

Endbericht zur Verbreitung der Projekterfahrungen und Ergebnisse

Projektnummer	2527
Projekttitel	COMMUNITY COOKING – Gemeinsam kochen, gemeinsam essen, gemeinsam leben
Projektträger/in	Caritas der Erzdiözese Wien – Hilfe in Not
Projektlaufzeit, Projektdauer in Monaten	01.01.2015 - 31.12.2017, 36 Monate
Schwerpunktzielgruppe/n	Kinder, Jugendliche, Jungeltern, SeniorInnen
Erreichte Zielgruppengröße	7.250 Teilnahmen
Zentrale Kooperationspartner/innen	FEM Süd, umweltberatung wien, Lokale Agenda Favoriten, Gebietsbetreuung im 10. Bezirk, stand 129.
Autoren/Autorinnen	Mag. Lisa Plattner, Dipl. Ing. Dr. Katharina Kirsch-Soriano da Silva
Emailadresse/n Ansprechpartner/innen	<u>lisa.plattner@caritas-wien.at</u> <u>katharina.kirsch@caritas-wien.at</u>
Weblink/Homepage	<u>https://www.caritas-wien.at/hilfeangebote/zusammenleben/nachbarschaft-stadtteilarbeit/community-cooking/</u>
Datum	29.03.2018

Das Pilotprojekt Community Cooking ist ein Projekt der Stadtteilarbeit der Caritas Wien und wurde 2015-2017 vom Fonds Gesundes Österreich und der Schweizer SV Stiftung gefördert. Die Durchführung von Koch-Lern-Workshops („Ministry of Food Vienna“) in Kooperation mit der Jamie Oliver Food Foundation wurden durch den Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger finanziell unterstützt.

1. Kurzzusammenfassung



Durch das Projekt „COMMUNITY COOKING – Gemeinsam kochen, gemeinsam essen, gemeinsam leben“ (2015-2017) wurde im Sozialraum rund um die Alte Ankerbrotfabrik in Wien Favoriten eine vielfältige Auseinandersetzung mit Kochen und gesunder Ernährung ermöglicht. Das Ziel war, AnwohnerInnen des Bezirks sowie andere BesucherInnen der Gemeinschaftsküche in der Brotfabrik zu befähigen, ihr Ernährungswissen aufzufrischen und einen freudvollen Zugang zum gemeinsamen Kochen und Essen zu finden. Die im Projekt beschäftigten NachbarschaftsköchInnen, von denen einige selbst in der Gegend um die Brotfabrik wohnen, bewarben das Projekt in ihren jeweiligen Netzwerken und Communities und entwickelten gemeinsam mit dem Koordinationsteam der Caritas Wien gesundheitsfördernde Aktivitäten rund um die vor Ort eingerichtete Gemeinschaftsküche.

Das Projekt trug auf diese Weise wesentlich zur gesundheitlichen Chancengleichheit in einem Bezirk mit einer erhöhten sozioökonomischen Benachteiligung auf BewohnerInnenseite bei und bot eine Reihe von unterschiedlichen Aktivitäten (wie Kochrunden, Nachbarschaftstreffpunkte, Veranstaltungen mit der Mobilen Küche, Workshops und Vorträge) mit stark partizipativem Charakter. Der Schwerpunkt lag in der Förderung bestimmter Zielgruppen - Kinder und Jugendliche, Junge Eltern und SeniorInnen. Das Projekt kooperierte mit verschiedenen lokalen Einrichtungen, insbesondere in Hinblick auf die Erreichung von Zielgruppen und die Zusammenarbeit bei der Gestaltung von konkreten Aktivitäten und Veranstaltungen. Im gesamten Projektzeitraum wurden 1.476 Teilnahmen von Kindern dokumentiert, 1.373 von Jugendlichen, 164 von Jungeltern und 434 von SeniorInnen sowie 3.967 von Erwachsenen (darunter auch Jungeltern und ältere Menschen). Eine ganz zentrale Erfahrung war, dass Gesundheitsförderung über das gemeinsame Kochen sich als sehr niederschwelliger und freudvoller Ansatz erwiesen hat – auch über verschiedene sprachliche, kulturelle, soziale und Altersgruppen hinweg. Bei der Erreichung der verschiedenen Zielgruppen spielten sowohl die Vielfalt der Angebote und die Kooperation mit diversen Einrichtungen als auch die Arbeit mit Brückenpersonen und MultiplikatorInnen eine wesentliche Rolle. Nach drei Jahren Laufzeit des Pilotprojekts ist die Gemeinschaftsküche mittlerweile ein lebendiger Ort geworden – ein Ort der Vielfalt und Begegnung, wo gemeinsam gekocht, gegessen, gelacht, diskutiert und gefeiert wird.

2. Projektkonzept

Das Gesundheitsförderungsprojekt Community Cooking wurde von der Stadtteilarbeit der Caritas Wien initiiert und umgesetzt. Es folgt dem Ziel, die Ernährungskompetenz von Kindern, Jugendlichen, Jungeltern und SeniorInnen zu verbessern und die Menschen im Sozialraum rund um die Alte Ankerbrotfabrik in Wien-Favoriten über das Thema „Kochen und Essen“ zusammenzubringen. Gemeinschaftliche Kochrunden und weitere Aktivitäten setzen sich alltagsnahe mit gesunder Ernährung auseinander und bieten zudem Möglichkeiten für Begegnung und (interkulturellen) Austausch. Auf diese Weise soll auch ein Beitrag zur Stärkung von sozialen Netzwerken und sozialer Teilhabe geleistet werden.

