

EIN INTERKULTURELLES KOCHSTUDIO LÄDT ZUM AUSTAUSCH EIN

Das Projekt „Interkulturelles Kochstudio“ wurde gemeinsam mit Mädchen und ihren Müttern aufgebaut und gab ihnen die Gelegenheit, gemeinsam zu kochen. Die Mädchen brachten eigene Rezept-Ideen aus ihren Heimatländern ein, aber auch Gerichte aus ihrem neuen Lebensumfeld in Deutschland konnten zusammen ausprobiert werden. Besonderheiten der verschiedenen Kulturen in Bezug auf Gerichte, Gewürze und Kochen wurden thematisiert und erläutert. Die Mädchen beteiligen sich aktiv an der Planung und am Einkauf der notwendigen Zutaten. Hierfür stand ihnen pädagogisches Fachpersonal zur Seite und begleitete Gespräche über Erinnerungen an die Herkunftsregion, neue Erfahrungen im Aufnahmeland oder praktische Fragen zu Rezepten und Ernährung.

Eine gemeinschaftliche Küche wurde für das Projekt mit neuen Küchenutensilien und geeigneten Gewürzen aus verschiedenen Regionen erweitert. Den Mädchen setzten sich dabei auch mit einer gesunden Ernährung auseinander, aber der Austausch in der Gruppe und das eigenständige Einbringen von Rezepten, Ideen und vorhandenem Wissen stand im Vordergrund.

Mögliche Anzahl der Teilnehmerinnen: je nach Platz 4-15

Geeignete Altersgruppe: flexibel nach Interesse, hier 10-20 Jahre mit Familienangehörigen

Benötigte Materialien: ausgestattete Küche, Küchenutensilien, Lebensmittel je nach Bedarf, Gewürze nach Bedarf und Wunsch der Teilnehmerinnen

Materialien: flexibel, hier einmal wöchentlich

Empfohlene Kooperationen: pädagogisches, soziales oder psychologisches Fachpersonal

EIN KOCHSTUDIO ALS PSYCHOSOZIALE UNTERSTÜTZUNG

Das „Interkulturelle Kochstudio“ bietet den teilnehmenden Mädchen eine regelmäßige Gelegenheit, sich in einem geschützten Rahmen auszuprobieren. Es geht auf den Wunsch der Mädchen nach Mitbestimmung und einem vielfältigeren Essensangebot ein. Gleichzeitig können sie sich mit Gemeinsamkeiten und Unterschieden zwischen verschiedenen Koch- und Esskulturen auseinandersetzen und ihr Wissen aus der Heimat in die neue Umgebung einfließen lassen. Da in vielen Kulturen die Verantwortung für Kochen und Tätigkeiten in der Küche den weiblichen Familienmitgliedern übertragen wird, erhalten die Teilnehmerinnen zudem die Möglichkeit, sich mit Gender-Stereotypen und ihren eigenen Rollenvorstellungen auseinanderzusetzen. In Begleitung von pädagogischem oder psychosozialen Fachpersonal werden sie auf diese Weise dazu angeregt, über ihre Erfahrungen, Veränderungen und Identitäten zu reflektieren.

Für Familien mit wenig Bildungs- und Freizeitmöglichkeiten kann ein produktiver Arbeitsprozess entlastend wirken. Das Erlernen neuer Fertigkeiten und die partizipative Gestaltung des Projekts mit eigenverantwortlichen Ernährungsmöglichkeiten ermöglichen den Mädchen ein Erleben von Selbstwirksamkeit. Während der gemeinsamen Arbeit kommen sie und ihre Familien in den Austausch mit anderen Bewohnerinnen und Mitarbeiter*innen der Einrichtung. Soziale Teilhabe, Teamfähigkeit und freundschaftliche Beziehungen mit Gleichaltrigen sollen so gestärkt werden und entsprechen damit auch entwicklungspsychologischen Bedarfen.



MÄDCHEN.MACHEN.MUT.

