρκετ και την Αγορά»**

Η δράση έχει ως στόχο να εξοικειωθούν οι μαθητές/τριες στην παρατήρηση του φαγητού τους, να ξεχωρίζουν από πού προέρχεται και να γνωρίσουν την έννοια της εποχικότητας των διατροφικών πόρων. Οι μαθητές/-τριες θα χωριστούν σε **δύο (2) ομάδες** και θα επιλέξουν μία (1) από τις δύο (2) κατηγορίες:

A. ΚΥΝΗΓΟΙ

(διάφορα κρεατικά, ψάρια)

ή

B. ΤΡΟΦΟΣΥΛΛΕΚΤΕΣ

(φυτά/δέντρα, καρποί-φρούτα, όσπρια, όστρακα)

Οι δύο (2) ομάδες παραπέμπουν σε υποκατηγορίες τροφίμων, πάνω στις οποίες θα στηριχθεί η έρευνα των μαθητών/-τριών. Αυτές οι υποκατηγορίες προκύπτουν από διάφορα ζωοαρχαιολογικά και βοτανικά κατάλοιπα (π.χ. οστά, κόκκους γύρης, άνθρακες) από την Ήπειρο, την Ελλάδα και το Μεσογειακό χώρο. Αφού μελετηθούν οι πληροφορίες που δίνονται για την κάθε ομάδα, στο παρακάτω **Φύλλο Εργασίας**, αλλά και σε συνδυασμό με έρευνα (διαδικτυακή), οι δύο (2) ομάδες θα επισκεφτούν ένα σούπερ μάρκετ ή και μία λαϊκή αγορά. Εκεί θα εντοπίσουν και θα φωτογραφίσουν με το κινητό τους διαθέσιμους διατροφικούς πόρους ή παράγωγά τους (π.χ. μέλι βελανιδιάς αντί για βελανίδια) ανά κατηγορία (Α, Β) που υπάρχουν σήμερα και είναι λίγο ή πολύ αντίστοιχα εκείνων που θα έβρισκαν οι παλαιολιθικοί άνθρωποι. Παράλληλα, η κάθε ομάδα μπορεί να ενημερωθεί ή να ρωτήσει για την εποχικότητα των πόρων/αγαθών που βρήκε και να αναζητήσει από τον στενό οικογενειακό κύκλο τοπικές συνταγές με βάση αυτά τα «προϊόντα». Οι τοπικές συνταγές που θα συγκεντρωθούν, μπορούν στη συνέχεια να υλοποιηθούν με απαραίτητη τη βοήθεια ενηλίκων, για να τις δοκιμάσουν και οι υπόλοιποι συμμαθητές/-τριες στην τάξη. Τέλος, αφού οι φωτογραφίες των διατροφικών πόρων/αγαθών παρουσιαστούν στην τάξη μαζί με τα αντίστοιχα συμπεράσματα, όλοι/-ες μαζί μπορούν να δημιουργήσουν ένα «βιβλιαράκι» με τα συνολικά στοιχεία και τις φωτογραφίες και με τίτλο της φαντασίας τους!

Φύλλο εργασίας

Με βάση τα παρακάτω παραδείγματα διατροφικών πόρων που έχουν εντοπιστεί σε παλαιολιθικές θέσεις ευρύτερα, μπορείτε να αναζητήσετε κάποια από αυτά ή να βρείτε αντίστοιχα εξημερωμένα ή παράγωγά τους στις σημερινές αγορές/σούπερ μάρκετ:

A. ΚΥΝΗΓΟΙ

Προσοχή: Στην παλαιολιθική εποχή δεν υπήρχαν εξημερωμένα ζώα! Για τις ανάγκες της συγκεκριμένης δράσης χρησιμοποιούμε κατά περίπτωση διαθέσιμα εξημερωμένα ζώα ή άλλους πόρους.

Κατηγορίες

Κρέατα

(π.χ. μοσχάρι, γουρούνι-αγριογούρουνο, ελάφι, λαγός, κουνέλι)

Πουλερικά

(π.χ. πάπια, ορτύκια, κοτόπουλο)

Ψάρια

(π.χ. πέστροφα, κυπρίνος, τόνος)

B. ΤΡΟΦΟΣΥΛΛΕΚΤΕΣ

Προσοχή: Στην παλαιολιθική εποχή δεν υπήρχαν εξημερωμένα φυτά!

Κατηγορίες

Άγρια χόρτα

Διάφορα δημητριακά

Καρποί-Φρούτα

(π.χ. καρύδι, αμύγδαλο, κουκουνάρι, φουντούκι, μούρα, βελανίδι, κορόμηλα, κράνα)

Βότανα

(π.χ. φλαμουριά)

Όσπρια

(π.χ. φακή)

Όστρακα

(π.χ. μύδια)

Αξιολόγηση Μουσειοσκευής

Αγαπητέ/ή εκπαιδευτικέ,

Παρακαλούμε να αφιερώσετε λίγα λεπτά από τον χρόνο σας για τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου της μουσειοσκευής. Στόχος είναι η καταγραφή της άποψης και των προτάσεων σας και η αξιοποίηση των πληροφοριών αυτών στην περαιτέρω βελτίωση της ποιότητας των εκπαιδευτικών δράσεων. Μπορείτε να συμπληρώσετε το ερωτηματολόγιο είτε στο έντυπο, που θα βρείτε μέσα στη μουσειοσκευή, είτε ηλεκτρονικά σκανάροντας το QR code.



Επίσης, παρακαλούμε να παροτρύνετε και τους/τις μαθητές/-τριες να συμπληρώσουν το δικό τους ερωτηματολόγιο, είτε χειρόγραφα, είτε ηλεκτρονικά μέσω του QR



Ενδεικτική βιβλιογραφία

Ελληνική

Αδάμ, Ε. 2008. «Γραμμένο στην Πέτρα». Στο *Αρχαιολογικό Μουσείο Ιωαννίνων*, επιμ. Κ. Ζάχος, 25-34. Ιωάννινα: ΙΒ' Εφορεία Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων.

Κοτζαμποπούλου, Ε., Ε. Παναγοπούλου, και Ε. Αδάμ. 1996. «Η παλαιολιθική έρευνα στην Μποϊλα (Κοιλάδα Βοϊδομάτη, Ν. Ιωαννίνων)». *Αρχαιολογία και Τέχνες* 60: 31-35.

Κοτζαμποπούλου, Ε. 2008. «Η Παλαιολιθική Εποχή: Ακούραστοι ιχνηλάτες - σκεπτόμενοι κυνηγοί». Στο *Αρχαιολογικό Μουσείο Ιωαννίνων*, επιμ. Κ. Ζάχος, 16-23. Ιωάννινα: ΙΒ' Εφορεία Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων.

Κοτζαμποπούλου, Ε. 2014. «Οι κυνηγοί της εποχής των παγετώνων στην κοιλάδα του Βοϊδομάτη. Ένα ταξίδι στα βάθη της Προϊστορίας». Στο *Γεωπάρκο Βίκου Αώου: Η φύση αφηγείται την ιστορία της*, επιμ. Χ. Παπαϊωάννου και Γ. Κιτσάκη, 27-34. Ιωάννινα: Ήπειρος Α.Ε.

Κοτζαμποπούλου, Ε. 2014. *Οι άνθρωποι και η λίμνη: 20.000 χρόνια πριν*. Ιωάννινα: Αρχαιολογικό Ινστιτούτο Ηπειρωτικών Σπουδών.

Ντίνου, Μ. 2014. «Το περιβάλλον, η χλωρίδα και ο άνθρωπος στην Παλαιολιθική Εποχή». Στο *Γεωπάρκο Βίκου Αώου: Η φύση αφηγείται την ιστορία της*, επιμ. Χ. Παπαϊωάννου και Γ. Κιτσάκη, 35-42. Ιωάννινα: Ήπειρος Α.Ε.

Ξενόγλωσση

Bailey, G.N., επιμ. 1997. *Klithi: Palaeolithic settlement and Quaternary landscapes in northwest Greece*. Τόμος 1, 2. Cambridge: Mc Donald Institute for Archaeological Research.

Gamble, C. 1997. «The Animal Bones from Klithi». Στο *Klithi: Palaeolithic Settlement and Quaternary Landscapes in Northwest Greece*. Τόμος 1, *Excavation and intra-site analysis at Klithi*, επιμ. G.N. Bailey, 207-244. Cambridge: McDonald Institute of Archaeological Research.

Higgs E. S., C. Vita-Finzi, D. R. Harris, και A.E. Fagg. 1967. «The Climate, Environment and Industries of Stone Age Greece: Part III». *Proceedings of the Prehistoric Society* 33: 1-29.

Kotjabopoulou, E., και E. Adam. 2004. «People, mobility and ornaments in Upper Palaeolithic Epirus, NW Greece». Στο *La Spiritualité, Actes du Colloque International de la Commission 8 de l'UISPP*, 10-12 Décembre 2002, 106, επιμ. M. Otte, 37-53. Liège: Eraul.

Kotjabopoulou, E. 2008. «The mountainscapes of Upper Palaeolithic Epirus in NW Greece: A view from the bones». Στο *The Palaeolithic of the Balkans*, επιμ. A. Darlas και D. Mihailovic, 21-31. Oxford: BAR International Series 1819.

Kotjabopoulou, E. 2013. «The horse, the lake and the people: Implications for the Late Glacial social landscapes at the foot of the Pindus mountain range, north-western Greece». Στο *Diet, Economy and Society in the Ancient Greek World: Towards a better integration of archaeology and science*, επιμ. S. Voutsaki και S.M. Valamoti, 65-75. Pharos Supplement 1. Leuven: Peeters.

Papaioannou, Ch., και V. I. Kati. 2007. «Current status of the Balkan chamois (*Rupicapra rupicapra balcanica*) in Greece: Implications for conservation». *Belgian Journal of Zoology* 137 (1): 33-39.

Roditi, E., και B.M. Starkovich. 2022. «Investigating Middle Palaeolithic subsistence: zooarchaeological perspectives on the potential character of hominin climate refugia in Greece». *Journal of Quaternary Science* 37 (2): 181-193.

Sturdy, D., και D. Webley. 1988. «Palaeolithic geography: or where are the deer?». *World Archaeology* 19: 262-280.

Tzedakis, P.C. 1993. «Long-term tree populations in northern Greece through multiple Quaternary climatic cycles». *Nature* 364: 437-440.



ΕΝΤΥΠΟ ΟΔΗΓΙΩΝ ΜΟΥΣΕΙΟΣΚΕΥΗΣ



Στα μαγειρεία των Απειρωτών



Μαγειρεύοντας
στην Ήπειρο
100.000 χρόνια



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Πολιτισμού

Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

© 2023 Υπουργείο Πολιτισμού

Γενική Διεύθυνση Αρχαιοτήτων και Πολιτιστικής Κληρονομιάς
Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων

ΕΝΤΥΠΟ ΟΔΗΓΙΩΝ ΜΟΥΣΕΙΟΣΚΕΥΗΣ

Στα μαγειρεία των Απειρωτών

Γενική Εποπτεία

Βαρβάρα Ν. Παπαδοπούλου, Δρ. Αρχαιολόγος
Αναπληρώτρια Προϊσταμένη Εφορείας Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων

Επιστημονική επιμέλεια και εποπτεία υλικού

Παρασκευή Γιούνη, Δρ. Αρχαιολόγος
Ιουλία Κατσαδήμα, Δρ. Αρχαιολόγος
Ελένη Βασιλείου, Δρ. Αρχαιολόγος
Αγγελική Πανάτση, MSc Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος

Σχεδιασμός και οργάνωση εκπαιδευτικού υλικού μουσειοσκευής

Χριστίνα Κωτσοπούλου, MA Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος
Έλενα Ζιάβρα, MA Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος

Φωτογραφίες

ΥΠΠΟ/Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων, ΥΠΠΟ/Εφορεία Αρχαιοτήτων Θεσπρωτίας, ΥΠΠΟ/
Εφορεία Αρχαιοτήτων Πρέβεζας, ΥΠΠΟ/Εφορεία Αρχαιοτήτων Άρτας

Αισθητική επιμέλεια, εικονογράφηση, γραφιστικός σχεδιασμός και επιμέλεια παραγωγής

