



**“aMAIZEingcoPAIN” / “Apbrīnojamā  
maize” 01.04.2022. – 31.03.2023.**

**ERASMUS + projekts**

LĪGUMS NR. 2021-2-LV01-KA210-ADU-000050874. Budžets : 30 000 Eur



**Līdzfinansē  
Eiropas Savienība**

**BIEDRĪBA  
PENKULĒ  
ATVER  
DURVIS**

## “aMAIZEingcoPAIN” / “Apbrīnojamā maize”

01.04.2022. – 31.03.2023.

**ERASMUS + projekts “aMAIZEingcoPAIN” / “Apbrīnojamā maize”, kuru līdzfinansēja Eiropas savienība, norisinājās no 01.04.2022.– 31.03.2023.**

Projekta iniciatore – dzimusi un sirdī penkulniece **Nora Ferreboeuf**, kura šobrīd ar ģimeni dzīvo Francijā. Nora ieteica startēt Erasmus + projektā, lai divas viņai tuvas valstis, **Latvija un Francija**, varētu satīkties un tās iedzīvotāji apmainītos pieredzē, mācītos un draudzētos.



**Projekta dalībnieki: biedrība “Penkulē atver durvis” (Latvija) un nevalstiskā organizācija “Familles Actives - Lozère” (Francija).**

**Biedrība “Penkulē atver durvis”** dibināta 2020. gada maijā (atbalsta: pagasta zemnieki, dārznieki, mājražotāji, skolotāji, tūrisma speciālists, mežsaimnieks, jurists, arhitekts, ārsts, dzejnieks, Penkules pamatskola, Penkules mazpulks, politiķi, pavārs, datorspeciālists u. c.) veicina Penkules pagasta vides labiekārtošanu, vides pieejamības uzlabošanu un dzīves kvalitātes pilnveidošanu, nodrošinot dažādas aktivitātes. Tā atjauno, vāc, dokumentē, pēta un eksponē materiālās un nemateriālās kultūras un vēstures vērtības, kas saistās ar Penkules pagastu. Veicina pozitīvas sociālās izmaiņas, īstenojot dažāda veida projektus, no kuriem liela daļa saistīta ar reģionālās nozīmes kultūrvēstures pieminekļa Ālaves muižas kunga nama glābšanu, teritorijas sakopšanas un labiekārtošanas darbiem.

**Familles Actives**, tulkojumā – aktīvas ģimenes. Organizācija darbojas Francijas dienvidos Lozēres rajona nelielās pašvaldībās – La Canourgue, Banassac un Saint Germain du Teil. Aktivitātes ir vērstas uz ģimenēm – bērnu un pieaugušo brīvā laika pavadīšanas un izglītošanās iespējām ārpus skolas. Mazās pilsētiņas, kurās darbojas Familles Actives, atrodas kalnainā apvidū. Daudzi francūži smeļ, ka Lozēre atrodas nekurienu vidū, jo šis apgabals ir viens no mazāk apdzīvotajiem valstī. Pirms 20 gadiem ļoti daudz izceļoja, bet, pateicoties pirms apmēram desmit gadiem uzceltajai automaģistrālei, šis reģions atkal atdzimst. Pilsētnieki pārceļas uz Lozēri, lai aizbēgtu no kņadas. Šeit tiek iekoptas bioloģiskās lauksaimniecības, cilvēki strādā gan vietējos uzņēmumos, gan arī attālināti. La Canourgue atrodas starp divām pilsētām Montpellier un Clermont-Ferrand, nepilnu divu stundu braucienā no Vidusjūras, un tajā ir apmēram 2000 iedzīvotāji. Pateicoties upei, kas tek cauri pilsētai, un daudzajiem kanāliem, to dēvē arī par Lozēres mazo Venēciju. Pilsētu ieskauj divas burvīgas dabas ainavas: vulkāniskais plato Aubrac un kanjons Gorges du Tarnes. Senie ciemati ar akmens ēkām un kalni ir veicinājuši tūrisma attīstību, gan vietējie, gan viesi ir iemīļojuši garus pārgājienus. Savukārt plašie lauki ar govju un aitu ganāmpulkiem ir arī lauksaimniecības veicinātāji.