Das Projekt möchte verschiedene **Zielgruppenebenen** ansprechen:

- BewohnerInnen im Umfeld der Brotfabrik Wien (insbesondere Kinder, Jugendliche, Jungeltern und deren Kinder, SeniorInnen): mit Schwerpunkt auf Menschen, die – etwa aufgrund ihrer Lebenssituation, ihres sozioökonomischen Status, ihrer Herkunft – im Zugang zu gesunder Ernährung benachteiligt sind und Interesse daran haben, in der Gemeinschaft mit anderen ihre Kompetenzen und ihr Wissen zum Thema Ernährung auszubauen.
- NachbarschaftsköchlInnen: die einerseits als MultiplikatorInnen geschult, begleitet und im Rahmen eines Anstellungsverhältnisses in das Projektteam integriert werden und andererseits selbst das Projekt mitgestalten und Maßnahmen umsetzen. Als Brückenpersonen leisten sie einen wesentlichen Beitrag, um die primären Zielgruppen niederschwellig anzusprechen.
- Lokale Netzwerke und Einrichtungen: In der Nähe der Brotfabrik angesiedelte Organisationen und vor Ort bestehende Netzwerke, welche dabei unterstützen, Zugang zu den NachbarInnen der Brotfabrik zu finden und selbst Kooperationsveranstaltungen mitgestalten und gemeinsam umsetzen können.

Für die Projektumsetzung wurden folgende **strategische Ziele** definiert:

1. Ernährungskompetenzen fördern

- MultiplikatorInnen aus dem Setting einbeziehen und qualifizieren
- Aktivitäten in der Gemeinschaftsküche und in den Settings umsetzen

2. Sensibilisieren & Informieren

3. Soziale Netzwerke & Nachbarschaften stärken

- Gemeinschaftsfördernde Aktivitäten in der Küche umsetzen
- Gemeinschaftsfördernde Aktivitäten rund um die Alte Ankerbrotfabrik umsetzen

4. Vernetzung & Kooperation stärken

5. Übertragbarkeit & Nachhaltigkeit sichern

Die genannten Ziele wurden durch ein reichhaltiges Paket an Maßnahmen verfolgt. So wurden NachbarschaftsköchlInnen geschult, Kochrunden für Kinder, Jugendliche, Erwachsene (u.a. Jungmütter und -väter) und SeniorInnen umgesetzt sowie Kochen-Lern-Workshops und Workshops für MultiplikatorInnen aus dem Setting veranstaltet. Zentrum war die sogenannte Gemeinschaftsküche. Sie stand im Projekt Community Cooking nicht nur für angeleitete Kochrunden zur Verfügung. Als „Offene Küche“ diente sie auch als Treffpunkt für interessierte AnwohnerInnen, vorbeizukommen und selbst Aktivitäten zu gestalten. Darüber hinaus wurde die Küche an KooperationspartnerInnen "ausgeborgt" bzw. wurden gemeinsam Veranstaltungen abgehalten und weitere Kooperationen mit AkteurInnen im Stadtteil geknüpft. Zudem waren die NachbarschaftsköchlInnen und das Projektteam viel im Gätzel unterwegs. Mit einer Mobilen Küche wurden verschiedene Ziele verfolgt. Sie sollte ein „Hinausreichen“ des Projekts und seiner Themen in den Umräum der Brotfabrik ermöglichen, für das Thema Gesunde Ernährung sensibilisieren und Aufmerksamkeit für das Angebot von Community Cooking generieren. Für die Weitergabe von Wissen und Erfahrungen wurden eine Rezeptsammlung sowie eine Projektmappe erstellt, die Lernerfahrungen weitergeben und den Transfer des Projektansatzes auch an anderen Orten ermöglichen soll.

3. Projektdurchführung

Während der gesamten Projektlaufzeit wurden vielfältige Aktivitäten umgesetzt. Dabei arbeitete das Team Community Cooking mit gemeinwesen- und sozialraumorientierten Methoden, die individuelles Verhalten und Handeln nicht isoliert betrachten, sondern in Bezug zu strukturellen Rahmenbedingungen und sozialen bzw. sich sozialräumlich manifestierenden Verhältnissen setzen. Dem Handlungsansatz von Community Education folgend, sollten mit dem Projekt soziale Netzwerke gestärkt sowie über Gemeinschaft Lern- und Empowermentprozesse in Gang gesetzt werden. Diese orientieren sich stark an den Lebenswelten, den Alltagskulturen, den Bedürfnissen und Wünschen der TeilnehmerInnen um auf diese Weise möglichst nachhaltige Verhaltens- und Verhältnisveränderungen initiieren zu können.

3.1 Suche, Ausbildung und Begleitung der NachbarschaftsköchInnen

Den Start des Projekts markierte die Suche nach Menschen, die sich dafür interessierten als so genannte „NachbarschaftsköchInnen“ im Projekt mitzuarbeiten. Nach Gesprächen mit insgesamt 19 InteressentInnen, großteils aus dem Stadtteil bzw. Bezirk, wurden schließlich vier NachbarschaftsköchInnen und eine Freiwillige zur Mitarbeit im Projekt eingeladen. Die vier NachbarschaftsköchInnen wurden während der gesamten Projektlaufzeit kontinuierlich durch verschiedene Maßnahmen begleitet und in ihrer Entwicklung gestärkt.