Mulo creative lab

Κεραμικά αντίγραφα

Θωμάς Κοτσιγιάννης

Αντίγραφα Ρητίνης

Βασίλης Σκουρμπούτης

Βιβλιοδεσία - ειδικές κατασκευές

Κώστας Μπουντούρης

Ειδικές Εκτυπώσεις

Apolyto creative spot
Fotolio

Ευχαριστίες για την άμεση ανταπόκριση και παραχώρηση φωτογραφικού υλικού

Ιωάννη Χουλιάρá, Προϊστάμενο της Εφορείας Αρχαιοτήτων Θεσπρωτίας
Γεωργία Πλιάκου, Προϊσταμένη του Τμήματος Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων και Μουσείων της Εφορείας Αρχαιοτήτων Θεσπρωτίας
Αντωνία Τζωρτζάτου, Αρχαιολόγο της Εφορείας Αρχαιοτήτων Θεσπρωτίας
Ανθή Αγγέλη, Προϊσταμένη της Εφορείας Αρχαιοτήτων Πρέβεζας
Ελπίδα Σαλταγιάννη, Προϊσταμένη του Τμήματος Βυζαντινών και Μεταβυζαντινών Αρχαιοτήτων και Μουσείων της Εφορείας Αρχαιοτήτων Πρέβεζας
Εμμανουήλ Κλειδά, Συντηρητή της Εφορείας Αρχαιοτήτων Πρέβεζας

Ομάδα Διοίκησης Έργου (ΟΔΕ)

Βαρβάρα Ν. Παπαδοπούλου, Δρ Αρχαιολόγος
Παρασκευή Γιούνη, Δρ Αρχαιολόγος
Ιουλία Κατσαδήμα, Δρ Αρχαιολόγος
Ελένη Βασιλείου, Δρ Αρχαιολόγος
Σοφία Κίγκα, MA Αρχαιολόγος-Μουσειολόγος
Νίκος Κυραμάριος, Διοικητικός

Λογιστική Υποστήριξη Έργου

Μαρία Τσιούνη, Λογίστρια
Μαρία Χαριτοπούλου, Λογίστρια

Στόχος

Στο έντυπο υλικό παρουσιάζονται συνοπτικά τα στάδια της καθημερινής διατροφής στον δημόσιο και ιδιωτικό χώρο από τη νεολιθική έως τη ρωμαϊκή περίοδο, μέσα από τις διαδικασίες παραγωγής και επεξεργασίας των υλικών, του τρόπου μαγειρέματος, συντήρησης, αποθήκευσης και απόρριψης της τροφής. Έμφαση δίνεται στα οργανικά κατάλοιπα (απανθρακωμένοι σπόροι ελιάς, οσπρίων, σιτηρών κτλ.) και στο αρχαιολογικό υλικό (μαγειρικά σκεύη, εργαλεία αλιείας, γεωργίας, κτηνοτροφίας κτλ.), τα οποία επιτρέπουν την αναφορά σε συγκεκριμένα τοπικά προϊόντα, γνωστά ήδη κατά τους αρχαίους χρόνους, όπως τα κρέατα και τα γαλακτοκομικά (π.χ. τα ηπειρωτικά βοοειδή) και τα ψάρια του Αμβρακικού.

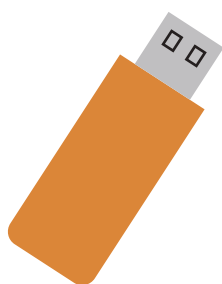
Η μουσειοσκευή «Στα μαγειρεία των Απειρωτών» απευθύνεται σε μαθητές/-τριες της Ε΄ και ΣΤ΄ τάξης του Δημοτικού σχολείου, καθώς και της Α΄, Β΄ και Γ΄ τάξης του Γυμνασίου. Προτείνεται να υλοποιηθεί στο πλαίσιο του μαθήματος της Ιστορίας, των Καλλιτεχνικών, της Αρχαίας Ελληνικής Γλώσσας για το Γυμνάσιο, καθώς και των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων.

Πριν από την επεξεργασία και την υλοποίηση των δραστηριοτήτων της μουσειοσκευής, προτείνεται να μελετηθεί από τον/την εκπαιδευτικό, μαζί με το συγκεκριμένο έντυπο οδηγιών, και το έντυπο με τίτλο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια», καθώς και να προβληθεί στους/στις μαθητές/-τριες η 8λεπτη ταινία με τίτλο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια». Η ταινία θα λειτουργήσει ως εισαγωγή και θα δώσει στους/στις μαθητές/-τριες μια γενική οπτική της διατροφής στην Ήπειρο από την παλαιολιθική εποχή έως τους οθωμανικούς χρόνους.



Τριάντα μία (31) καρτέλες 20X20 εκ.
για τον τόπο, τον τρόπο και το
είδος της διατροφής των αρχαίων
Ηπειρωτών, δηλαδή σχετικά
με το «πού, τι, πώς τρώνε»

Ένας (1) επιδαπέδιος χάρτης
της Ηπείρου (περιλαμβάνονται
θέσεις της αρχαιότητας)



Ένα (1) usb stick με συμπληρωματικό
υλικό σε ψηφιακή μορφή και
την 8λεπτη ταινία με τίτλο
«Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο,
100.000 χρόνια»

Έξι (6) αριθμημένα βαζάκια:
1. Σιτάρι, 2. Κριθάρι,
3. Λαθούρι, 4. Λούπινα, 5. Ρόβη,
6. Κουκιά



Ένα (1) αντίγραφο
χάλκινου αγκιστριού,
31 π.Χ.-400 μ.Χ.,
Λαδοχώρι Θεσπρωτίας,
Αρχαιολογικό Μουσείο
Ηγουμενίτσας,
αρ. ευρ. 9570

Ένα (1) αντίγραφο
χάλκινου σουρωτηριού
με περίτεχνη λαβή, 5ος-
4ος αι. π.Χ., Βοτονόσι
Ιωαννίνων, Αρχαιολογικό
Μουσείο Ιωαννίνων,
αρ. ευρ. 301



Ένας κατάλογος με αρχαία
και ρωμαϊκά γεύματα.

Ένα (1) αντίγραφο
μολύβδινου χρηστήριου
ελάσματος, μέσα 4ου αι.
π.Χ., Δωδώνη Ιωαννίνων,
Αρχαιολογικό Μουσείο
Ιωαννίνων, αρ. ευρ.
12823

Ένα (1) αντίγραφο
κύλικας με ψηλό πόδι
τύπου «ποτηριού
Νέστορος», 11ος αι. π.Χ.,
Δωδώνη Ιωαννίνων,
Αρχαιολογικό Μουσείο
Ιωαννίνων, αρ. ευρ. 3692



Ένα (1) αντίγραφο
πήλινου, μελαμβαφούς
θηλάστρου, 5ος αι. π.Χ.,
Μιχαλίτσι Πρέβεζας,
Αρχαιολογικό Μουσείο
Ιωαννίνων,
αρ. ευρ. 5080

Ένα (1) αντίγραφο
πήλινου πιάτου, τέλος
3ου-2ου αι. π.Χ., Μεγάλο
Γαρδίκι Ιωαννίνων,
Αρχαιολογικό Μουσείο
Ιωαννίνων,
αρ. ευρ. 7635

Προτεινόμενη διαχείριση υλικού στην αίθουσα

1. Δραστηριότητα «Ανακαλύπτοντας τα μαγειρεία των Απειρωτών»

Δύο έως τρεις (2-3) διδακτικές ώρες

Οδηγίες

Το εποπτικό υλικό της μουσειοσκευής πραγματεύεται το «πού, τι, πώς τρώνε» οι αρχαίοι Ηπειρώτες. Κατά τη διάρκεια της κύριας δραστηριότητας, προτείνεται να χωριστεί η τάξη σε τρεις (3) ομάδες (Α, Β, Γ), στις οποίες θα μοιραστούν οι **τριάντα μία (31) καρτέλες** με τα αντίστοιχα **αντίγραφα** που αφορούν «πού, τι, πώς τρώνε» και τα οποία θα τοποθετούνται στο τέλος στον **χάρτη της Ηπείρου**.

Ο/Η εκπαιδευτικός μοιράζει στις ομάδες μία από τις **τρεις (3) καρτέλες** με τη **Νεολιθική, Ελληνιστική κατοικία και τη Ρωμαϊκή έπαυλη**, καθώς και τις **τρεις (3) καρτέλες** με το **Πρωταναίο της Δωδώνης**, το **Καταγώγιο της Κασσώπης** και την **Υδρία με σκηνή θυσίας**, που δίνουν πληροφορίες για τα γεύματα και τον τρόπο διάθεσης των προϊόντων στους δημόσιους χώρους.



Στη συνέχεια, με τη βοήθεια της καρτέλας **Αφιερωματική επιγραφή** γίνεται αναφορά στον ρόλο του/της μάγειρα/-ρισσας. Συγχρονως, ο/η εκπαιδευτικός ζητάει από τους/τις μαθητές/-τριες να βρουν το όνομα του μάγειρα στην επιγραφή, ενώ με την καρτέλα **Χρηστήριο μολύβδινο έλασμα** δίνεται η ευκαιρία να γίνει συζήτηση για την αμοιβή ενός μάγειρα κατά την αρχαιότητα. Τέλος, η κάθε ομάδα θα ανατρέξει στον **χάρτη της Ηπείρου**, για να αντιστοιχίσει τις **καρτέλες** με τα αντικείμενα, καθώς και το αντίγραφο του **Χρηστήριου μολύβδινου ελάσματος** με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.



Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στην ομάδα Α την **καρτέλα Αγκίστρι**, η οποία συνδυάζεται και με το **αντίγραφο αγκιστριού** από τη μουσειοσκευή. Η ομάδα Β λαμβάνει την **καρτέλα Ψάρια μικρά και μεγάλα** και η ομάδα Γ την **καρτέλα Καρχαρίας**, ώστε η κάθε ομάδα να προσφέρει στις άλλες δύο, πληροφορίες για την αλιεία στην Ήπειρο κατά την αρχαιότητα. Τέλος, η κάθε ομάδα θα ανατρέξει στον **χάρτη της Ηπείρου**, για να αντιστοιχίσει τις **καρτέλες**, καθώς και το **αντίγραφο του αγκιστριού** με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.



Στη συνέχεια, η ομάδα Α λαμβάνει την **καρτέλα Σιδερένιο ψαλίδι**, που δίνει πληροφορίες για την κτηνοτροφία της Ηπείρου στην αρχαιότητα. Η ομάδα Β λαμβάνει τις καρτέλες **Χρηστήριο μολύβδινο έλασμα**, **Ειδώλιο γίδας**, **Έλασμα σε μορφή βοδιού**, **Αργυρό δίδραχμο με ταύρο**. Η ομάδα Γ λαμβάνει την **καρτέλα Θηλάστρο**, που δίνει πληροφορίες για τα γαλακτοκομικά παράγωγα της περιοχής, καθώς και το **αντίγραφο πήλινου θηλάστρου** από τη μουσειοσκευή. Στην ομάδα Α δίνονται και οι δύο **καρτέλες Εγχάρακτος αγριόχοιρος** και **Ειδώλιο ελαφιού**, για να γίνει αναφορά και στο κυνήγι ζώων, εκτός από την εκτροφή τους. Τέλος, η κάθε ομάδα θα ανατρέξει στον **χάρτη της Ηπείρου** για να αντιστοιχίσει τις **καρτέλες**, καθώς και το **αντίγραφο του πήλινου θηλάστρου** με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.



Ύστερα, η ομάδα Α λαμβάνει την **καρτέλα Σιδερένιο υνί**, που δίνει πληροφορίες για τη γεωργία στην Ήπειρο, η ομάδα Β την **καρτέλα Όσπρια** και η ομάδα Γ την **καρτέλα Δημητριακά**. Αφού τοποθετηθούν τα **έξι (6) βαζάκια** της μουσειοσκευής με τα **όσπρια (3. λαθούρι, 4. λούπινα, 5. ρόβη, 6. κουκιά)** και τα **δημητριακά (1. σιτάρι, 2. κριθάρι)** σε ένα τραπέζι, ζητούνται από ισάριθμους μαθητές/-τριες να κάνουν οπτική αναγνώριση. Στη συνέχεια, οι τρεις (3) ομάδες λαμβάνουν τις παρακάτω καρτέλες με την προτεινόμενη σειρά: την **καρτέλα Ελαιοτριβείο** για το λάδι και το κρασί, την **καρτέλα Πελίκη**, που περιγράφει τα αρχαία και ρωμαϊκά συμπόσια και την καρτέλα **Ρίχνοντας νερό στο κρασί** μαζί με το **αντίγραφο της πήλινης κύλικας**, που αφορά στη διαδικασία αραίωσης του κρασιού με συγκεκριμένα σκεύη. Τέλος, η κάθε ομάδα θα ανατρέξει στον **χάρτη της Ηπείρου**, για να αντιστοιχίσει τις **καρτέλες** και το **αντίγραφο της πήλινης κύλικας** με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.