Vairāk par La Canourgue un Lozère <https://www.aubrac-gorgesdutarn.com/en>

Par Familles Actives <https://www.facebook.com/famillesactives/>

# Projekta mērķi

- izveidot jaunu starpvalstu partnerību starp biedrībām “Penkulē atver durvis” un “Familles Actives - Lozère” - dalīties pieredzē un veicināt izpratni par NVO nozīmīgo lomu vietējās kopienas attīstībā;
- pētīt, kā ģeogrāfiskā atrašanās vieta ietekmē mūsu identitāti un kultūras mantojumu;
- veicināt izpratni par katras vietējās kopienas unikalitāti kā Eiropas kultūras sastāvdaļu, uzsverot kultūras un dabas mantojuma lomu tajā;
- vērst uzmanību uz apdraudēto mantojumu: piemēram, pamestām ēkām ar kultūrvēsturisku vērtību, noskaidrot, kā kopiena var palīdzēt to saglabāšanā, apzināt, cik vērtīga ir līdziesaiste;
- apzināties, ka esam daļa no Eiropas, nevis “mēs” un “viņi”, bet gan “mēs – Eiropa”.

**Projekta vienojošais elements ir maizes tēma. 2022.–2023. gadā apmainījāties pieredzē – mācījāties, piedzīvojām, apkopojām.**

- projekta laikā pētīt maizes tradīcijas savās kopienās.

**Maizes cepšana nav tikai process virtuvē, un maize nav tikai maizes klaips.**

**Maize apvieno zemniekus, dzirnavniekus, maizes cepējus, tirgotājus, ēdājus u. c. Tā ir kultūra un tradīcijas. Auglīgie lauki – „maizes devēji” – bija un ir svarīgs iemesls, kādēļ cilvēki apmetās uz dzīvi šajās vietās, veidojoties muižām Penkulē un fermām Lakanurgā...**

# Aktivitātes Latvijā

## 2022. gada 24.–30. jūlijā Penkulē uzņēmām desmit ciemiņus no Lakanurgas.

Viesi nakšņoja viesģimenēs, un brokastis visas nedēļas garumā nodrošināja kafejnīca **“Telpa”**, kura atrodas Penkulē. Autobusa pakalpojumus mobilitātei nodrošināja **Dobeles autobusu parks**.

Piedaloties programmā **“Penkules maizes ceļš”**, viesi uzzināja, kā Penkulē rit ikdiena un kā tiek svinēti svētki. Dalībnieki apmeklēja seno maizes krāsni **“Sēju” mājās** un **zemnieku saimniecību “Mazbaldonas”**. Viesi tika uzņemti **Penkules pagasta pārvaldē, pagasta dienas centrā, bibliotēkā un Penkules pamatskolā**. Kopā ar vietējiem amatu meistariem viesiem pagasta kultūras namā bija iespēja darināt vārpu vainagus un māla priekšmetus, gatavot maizes kules, kā arī ukraiņu tradicionālos vareņikus. Izbaudot penkulnieka ierasto dzīves ritmu, viņi varēja piedalīties maltītes gatavošanā **piemājas saimniecībā “Kalnapočas”**, kur tika ceptas pankūkas un avenas desertam plūktas tieši no lauka. Lai gūtu padziļinātāku priekšstatu par penkulnieku dzīvi, viesi tika iepazīstināti arī ar citām saimniecībām Penkulē: **“Skalbes”**, kuras nodarbojas ar lavandu audzēšanu, piedāvā amatniecības prasmes dažādu radošu darbnīcu formātā (filcēšana, sveču liešana, ārstniecības augi u. c.), un **viensētu “Lielkuģi”**, kur sastopami saimnieces puķu prieki piemājas dārza veidolā. Ciemiņi viesojās arī **mākslinieces Petras Derkins ģimenes izstāžu telpā “Paegļu kosmos”**, bioloģiskajā saimniecībā Vizbuļi, **Ilonas Stangas dārzniecībā un piemājas saimniecībā “Bērzāji”**. Tika apmeklēta arī viena no pagasta kultūrvēsturiskajiem mantojuma objektiem – **Ālaves muiža**, kur abu valstu kulinārās tradīcijas satikās dziesmu un deju pavadībā.

Viesi tika uzņemti arī **Dobeles novada pašvaldībā, “Dobeles dzirnavniekā”, Dobeles TIC un pavirusojās unikālās Bēzres ūdensdzirnavās**. Tika iepazīta un izmēģināta īstās rudzu maizes cepšana uzņēmumā **“Tērvetes maize.”** Arīdzan izzinātas latviešu vīnu darīšanas tradīcijas **“Tērvetes vīnos”** un **vegānās maizes noslēpumi “Virtuves burvestības”**.

Ciemojās arī pie tuvākiem un tālākiem kaimiņiem citos novados.