Zu Beginn des Projektes fand eine intensive Schulung zu unterschiedlichen Themenbereichen (wie Gesunde Ernährung, Lebensmittel, Einkauf und Lagerung, Kochen und Teambuilding) statt, danach besuchten die KöchInnen in regelmäßigen Abständen Fortbildungen, sowohl um ihre Kompetenzen in der Küche als auch in der Arbeit mit Gruppen zu stärken. 2017 nahm das Kochteam zum einen an einer angeleiteten Fortbildung in der Caritas Obdachloseneinrichtung „Gruft“ teil, bei der es lernte, für größere Personengruppen zu kochen. Zum anderen fanden unter dem Motto „Speisereise“ für das gesamte Team Exkursionen zu einzelnen LebensmittelproduzentInnen statt. Teamintern wurden die KöchInnen laufend durch die Teamkollegin mit ernährungswissenschaftlicher Expertise zum Thema Einkauf, Rezeptplanung und allgemeine Diätologie geschult. Zudem nahmen alle Mitarbeiterinnen an einem Erste-Hilfe-Kurs teil.

3.2 Aktivitäten in der Gemeinschaftsküche

Das Kernangebot bildeten während der gesamten Projektlaufzeit die **offenen Kochrunden** in der Gemeinschaftsküche, welche zum Teil auf die vier Schwerpunktzielgruppen abgestimmt waren.

Besonders für **Kinder und Jugendliche** erwies sich diese Zielgruppeneinteilung als sinnvoll. In Kochrunden für Kinder ging es vor allem um das Erlernen von Schneidefertigkeiten, die zeitliche Planung der Umsetzung eines Rezepts oder das Kennenlernen unterschiedlicher Gemüsesorten. Bei Jugendlichen ergab sich ein anderer Themenschwerpunkt, wie das Kennenlernen neuer Rezepte oder das Aufbrechen von verfestigten Rollenbildern (thematisiert durch die Aufgabenverteilung in der Küche). Die Aktivität „Kochrunde“ eignete sich nach den Erfahrungen im Berichtszeitraum sehr gut für die Zielerreichung. Dementsprechend wurde ein Teil der Kinderkochrunden in Zusammenarbeit mit dem Hort im Gemeindebau Ankerbrotgründe umgesetzt, weitere Kochrunden für Jugendliche in Zusammenarbeit mit Jugendzentren oder UMF-Unterkünften (Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge). Ein Großteil der Kochrunden mit Jugendlichen wurde 2017 in Kooperation mit dem benachbarten Jugendcollege abgehalten, welches Bildungsmodule für junge Menschen ohne Pflichtschulabschluss anbietet.

Im Rahmen des **Wiener Ferienspiels** kam es zu einer Kooperation mit WienXtra. Community Cooking organisierte dabei dreistündige Kochworkshops, in denen Kinder im Alter von 6 bis 13 Jahren jeweils drei gesunde Rezepte erlernten. Weitere gesundheitsfördernde Informationen rund um das Thema Ernährung wurden zielgruppengerecht vermittelt. Community Cooking nahm regelmäßig sowohl beim Semesterferienspiel im Februar als auch beim Sommerferienspiel im Juni und August teil.

Die Zielgruppe der **Jungeltern** wurde mit verschiedenen Angeboten erreicht, vor allem in Eltern-Kind-Kochrunden. Hier konnten Eltern ihre Kinder in die Küche mitbringen, es wurde eine Atmosphäre geschaffen, in der die Kinder selbständig oder unter wechselnder Aufsicht spielen konnten, während die Eltern gesunde und einfache Speisen erlernten, welche auch für Kleinkinder geeignet waren. Der Austausch zu diversen Themen zwischen den Eltern war ebenfalls gegeben und das gemeinsame Kochen bot hierfür den geeigneten Rahmen. Eine weitere Aktivität bildeten die Kochrunden in Mutter-Kind-Heimen der Caritas, bei denen mit besonders vulnerablen Personen gekocht wurde. Darüber hinaus waren auch bei den anderen Kochformaten in der Gemeinschaftsküche viele Eltern mit Kleinkindern anwesend. Durch die Zusammenarbeit mit dem, von FEMSüd initiierten Jung-Eltern-Projekt „Startklar“ ist die Mitarbeiterin mit ernährungswissenschaftlicher Expertise im Team von Community Cooking seit 2017 aktives Mitglied des Arbeitskreises Jungeltern und Schwangere.

Während der gesamten Projektlaufzeit wurden Kochrunden für pflegebedürftige **SeniorInnen** in Zusammenarbeit mit verschiedenen lokalen Einrichtungen organisiert. Der Schwerpunkt dieser Kochrunden lag stets in der Aktivierung der TeilnehmerInnen. Die Kochrunden wurden sehr gut angenommen, allerdings stellte die schlechte Mobilität der SeniorInnen des Öfteren ein Hindernis dar (z.B. wurden bei Schlechtwetter Besuche abgesagt), was dazu führte, dass im letzten Projektjahr vermehrt mobile Community Cooking Angebote entwickelt wurden um die Zielgruppen direkt in ihren Einrichtungen erreichen zu können.