Ο/Η εκπαιδευτικός δίνει στην ομάδα Α την **καρτέλα Άναψε τη φωτιά της πυροστιάς** και την **καρτέλα Βάλε το τηγάνι στη φωτιά**, στην ομάδα Β την **καρτέλα Τρίψε λίγο τυρί** μαζί με το **αντίγραφο σουρωτηριού** και στην ομάδα Γ την **καρτέλα Να σας σερβίρω** μαζί με το **αντίγραφο πήλινου πιάτου**. Επιπλέον, θα μοιραστούν οι **καρτέλες Αποθηκευτικοί πίθοι** και **Αποθέτης σκουπιδιών**, που αφορούν στις διαδικασίες συντήρησης, αποθήκευσης και απόρριψης της τροφής. Στο τέλος, η κάθε ομάδα θα ανατρέξει στον **χάρτη της Ηπείρου**, για να αντιστοιχίσει τις **καρτέλες** και τα **αντίγραφα** με τις θέσεις, στις οποίες βρέθηκαν.



2. Δραστηριότητα «Στρώστε το τραπέζι των Απειρωτών»

Μία (1) διδακτική ώρα

Οδηγίες

Στο πλαίσιο του μαθήματος των Καλλιτεχνικών, οι μαθητές/-τριες καλούνται να κατασκευάσουν από πηλό δύο αντίγραφα για κάθε κατηγορία τροφίμων που περιλαμβάνονται στον **κατάλογο με τα γεύματα Αρχαίων και Ρωμαίων**.

Η κάθε ομάδα θα έχει τα δικά της τρόφιμα για τις δοκιμασίες:

ΑΡΧΑΙΩΝ ΓΕΥΜΑΤΑ	
ΑΚΡΑΤΙΣΜΑ (Πικρό)	ΔΕΙΠΝΟ ΣΥΜΠΟΣΙΟΥ
μπουκιττος μαλακοί σε φάρμακον (σπύριγμα κρεμμύ)	ΠΡΙΝ ΤΟ ΓΕΥΜΑ
ΠΡΟΣΦΑΓΙΟΝ (Ορεκτικό)	πρέσκα (γλυκά αρωστικά, σπύριγμα κρεμμύ)
ελιές	ΚΥΡΙΩΣ ΓΕΥΜΑ
ΑΡΙΣΤΟΝ (Μεσημεριανό)	ελιές κατεψυγμένα αυγά ψάρια κρέας γλυκά φρούτα καρπούδια
όσπρια Λαχανικά μαγειρεμένα με λάδι ψάρια μαγειρεμένα με λάδι ψωμί ελιές αρωματικά κρεμμύ	ΤΡΑΓΗΜΑΤΑ (Σαπιδάρια)
	γλυκά γλυκιά πίτες [ηρώ καραμέλα] φρούτα φρούτα ζωρά φρούτα
ΡΩΜΑΙΩΝ ΓΕΥΜΑΤΑ	
ΠΡΩΙΝΟ	ΔΕΙΠΝΟ ΣΥΜΠΟΣΙΟΥ
ένα ποτήρι άρωματικό ποτό ψωμί τυρί	ΟΡΕΚΤΙΚΑ
ΜΕΣΗΜΕΡΙΑΝΟ (γρήγορο)	πατάτα χόρτα λαχανικά πασατέ κρέας στρώματα μύδια
κρέας κρέας	

ψωμί

ποτήρι

(για το κρασί και το νερό),

κρεμμύδι

(για τα λαχανικά),

ψάρι

τυρί

μπριζόλα

(για το κρύο ή ψητό κρέας),

πιτούλες τύπου pancakes

(για τα γλυκίσματα),

σύκο

(για φρέσκα και ξερά φρούτα),

αμύγδαλα

(για τους ξηρούς καρπούς)

αυγό

ελιές

Επιπλέον, προτείνεται οι μαθητές/-τριες να φέρουν από το σπίτι όσπρια και, εφόσον έχουν, κοχύλια στη θέση των θαλασσινών που αναγράφονται στον κατάλογο των γευμάτων. Οι κατηγορίες τροφίμων μοιράζονται σε δύο (2) τραπέζια για κάθε ομάδα.

Απαραίτητη προϋπόθεση για τη δραστηριότητα είναι να μάθουν οι μαθητές/-τριες απ' έξω **τα γεύματα Αρχαίων και Ρωμαίων**, που αναφέρονται στον **κατάλογο**.

Το παιχνίδι αποτελείται από τρεις (3) γύρους (1ος: Πρωινό, 2ος: Μεσημεριανό, 3ος: Δείπνο συμποσίου) με δύο δοκιμασίες για τον κάθε γύρο (αρχαίο και ρωμαϊκό γεύμα). Δύο ή τρεις μαθητές/-τριες θα έχουν τον ρόλο των κριτών και με τη βοήθεια του καταλόγου με τα γεύματα Αρχαίων και Ρωμαίων θα σημειώνουν τους πόντους κάθε ομάδας, μετά την ολοκλήρωση κάθε δοκιμασίας. Οι υπόλοιποι μαθητές/-τριες θα χωριστούν σε δύο (2) ομάδες (Α και Β) και θα σχηματίσουν δυάδες ή τριάδες ανάλογα με τον συνολικό αριθμό της τάξης. Για κάθε δοκιμασία θα διαγωνίζεται μία δυάδα/τριάδα από κάθε ομάδα, υλοποιώντας ταυτόχρονα το ίδιο γεύμα (π.χ. οι δύο πρώτες δυάδες θα υλοποιήσουν το αρχαίο πρωινό, οι επόμενες το ρωμαϊκό πρωινό κτλ.), έτσι ώστε να παίξουν όλοι οι μαθητές/-τριες.

Σκοπός του παιχνιδιού είναι να επιλέγονται κάθε φορά τα σωστά τρόφιμα ή ποτά ανάλογα με το γεύμα της κάθε εποχής (πρωινό, μεσημεριανό, δείπνο), στο οποίο καλούνται να δοκιμαστούν οι δυάδες/τριάδες της κάθε ομάδας.

Κάθε σωστή επιλογή θα ανταμείβεται με δύο (2) πόντους, ενώ για κάθε λάθος προσθήκη στο κάθε γεύμα θα αφαιρείται ένας (1) πόντος. Στο τέλος όλων των γύρων, η ομάδα με τους περισσότερους πόντους θα είναι η νικήτρια!

Προτεινόμενες εξωσχολικές δράσεις

- **Επίσκεψη στο Αρχαιολογικό Μουσείο Ιωαννίνων**

Αίθουσα 1: Προϊστορική Ήπειρος

Αίθουσα 4: Καθημερινός Βίος των Ηπειρωτών

Αίθουσα 5: Ταφικά Έθιμα Ηπείρου

- **Επίσκεψη στα Αρχαιολογικά Μουσεία της Ηγουμενίτσας, της Άρτας και της Νικόπολης**, για να εντοπίσουν οι μαθητές/-τριες τα αντικείμενα που σχετίζονται με τη διατροφή. Εναλλακτικά, προτείνεται η επίσκεψη σε ένα Αρχαιολογικό Μουσείο της περιοχής τους.

- **Επίσκεψη σε τουλάχιστον έναν από τους αρχαιολογικούς χώρους που έχουν βρεθεί τα αντικείμενα της μουσειοσκευής:**

Γίτανα Θεσπρωτίας, Δωδώνη Ιωαννίνων, Μέγα Γαρδίκι Ιωαννίνων, Κασσώπη Πρέβεζας, Όρραον Πρέβεζας, «Νεκρομαντείο» Αχέροντα Πρέβεζας, Νικόπολη Πρέβεζας

- **Υλοποίηση των συνταγών** που προτείνονται στο έντυπο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια» με απαραίτητη τη βοήθεια και την επίβλεψη ενηλίκων!

- **«Φτιάξτε το δικό σας Τσελεμεντέ»**

Ως σύγχρονοι ερευνητές γαστρονομίας, οι μαθητές/-τριες θα αναλάβουν την αποστολή να εντοπίσουν σύγχρονες, τοπικές συνταγές, φτιαγμένες με υλικά αντίστοιχα με αυτά που ήταν διαθέσιμα στην αρχαία και ρωμαϊκή Ήπειρο ή τουλάχιστον, με τα σύγχρονα παράγωγά τους. Με τη βοήθεια ατόμων της οικογένειάς τους, σε συνδυασμό με βιβλία μαγειρικής και συνταγών από το διαδίκτυο, οι μαθητές/-τριες καλούνται να συλλέξουν συνταγές βασισμένες σε τοπικά προϊόντα της πόλης ή του χωριού τους. Στη συνέχεια, αφού τις συγκεντρώσουν μαζί με τους/τις συμμαθητές/-τριές τους, καλούνται να επιμεληθούν ένα σύγχρονο Τσελεμεντέ, δηλαδή ένα βιβλίο με συνταγές μαγειρικής ή και ζαχαροπλαστικής και με εξώφυλλο, το οποίο θα δημιουργήσουν οι ίδιοι/-ες. Το τελικό αποτέλεσμα, μπορεί να παρουσιαστεί σε ένα άλλο τμήμα ή τάξη για να ανακαλύψουν οι μαθητές/-τριες τη διατροφική ποικιλία της Ηπείρου.

Αξιολόγηση Μουσειοσκευής

Αγαπητέ/ή εκπαιδευτικέ,

Παρακαλούμε να αφιερώσετε λίγα λεπτά από τον χρόνο σας για τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου της μουσειοσκευής. Στόχος είναι η καταγραφή της άποψης και των προτάσεων σας και η αξιοποίηση των πληροφοριών αυτών στην περαιτέρω βελτίωση της ποιότητας των εκπαιδευτικών δράσεων. Μπορείτε να συμπληρώσετε το ερωτηματολόγιο είτε στο έντυπο, που θα βρείτε μέσα στη μουσειοσκευή, είτε ηλεκτρονικά σκανάροντας το QR code.



Επίσης, παρακαλούμε να παροτρύνετε και τους/τις μαθητές/-τριες να συμπληρώσουν το δικό τους ερωτηματολόγιο, είτε χειρόγραφα, είτε ηλεκτρονικά μέσω του QR



Ενδεικτική βιβλιογραφία

Ελληνική

Αγγέλη, Α. 2005. *Όρραον: Συνοπτικός Οδηγός του αρχαιολογικού χώρου*. Ιωάννινα: ΙΒ' Εφορεία Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων.

Αγγέλη, Α. 2015. *Ο Αρχαιολογικός Χώρος της Κασσώπης*. Πρέβεζα: Εφορεία Αρχαιοτήτων Πρέβεζας.

Βασιλείου, Ε. 2008. «Η Δωδώνη κατά τους Προϊστορικούς Χρόνους». Στο *Το Αρχαιολογικό Μουσείο Ιωαννίνων*, επιμ. Κ. Ζάχος, 137-141. Ιωάννινα: ΙΒ' Εφορεία Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων.

Βασιλείου, Ε., Ε. Αδάμ, και Π. Γιούνη. 2022. «Νέα δεδομένα για την Αρχαιότερη Νεολιθική από την ενδοχώρα της Ηπείρου: Οικιστικό σύνολο από την Επισκοπή Σερβιανών (Ιωάννινα)». Στο *Το αρχαιολογικό έργο στη Βορειοδυτική Ελλάδα και τα νησιά του Ιονίου*, Πρακτικά, Ιωάννινα, 23-26 Νοεμβρίου 2017, επιμ. Β. Θεοφιλοπούλου, 139-148. Αθήνα: Οργανισμός διαχείρισης και ανάπτυξης πολιτιστικών πόρων.

Βασιλείου, Ε., και Π. Τζοβάρας. 2022. «Δύο πήλινα κοχλιάρια από τον μεσοελλαδικό οικισμό Παλαμπούτι στο Νεοχωρόπουλο Ιωαννίνων». Στο *Το αρχαιολογικό έργο στη Βορειοδυτική Ελλάδα και τα νησιά του Ιονίου*, Πρακτικά, Ιωάννινα, 23-26 Νοεμβρίου 2017, επιμ. Β. Θεοφιλοπούλου, 351- 357. Αθήνα: Οργανισμός διαχείρισης και ανάπτυξης πολιτιστικών πόρων.