### Kurzemē

Pie **biedrības “Mēs Jaunaucei”** Jaunauces muižā, kurš ir viens no labākajiem kultūrvēsturiskā mantojuma saglabāšanas prakses piemēriem Latvijā.

**Liepājā.** 2027. gadā tā kļūs par Eiropas kultūras galvaspilsētu, kura var lepoties bagātu koka arhitektūras mantojumu. Ciemojās pie **biedrības “Radi Vidi Pats”**, kura ir brīnišķīgs piemērs tam, ka esam savas vides veidotāji. Savukārt **etnogrāfiskā mājā “Zvanītāji”**, viesi uzzināja par kulinārā mantojuma – **Rucavas baltā sviesta noslēpumu**.

### Vidzemē

Viesus gaidīja **Latvijas galvaspilsēta Rīga** ar visām tās daudzpusīgajām šķautnēm, no pagātnes līdz mūsdienām. **Latvijas Etnogrāfiskais brīvdabas muzejs, Vecrīga, jūgendstils, Āgenskalna tirgus un Rīgas Jūrmala**.



























# Aktivitātes Francijā

2022. gada 22.–30. oktobrī desmit biedrības “Penkulē atver durvis” pārstāvji devās uz Francijas kalnaino Lakanurgas reģionu Lozerē.

Pie seno maizes cepšanas tradīciju zinātājiem **Coco un Sylvain Blanc** pašu rokām gatavojām gardo franču maizi. No vienas mīklas izdevās saldas, sāļas un gaisīgas maizes klaipiņi!

*Ir daudz līdzību ar mūsu vēsturiskajām maizes cepšanas tradīcijām – abra, sakasnītis nākamajam cepienam, maizes lize u.c. Uzzinājām, ka āra maizes krāsnis Francijā ir izplatītas teju katrā miestīņā – lielākos svētkos tādējādi var sacept daudz maizes visiem.*

Piedalījāmies picu meistarklasē, cepot to āra malkas krāsnīs **saimniecībā “Maison Aulas”**.

Uzzinājām, ka francūžiem ir melnā **“ogļu maize”**, kuras sastāvā ir īstas bērza ogles.

Apmeklējām vēsturiskās **Borie** vējdzirnavas, kas atrodas klinšu ieskautajā **Causse** reģionā. Šajās dzirnavās miltu malšana līdz 17. gadsimta beigām bijusi pieejama vien ielejās pie upes. Pateicoties uzņēmīgiem cilvēkiem (zemnieki, koka meistari, šefpavāri), valsts, pašvaldību un ES finansiālajam atbalstam, dzirnavas ir atdzimušas.

Ar franču zemnieku ikdienu sausajos kalnu apvidos iepazināmies senajā **auseanarded’Autrefois** fermā, uzzinot daudz jauna par vēsturisko ēku tapšanu galvenokārt no apkaimē pieejamā akmens.

Iepazinām viesģimeņu ikdienas dzīves ritmu, kā dzīvo skolotāji, medicīnas darbinieki, politiķi, akvakultūras speciālisti u. c.

Pārliecināmies par vietējās mērijas, pilsētiņas iedzīvotāju un biedrības “Familles Actives-Lozere” jaudīgo kopdarbību.

Biedrība “Familles Actives Lozere” darbojas jau 30 gadus. Var daudz mācīties vietējo kopienu apvienošanā, cilvēku vajadzību apmierināšanā un jaunu zināšanu apgūvē. Biedrība sevi ir pierādījusi kā uzticamu un spējīgu sadarbības partneri, tādēļ pašvaldība to aicina īstenot dažādus, sabiedrībai aktuālus projektus, nodrošinot arī līdzfinansējumu. Piemēram, angļu valodas apmācības, dažādas sporta un kultūras aktivitātes, darbu ar bērniem un viņu vecākiem utt. Biedrība izmanto arī ES finanses, dalība piedāvātajās aktivitātēs nav bez maksas.











# Aktivitātes Penkules pagastā

Svarīgs posms projektā bija vietējās kopienas stiprināšana, saliedēšana un izglītošana, nodrošinot aktivitātes Penkules pagastā.

2023. gada 11. februārī “Vēlās brokastis franču stilā” pasākuma laikā mēs, biedrības biedri, kopā ar citiem penkulniekiem cepām franču saldo maizi un dalījāmies iespaidos par Francijā piedzīvoto. Savukārt ar biedrības “Radi Vidi Pats” (Liepāja) aktivitātēm penkulniekus iepazīstināja, uz Penkuli ciemos atbraukusī, pārstāve **Linda Ulāne**.

