Eine spezifische Kochrunde für nicht-pflegebedürftige SeniorInnen wurde ebenfalls angeboten, diese wurde allerdings nur von wenigen TeilnehmerInnen besucht. Als Grund hierfür wurde von den BesucherInnen genannt, dass sie ohnehin noch aktiv wären und deshalb lieber an gemischten Kochrunden für Erwachsene teilnahmen als in einer reinen Gruppe für SeniorInnen. Im Rahmen einer Kooperation mit der Wiener Gesundheitsförderung und einigen lokalen KooperationspartnerInnen wurde sowohl 2016 als auch 2017 ein Frühlingsfest in der Brotfabrik organisiert, bei dem diverse PensionistInnen-Clubs aus Favoriten die Aktivitäten der Küche kennenlernen und währenddessen kleine Snacks genießen konnten.

Seit 2016 wurden auch **Koch-Lern-Workshops** in Kooperation mit der **Jamie Oliver Food Foundation (JOFF)** im Rahmen des Projekts umgesetzt. Ein Team aus insgesamt 10 Freiwilligen erhielt eine Woche lang ein Training von AusbilderInnen der JOFF aus England, um im Anschluss ein Kochkursformat mit gesunde Rezepten und Wissensvermittlung in der Küche sowie mobil an verschiedenen weiteren Standorten anzubieten (Ministry of Food Vienna – JedeR kann kochen!). In der Gemeinschaftsküche wurden Kurse abgehalten, an denen zum Großteil interessierte Erwachsene aus ganz Wien teilnahmen, darüber hinaus wurden mobile Kurse in diversen Caritas-Einrichtungen organisiert, durch die vor allem Kinder und Jugendliche erreicht wurden. Die Rückmeldungen zu diesen Kursen waren durchwegs positiv. Das Format eines frontal angeleiteten Kochkurses war für einige BesucherInnen ansprechender als die offenen Kochrunden. Insgesamt fanden 13 Kurse statt, bei denen über 130 Menschen erreicht wurden. Weitere InteressentInnen wurden bei einmaligen Veranstaltungen („Taster-Events“) erreicht.

„**Offene Küchen**“ fanden im gesamten Berichtszeitraum regelmäßig statt. In der ersten Hälfte des Projektzeitraums fand die sogenannte Wohnküche statt, ein offenes, regelmäßiges Nachbarschaftsfrühstück, das sich als niederschwelliger Türöffner für neue TeilnehmerInnen eignete. Zudem lud Community Cooking gemeinsam mit FEMSüd zu Gesundheits- und Sozialberatungen in die Küche ein, bei denen diverse Expertinnen jeweils einen Vormittag lang für Fragen zur Verfügung standen. Im Objekt 19 in der Brotfabrik wurde in regelmäßigen Abständen ein „Open House“ veranstaltet, bei dem die unterschiedlichen im Objekt angesiedelten Projekte ihre Angebote vorstellen konnten. Ab 2017 fanden im gesamten Areal regelmäßige „Gallery Walks“ statt, bei denen interessierte BesucherInnen sowohl die benachbarten Galerien, als auch die Küche besuchen konnten. Darüber hinaus fanden zahlreiche große Feste und Veranstaltungen statt (wie 5-Jahresfeier der Stadtteilarbeit, Jugendgesundheitskonferenz, Herbstfest des Elternvereins Selma-Lagerlöf-Volksschule), bei denen die Aktivitäten von Community Cooking eine tragende Rolle spielten.

Die **Küche** wurde regelmäßig an lokale Netzwerke, NachbarInnen oder Nachbarschaftstreffs **verliehen**, insbesondere an jene, die über keine eigene Küche verfügen. Dies bot eine gute Vernetzungsmöglichkeit und förderte die Zielgruppenreichung. Das gemeinsame Kochen wurde als besonders sinnvolle und gemeinschaftsfördernde Gruppenaktivität erachtet. Außerdem mieteten Baugruppen sowie andere (Caritas-)Einrichtungen die Küche für Team-Building, Klausuren oder ähnliches.

Es bestand während der gesamten Projektlaufzeit wenig Nachfrage nach **MultiplikatorInnen-Workshops**. Von vielen MultiplikatorInnen kam die Rückmeldung, dass der Bedarf nicht gegeben sei, da die Inhalte dieser Workshops bereits Teil ihrer Ausbildung seien. Daher wurden nur vereinzelt solche Workshops abgehalten.

3.3 Aktivitäten, die in das Umfeld der Alten Ankerbrotfabrik hinausreichen

Das Team war neben den Aktivitäten in der Brotfabrik auch sehr häufig mit der **Mobilen Küche** im Stadtteil unterwegs. Im Sommer war Community Cooking in Kooperation mit den Kinderfreunden bei einigen Terminen der Parkbetreuung mit der Mobilen Küche in umliegenden Parks im Einsatz. Die aufsuchende Arbeit mit der Mobilen Küche erhöhte den Bekanntheitsgrad im Bezirk und bot eine gute Vernetzungsmöglichkeit. Darüber hinaus war das Team oft im Einsatz bei Bezirksveranstaltungen („ReuMÄDCHENPlatz“, „Wir in Favoriten“, „Mitten in Favoriten“, Europäischer Nachbarschaftstag). Die NachbarschaftsköchlInnen partizipierten auch häufig beim „Kochen am Markt“, einer gemeinsamen Veranstaltung mit dem stand 129 (einem Kunst- und Sozialprojekt der Caritas Wien in einem Stand am nahe gelegenen Viktor-Adler-Markt).