Γιαννάκη, Β. 2017. «Μηχανισμοί παραγωγής ελαιόλαδου στο ρωμαϊκό ελαιοτριβείο Στρογγυλής». Στο *Σπείρα*, Πρακτικά 2017, επιμ. Ε. Μέρμηγκα, 459-468. Αθήνα: Ταμείο Αρχαιολογικών Πόρων και Απαλλοτριώσεων.

Γιούνη, Π. 2008. «Η Νεολιθική Εποχή». Στο *Το Αρχαιολογικό Μουσείο Ιωαννίνων*, επιμ. Κ. Ζάχος, 35-42. Ιωάννινα: ΙΒ' Εφορεία Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων.

Γκατζόγια, Ε. 2018. «Διατροφή και οικονομία στην Ήπειρο μέσα από τις αρχαιοβοτανικές έρευνες στο Νεκρομαντείο του Αχέροντα και στην Επισκοπή Σερβιανών». Στο *Το αρχαιολογικό έργο στη Βορειοδυτική Ελλάδα και τα νησιά του Ιονίου*, Πρακτικά, Ιωάννινα, 10-13 Δεκεμβρίου 2014, επιμ. Β. Θεοφιλοπούλου, 393-405. Αθήνα: Ταμείο αρχαιολογικών πόρων και απαλλοτριώσεων.

Γκατζόλης, Χ. 2010. *Ο πολιτισμός στο τραπέζι*. Θεσσαλονίκη: Αρχαιολογικό Μουσείο Θεσσαλονίκης.

Γραβάνη, Κ. 2007. «Η ανασκαφική έρευνα στο ιερό της Δωδώνης». Στο *Ηπειρωτικά Γράμματα 11*: 175-224. Ιωάννινα: Εταιρεία λογοτεχνών και Συγγραφέων Ηπείρου.

Δάκαρης, Σ. 1952. «Ανασκαφή εις Κασσώπην – Πρεβέζης». *Πρακτικά Αρχαιολογικής Εταιρείας 107*: 331-362.

Δάκαρης, Σ. 1953. «Ανασκαφή εις Κασσώπην – Πρεβέζης». *Πρακτικά Αρχαιολογικής Εταιρείας 108*: 164-174.

Dalby, A. 2001. *Σειρήνια Δείπνα - Ιστορία της διατροφής και της γαστρονομίας στην Ελλάδα*. Μτφ. Ε. Πατρικίου. Ηράκλειο: Πανεπιστημιακές εκδόσεις Κρήτης.

Dalby, A., και S. Grainger. 2001. *Η μαγειρική της αρχαιότητας*. Μτφ. Ν. Ζωγράφου. Αθήνα: Δ. Ν. Παπαδήμα.

Ελευθεράτου, Σ., και Κ.Ι. Σουέρεφ. 2016. *Δωδώνη το μαντείο των ήχων*. Αθήνα: Μουσείο Ακρόπολης.

Harris, M. 1989. *Η ιερή αγελάδα και ο βδελυρός χοίρος. Προβλήματα διατροφής και πολιτισμού*. Μτφ. Ν. Κωσταντόπουλος. Αθήνα: Τροχαλία.

Θέρμου, Μ. 2017. *Στα μαγειρεία των αρχαίων*. Αθήνα: Ολκός.

Κοντογιάννη, Θ. 2006. *Κασσώπη Συνοπτικός Οδηγός του Αρχαιολογικού Χώρου*. Ιωάννινα: ΥΠΠΟ- ΙΒ' ΕΠΚΑ.

Κύρκου, Θ. 2006. *Η έπαυλη του Μάνιου Αντωνίνου: Μια πολυτελής ιδιωτική κατοικία στη Ρωμαϊκή Νικόπολη*. Αθήνα: Τ.Δ.Π.Ε.Α.Ε. Επιστημονική Επιτροπή Νικόπολης.

Μυλωνά, Δ. 2020. «Αρχαία αλιεία και αλιεύματα στο Ιόνιο». Στο *Παράκτια περιβάλλοντα της Κέρκυρας. Πολιτιστική κληρονομιά & τοπικές κοινωνίες*, Πρακτικά της Διεπιστημονικής Ημερίδας του έργου: «Αλιεία και Πολιτιστική Κληρονομιά, Ταυτότητα και Τοπικές - Συμμετέχουσες Κοινωνίες», επιμ. Κ. Σμπόνιας και Α. Καπετάνιος, 57-74. Κέρκυρα: Ιόνιο Πανεπιστήμιο Επιτροπή Ερευνών.

Παπαδοπούλου, Β. 2017. *Αμβρακία: Τα νεώτερα ανασκαφικά ευρήματα: Κατάλογος περιοδικής Έκθεσης*. Άρτα: Αρχαιολογικό Μουσείο Άρτας.

Παπαδοπούλου, Β. 2015. *Αμβρακία: Η πόλη και τα μνημεία της*. Άρτα: Υπουργείο Πολιτισμού και Αθλητισμού, Εφορεία Αρχαιοτήτων Άρτας.

Παπαμαρτζιβάνου, Α. 2016. *Καταγωγή και Πανδοκεία στην αρχαία Ελλάδα*. Θεσσαλονίκη: Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης.

Ρήγιнос, Γ. 2008. *Αμβρακία: Οδηγός Αρχαιολογικού Μουσείου Άρτας*. Αθήνα: Υπουργείο Πολιτισμού, ΛΓ' Εφορεία Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων Πρέβεζας-Άρτας.

Σουέρεφ, Κ.Ι. 2016. *Αρχαιολογία του λεκανοπεδίου Ιωαννίνων. Από τις απαρχές ως την ύστερη αρχαιότητα*. Ιωάννινα: Αρχαιολογικό Μουσείο Ιωαννίνων.

Σουέρεφ, Κ.Ι. 2019. *Βουκόλοι Μάγειροι Ποιμένες: Κτηνοτροφία στην αρχαία Ήπειρο*. Ιωάννινα: Αρχαιολογικό Μουσείο Ιωαννίνων.

Ξενογλώσση

Cribb, R. 1991. *Nomads in Archaeology*. Cambridge: Cambridge University Press.

Hoepfner, W., και E.L. Schwandner. 1994. *Haus und Stadt im klassischen Griechenland*. München: Deutscher Kunstverlag.

Miller, St. 1978. *The Prytaneion, Its Function and Architectural Form*. Los Angeles: University of California Press.





Βυζαντινές λιχουδιές



**Μαγειρεύοντας
στην Ήπειρο
100.000 χρόνια**



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Πολιτισμού

Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



© 2023 Υπουργείο Πολιτισμού

Γενική Διεύθυνση Αρχαιοτήτων και Πολιτιστικής Κληρονομιάς
Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων

ΕΝΤΥΠΟ ΟΔΗΓΙΩΝ ΜΟΥΣΕΙΟΣΚΕΥΗΣ

Βυζαντινές λικουδιές

Γενική Εποπτεία

Βαρβάρα Ν. Παπαδοπούλου, Δρ Αρχαιολόγος
Αναπληρώτρια Προϊσταμένη Εφορείας Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων

Επιστημονική επιμέλεια και εποπτεία υλικού

Αθηνά Ζωγάκη, ΜΑ Αρχαιολόγος

Σχεδιασμός και οργάνωση εκπαιδευτικού υλικού μουσειοσκευής

Χριστίνα Κωτσοπούλου, ΜΑ Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος
Έλενα Ζιάβρα, ΜΑ Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος

Φωτογραφίες

ΥΠΠΟ/Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων, ΥΠΠΟ/Εφορεία Αρχαιοτήτων Θεσπρωτίας, ΥΠΠΟ/
Εφορεία Αρχαιοτήτων Πρέβεζας, ΥΠΠΟΑ/Εφορεία Αρχαιοτήτων Άρτας

Αισθητική επιμέλεια, εικονογράφηση, γραφιστικός σχεδιασμός και επιμέλεια παραγωγής

Mulo creative lab

Βιβλιοδεσία - ειδικές κατασκευές

Κώστας Μπουντούρης

Αντίγραφα Ρητίνης

Βασίλης Σκουρμπούτης

Ειδικές Εκτυπώσεις

Apolyto creative spot
Φωτόλιο γραφικές τέχνες

Ευχαριστίες για την άμεση ανταπόκριση και παραχώρηση φωτογραφικού υλικού

Βαρβάρα Ν. Παπαδοπούλου, Προϊσταμένη της Εφορείας Αρχαιοτήτων Άρτας
Κωνσταντίνο Υψηλό, Συντηρητή της Εφορείας Αρχαιοτήτων Άρτας
Ανθή Αγγέλη, Προϊσταμένη της Εφορείας Αρχαιοτήτων Πρέβεζας,
Ελπίδα Σαλταγιάννη, Προϊσταμένη του Τμήματος Βυζαντινών και Μεταβυζαντινών Αρχαιοτήτων
και Μουσείων της Εφορείας Αρχαιοτήτων Πρέβεζας
Εμμανουήλ Κλειδά, Συντηρητή της Εφορείας Αρχαιοτήτων Πρέβεζας

Ομάδα Διοίκησης Έργου (ΟΔΕ)

Βαρβάρα Ν. Παπαδοπούλου, Δρ Αρχαιολόγος
Παρασκευή Γιούνη, Δρ Αρχαιολόγος
Ιουλία Κατσαδήμα, Δρ Αρχαιολόγος
Ελένη Βασιλείου, Δρ Αρχαιολόγος
Σοφία Κίγκα, ΜΑ Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος
Νίκος Κυραμάριος, Διοικητικός

Λογιστική Υποστήριξη Έργου

Μαρία Τσιούνη, Λογίστρια
Μαρία Χαριτοπούλου, Λογίστρια

Στόχος

Στο έντυπο υλικό περιγράφονται συνοπτικά τα στάδια της καθημερινής διατροφής σ' ένα νοικοκυριό της Ηπείρου, καθώς και στις μοναστικές τράπεζες από την παλαιοχριστιανική έως τη μεταβυζαντινή περίοδο. Αναλύονται οι διαδικασίες παραγωγής, επεξεργασίας, ο τρόπος μαγειρέματος, η συντήρηση και αποθήκευση της τροφής. Έμφαση δίνεται στο αρχαιολογικό υλικό (μαγειρικά σκεύη, ψηφιδωτά, τοιχογραφίες κτλ.) και γίνεται αναφορά σε συγκεκριμένα τοπικά προϊόντα, γνωστά ήδη κατά τους βυζαντινούς χρόνους, όπως τα κρέατα και τα γαλακτοκομικά (το βυζαντινό βλαχοτύρι κ.ά.) και τα ψάρια του Αμβρακικού.

Η μουσειοσκευή «Βυζαντινές λικουδιές» απευθύνεται σε μαθητές/-τριες της Ε' και ΣΤ' τάξης του Δημοτικού σχολείου, καθώς και της Α', Β' και Γ' τάξης του Γυμνασίου. Προτείνεται να υλοποιηθεί στο πλαίσιο του μαθήματος της Ιστορίας, των Θρησκευτικών, των Καλλιτεχνικών, της Γυμναστικής και των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων.

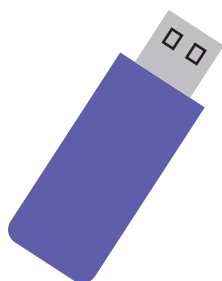
Πριν από την επεξεργασία και την υλοποίηση των δραστηριοτήτων της μουσειοσκευής, προτείνεται να μελετηθεί από τον/την εκπαιδευτικό, μαζί με το συγκεκριμένο έντυπο οδηγιών, και το έντυπο με τίτλο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια», καθώς και να προβληθεί στους/στις μαθητές/-τριες η 8λεπτη ταινία με τίτλο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια». Η ταινία θα λειτουργήσει ως εισαγωγή και θα δώσει στους/στις μαθητές/-τριες μια γενική οπτική της διατροφής στην Ήπειρο από την παλαιολιθική εποχή έως τους οθωμανικούς χρόνους.



