

ADULT LEARNING ON THE ENVIRONMENT AND RELATED TOPICS – II

“ERNÄHRUNG UND KÜCHE”

Food and Cooking

German Translation

“die umweltberatung” Vienna
Linzer Straße 16/3, A-1140 Wien
Phone/Fax: 43-1-803 32 32/ 32
service@umweltberatung.at
www.umweltberatung.at

Ansatz

Einen Kochkurs/IT Kurs zu entwickeln, basierend auf der Southside Food Coop, einer etablierten Organisation in Twerton und Whiteways. Der Kurs wird von erfahrenen TutorInnen mit Unterstützung von B&NES, Community Learning Development Projekt für die ICT-Komponenten in Koordination mit Envolve durchgeführt.

Ziele

- Die KursteilnehmerInnen zu befähigen, frische Lebensmittel für sich selbst und ihre Familien zuzubereiten und auf diese Weise die Gesundheit zu verbessern.
- Verständnis für Umwelt- und Gesundheitsaspekte im Zusammenhang mit dem Kauf von lokal und unverarbeiteten Lebensmitteln zu entwickeln (Transportkilometer von Nahrungsmitteln, Verpackungsmüll, Vitamin- und Zuckergehalt...)
- Zutrauen zu ICT in Digitalkameras und Basisverständnis für Design
- Produktion von Rezeptkarten, Fotos und Präsentationen, welche das Lernen in der Klasse auch für andere Bereiche zugänglich macht
- Das Selbstvertrauen der TeilnehmerInnen zu stärken.

Zielgruppe

Erwachsene in der Region Twerton und Whiteways. Plätze werden vorzugsweise an Eltern mit Kindern unter 5 Jahren vergeben. Diese Region ist eine ökonomisch und sozial unterentwickelte Gegend von Süd-West Bath. Eine aktuelle Studie, herausgegeben von der Gesundheitsbeobachtungsstelle, demonstriert, dass es in dieser Gegend viele diätbezogene Gesundheitsprobleme (wie z.B. Fettleibigkeit, Diabetes und Herzerkrankungen) und große Mangelerscheinungen gibt und sehr viele junge Familien dort wohnen.

Kursinhalt

- Die Verwendung von Frischobst und –gemüse in der Zubereitung
- Die Verwendung von lokalen und saisonalen Produkten wo immer möglich
- Kenntnis von lokaler und kultureller Ernährungstradition
- Bewusstsein von Nachhaltigkeitsaspekten – Transportkilometer von Nahrungsmitteln, Verpackungsmüll, Stärkung der lokalen Wirtschaft, Recycling (z.B. Kompost)
- Schlüsselemente einer ausgeglichenen Ernährung und grundlegende Ernährungsprinzipien
- Einführung in grundlegende Lebensmittelhygiene
- Schlüsselqualifikationen – Rezepte befolgen, Maße und Gewicht, grundlegende Kochtechniken
- IT Grundlagen – Verwendung von Digitalkameras und Design von Rezeptkarten
- Anerkennung des Kurses optional

Kursstruktur: 12 Wochen (31 Stunden für alle 3 Kurseinheiten)

(I) 2 x 1 – außerhalb der Kurseinheit – die TeilnehmerInnen ohne Verpflichtungsdruck zu befähigen, ein „Ready Steady Cook“-Rezept zu befolgen (basierend auf einer populären Kochserie in UK)

(II) 6 Wochen Kurs im Kochen einfach gemacht

(III) 3 Wochen Folgeinheit mit Verwendung von IT um eine Broschüre am Display zu produzieren

(IV) 1 Woche Abschlusseinheit für alle mit einem saisonalen Fest, wo das Gelernte gefeiert wird und die Zertifikate verliehen werden.

Eine Kinderkrippe/Kinderbetreuung für TeilnehmerInnen steht zur Verfügung.

Querschnittsmaterie

Der Kurs zielt auf benachteiligte Personen ab und ist entwickelt als leicht zugänglicher Kurs

Er inkludiert:

Kinderbetreuung

Assistenz-Tutor um Menschen mit Beeinträchtigungen (Behinderung) beim Kursbesuch zu unterstützen

Verwendung einfacher Sprache und großer Schrift

Flexible und partizipative Kursgestaltung, um TeilnehmerInnen mit unterschiedlichen Fähigkeiten und Selbstbewusstsein (v.a. Personen mit Lernschwäche) zu ermöglichen den Kursinhalten zu folgen

Entwicklung und Weitergabe des Gelernten

Entwicklung eines Potentials bei den TeilnehmerInnen, um das Gelernte an Kinder, andere Familienmitglieder (mit Vorzeigen bzw. Verborgnen von Rezeptkarten) weiterzugeben mit der Möglichkeit der Entwicklung von Familienklassen und öffentlichen Schaukochen

Verwendung von Kochbüchern zur Demonstration des Gelernten gegenüber anderen Gemeinschaften

Möglichkeiten für TeilnehmerInnen aufzeigen, wie sie das Gelernte anderen weitergeben können

Möglichkeit für eine/n oder mehrere TeilnehmerInnen, weiterzulernen, um AssistentInnen der TutorInnen für zukünftige Kurse zu werden.

Lehrstile

Gruppenarbeit, Paararbeit, praktische Demonstrationen, Diskussion, Problemlösungsorientierte Ansätze

Monitoring und Evaluation

Der Erfolg des Kurses ist messbar an den Kurszielen (siehe oben).

Dies wird mit folgenden Methoden untersucht:

Individuelle Lernziele werden mit den einzelnen TeilnehmerInnen erarbeitet und am Ende überprüft.

Verbales Feedback wird während des gesamten Kurses durch Diskussionen mit den TeilnehmerInnen und eine formale Evaluierungseinheit am Ende des Kurses gesammelt.

Es wird eine Evaluierungseinheit mit TutorInnen und KoordinatorInnen des Kurses abgehalten, um zu checken, ob und wie weit die Zielgruppe und die Ziele erreicht wurden und um sicherzustellen, dass das TeilnehmerInnenfeedback beim Kursdesign der zukünftigen Kurse integriert wird.

Quellen/Referenzen

www.foodpovertyprojects.org.uk - eine Datenbank von Ernährungsprojekten in UK

Feel Good Food – ein Ernährungsprojekt für Menschen mit Beeinträchtigungen in Radstock, B&NES, UK – für weitere Info kontaktieren Sie bitte Nik Frewin email:

get.connected1@virgin.net

Local Food Guide (Envolve/Voscur) für Bristol, Bath, NE Somerset – für weitere Info kontaktieren Sie bitte allisonp@envolve.co.uk

Hartcliffe Health and Environment Action Group – eine lokales Projekt, das mit verschiedenen Gruppen arbeitet und Ernährungsprojekte entwickelt „Vom Feld auf den Tisch“. Für weitere Info kontaktieren Sie bitte info@hheag.demon.co.uk