

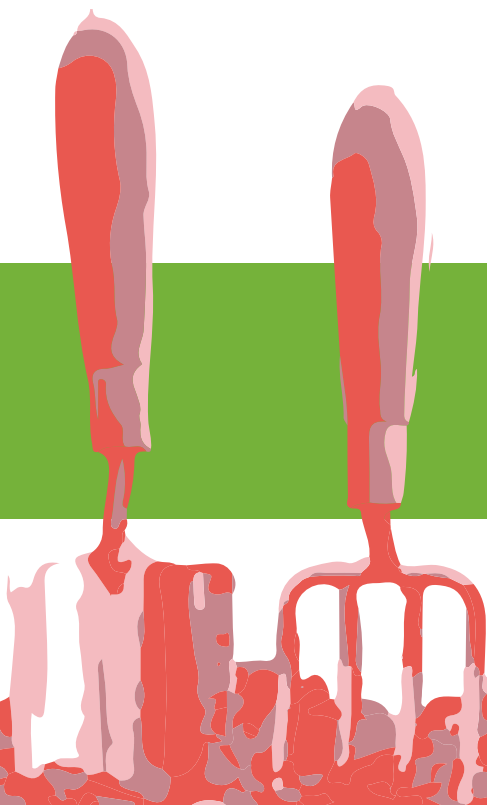


UGAIN

Urban **G**Ardens for the social
INtegration of migrants

Aktivität:

Kochen mit Wildkräutern





Teilen von Wissen über Wildpflanzen und ihren Nutzen.



"Nutze die Neugier der Teilnehmenden. Menschen mögen nicht glauben, dass Wildkräuter gut schmecken können."

Aktivitäten

1. Name der Aktivität

Kochen mit Wildkräutern

2. Art der Aktivität

Ausbildung

3. Beschreibung der Aktivität

Die Gartengruppe sammelt Kräuter in ihrem Garten oder an einem anderen passenden Ort. Die Person, die die Aktivität leitet, zeigt den Teilnehmenden essbare und natürlich vorkommende regionale Wildkräuter. Am besten stellt die Kursleitung ausgewählte Kräuter bereit und so können die Teilnehmenden mittels ihrer sieben Sinne mit diesen Pflanzen in Kontakt kommen. Die Kursleitung lädt alle Teilnehmenden ein, Erfahrungen und Wissen zu teilen, sodass keine klassische Lehrer*in- Schüler*in Situation entsteht. Die Gruppe wird in Paare eingeteilt, um Kräuter auf dem Gelände zu sammeln. Die gesammelten Kräuter werden zusammen zubereitet, zum Beispiel mit Reis oder als Salat. Die Vorbereitung und das Kochen finden im Freien statt, da hier ein offenes Feuer gemacht werden kann. Alternativ werden die Kräuter in Behältern aufbewahrt und das Kochen findet zu einem späteren Zeitpunkt in der Küche statt.

4. Notwendige Kompetenzen und erforderliche Ausbildung

Die Gartenkoordinator*innen erklären weiter, dass alle Aktivitäten Zeit für Kommunikation, Reflektion und gemeinsames Essen beinhalten sollen, da das Ziel dieser Aktivitäten die Entstehung einer Gemeinschaft ist. Als notwendige Kompetenzen stellen sie Aufgeschlossenheit, Geduld, Handwerkskunst und bestimmte gärtnerische Fähigkeiten heraus. Sie sind sich einig, dass diese Fertigkeiten nicht in einer einzigen Person verkörpert sein müssen, da die Fertigkeiten in der Gruppe verteilt sind. Menschen lernen voneinander und entwickeln sich mit der Zeit.