Είκοσι τρεις (23) καρτέλες 20X20 εκ. για τον τόπο, τον τρόπο και το είδος της διατροφής των Βυζαντινών στην Ήπειρο, δηλαδή σχετικά με το «πού, τι, πώς τρώνε»



Ένας (1) επιδαπέδιος χάρτης της Ηπείρου (περιλαμβάνονται βυζαντινές θέσεις)



Ένα (1) usb stick με συμπληρωματικό υλικό σε ψηφιακή μορφή και την 8λεπτη ταινία με τίτλο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια»



Δώδεκα (12) αριθμημένα βαζάκια:
1. σιτάρι, 2. κριθάρι
3. λούπινα, 4. κουκιά
5. πιπέρι, 6. ρίγανη,
7. σινάπι, 8. άνηθος,
9. σέλινο, 10. κανέλα,
11. δυόσμος 12. γαρύφαλλο



Ένα (1) παιχνίδι
Δες Βρες με οδηγίες

Ένα (1) αντίγραφο πήλινης
σφραγίδας άρτου ευλογίας
με επιγραφή: Κ(ύρι)ε βοήθ(ε)ι
Γιόργι(ν), δος αιώνας,
Νικόπολη Πρέβεζας,
Αρχαιολογικό Μουσείο
Νικόπολης, αρ. ευρ. 1953



Ένα (1) παιχνίδι Twister βυζαντινών λικουδιών με οδηγίες και ρολόι

Προτεινόμενη διαχείριση υλικού στην αίθουσα

1. Δραστηριότητα «Δες Βρες»

Δύο έως τρεις (2-3) διδακτικές ώρες

Οδηγίες

Το εποπτικό υλικό της μουσειοσκευής πραγματεύεται το «πού, τι, πώς τρώνε» οι Βυζαντινοί στην Ήπειρο. Για την καλύτερη κατανόησή του, προτείνεται να συνδυαστούν στην κύρια δράση οι **είκοσι τρεις (23) καρτέλες** με το παιχνίδι **Δες Βρες** και τη δραστηριότητα **Βρες τις βυζαντινές θέσεις στον χάρτη της Ηπείρου**. Παράλληλα με τις ερωτήσεις του **Δες Βρες** και τις πληροφορίες, που συνοδεύουν το εποπτικό υλικό των καρτελών, οι μαθητές/-τριες καλούνται να αναγνωρίσουν με την όραση, την αφή ή την όσφρηση τα **δημητριακά**, τα **μπαχαρικά και τα όσπρια** της βυζαντινής Ηπείρου. Υπεύθυνος/-η για την υλοποίηση του παιχνιδιού είναι ο/η εκπαιδευτικός, ο/η οποίος/-α θα έχει στην κατοχή του/της τις **κάρτες του παιχνιδιού** μαζί με τις **καρτέλες** των **ψηφιδωτών**, των **τοιχογραφιών** και των **εικόνων** που αντιστοιχούν στις ερωτήσεις. Για την καλύτερη ροή του παιχνιδιού, οι καρτέλες μπορούν να τοποθετηθούν με τη σειρά των ερωτήσεων του **Δες Βρες** πάνω σε ένα τραπέζι, στη μέση της αίθουσας.

Εκεί προτείνεται να τοποθετηθούν και τα **βαζάκια** με τα **δημητριακά**, τα **όσπρια**, τα **μπαχαρικά** και το **αντίγραφο της σφραγίδας**. Ο/Η εκπαιδευτικός μπορεί να δείχνει κάθε καρτέλα στους/στις μαθητές/-τριες για να απαντήσουν τις ερωτήσεις.

Συγκεκριμένα, για το **Δες Βρες** οι μαθητές/-τριες χωρίζονται σε δύο (2) ομάδες και παίρνουν χαρτί και μολύβι, για να γράφουν τις απαντήσεις της ομάδας τους. Ο/Η εκπαιδευτικός θα διαχειρίζεται τις κάρτες του παιχνιδιού με τις ερωτήσεις και θα ορίζει τον χρόνο για την απάντηση της κάθε ομάδας (30 δευτερόλεπτα). Στόχος του παιχνιδιού είναι να βρει η κάθε ομάδα τη σωστή απάντηση για κάθε ερώτηση. Κάθε φορά θα δίνονται έως τέσσερις (4) πιθανές απαντήσεις και οι μαθητές/-τριες θα πρέπει να επιλέξουν τη σωστή, βλέποντας τις βυζαντινές τοιχογραφίες και τα ψηφιδωτά, που περιλαμβάνονται στη μουσειοσκευή. Η σωστή απάντηση θα απεικονίζεται πάντα στη φωτογραφία που έχει αντιστοιχηθεί με την κάθε ερώτηση. Η ομάδα, που θα συγκεντρώσει στο τέλος του παιχνιδιού τις περισσότερες σωστές απαντήσεις, θα είναι η νικήτρια!

Αφου χωριστούν οι μαθητές/-τριες σε δύο (2) ομάδες και δοθούν οι οδηγίες του παιχνιδιού **Δες Βρες**, ο/η εκπαιδευτικός προτείνεται να αρχίσει τη δράση με την **εισαγωγική καρτέλα Βυζαντινό μαγειρείο**, προτού αρχίσουν οι ερωτήσεις. Πριν διαβαστούν οι πληροφορίες πίσω από την καρτέλα, ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να ρωτήσει ενδεικτικά τους/τις μαθητές/-τριες: πού τρώμε σήμερα στο σπίτι και ποιο είναι το πιο σημαντικό δωμάτιο για μια οικογένεια;



• Η **ερώτηση 1** αφορά στην **καρτέλα Η Φιλοξενία του Αβραάμ**. Αυτή η καρτέλα μπορεί να συνδυαστεί με τις **καρτέλες Βυζαντινό σερβίτσιο, Βάλε τη χύτρα στη φωτιά, και Το βυζαντινό τραπέζι**. Αφού διαβαστούν οι πληροφορίες των καρτελών σχετικά με το πώς και πού τρώνε οι Βυζαντινοί, ο/η εκπαιδευτικός μπορεί να ρωτήσει τις δύο (2) ομάδες, αν στην **καρτέλα Το βυζαντινό τραπέζι** πρόκειται για φτωχικό ή πλούσιο τραπέζι στην τοιχογραφία και γιατί.



• Η **ερώτηση 2** αφορά στην **καρτέλα Λάχανα και χάχανα**.



• Η **ερώτηση 3** αφορά στην **καρτέλα Οπωροφόρα δέντρα**. Εδώ μπορεί να συνδυαστεί και η **καρτέλα Μέλι**, καθώς σχετίζεται με την τοπική παραγωγή.



• Η **ερώτηση 4** και **5** αφορά στην **καρτέλα Κυνήγι**.



• Η **ερώτηση 6** αφορά στην **καρτέλα Πουλερικά**. Εδώ μπορεί να συνδυαστεί και η **καρτέλα Τυρί, τυράκι**.



• Η **ερώτηση 6** αφορά στην **καρτέλα Ψωμί**. Εδώ ο/η εκπαιδευτικός, αφού διαβάσει το κείμενο πίσω από την καρτέλα, θα ζητήσει από τους/τις μαθητές/-τριες να αναγνωρίσουν τα **δημητριακά της μουσειοσκευής**. Μετά, με τη βοήθεια της **καρτέλας Σφραγίδα**, θα αφήσει τους/τις μαθητές/-τριες να περιεργαστούν το **αντίγραφο της πήλινης σφραγίδας**



- Η **ερώτηση 7** αφορά στην **καρτέλα Ψάρια**.



- Η **ερώτηση 8** αφορά στην **καρτέλα Σάλτσες**. Εδώ μπορεί να συνδυαστεί και η **καρτέλα Χαβιάρι**.



- Η **ερώτηση 9** αφορά στην **καρτέλα Αγορά**. Αφου ο/η εκπαιδευτικός διαβάσει τις πληροφορίες, που βρίσκονται πίσω από την καρτέλα, θα ζητήσει από τους/τις μαθητές/-τριες να αναγνωρίσουν μέσω της όσφρησης, τα **μπαχαρικά** που περιλαμβάνονται στη μουσειοσκευή.



- Η **ερώτηση 10** αφορά στην **καρτέλα Κρασί**.



- Η **ερώτηση 11** αφορά στην **καρτέλα Σούπες και όσπρια**. Αυτή η καρτέλα μπορεί να συνδυαστεί με την **καρτέλα Μοναστική τράπεζα**. Εδώ ο/η εκπαιδευτικός, αφού διαβάσει το κείμενο πίσω από τις καρτέλες, θα ζητήσει από τους/τις μαθητές/-τριες να αναγνωρίσουν κάποια από τα **όσπρια** της βυζαντινής Ηπείρου.



- Η **ερώτηση 12** αφορά στην **καρτέλα Ελιές και λάδι**. Αφού ο/η εκπαιδευτικός διαβάσει την περιγραφή, που βρίσκεται πίσω από την καρτέλα, θα ολοκληρώσει την παρουσίαση της βυζαντινής διατροφής με την **καρτέλα Αποθήκευση και συντήρηση τροφής**.



Δραστηριότητα «Βρες τις βυζαντινές θέσεις στο Χάρτη»

Οδηγίες

Οι μαθητές/-τριες καλούνται να αντιστοιχίσουν τις καρτέλες της μουσειοσκευής με τις βυζαντινές θέσεις στον **χάρτη της Ηπείρου**, αφού ολοκληρωθεί η εξερεύνησή τους συνδυαστικά με το παιχνίδι ερωτήσεων **Δες βρες**.



Δραστηριότητα «Φτιάξε τη δική σου σφραγίδα»

Οδηγίες

Με βάση το **αντίγραφο της σφραγίδας** (μέγεθος και υλικό), οι μαθητές/-τριες καλούνται να κατασκευάσουν στην αίθουσα ή στο πλαίσιο του μαθήματος των Καλλιτεχνικών, τις δικές τους σφραγίδες από πηλό, χαράζοντας τη δική τους επιγραφή.



Δραστηριότητα «Twister βυζαντινών λικουδιών»

Μία (1) διδακτική ώρα

Οδηγίες

Το παιχνίδι μπορεί να υλοποιηθεί στο πλαίσιο του μαθήματος της Γυμναστικής. Περιλαμβάνει ένα επιδαπέδιο μουσαμά με κύκλους, εντός των οποίων απεικονίζονται τρόφιμα και ένα και ένα ρολόι με δείκτη, τον οποίο ο/η παίκτης/-τρια μπορεί να περιστρέφει. Παίζεται με δύο (2) ή περισσότερους παίκτες/-τριες. Ο **μουσαμάς με τους κύκλους στρώνεται στο έδαφος**. Οι παίκτες/-τριες βγάζουν τα παπούτσια τους. Ένα άτομο ορίζεται ως διαιτητής, για να δίνει τις οδηγίες και να επιτηρεί τους/τις παίκτες/-τριες. Ο/Η διαιτητής γυρίζει τον δείκτη στο **ρολόι** και ανάλογα με τι τυχαίνει, δίνει τις οδηγίες π.χ. «το δεξί πόδι, σύκο». Τότε κάθε παίκτης/-τρια πρέπει να βρει τον κοντινότερο κύκλο, για να τοποθετήσει το δεξί πόδι. Όποιος/-α ακουμπήσει έξω από τον κύκλο ή πέσει, χάνει.



Προτεινόμενες εξωσχολικές δράσεις

- **Επίσκεψη στο Βυζαντινό Μουσείο Ιωαννίνων**

Αίθουσες Α: Παλαιοχριστιανικοί Χρόνοι

Αίθουσα Β: Βυζαντινοί Χρόνοι

Αίθουσα Γ: Από την Οθωμανική Κατάκτηση έως το τέλος του 17ου αιώνα

Αίθουσα Δ: Μεταβυζαντινή Κεραμική

- **Επίσκεψη σε τουλάχιστον έναν από τους αρχαιολογικούς χώρους ή και τις βυζαντινές μονές που συνδέονται με το υλικό της μουσειοσκευής:**

Μονή Βλαχέρνας στην Άρτα, Βασιλικές Α΄ και Β΄ Νικόπολης, Μονή Φιλανθρωπηνών και Μονή Ελεούσας στο Νησάκι Ιωαννίνων, Μονή Μολυβδοσκεπάστου Κόνιτσας

- **Υλοποίηση των συνταγών** που προτείνονται στο έντυπο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια» με απαραίτητη τη βοήθεια ενηλίκων.

