Erfolgsrezepte – Kochen nach dem 5G-Modell

Kooperationspartner:innen

- Kuratorium Wiener Pensionistenwohnhäuser, Pensionist*innen-Klub Karl Meißl Straße, Gerti Siebenhandl
- VHS Brigittenau, Karl Dwulit
- Schulkooperationsteam (20/21), Otmar Mittermayr
- Back Bone – Mobile Jugendarbeit und Fair-Play-Team 20

Herzlich Willkommen!

Von der Idee zum Projekt

Regionale Kooperation

- Regionalforum
- Jugendplattform
- Senior:innenparlament

5G-Modell nach Otmar Mittermayr

- Gemeinsam - zu viel alleine macht grantig
- Günstig - zu viel Geld für Lebensmittel ausgeben belastet
- Gesund - weniger Zucker, weniger Fett fördert das Wohlbefinden
- Generationen verbinden – Begegnungen jenseits der Peergroup ermöglichen
- Genießen – Zufriedenheit fördern, Zeit nehmen, in Ruhe essen

Essen als transkulturelle Universalie

- Hunger als wesentliche Motivation
- Gutes Essen ist allseits beliebt
- Einladung zum Essen wird gerne angenommen
- Common Ground – verbindend
- Typische Gerichte – Empowerment durch positives Erlebnis
- Multisensorische Integration – Gefühl von Zuhause
- Neugier Neues kennenzulernen
- Gemeinsames Arbeiten erleichtert Kommunikation

Ziele – Inklusion durch Essen und Kochen

- Prävention von Einsamkeit
- Begegnungen über Generationen- und Sprachgrenzen hinweg
- Abbau von Berührungsängsten, Vorurteilen, Barrieren
- Wechselseitige Empathie fördern
- Soziale Mobilität
- Gesunde Ernährung
- Transkultureller, transgenerationaler Austausch

Ablauf und Durchführung

- Stabile Gruppen von Senior*innen und Jugendlichen*
- Gruppen wurden getrennt voneinander für die Idee sensibilisiert
- Terminkoordination VHS 20, Pensionist*innen-Klub, Back Bone
- Gemeinsamer Einkauf mit Jugendlichen
- Kennenlernspiele und Vorstellrunde
- Gemeinsames Kochen und Essen
- Nachbesprechung und Menüplanung
- Anreize schaffen, um Motivation zu erhalten

Erfahrungen & Wirkungen

- Erfahrung mit Krieg als verbindendes Element und Gesprächsthema
- Nachhaltigkeit vor allem in Bezug auf die Arbeit von Back Bone mit dem Element Kochen
- Gefühle von Fremdheit (Schüchternheit) überwinden
- Offenheit für Begegnung mit Fremdem etabliert
- Zusammenarbeit mit VHS, KWP und unterschiedlichen Gruppen weitergeführt
- Rückmeldungen durchwegs positiv
- Bereitschaft zur Fortführung bei Älteren* höher

Herausforderungen & Lessons Learned

- Oszillation zwischen gruppenhomogenen und gruppenverbindenden Angeboten
- Anreize schaffen, Belohnungen ermöglichen
- Gemeinsamkeiten hervorheben und betonen
- Vertrauen in die Arbeit mit Back Bone und handelnden Personen
- Durchführung mit unterschiedlichen Gruppen und auf Durchmischung achten
- Ansprechende Räume und Gerichte

Herzlichen Dank für die Aufmerksamkeit



Foto: Back Bone