Ab 2017 wurde zudem vermehrt direkt in Einrichtungen gekocht, um somit Zielgruppen besser erreichen zu können, die aus diversen Gründen den Weg in die Brotfabrik nicht auf sich nehmen konnten. Diese mobile Bereitschaft wurde von Seiten der KooperationspartnerInnen sehr geschätzt und ermöglichte es auch, mit bislang schwer erreichbaren Zielgruppen in Kontakt zu treten.

Die Bewerbung der Angebote erfolgte primär durch die NachbarschaftsköchlInnen – im Rahmen der Aktivität **NachbarschaftsköchlInnen unterwegs** – in ihrer direkten Nachbarschaft und ihren Communities, aber auch in lokalen Vereinen. Außerdem nutzten sie Kontakte aus anderen Anstellungsverhältnissen oder Ausbildungen. Die Kontaktaufnahme war niederschwellig, wie zum Beispiel beim Einkauf, beim Treffen von NachbarInnen im Park oder beim Abholen der Kinder von der Schule. Rückmeldungen der NachbarschaftsköchlInnen untermauern, dass oft mehrere Gespräche notwendig waren, um die Angebote zu erläutern und Menschen vom Besuch der Gemeinschaftsküche zu überzeugen. Darüber hinaus wurden die Angebote innerhalb der Brotfabrik sowie durch Öffentlichkeitsarbeit beworben, wodurch sehr diverses Publikum den Weg in die Küche gefunden hat.

Das Angebot der externen **Vorträge und Diskussionsrunden** wurde während der Projektlaufzeit einige Male in Anspruch genommen, wobei häufig informelle Diskussionsrunden als zielgruppengerechter wahrgenommen wurden. In Kooperation mit FEM Süd wurden einige Male ExpertInnen eingeladen, um zu verschiedenen Themen (wie Frauengesundheit u.a.) kurze Vorträge zu halten.

Im Laufe der 3 Jahre fanden einige **Projektpräsentationen** statt, sowohl in der Küche als auch in Bildungseinrichtungen oder auf Konferenzen. Diese wurden immer wieder auch mit einer Kochveranstaltung verbunden, sodass die theoretische Ebene eine praktische Untermauerung bekommen konnte.

Die NachbarschaftsköchlInnen unternahmen viele **Exkursionen**, vor allem im Bereich der Lebensmittelproduktion, welche auch für externe NutzerInnen geöffnet waren. So konnte z.B. eine Exkursion auf einen Kräuterhof, Besuche von mehreren biologischen Bauernhöfen und eine Bärlauchwanderung abgehalten werden. Die Kooperation mit der SV Group ermöglichte den Besuch einer Großküche. Diese Exkursionen wurden durchaus positiv angenommen und als interessante Erfahrungen bewertet, sowohl seitens der KöchlInnen als auch der BesucherInnen.

Der **gemeinsame Einkauf** als zusätzliches Format erwies sich als schwerer umsetzbar, da es sich als besonders herausfordernd herausstellte, mit einer Gruppe von mehr als vier Personen gemeinsam durch einen Markt oder Supermarkt zu gehen. Das Format wurde daher im Laufe des Projekts nicht mehr angeboten.

Ein weiteres gesundheitsförderndes Format bildeten diverse **Grätzelininitiativen**, die im Zuge des Austauschs mit StadtteilbewohnerInnen und NachbarschaftsköchInnen bei den Kochrunden entstanden. So fanden im Laufe der drei Jahre zwei Fahrradkurse und ein Yogakurs für Frauen statt, welche sich großen Zuspruchs erfreuten.

3.4 Kommunikation und Vernetzung

Verschiedene Kommunikations- und Vernetzungsaktivitäten begleiteten das Projekt Community Cooking und konnten somit die Zielgruppenerreichung unterstützen.

Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit

Community Cooking wurde von Anfang an auf der **Homepage** der Caritas Wien beworben. Die Seite wird laufend aktualisiert und informiert über aktuelle Angebote. Zudem wurde der Aufbau der Brotfabrik Wien - Homepage unterstützt, auf welcher Community Cooking als eines von vielen im Areal angesiedelten Kunst- und Kulturangeboten präsentiert wird. Im Frühjahr 2016 wurde mit Unterstützung der Marketing Abteilung der Caritas ein **Facebook Account** gestartet, wodurch weitere neue Zielgruppen erreicht werden konnten. Insgesamt wurden 1000 **Freecards** für die Jamie Oliver Koch-Lern-Workshops und 500 **Folder** zur Bewerbung der Küche und des Projekts gedruckt. Für jede aktuelle Kochrunde wurden zudem **Flyer und Terminkarten** gedruckt.

Community Cooking stieß auch bei diversen **Medien** auf Interesse, so wurden mehrere Fernseh – und Radiobeiträge ausgestrahlt, sowie zahlreiche Zeitungsartikel und Online-Beiträge veröffentlicht.

Die **Rezeptsammlung** wird durch das Projektteam und die TeilnehmerInnen der Kochrunden stetig erweitert. Die Rezepte wurden bei den Kochrunden in ausgedruckter Form mitgegeben. Am Ende des Projekts wurde eine gesammelte Rezeptsammlung erstellt, die online verfügbar ist. Im Rahmen eines Projekts der Vienna Design Week entstand zudem ein kleines Kochbuch mit internationalen Rezepten und Geschichten – eine Broschüre, die seitdem auch in der Küche erhältlich ist.