- **«Φτιάξτε τον δικό σας Τσελεμεντέ»**

Ως σύγχρονοι ερευνητές/-τριες γαστρονομίας, οι μαθητές/-τριες θα αναλάβουν την αποστολή να εντοπίσουν σύγχρονες, τοπικές συνταγές, φτιαγμένες με υλικά αντίστοιχα με αυτά που ήταν διαθέσιμα στη βυζαντινή Ήπειρο ή τουλάχιστον με τα σύγχρονα παράγωγά τους. Με τη βοήθεια ατόμων της οικογένειάς τους, σε συνδυασμό με βιβλία μαγειρικής και συνταγών από το διαδίκτυο, οι μαθητές/-τριες καλούνται να συλλέξουν συνταγές βασισμένες σε τοπικά προϊόντα της πόλης ή του χωριού τους. Στη συνέχεια, αφού τις συγκεντρώσουν μαζί με τους/τις συμμαθητές/-τριές τους, καλούνται να επιμεληθούν έναν σύγχρονο Τσελεμεντέ, δηλαδή ένα βιβλίο με συνταγές μαγειρικής ή και ζαχαροπλαστικής και με εξώφυλλο, το οποίο θα δημιουργήσουν οι ίδιοι/-ες. Το τελικό αποτέλεσμα, μπορεί να παρουσιαστεί σε ένα άλλο τμήμα ή τάξη για να ανακαλύψουν οι μαθητές/-τριες τη διατροφική ποικιλία της Ηπείρου.

- **Στο πλαίσιο του μαθήματος των Θρησκευτικών, οι μαθητές/-τριες καλούνται να χωριστούν σε μικρές ομάδες και να επισκεφθούν εκτός μαθήματος μία εκκλησία της περιοχής τους** με σκοπό να βρουν τοιχογραφίες ή και εικόνες, που απεικονίζουν

θέματα σχετικά με τη διατροφή. Προτείνεται να φωτογραφίσουν ό,τι εντοπίσουν και στη συνέχεια να βρουν στοιχεία για το θέμα που απεικονίζεται κάθε φορά, καθώς και για το ίδιο το μνημείο. Το αποτέλεσμα της εργασίας θα παρουσιαστεί στο πλαίσιο του μαθήματος και θα γίνει προσπάθεια να εντοπιστούν ομοιότητες και διαφορές με τις παρουσιάσεις άλλων ομάδων. Η συζήτηση θα γίνει στην τάξη με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού.

- **Προτείνεται οι μαθητές/-τριες να επισκεφθούν το πλησιέστερο βυζαντινό μουσείο της περιοχής τους** και να εντοπίσουν σκεύη και θέματα εικόνων σχετικά με τη βυζαντινή διατροφή. Εναλλακτικά θα μπορούσαν να επισκεφθούν ένα **βυζαντινό μοναστήρι** της περιοχής τους και να συζητήσουν με τους/τις μοναχούς/-ές για τις μοναστικές τράπεζες και το φαγητό τους.

Αξιολόγηση Μουσειοσκευής

Αγαπητέ/ή εκπαιδευτικέ,

Παρακαλούμε να αφιερώσετε λίγα λεπτά από τον χρόνο σας για τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου της μουσειοσκευής. Στόχος είναι η καταγραφή της άποψης και των προτάσεων σας και η αξιοποίηση των πληροφοριών αυτών στην περαιτέρω βελτίωση της ποιότητας των εκπαιδευτικών δράσεων. Μπορείτε να συμπληρώσετε το ερωτηματολόγιο είτε στο έντυπο, που θα βρείτε μέσα στη μουσειοσκευή, είτε ηλεκτρονικά σκανάροντας το QR code.



Επίσης, παρακαλούμε να παροτρύνετε και τους/τις μαθητές/-τριες να συμπληρώσουν το δικό τους ερωτηματολόγιο, είτε χειρόγραφα, είτε ηλεκτρονικά μέσω του QR



Ενδεικτική βιβλιογραφία

Ελληνική

Αγγελίδη, Χ. 1989. *Η καθημερινή ζωή στο Βυζάντιο: Τομές και συνέχειες στην ελληνιστική και ρωμαϊκή παράδοση*, Πρακτικά του Α΄ Διεθνούς Συμποσίου. Αθήνα: Κέντρο Βυζαντινών Ερευνών (ΚΒΕ) / Εθνικό Ίδρυμα Ερευνών (ΕΙΕ).

Αχείμαστου-Ποταμιανού, Μ. 1983. *Η μονή των Φιλανθρωπηγών και η πρώτη φάση της μεταβυζαντινής ζωγραφικής*. Αθήνα: Ταμείο Αρχαιολογικών Πόρων και Απαλλοτριώσεων.

Βοσνίδης, Π. και Σ. Γκότσης. 2005. *Βρώματα και Μαγειρίες*. Αθήνα: Βυζαντινό και Χριστιανικό Μουσείο.

Γκατζόλης, Χ. 2010. *Ο πολιτισμός στο τραπέζι*. Θεσσαλονίκη: Αρχαιολογικό Μουσείο Θεσσαλονίκης.

Γκιολές, Ν. 2011. «Παλαιοχριστιανική σφραγίδα ευχαριστιακού άρτου από την Αθήνα». *Δελτίον της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας* 24: 361–364.

Κεφαλλωνίτου Φ. και Κ. Γερολύμου. 2008. *Η Βασιλική του Επισκόπου Δουμετίου στην Παλαιοχριστιανική Νικόπολη*. Αθήνα: Τ.Δ.Π.Ε.Α.Ε, Επιστημονική Επιτροπή Νικόπολης.,

Κουκουλές, Φ. 1952. *Βυζαντινών Βίος και Πολιτισμός*. Τόμος 5. Αθήνα: Παπαζήσης.

Κωνστάντιος, Δ. 1991. «Ουζντίνα Θεσπρωτίας: Η ιστορική διαδρομή, η πολεοδομική εξέλιξη και τα μνημεία ενός αρχαίου και μεσαιωνικού οικισμού». *Δελτίον της Χριστιανικής Αρχαιολογικής Εταιρείας* 15: 89-104.

Παληκίδης, Α. 2018. *Πρόσκληση σε Βυζαντινό Γεύμα - Θεματικός Φάκελος Ιστορίας*. ΙΤΥΕ «ΔΙΟΦΑΝΤΟΣ».

Παπαδοπούλου, Β. 2006. *... και κουλουρτζής στην πόλη! Ιστορίες διατροφής από τη βυζαντινή και τη μεταβυζαντινή Ήπειρο*. Ιωάννινα: Υπουργείο Πολιτισμού - 8η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων.

Παπαδοπούλου, Β. 2014. *ΟΥΖΝΤΙΝΑ: Ένας μεσαιωνικός οικισμός της Θεσπρωτίας*. Ιωάννινα: Υπουργείο Πολιτισμού και Αθλητισμού, 8η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων.

Παπαδοπούλου, Β. 2015. *Η Βασιλική Β της Νικόπολης*. Αθήνα: Υπουργείο Πολιτισμού & Αθλητισμού.

Παπανικόλα - Μπακιρτζή, Δ. 2005. *Βυζαντινών Διατροφή και Μαγειρείαι, Πρακτικά ημερίδας «Περί της διατροφής στο Βυζάντιο»*. Αθήνα: Ταμείο Αρχαιολογικών Πόρων και Απαλλοτριώσεων Διεύθυνση Δημοσιευμάτων.

Ρήγιнос, Γ., και Ε. Κατερίνη, 2009. *Νικόπολη: Οδηγός Αρχαιολογικού Μουσείου*. Αθήνα: Υπουργείο Πολιτισμού και Τουρισμού, ΛΓ΄ Εφορεία Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων Πρέβεζας - Άρτας.

Ξενόγλωσση

Galavaris G. 1970. *Bread and the liturgy: The symbolism of early Christian and Byzantine bread stamps*. Wisconsin: The University of Wisconsin Press.

Kitzinger, E. 1951. *Studies on Late Antique and Early Byzantine floor mosaics: I. Mosaics at Nikopolis*. Dumbarton Oaks Papers 6: 83-122. Harvard: Dumbarton Oaks Papers.





Στον σοφρά τ' Αλή Πασά



**Μαγειρεύοντας
στην Ήπειρο
100.000 χρόνια**



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Πολιτισμού

Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο

Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ανάπτυξη - εργασία - αλληλεγγύη

© 2023 Υπουργείο Πολιτισμού

Γενική Διεύθυνση Αρχαιοτήτων και Πολιτιστικής Κληρονομιάς
Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων

ΕΝΤΥΠΟ ΟΔΗΓΙΩΝ ΜΟΥΣΕΙΟΣΚΕΥΗΣ

Στον σοφρά τ' Αλή πασά

Γενική Εποπτεία

Βαρβάρα Ν. Παπαδοπούλου, Δρ Αρχαιολόγος
Αναπληρώτρια Προϊσταμένη Εφορείας Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων

Επιστημονική επιμέλεια και εποπτεία υλικού

Σταματία Κορτζή, Αρχαιολόγος

Σχεδιασμός και οργάνωση εκπαιδευτικού υλικού μουσειοσκευής

Χριστίνα Κωτσοπούλου, ΜΑ Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος
Έλενα Ζιάβρα, ΜΑ Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος

Φωτογραφίες

ΥΠΠΟ/Εφορεία Αρχαιοτήτων Ιωαννίνων, Πολιτιστικό Ίδρυμα Ομίλου Πειραιώς, Εβραϊκό Μουσείο Ελλάδος, Ιστοσελίδα Travelogues Ιδρύματος Αικ. Λασκαρίδη, Αρχείο Εταιρείας Ηπειρωτικών Μελετών (Ε.Η.Μ.), ΥΠΠΟ/Υπηρεσία Νεωτέρων Μνημείων και Τεχνικών Έργων Ηπείρου, Βορείου Ιονίου και Δυτικής Μακεδονίας

Αισθητική επιμέλεια, εικονογράφηση, γραφιστικός σχεδιασμός και επιμέλεια παραγωγής

Mulo creative lab

Βιβλιοδεσία - ειδικές κατασκευές

Κώστας Μπουντούρης

Ειδικές Εκτυπώσεις

Apolyto creative spot
Φωτόλιο γραφικές τέχνες

Ευχαριστίες για την παραχώρηση φωτογραφικού υλικού

Ανδρέα Λαπούρτα, Προϊστάμενο Υπηρεσίας Μουσείων ΠΙΟΠ
Κωστή Καλαποθάκη, Υπεύθυνο Κατάρτισης Προγράμματος Προβολών ΠΙΟΠ
Καλλιρρόη Φωτίου, Τοπική Διαχειρίστρια Μουσείου Αργυροτεχνίας
Ζανέτ Ι. Μπαττίνου, Διευθύντρια του Εβραϊκού Μουσείου Ελλάδος
Κατερίνη Λιάμπη, Πρόεδρο της Εταιρείας Ηπειρωτικών Μελετών (Ε.Η.Μ.)
Κωνσταντίνο Μπίλλη, Υπεύθυνο της Βιβλιοθήκης της Εταιρείας Ηπειρωτικών Μελετών (Ε.Η.Μ.)
Βασίλη Κασκάνη, Προϊστάμενο της Υπηρεσίας Νεωτέρων Μνημείων και Τεχνικών Έργων Ηπείρου, Βορείου Ιονίου και Δυτικής Μακεδονίας

Ομάδα Διοίκησης Έργου (ΟΔΕ)

Βαρβάρα Ν. Παπαδοπούλου, Δρ Αρχαιολόγος
Παρασκευή Γιούνη, Δρ Αρχαιολόγος
Ιουλία Κατσαδήμα, Δρ Αρχαιολόγος
Ελένη Βασιλείου, Δρ Αρχαιολόγος
Σοφία Κίγκα, ΜΑ Αρχαιολόγος - Μουσειολόγος
Νίκος Κυραμάριος, Διοικητικός

Λογιστική Υποστήριξη Έργου

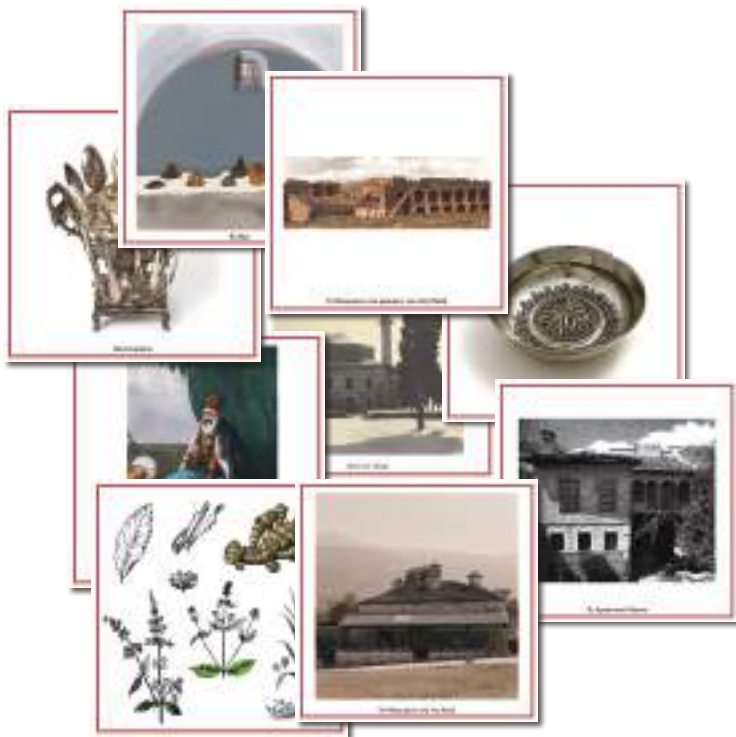
Μαρία Τσιούνη, Λογίστρια
Μαρία Χαριτοπούλου, Λογίστρια

Στόχος

Στο έντυπο υλικό περιγράφονται συνοπτικά οι διατροφικές συνήθειες της εποχής του Αλή πασά και των θρησκευτικών κοινοτήτων των Ιωαννίνων (Εβραίων, Μουσουλμάνων, Χριστιανών) του 19ου αιώνα, με άξονα την τοπική, οθωμανική κουζίνα. Παρουσιάζονται οι δημόσιοι χώροι αλληλεπίδρασης των συγκεκριμένων κοινοτήτων, που συνδέονται με το φαγητό (παζάρι, αγορά, καφενές), σύμφωνα με τα στοιχεία που αντλούνται από τα κείμενα Ευρωπαίων περιηγητών του 19ου αιώνα, καθώς και τη μελέτη των αρχιτεκτονικών καταλοίπων (τζαμιά, οθωμανικά μαγειρεία, αρχοντικά σπίτια, μαγαζιά, καφενεία κ.α.).