# Franču saldā maize

**Mīklai:**

**1,5 kg milti**

**10 olas**

**40 g raugs (sajauc ar siltu ūdeni)**

**Sāls**

**Cukurs 250 g**

Maisa 5 min.

Pēc nepieciešamības pievieno miltus.

Pievieno mīkstu 250 g sviestu,

turpina mīcīt un klapēt,

kamēr izveidojas vijīga mīkla (diezgan ilgi),

liek raudzēt,

veido,

cep.









# Rudzu maize un pīrāgi

2023. gada 11. martā rudzu maizes un pīrāgu cepšana notika vēsturiskā “Sēju” māju maizes krāsnī, kuru papildināja sarunas par kultūrvēsturisko mantojumu un atmiņas par laikiem, kad lize, abra, sviesta ķērne bija katras lauku sētas darbarīki un izejvielas maizes cepšanai nebija jāmeklē veikalā.

*“Lai maize labi rūgtu, mīcot labi jāskaišas.”*

**Mīklai:**

**Pīrāgiem un plātsmaizēm:**

1 kg kviešu miltu

10 g sausais raugs

110 g cukurs

6 g sāls

130 g sviests

0,5 l ūdens

**Rudzu maizei:**

leraugs

2 l miltu

2 sauļas ķimeņu

6 ēd. k. cukura

2 tēj. sāls

1 l ūdens

**Cepsim kopā!**









2022. gada 24. septembrī un 2023. gada 25. martā notika **Ālaves muižas teritorijas – kultūrvēsturiskā mantojuma – sakopšanas talkas** un ierauga maizes cepšana elektriskajā maizes krāsnī.

2023. gada 31. martā **“Ābeļu ielas stāsti”** ietvaros notika sviestmaižu, iebiezinātā piena un olu krāsošanas meistarklases un ielas kultūrvēsturiskā mantojuma izzināšana.

**Projekts bija ļoti vērtīga pieredze, kura rezultātā ir izveidota ne tikai jauna starptautiska partnerība, bet arī iegūti jauni draugi un stiprināta kopiena un piederība savam pagastam – Penkulei.**

Abām organizācijām šis bija pirmais starptautiskais projekts.

Bija veiksmīga sadarbība arī ar pašvaldību un citām valstiskām un nevalstiskām organizācijām, uzņēmumiem un uzņēmējiem.

Esam gandarīti par jaunām projekta idejām un priecājamies par jaunu sadarbību plāniem (iestrādes LLKC un Penkules pamatskola), tādējādi ceram, ka tiks nodrošināta īstenotā projekta ilgtspēja jaunās iniciatīvās un aktivitātēs.

Pārlicinājāties par cilvēcīgā faktora spēku un nozīmīgumu.

## Vieta ir cilvēki!

\*Aicinām iepazīties ar izvērstākiem apskatiem par projekta aktivitātēm FB kontā

<https://www.facebook.com/groups/629548654563119>,

kurā papildus pieejami plašāki apraksti par šādām projektu dalībnieku sagatavotām tēmām: skola, kulinārija, maizes krāsnis un maizes cepšanas tradīcijas, lauksaimniecība.

\* Atslēgas vārds **Erasmus+**

Atskati pieejami laikraksta publikācijās:

Laikraksts “Zemgale”:

Nr. 89; 132, 2022

Nr. 21, 2023

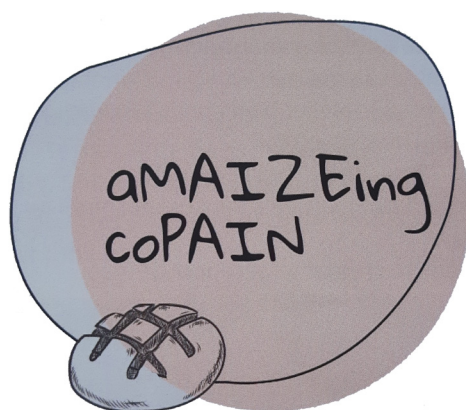
“Dobeles novada ziņas”

Nr. 3, 2023

**“aMAIZEingcoPAIN” / “Apbrīnojamā maize”**  
01.04.2022. – 31.03.2023.







**Līdzfinansē  
Eiropas Savienība**

**“aMAIZEingcoPAIN” / “Apbrīnojamā maize”**  
01.04.2022. – 31.03.2023.

**ERASMUS + projekts**

LĪGUMS NR. 2021-2-LV01-KA210-ADU-000050874. Budžets : 30 000 Eur