5. Schritte zur Umsetzung der Aktivität

- Die Kursleitung gibt eine kurze Einführung zu essbaren Wildkräutern, wie man sie erkennt und wofür man sie benutzen kann. Dies dient dazu, das Wissen innerhalb der Gruppe abzugleichen.
- Die Kursleitung lädt die Teilnehmenden dazu ein, ihr eigenes Wissen und ihre Erfahrungen mit essbaren Wildkräutern zu teilen. Dies dient dazu, die klassische Lehrer*in-Schüler*in Situation zu vermeiden und um eine integrative Gruppensituation zu schaffen. Dies ist besonders wichtig für teilnehmende Geflüchtete und Migrant*innen, da diese oft Wissen über Kräuter und Gartenbau besitzen. Dies kann dazu dienen, dass man sich wertgeschätzt fühlt, dass man etwas beiträgt und um selbstbewusster zu werden.
- Die Gruppe teilt sich in Teams auf, um eine sichere Lernumgebung für jede*n Teilnehmenden zu schaffen.
- Die Teams sammeln die Kräuter, die zur Vorbereitung und für das Essen benötigt werden.
- Wenn die Kräuter gesammelt wurden, bilden die Teams wieder eine große Gruppe. In dieser Großgruppe wird ein Reisgericht mit Kräutern vorbereitet. Jeder Person wird eine Aufgabe zur Vorbereitung des Essens oder des Tisches zugeteilt. Die Aufgabe ermöglicht es den Teilnehmenden, ihre Erfahrungen auszutauschen. Außerdem lernen sie, etwas zu einer gemeinsamen Aufgabe beizusteuern.

6. Benötigtes Material und Methoden

Die Aktivität ist für eine Gruppe von zehn bis 30 Personen geeignet.

- **Infrastruktur:** Für diese Aktivität wird nicht viel an Infrastruktur benötigt, da die Aktivität im Freien stattfindet. Man benötigt eine offene Feuerstelle oder eine Küche, Töpfe, Teller, Besteck, Tassen, um das Essen einzunehmen. Es wird ein Gelände benötigt, auf dem essbare Wildkräuter wachsen.
- **Material und Personal:** Es werden Bücher über essbare Wildkräuter benötigt, sowie Proben von Kräutern, die den Teilnehmenden gezeigt werden und Taschen oder Behälter, um die Kräuter zu sammeln.
- **Zeit/Arbeitsaufwand:** Für diese Aktivität gilt folgender Arbeitsaufwand: Einführung zu essbaren Wildkräutern: 0,5 – 1 Stunde, Kräuter sammeln: 0,5 – 1 Stunde, Kochen und Essen:

0,5 – offenes Ende.

- **Kosten:** Die Kosten für die Essensvorbereitung sind relativ gering. Reis, Öl und Gewürze müssen gekauft werden. Die Kosten belaufen sich auf unter 5 €. Für den Unterricht werden eventuell Bücher oder Kopien, welche die entsprechenden Kräuter zeigen, benötigt. Diese können aber auch durch Pflanzenproben ersetzt werden.

7. Lernergebnisse für die Gärtner*innen

Die Teilnehmenden nehmen gleichzeitig eine Lehrer*in- und eine Schüler*inposition ein. Sie tauschen Wissen aus, bereiten ein gemeinsames Essen vor und teilen es hinterher miteinander. Des Weiteren bekommen Teilnehmende gärtnerisches Wissen über essbare Wildpflanzen. Dieses Wissen ist nicht sehr weit verbreitet in Deutschland. Diese Aktivität kann besonders solche Geflüchteten oder Migrant*innen empoweren, die dieses Wissen besitzen. Die Aktivität trägt dazu bei, eine Gemeinschaft zu schaffen und sowohl individuelle als auch Gruppe Verantwortung zu übernehmen.

Partnerorganisationen

Technical
University
of Munich



Technical University
of Munich
(Deutschland)
www.tum.de



anstiftung
(Deutschland)
www.anstiftung.de



On Projects Advising SL
(Spanien)
www.onprojects.es



Asociación Cantabria Acoge
(Spanien)
www.cantabriaacoge.com



Folkuniversitetet
(Schweden)
www.folkuniversitetet.se



Social Farms & Gardens
(Vereinigtes Königreich)
www.farmgarden.org.uk



GärtnerInnen der Welt kooperieren

Gartenpolylog
(Österreich)
www.gartenpolylog.org

Soziale Medien



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



/UGAIN_ERASMUS
https://twitter.com/UGAIN_ERASMUS

Projekt Homepage

www.ugain.online



Kofinanziert durch das
Programm Erasmus+
der Europäischen Union

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

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