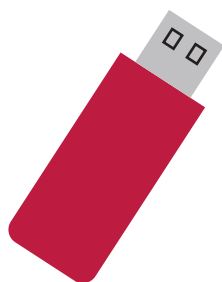
Η μουσειοσκευή «Στον σοφρά τ' Αλή πασά» απευθύνεται σε μαθητές/-τριες της Ε' και Στ' τάξης του Δημοτικού σχολείου, καθώς και της Α', Β' και Γ' τάξης του Γυμνασίου. Προτείνεται να υλοποιηθεί στο πλαίσιο του μαθήματος της Ιστορίας, των Θρησκευτικών και των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων.

Πριν από την επεξεργασία και την υλοποίηση των δραστηριοτήτων της μουσειοσκευής, προτείνεται να μελετηθεί από τον/την εκπαιδευτικό, μαζί με το συγκεκριμένο έντυπο οδηγιών, και το έντυπο με τίτλο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια», καθώς και να προβληθεί στους/στις μαθητές/-τριες η 8λεπτη ταινία με τίτλο «Μαγειρεύοντας στην Ήπειρο, 100.000 χρόνια». Η ταινία θα λειτουργήσει ως εισαγωγή και θα δώσει στους/στις μαθητές/-τριες μια γενική οπτική της διατροφής στην Ήπειρο από



Είκοσι (20) καρτέλες 20X20 εκ.
για τον τόπο, τον τρόπο και το
είδος της διατροφής των τριών
θρησκευτικών κοινοτήτων των
Ιωαννίνων στην οθωμανική
περίοδο, δηλαδή σχετικά με
το «πού, τι, πώς τρώνε»

Ένας (1) χάρτης
των Ιωαννίνων της
οθωμανικής περιόδου



Ένα (1) usb stick με
συμπληρωματικό υλικό
σε ψηφιακή μορφή και
την 8λεπτη ταινία με τίτλο
«Μαγειρεύοντας στην
Ήπειρο, 100.000 χρόνια»

Δύο (2) ζάρφια με
καπάκι και πιατάκι

Δώδεκα (12) αριθμημένα
βαζάκια:

1. γαρύφαλλο, 2. σέλινο
3. κύμινο, 4. πιπέρι,
5. κανέλα, 6. ρίγανη,
7. σινάπι, 8. άνηθος,
9. ρεβυθοκαφές,
10. κριθαροκαφές,
11. ξανθός καφές,
12. σκούρος καφές



Ένα (1) μπρικολέγενο
με λεκάνη

Εννιά (9) κάρτες-πιάτα

Ένα (1) ταμπλό σε
σχήμα σινιού



Μία (1) αφίσα με
τιμοκατάλογο καφενείου

Ένα (1) ημερολόγιο
του περιηγητή

Ένα (1) παιχνίδι Αλή Ταμπού

Προτεινόμενη διαχείριση υλικού στην αίθουσα

Το εποπτικό υλικό της μουσειοσκευής πραγματεύεται το «πού, τι, πώς τρώνε» οι θρησκευτικές κοινότητες των Ιωαννίνων στην οθωμανική περίοδο. Για την καλύτερη υλοποίηση των δραστηριοτήτων με το υλικό της μουσειοσκευής προτείνεται να χωριστούν οι μαθητές/-τριες της τάξης σε τρεις (3) ομάδες, που θα αντιπροσωπεύουν από μία θρησκευτική ομάδα των Ιωαννίνων (Εβραίους, Χριστιανούς, Μουσουλμάνους). Το υλικό θα τοποθετηθεί σε ένα θρανίο στο κέντρο της τάξης, ώστε να είναι προσβάσιμο και ορατό και από τις τρεις (3) ομάδες.

Δραστηριότητα «Περιηγήτης στα Ιωάννινα του Αλή πασά»

Μία έως δύο (1-2) διδακτικές ώρες

Οδηγίες

Με τη βοήθεια του **Ημερολογίου του Περιηγητή** και του **χάρτη των οθωμανικών Ιωαννίνων**, οι μαθητές/-τριες θα γνωρίσουν τα Ιωάννινα κατά την εποχή του Αλή πασά. Για κάθε σελίδα επιλέγεται ένας διαφορετικός αναγνώστης από κάθε ομάδα, ώστε να ξεφυλλίσει το ημερολόγιο σιγά σιγά όλη η τάξη.

Ο/Η εκπαιδευτικός αρχίζει την ανάγνωση του **Ημερολογίου του Περιηγητή** από τη **σελίδα 3** και μοιράζει στους/στις μαθητές/-τριες τις τρεις **καρτέλες με τα Αρχοντικά (Μίσιου, Λεβή, «Δεσπότη»)**. Οι οικίες αντιστοιχούν στις τρεις θρησκευτικές κοινότητες των Ιωαννίνων. Τα συνοδευτικά τους κείμενα προσφέρουν πληροφορίες για τα γεύματα και τα σπίτια των Εβραίων, Χριστιανών και Μουσουλμάνων. Η **καρτέλα Αρχοντικό Μίσιου** μπορεί να συνδυαστεί με την **καρτέλα Τάσι**, για να κατανοήσουν οι μαθητές/-τριες σε τι αναφέρεται η πηγή για το πρωινό γεύμα των Χριστιανών, καθώς και με την **καρτέλα Κελάρι** για την αποθήκευση τροφής. Στη συνέχεια, οι ομάδες καλούνται μετά την ανάγνωση κάθε καρτέλας να τοποθετήσουν τα αρχοντικά στον χάρτη, και συγχρόνως να εντοπίσουν το Κάστρο, την τάφρο γύρω από αυτό και το παλιό Σεράι του Αλή πασά εντός του Κάστρου. Μετά την ανάγνωση των **σελίδων 4-5** του **Ημερολογίου του Περιηγητή**, οι μαθητές/τριες λαμβάνουν τις δύο **καρτέλες, Μαγειρείο του Αλή** και **Τα άλλα οθωμανικά μαγειρεία**, στις οποίες εξηγείται ότι ένα οθωμανικό, θρησκευτικό συγκρότημα αποτελείται από το τζαμί με το μινaré του, τον μεντρεσέ (ιεροδιδασκαλείο) και το μαγειρείο για τη σίτιση των πιστών. Μετά την ολοκλήρωση της ανάγνωσης, οι μαθητές/-τριες καλούνται να τοποθετήσουν τις καρτέλες στον χάρτη και συγχρόνως να εντοπίσουν τα τζαμιά που σώζονται έως και σήμερα. Στη συνέχεια, κατά την ανάγνωση των **υπόλοιπων σελίδων (6-15) του Ημερολογίου του Περιηγητή**, οι μαθητές/-τριες καλούνται να εντοπίσουν τις περιοχές που αναφέρονται στο κείμενο, όπως το Παζάρι, το Κουρμανιό, το Κριθαροπάζαρο και το Αλογοπάζαρο.



Δραστηριότητα «Στον γιαννιώτικο καφενέ»

Μία (1) διδακτική ώρα

Οδηγίες

Οι μαθητές/-τριες καλούνται να φέρουν από το σπίτι **ένα φλιτζανάκι του καφέ**, από την προηγούμενη μέρα. Η δραστηριότητα αρχίζει με την **καρτέλα Καφενές** και συνδυάζεται με την **Αφίσα με τιμοκατάλογο καφενείου**, για να σκεφτούν οι μαθητές/-τριες τι μπορεί να πιεί και φάει κανείς/καμία σε ένα καφενείο ακόμη και σήμερα. Με τη βοήθεια των πληροφοριών από την **καρτέλα Ζάρφια και καφέδες**, οι μαθητές/-τριες μπορούν να περιεργαστούν τα δύο **(2) ζάρφια** της μουσειοσκευής και να παρατηρήσουν τις διαφορές με τα φλιτζανάκια, που έφεραν από το σπίτι. Στη συνέχεια, τους μοιράζονται **τέσσερα (4) βαζάκια με τους καφέδες** (σκούρος, ξανθός, κριθαροκαφές, ρεβυθοκαφές), για να



Δραστηριότητα «Στρώστε τον σοφρά!»

Δύο έως τρεις (2-3) διδακτικές ώρες

Οδηγίες

Ο/Η εκπαιδευτικός ξεδιπλώνει το **σινί** της μουσειοσκευής από την πλευρά που είναι το κείμενο με τίτλο **Στρώστε τον «σοφρά»!** και αρχίζει με την ανάγνωση της πρώτης παραγράφου σχετικά με την τελετουργία. Με την **καρτέλα Κουτάλια** ο/η εκπαιδευτικός δείχνει τα οθωμανικά κουτάλια που χρησιμοποιούνταν για τα πιλάφια και τις σούπες. Στη συνέχεια, με τη βοήθεια του **μπρικολέγενου** και της **λεκάνης** της μουσειοσκευής καθώς και **μιας μακριάς πετσέτας**, που μπορεί ο/η ίδιος/-α να φέρει στην τάξη, ζητά από τους/τις μαθητές/-τριες να αναπαραστήσουν το τελετουργικό του πλυσίματος των χεριών, πριν το γεύμα στον «σοφρά». Για την ολοκληρωμένη εμπειρία αυτής της αναπαράστασης, μπορεί ο/η εκπαιδευτικός να φέρει προαιρετικά στην τάξη **ροδόνερο**, για να δώσει τη δυνατότητα στους/στις μαθητές/-τριες να το μυρίσουν και να αναρωτηθούν τι τους θυμίζει. Αφού πραγματοποιηθεί η ανάγνωση και της δεύτερης παραγράφου από το σινί, ο/η εκπαιδευτικός δείχνει με την **καρτέλα Κουτσαρέρα** το σκεύος σερβιρίσματος των γλυκών του κουταλιού.

Στη συνέχεια, οι μαθητές/τριες λαμβάνουν τις τρεις **καρτέλες Διατροφή Χαλάλ/Χαράμ, Διατροφή Κοσέρ/Κασέρ, Διατροφή Νηστείας**, που αναλύουν τις διατροφικές συνήθειες κάθε θρησκευτικής ομάδας. Κάθε ομάδα καλείται να στήσει τις **καρτέλες με τα πιάτα** των Χριστιανών, Μουσουλμάνων και Εβραίων πάνω στην άλλη πλευρά του σινιού, σύμφωνα



Από τα απλωμένα στη σειρά πιάτα με τα κυρίως γεύματα, τα ορεκτικά και τα επιδόρπια, οι μαθητές/-τριες καλούνται να εντοπίσουν τα εξής πιάτα:

Ομάδα Εβραίων: Σφουγγάτο (ομελέτα) μελιτζάνας (ορεκτικό), hamin (μοσχάρι με πλιγούρι) (κυρίως), λουκουμάδες γάλακτος (επιδόρπιο).

