

Vorwort

Essen ist Identität, Essen ist Heimat, Essen ist Kultur.

Jeder Mensch hat ein Lieblingsgericht oder verbindet den Geschmack eines Lebensmittels mit einer Erinnerung. So unterschiedlich unsere Biografien sind, so verschieden können unsere Vorlieben im Hinblick auf Essen und Trinken sein. Diese Erfahrungen und Präferenzen bieten einen interessanten Anlass, um mit anderen, vielleicht fremden Menschen in Kontakt zu treten, sie näher kennen und verstehen zu lernen – unabhängig von Nationalität, Alter, Geschlecht, Kultur etc.

Sie halten ein Arbeitsbuch in Ihren Händen, mit dem der soziale Zusammenhalt von Menschen als gesellschaftliche Qualität des Miteinanders gestärkt und gefördert werden soll.

Dies gelingt vor allem durch das Alltagsthema Essen: Es ermöglicht den Austausch über Unterschiede und Gemeinsamkeiten innerhalb einer Gruppe, über eigene Erfahrungen und Erlebnisse sowie über Werte und Esskulturen, sodass Diversität erlebbar werden kann und sich einander vielleicht unbekannte Menschen näherkommen können. Gleichzeitig besteht die Möglichkeit, vorhandene Sprachbarrieren zu überwinden und ohne Vorbehalte in andere soziale Kontexte und Kulturen einzutauchen. Wir möchten Sie und Ihre Gruppe dazu einladen, durch Spiele und Diskussionen buchstäblich einen Blick über den Tellerrand zu wagen.

Dieses Arbeitsbuch richtet sich an Personen, die auf verschiedenste Weise mit Menschen unterschiedlicher Biografien und Herkunft zusammenarbeiten. Die 48 zusammengestellten Bildungseinheiten orientieren sich an einem Konzept zum sozialen Zusammenhalt, das die Qualität des Miteinanders in neun Dimensionen operationalisiert (Arant et al. 2017). So werden Themen wie gesellschaftliche Teilhabe oder Solidarität greifbarer und können gezielt für die Arbeit mit Gruppen aufbereitet werden. Die Bildungseinheiten sind den Modulen »Gesellschaft«, »Ernährung« und »Kultur« zugeordnet. Auf diesem Wege kann das Arbeitsbuch vielfältig genutzt werden. Die gesammelten Übungen fördern das Kennenlernen und die Akzeptanz anderer aus unterschiedlichen sozialen Kontexten und (Ess-)Kulturen. Zugleich wird die Reflexion des eigenen Ess- und Trinkverhaltens ermöglicht. Es wird dazu angeregt, das Gelernte in den persönlichen Alltag zu übertragen.

Die beschriebenen Inhalte und Methoden wurden z. T. in Forschungsprojekten zur Ernährungs- und Gesundheitskompetenz sowie zur kulturellen Bildung entwickelt und eingesetzt. Zusätzlich wurden Bildungseinheiten von Praxispartnern aus den Bereichen Erwachsenenbildung, Sozialarbeit und kommunaler Gesundheitsförderung mit unterschiedlichen Adressat*innen erprobt. Auch diese Erfahrungen sind bei der didaktischen Aufbereitung berücksichtigt worden.

Wir hoffen, dass Ihnen dieses Arbeitsbuch mit seinen Informationen und Übungen Anregungen mit auf den Weg geben kann, um Sie bei Ihrer Arbeit zu bereichern und zu unterstützen. Vor allem aber wünschen wir Ihnen viel Spaß mit Ihrer Gruppe!

Elisabeth Foitzik, Holger Hassel, Carola Pentner, Felix Zastrow