Darüber hinaus wurde, gemeinsam mit der externen Evaluation eine **Projektmappe** erstellt. Diese gibt einen Einblick in die Entwicklung und Umsetzung des Pilotprojekts Community Cooking, zeigt Lernerfahrungen und Empfehlungen auf und soll es anderen interessierten Personen und Organisationen ermöglichen, das Modell auch in anderen kommunalen Settings umzusetzen. Die Projektmappe soll dazu dienen, den Transfer des Modellprojekts zu ermöglichen und zu unterstützen und in diesem Sinn auch über das Projekt selbst hinaus einen Beitrag zu Nachhaltigkeit zu leisten.

Vernetzung und Kooperation

Im Verlauf des Projekts fand eine Vielzahl an **Kooperationsveranstaltungen** statt, vor allem auf Bezirksebene. Hier sind Veranstaltungen mit dem stand 129, der lokalen Agenda und der Gebietsbetreuung zu erwähnen. Darüber hinaus präsentierte die Projektleitung die Projekteinhalte sowohl auf der Fachtagung „Gesunde Ernährung für alle“ des Netzwerktreffens Gesunde Städte als auch im Rahmen der Open House Veranstaltung in Kooperation mit dem Arbeitskreis SeniorInnen und der Wiener Gesundheitsförderung, sowie bei diversen Besuchen von anderen Institutionen (z.B. FH Campus Wien und Caritas Deutschland).

Das Team nahm an fünf regelmäßigen **Vernetzungsgremien** teil: am Regionalteam Favoriten, am Arbeitskreis SeniorInnen in Favoriten, am Arbeitskreis Jungeltern und Schwangere, an Vereinstreffen des Vereins „Brotfabrik Wien“ und am monatlichen Jour Fixe des Objekt 19. Seit Sommer 2016 war Community Cooking ebenfalls im Organisationsgremium der „Gemeinsamen Landwirtschaft am Laaer Berg“ aktiv.

3.5 Projektteam und Projektstrukturen

Das **Team Community Cooking** wurde bereits 2015 erfolgreich aufgebaut. Im Laufe der gesamten Projektlaufzeit kam es zu einigen personellen Veränderungen, die Zuständigkeiten und Arbeitsbereiche innerhalb des Teams blieben jedoch gleich. Im Folgenden wird das Projektteam noch einmal im Überblick dargestellt.

Die **strategische Planung und finanzielle Entwicklung** des Projekts lag bei **Katharina Kirsch-Soriano da Silva**, der Leiterin des Arbeitsfelds Stadtteilarbeit der Caritas Wien. Für die **Projekt – und Teamleitung** war seit November 2016 **Lisa Plattner** (davor Angela Huber) zuständig. Sie trug die Verantwortung für die Begleitung des Teams, die Koordination der Projektaktivitäten sowie für Kommunikation und Vernetzung, Projektentwicklung und Berichtslegung. **Sam Osborn** war als **stellvertretender Projektleiter** für Büro- und Terminkoordination, Einkauf und Logistik, Aufbereitung und Auswertung der Dokumentation, sowie Öffentlichkeitsarbeit, social media und Freiwilligenkoordination verantwortlich. Seit Jänner 2017 war die Diätologin **Elisabeth Saathen** (davor Senada Bilalic) als Expertin mit ernährungswissenschaftlicher Expertise im Projekt tätig. Sie war für die Wissensvermittlung und Weiterbildung der NachbarschaftsköchInnen sowie für Vorträge, Workshops und bedarfsorientierte Ernährungsberatung für StadtteilbewohnerInnen und MultiplikatorInnen zuständig.

Darüber hinaus begleitete von Frühling 2015 bis Ende 2017 ein Team aus **vier NachbarschaftsköchInnen** diverse Kochformate in der Gemeinschaftsküche sowie mobil in Einrichtungen und bei Veranstaltungen: **Fadime Burga** (Muttersprache Türkisch), **Stella Nalgieva** (Muttersprache Russisch/Ingusch), **Salwa Salib** (Muttersprache Arabisch), **Michael Abbrederis** (Muttersprache Deutsch; davor Fabian Elbaky). Die NachbarschaftsköchInnen waren keine gelernten KöchInnen, sondern wurden im Rahmen des Projekts im Bereich Gesunde Ernährung, Vermittlung von Kochfertigkeiten und Durchführung von Aktivitäten geschult. Sie durchliefen im Rahmen des Projekts einerseits selbst Lern- und Empowermentprozesse und übernahmen andererseits eine wertvolle Brückenfunktion, um BewohnerInnen verschiedener Herkunft anzusprechen, zu den Veranstaltungen in der Gemeinschaftsküche niederschwellig einzuladen und Wissen lebensweltnahe zu vermitteln. Seit März 2017 war zudem auch **Mahdi Rashwani** (Muttersprache Arabisch) im Rahmen des Freiwilligen Integrationsjahr als Nachbarschaftskoch im Projekt tätig.