Ομάδα Μουσουλμάνων: Αγγουράκι τουρσί (ορεκτικό), γεμιστά μήλα με κρέας (κυρίως), μαλεμπί με βύσσινα (επιδόρπιο).

Ομάδα Χριστιανών: Καραβίδες με σκορδαλιά από καρύδια (ορεκτικό), κατσικάκι με κολοκυθάκια (κυρίως), κανταΐφι με καρύδια (επιδόρπιο).

Συγχρόνως γίνεται περιγραφή των περισσότερων φαγητών και τονίζεται από τον/την εκπαιδευτικό ότι τα περισσότερα από αυτά τα φαγητά τα έτρωγαν και οι τρεις (3) θρησκευτικές κοινότητες, αλλά η κάθε μία είχε τον δικό της τρόπο μαγειρέματος. Εξαίρεση αποτελεί μόνο το πιάτο με τις καραβίδες, γιατί τα θαλασσινά απαγορεύονται στη διατροφή των Εβραίων, σύμφωνα με τους κανόνες του θρησκευτικού τους βιβλίου, της Τορά.

Με τη βοήθεια της **καρτέλας Στον «σοφρά» του Αλή**, οι μαθητές/-τριες πληροφορούνται τις διατροφικές συνήθειες του Αλή πασά και καλούνται να συζητήσουν τα σημεία που τους κάνουν εντύπωση.

Τέλος, για την κατανόηση της σημασίας των **μπαχαρικών και μυρωδικών** στα φαγητά της οθωμανικής περιόδου, οι μαθητές/-τριες χωρίζονται σε δύο (2) ομάδες και μοιράζονται τα οχτώ (8) αριθμημένα βαζάκια της μουσειοσκευής, για να αναγνωρίσουν το περιεχόμενό τους μέσω της όσφρησης. Οι δύο (2) ομάδες μπορούν να καταγράψουν σε ένα χαρτί τα μπαχαρικά/μυρωδικά που θα βρουν και στη συνέχεια να παρουσιάσουν τα αποτελέσματα της εργασίας τους στην άλλη ομάδα, ώστε με τη βοήθεια του/της εκπαιδευτικού, να μάθουν ποιά ομάδα βρήκε τα περισσότερα!

Δραστηριότητα «Αλή Ταμπού»

Μία (1) διδακτική ώρα

Οδηγίες

Αφού ολοκληρωθούν οι παραπάνω δραστηριότητες και αξιοποιηθεί όλο το υλικό της μουσειοσκευής, η εκπαιδευτική δράση για την οθωμανική διατροφή μπορεί να ολοκληρωθεί με το παιχνίδι **Αλή Ταμπού**.

Οι μαθητές/-τριες χωρίζονται σε δύο (2) ομάδες και μοιράζονται τις δώδεκα (12) κάρτες. Στόχος του παιχνιδιού είναι να περιγράψουν τη λέξη που αναγράφεται στο πάνω μέρος της κάρτας, χωρίς να αναφερθούν στις τέσσερις (4) λέξεις που υπάρχουν από κάτω ή σε παράγωγά τους. Πρέπει να προσπαθήσουν να περιγράψουν τη λέξη στην ομάδα τους με αναφορές σε όσα έμαθαν κατά τη διάρκεια της δράσης. Κάθε γύρος θα διαρκεί ένα λεπτό και θα χρονομετρώνεται από τον/την εκπαιδευτικό. Για κάθε κάρτα που θα βρίσκει η κάθε ομάδα, θα κερδίζει έναν (1) πόντο, ενώ για κάθε κάρτα με το σύμβολο 1+ θα κερδίζει δύο (2) πόντους. Η ομάδα, που στο τέλος του παιχνιδιού θα έχει συγκεντρώσει τους περισσότερους πόντους, θα είναι η νικήτρια!



Προτεινόμενες εξωσχολικές δράσεις

- **Επίσκεψη στο Μουσείο του Αλή Πασά στο Νησάκι Ιωαννίνων**
- **Επίσκεψη στα οθωμανικά τζαμιά και μαγειρεία του Κάστρου Ιωαννίνων**
- **Επίσκεψη στην μόνιμη έκθεση του Αρχοντικού Μίσιου Ιωαννίνων**
- **Υλοποίηση των συνταγών** που προτείνονται στο έντυπο «Στον σοφρά τ' Αλή πασά» με απαραίτητη τη βοήθεια ενηλίκων.
- **«Στρώστε τον σοφρά σας»**

Οι μαθητές/-τριες σε συνεργασία με τους μαθητές/τριες μιας άλλης τάξης του σχολείου τους ή με ένα τμήμα ένταξης, καλούνται να παρουσιάσουν ο ένας στον άλλο, την τοπική κουζίνα της περιοχής και να βρουν διαφορές και ομοιότητες. Στη συνέχεια, καλούνται να οργανώσουν ένα κοινό γεύμα φιλοξενίας γύρω από αυτοσχέδιους «σοφράδες» στον χώρο του σχολείου, στο οποίο ο/η καθένας/-μία θα φέρει από ένα φαγητό μαγειρεμένο με τη βοήθεια κάποιου ενήλικα.

- **«Vlog στα Γιάννενα του Αλή πασά»**

Αφού πήραν μία γεύση από το παζάρι των Ιωαννίνων κατά την οθωμανική περίοδο, οι μαθητές/-τριες χωρίζονται σε ομάδες των δύο-τριών (2-3) ατόμων για τη δημιουργία ενός Vlog*. Το θέμα του Vlog θα αφορά ένα από τα σωζόμενα οθωμανικά κτήρια ή μνημεία της πόλης, που μπορεί να έχουν άλλη χρήση σήμερα ή απλώς να είναι διατηρητέα. Οι μαθητές/-τριες καλούνται να κάνουν πρώτα μία ιστορική έρευνα και στη συνέχεια να μιλήσουν με τους κατοίκους της πόλης για τα μνημεία και τα ιστορικά κτήρια της περιοχής τους.

*Τα Vlog συνδυάζουν βίντεο με υποστηρικτικό κείμενο, φωτογραφίες και άλλα μεταδεδομένα και μπορούν να γίνουν σε μία λήψη ή σε πολλαπλά κομμάτια.

Αξιολόγηση Μουσειοσκευής

Αγαπητέ/ή εκπαιδευτικέ,

Παρακαλούμε να αφιερώσετε λίγα λεπτά από τον χρόνο σας για τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου της μουσειοσκευής. Στόχος είναι η καταγραφή της άποψης και των προτάσεων σας και η αξιοποίηση των πληροφοριών αυτών στην περαιτέρω βελτίωση της ποιότητας των εκπαιδευτικών δράσεων. Μπορείτε να συμπληρώσετε το ερωτηματολόγιο είτε στο έντυπο, που θα βρείτε μέσα στη μουσειοσκευή, είτε ηλεκτρονικά σκανάροντας το QR code.



Επίσης, παρακαλούμε να παροτρύνετε και τους/τις μαθητές/-τριες να συμπληρώσουν το δικό τους ερωτηματολόγιο, είτε χειρόγραφα, είτε ηλεκτρονικά μέσω του QR



Ενδεικτική βιβλιογραφία

Ελληνική

Βερτοδούλου-Καψάλη Α., επιμ. 1991. *Τα Γιάννενα στον χώρο και στον χρόνο: από το φωτογραφικό αρχείο του Απόστολου Βερτόδουλου*. Αθήνα: Δωδώνη.

Βλαχοστέργιος, Ι.Ε. 2012-2013. *Φωτογραφικό Λεύκωμα: Αρχοντικό Μίσιου - Το χθες*. Ιωάννινα: Υπηρεσία Νεωτέρων Μνημείων και Τεχνικών Έργων Ηπείρου.

Brondsted P.O., και T. Lyman. 2006. *Ο Αλή Πασάς όπως τον γνώρισα. Οι μαρτυρίες δύο ταξιδιωτών*. Ιωάννινα: Ισνάφι.

Γερασίμου, Μ. 2004. *Η οθωμανική μαγειρική. 99 παλατιανές συνταγές προσαρμοσμένες στην σύγχρονη κουζίνα*. Αθήνα: Ποταμός.

Δημητριάδης, Π. Ε. 1993. *Γιάννενα από την «πόλη - παζάρι» στην «πόλη - πρακτορείο»*. Θεσσαλονίκη: Κυριακίδη.

Holland, H. 1989. *Ταξίδια στα Ιόνια Νησιά, Ήπειρο, Αλβανία [1812- 1813]*. Μτφ. Χ. Ιωαννίδη. Αθήνα: Συλλογή.

Hughes, T. S. 2021. *Ταξίδια στην Ελλάδα και την Αλβανία [1812- 1814]*. Μτφ. Α. Πετράκου. Αθήνα: Οδυσσέας.

Κανετάκης, Γ. 1994. *Το Κάστρο. Συμβολή στην πολεοδομική ιστορία των Ιωαννίνων*. Αθήνα: Τεχνικόν Επιμελητήριο της Ελλάδος.

Κουλίδας, Κ. 2010. *Τα Γιάννινα που έφυγαν (Συνοικίες- Τοπωνύμια, Ιεροί Ναοί- Μοναστήρια)*. Ιωάννινα.

Κωνσταντίνος, Δ. 2006. *Το Κάστρο των Ιωαννίνων*. Αθήνα: Ταμείο Αρχαιολογικών Πόρων και Απαλλοτριώσεων.

Μιχαλοπούλου, Ε., και Φ. Μπούμπουλη. 2008. *Η οθωμανική αρχιτεκτονική στην Ελλάδα*. Αθήνα: Υπουργείο πολιτισμού - Διεύθυνση Βυζαντινών και Μεταβυζαντινών Αρχαιοτήτων.

Μωυσής, Α. 2017. *Το πανόραμα του Νισήμ Λεβή 1898- 1944*. Αθήνα: Καπόν.

Παπαγεωργίου, Γ. 1982. *Οι Συντεχνίες στα Γιάννενα κατά τον 19ο αιώνα και τις αρχές του 20ου αιώνα*. Ιωάννινα: Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων.

Παπαδοπούλου, Β. 2006. *... και κουλουρτζής στην πόλη! Ιστορίες διατροφής από τη βυζαντινή και τη μεταβυζαντινή Ήπειρο*. Ιωάννινα: Υπουργείο Πολιτισμού- 8η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων.

Παπαδοπούλου, Β. 2009. *Το κάστρο των Ιωαννίνων*. Ιωάννινα: 8η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων- Βυζαντινό Μουσείο Ιωαννίνων.

Παπασταύρος, Ι. Α. 2013. *Αλή Πασάς, από λήσταρχος ηγεμόνας. 2 τόμοι*. Ιωάννινα: Απειρωτών.

Παπασταύρος, Ι. Α. 2008. *Ιωαννίνων Ενθύμιον. Τα Γιάννενα μέσα από τις καρτποστάλ*. Ιωάννινα: Απειρωτάν

Παπασταύρος, Ι. Α. 2005. *Τα Γιάννενα του 19ου αιώνα όπως τα έγραψαν και τα απεικόνισαν οι ξένοι περιηγητές*. Αθήνα: Οδυσσέας.

Σαραντόπουλος, Γ., και Ν. Σαραντοπούλουμ 2011. *Εδεσματολόγιον Ιωαννίνων, Άρτας, Πρέβεζας, Θεσπρωτίας. Έθιμα, παραδόσεις και αυθεντικές συνταγές μαγειρικής και ζαχαροπλαστικής*. Αθήνα: Σαββάλας.

Σιμόπουλος, Κ. 2008. «Hobhouse ο συνοδοιπόρος του Byron», στο: *Ξένοι Ταξιδιώτες στην Ελλάδα, 1810-1821*. Τόμος 3 - Μέρος 2. Αθήνα: Πιρόγα.

Σμύρης, Γ. 2000. *Τα μουσουλμανικά τεμένη των Ιωαννίνων και η πολεοδομία της οθωμανικής πόλης*. Τόμος 34 Ιωάννινα: Ηπειρωτικά χρονικά.

Σταυρουλάκης, Ν. 2006. *Cookbook of the Jews of Greece*. Αθήνα: Λυκαβηττός.

Σφυρόερας, Β. 1996. *Ιωάννινα 1890 - 1950*. Αθήνα: Ολκός/ Ριζάριο Ίδρυμα.

Ξενόγλωσση

Boissonnas, F. 1920. *L'Épire berceau des Grecs. L'image de la Grece*. Γενεύη: Éditions d'art Boissonnas.

