

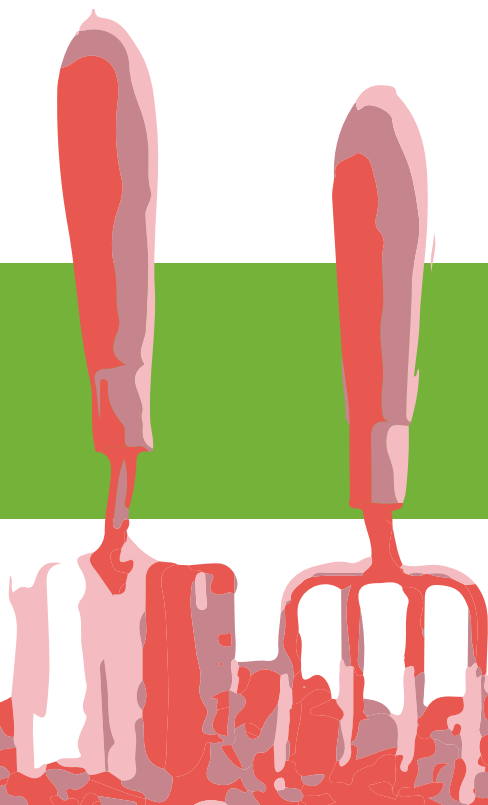


# UGAIN

Urban **G**Ardens for the social  
**I**Ntegration of migrants

**Aktivitet:**

**Gemensam matlagning**





**Matlagningsevenemangen syftar till att skapa respekt för varandra och erbjuda utrymme för informellt nätverksarbete.**



## Aktivitets filer

### 1. Namn på aktiviteten

**Gemensam matlagning**

### 2. Typ av aktivitet

**Matlagning och gastronomi**

### 3. Beskrivning av aktiviteten

Ungefär två gånger om året bjuder föreningen in människor (alla deltagare och ~ 10-20 externa) till en gemensam matlagningsevent. Typiska måltider från alla olika deltagares kulturer görs och kunskapen delas. Den som vill laga en maträtt kan göra det. Överskotten av frukt och grönsaker från gemenskapens trädgård används. Syftet är att trädgårdsdeltagarna är tillsammans och njuter och firar utanför det vanliga trädgårdsarbetet. Externa gäster inom lokalsamhället är inbjudna.

Denna händelse utförs också ibland ute, direkt i trädgården (t.ex. Grill, bål) om vädret är lämpligt.

## 4. Kompetenser och utbildningsbehov

Grundläggande matlagning och planering av menyn är viktiga. Detta beror på att de behöver planera för antalet måltider som de behöver göra. Någon måste ordna ett lämpligt kök och matplats. Det borde vara välplanerat, vem som förbereder vad och vem tar med sig maten. För mycket struktur är inte bra för denna aktivitet. Låt middagen/lunchen och följande aktiviteter / idéer flöda naturligt när de utvecklas. Var också öppen för nya recept, smaker och mat. Var noga med att bestämma hur man hanterar rester, avfall och rengöring efteråt och att arbetet delas upp så att inte en enda person är ansvarig för allt.

## 5. Steg för genomförandet av verksamheten

- Organisera ett kök som passar för storleken på gruppen (hyrt kök eller i ett privat hus).
- Inbjudan av medlemmarna i föreningen (invandrare och österrikare) vid trädgårds möten/sy sessioner/WhatsApp grupp.
- Personlig inbjudan av externa personer per post, sociala medier eller personligen.
- Alla som vill bidra kan bestämma sig för en typisk maträtt från sitt hemland.
- Köp ingredienserna och använd grönsaker och frukter från trädgården.
- Laga maten och njut av måltiderna.

## 6. Material och metoder

- **Infrastruktur:** Kök, el, disk, recept, bord och stolar.
- **Material och mänskliga resurser:** Mat, matlagningsverktyg, Tid för att organisera och laga mat.
- **Tid/arbetsbelastning:** 2x år, ungefär en kväll + tid för förberedelse.
- **Kostnader:** Låga kostnader: Det kan behövas pengar för att hyra ett lämpligt rum (om det inte är möjligt att få det gratis) och ingredienserna.

## 7. Lärandemål för deltagarna

Deltagarna kan förbättra sin kunskap om internationella maträtter och deras matlagningskunskaper. Kulturella skillnader och likheter kan identifieras och förstås. Många sociala färdigheter som kommunikation och respekt är något man lär sig när människor träffas, lagar mat och äter tillsammans. Vänner eller partnerskap kan börja vid sådana evenemang, vilket kan vara viktigt en dag för "nya lokalbefolkningen" och "gamla lokalbefolkningen". Genom nätverkande och nya kontakter kan man också erbjuda jobb, utbildningsmöjligheter eller andra möjligheter.

# Partners

Technical  
University  
of Munich



Technical University  
of Munich  
(Tyskland)  
[www.tum.de](http://www.tum.de)



anstiftung  
(Tyskland)  
[www.anstiftung.de](http://www.anstiftung.de)



On Projects Advising SL  
(Spanien)  
[www.onprojects.es](http://www.onprojects.es)



Asociación Cantabria Acoge  
(Spanien)  
[www.cantabriaacoge.com](http://www.cantabriaacoge.com)



Folkuniversitetet  
(Sverige)  
[www.folkuniversitetet.se](http://www.folkuniversitetet.se)



Social Farms & Gardens  
(Storbritannien)  
[www.farmgarden.org.uk](http://www.farmgarden.org.uk)



GärtnerInnen der Welt kooperieren

Gartenpolylog  
(Österrike)  
[www.gartenpolylog.org](http://www.gartenpolylog.org)

## Social Media



/UGAIN.EU  
<https://www.facebook.com/UGAIN.EU/>



/UGAIN\_ERASMUS  
[https://twitter.com/UGAIN\\_ERASMUS](https://twitter.com/UGAIN_ERASMUS)

## Projektets hemsida

[www.ugain.online](http://www.ugain.online)



Medfinansierat av  
EU-programmet  
Erasmus+

Projektet genomförs med ekonomiskt stöd från Europeiska kommissionen. För uppgifterna i denna publikation ansvarar endast upphovsmannen. Europeiska kommissionen tar inget ansvar för hur dessa uppgifter kan komma att användas.

UGAIN: Urban GARDens for the social INtegration of migrants  
Projektnummer: 2017-1-DE02-KA204-004151