Qualitätssicherungsgruppe

Begleitend zum Projekt gab es eine Qualitätssicherungsgruppe, die sich einmal jährlich traf und die strategische Steuerung des Projekts begleitete. Dieses Gremium setzte sich aus VertreterInnen der FördergeberInnen (Fonds Gesundes Österreich FGÖ, SV Group), der Projektleitung und Projektkoordination von Community Cooking, weiteren MitarbeiterInnen der Caritas Wien aus relevanten Bereichen (z.B. Fundraising, Innovation), der externen Evaluatorin (queraum), sowie ExpertInnen aus der Gesundheitsförderung (FEM Süd) zusammen.

Externe ExpertInnen

Externe ExpertInnen unterstützen vor allem den Schulungs- und Weiterbildungsprozess der NachbarschaftsköchInnen und sind Teil der Qualitätssicherungsgruppe. FEM Süd hat zudem Vorträge und Diskussionsrunden für die Zielgruppen abgehalten, etwa zum Thema Frauengesundheit und Kleinkindpädagogik. Die SV Group Österreich ermöglichte bereits im ersten Projektjahr 2015 einen Workshop und das Kennenlernen einer Großküche.

Mitgestaltung durch TeilnehmerInnen und freiwillige MitarbeiterInnen

Die Community Cooking Aktivitäten waren von Beginn an stark partizipativ angelegt. In einem ersten Schritt wurden Menschen in unterschiedlichen Settings nach Bedarfslagen und Interessen befragt sowie zum aktiven Mitmachen eingeladen. Die Möglichkeit der Beteiligung wurde von den TeilnehmerInnen sehr geschätzt. Kurz darauf etablierten sich bereits Kochrunden, die auch von Freiwilligen angeleitet wurden. Der Fokus dieser Kochrunden lag neben der Vermittlung von gesunden Inhalten auch im nachbarschaftlichen Austausch und im Empowerment der AnleiterInnen.

4. Evaluationskonzept

Im Rahmen des Pilotprojekts fand eine umfassende externe Evaluation von Community Cooking statt. Das Forschungsbüro *queraum. kultur- und sozialforschung* wurde mit der externen Evaluation beauftragt. Die Projektevaluation wurde von Jänner 2015 bis Dezember 2017 umgesetzt. Der Fokus der Evaluation lag sowohl auf dem Prozess (Prozessevaluation, Teil A) als auch auf der Wirkung der gesetzten Maßnahmen (Ergebnisevaluation, Teil B). Folgend wird ein Kurzüberblick über die gesetzten Maßnahmen und Aktivitäten gegeben.

A) Begleitung und Unterstützung des Projektteams

Durchführung von Ziele- und Planungsworkshops (18.02.2015 & 31.03.2015)

- Präzisierung der Zielsetzungen mit den Projektverantwortlichen
- Festlegung von Indikatoren zur Messung der Zielerreichung
- Erstellung einer Zieletabelle (Überblick über Projektziele, Maßnahmen, Indikatoren, Methoden der Evaluation und Dokumentation)

Evaluationsworkshops mit dem Projektteam (09/15, 12/15, 05/16, 01/17, 06/17, 01/18)

- Reflexion der Zielerreichung anhand der Zieletabelle
- Reflexion der Lessons Learned aus der laufenden Projektumsetzung
- Vertiefte Auseinandersetzung mit der Zielgruppenerreichung
- Auseinandersetzung mit Nachhaltigkeit und Transfer der Projektziele und Maßnahmen

Laufende Unterstützung des Projektteams

- Teilnahme der EvaluatorInnen an den Qualitätssicherungsgruppensitzungen und Präsentation der Evaluationszwischenergebnisse
- Unterstützung des Projektteams bei Berichtslegung (Controllingberichte)
- Unterstützung des Projektteams bei der Erstellung der Projektmappe

B) Evaluation ausgewählter Maßnahmen

Feedbackbefragung der NachbarschaftsköchInnen an der Schulung

- Entwicklung und Auswertung eines niederschweligen Fragebogens

Feedbackbefragung der TeilnehmerInnen an den Kochrunden

- Entwicklung und Auswertung von niederschweligen Feedbackmethoden, angepasst an die jeweilige Zielgruppe

Teilnehmende Beobachtung der Kochrunden

- Teilnahme der EvaluatorInnen bei ausgewählten Kochrunden

Gruppendiskussionen mit den NachbarschaftsköchInnen

- Durchführung von drei Gruppendiskussionen mit den vier NachbarschaftsköchInnen

Interview mit KooperationspartnerInnen

- 19 telefonische Befragungen von KooperationspartnerInnen des Projekts

Die Evaluation hat das Projekt laufend in der Projektumsetzung unterstützt. Insbesondere die Reflexionsworkshops im Projektteam waren hilfreich, um Entwicklungen und Herausforderungen im Projekt zu reflektieren, Adaptierungen und Optimierungen vorzunehmen und um gemeinsam Überlegungen zur Nachhaltigkeit des Projekts anzustellen. Das Einholen des Feedbacks der TeilnehmerInnen und KooperationspartnerInnen ermöglichte darüber hinaus ebenfalls wertvolle Hinweise und Lernerfahrungen in Hinblick auf die Wirkungen des Projekts.

5. Projekt- und Evaluationsergebnisse

Das Kernangebot von Community Cooking bildeten die sogenannten **offenen Kochrunden**, welche großteils auf die vier Schwerpunktzielgruppen abgestimmt waren. Es wurden offene Kochrunden für Kinder, Jugendliche, Jungeltern und pflegebedürftige SeniorInnen angeboten. Für **Kinder und Jugendliche** stellte sich die Einteilung nach Altersgruppen als durchaus sinnvoll heraus. Sowohl für Kinder als auch für ältere Jugendliche wurden viele individuell abgestimmte Aktivitäten geschaffen. Die Zielgruppe der **Jungeltern** wurde vor allem durch Eltern-Kind-Kochrunden und durch eine Kooperation mit Mutter-Kind-Häusern angesprochen. Darüber hinaus wurde zwischen 2015 und 2017 mit unterschiedlichen, lokal verorteten Einrichtungen für pflegebedürftige **SeniorInnen** gekocht. Durch die gesammelten Erfahrungen zeigte sich, dass für Erwachsene (ab 21 Jahren) die Einteilung der Kochrunden nach Alter oder anderen Merkmalen nicht unbedingt erforderlich ist. Auf individuelle Fragen, die aktuelle Lebenssituation betreffend (Kleinkinder im Haushalt, altersbedingte Erkrankungen, etc.), konnte in Gesprächen auch individuell eingegangen werden. Der Schwerpunkt der Kochrunden mit Erwachsenen lag zudem auch im kulturellen Austausch zwischen Personen verschiedener Herkunftsländer und Muttersprachen, also in der Stärkung sozialer Netzwerke.

- Insgesamt gab es **1476 Teilnahmen von Kindern** im Alter von 6 bis 13 Jahren an Aktivitäten: Ein Großteil wurde durch mobile Angebote und offene Veranstaltungen in der Küche erreicht, rund ein Viertel in Kochrunden und ein Viertel im Rahmen des Wiener Ferienspiels.
- Insgesamt gab es **1373 Teilnahmen von Jugendlichen** im Alter von 14 bis 21 Jahren an Aktivitäten: Vor allem 2017 gab es intensive Kooperationen mit unterschiedlichen Jugendeinrichtungen, im Rahmen derer vermehrt Kochrunden angeboten wurden. Darüber hinaus wurden viele Jugendliche durch Aktivitäten mit der mobilen Küche erreicht.
- Insgesamt gab es **164 Teilnahmen von Jungeltern** an Aktivitäten: Diese wurden durch Eltern-Kind-Kochrunden und durch eine Kooperation mit Mutter-Kind-Häusern angesprochen.
- Insgesamt gab es **434 Teilnahmen von SeniorInnen** an Aktivitäten: Rund 100 davon wurden durch zielgruppenspezifische Angebote erreicht (mobil und in der Brotfabrik). Weitere Personen im Alter von 60+ nahmen an anderen Aktivitäten teil und wurden in die altersunspezifischen Gruppe „Erwachsene“ inkludiert, viele wurden im Rahmen von offenen Veranstaltungen erreicht.
- Insgesamt gab es **3967 Teilnahmen von Erwachsenen** im Alter 22+ an Aktivitäten: Diese Anzahl teilte sich relativ gleichmäßig auf folgende Veranstaltungen auf: Kochrunden, mobile Veranstaltungen, Koch-Lern-Workshops im Rahmen des Jamie Oliver Programms „JedeR kann kochen!“, Vermietung der Küche, Feste.

Unter der Gruppe „Erwachsene“ wurden Personen unterschiedlichen Alters aus unterschiedlichen Lebenswelten erfasst. Darunter befanden sich auch junge Eltern mit Kleinkindern im Alter von 0-4 Jahren, alleinerziehende Mütter, Menschen über 60, Menschen mit Migrationshintergrund oder Personen mit niedrigem Einkommen und/oder Bildungsabschluss. Soweit dem Projektteam bekannt, kamen die TeilnehmerInnen **überwiegend aus dem zehnten Bezirk**. Zum Teil reichten die nachbarschaftlichen Netzwerke **aber auch über diesen Bezirk hinaus**, da die AnleiterInnen der Kochrunden über die Bezirksgrenzen hinweg zu Aktivitäten in der Küche einluden. Das Wiener Ferienspiel erweiterte ebenfalls den Wirkungsradius des Projekts.

Die vorliegenden Ergebnisse der Projektaktivitäten und der Befragungen im Rahmen der Evaluation zeigen, dass die niederschweligen Aktivitäten von Community Cooking einen **Beitrag zu Gesundheitsförderung** bei den erreichten Zielgruppen leisten konnten. Es wurde Wissen rund um gesunde Ernährung vermittelt, darüber hinaus wurde die Nachbarschaft rund um die Alte Ankerbrotfabrik gestärkt, soziale Netzwerke wurden geknüpft, der kulturelle Austausch gefördert und wichtige Kooperationen aufgebaut und vertieft. Die Bandbreite der Aktivitäten ermöglichte es dabei, eine große Anzahl von Menschen zu erreichen und vielfältige Zielgruppen anzusprechen.

Die **Gemeinschaftsküche** etablierte sich im Rahmen des Projekts zu einem **lebendigen Treffpunkt mit regelmäßigen Aktivitäten des gemeinsamen Kochens**. Darüber hinaus war Community Cooking bei zahlreichen Veranstaltungen zugegen, um Gesunde Ernährung zu thematisieren. Insbesondere im Rahmen der Koch-Lern-Workshops in Kooperation mit der Jamie Oliver Food Foundation war Community Cooking zudem auch mobil in verschiedenen sozialen Einrichtungen tätig. Das Projektdesign von Community Cooking erwies sich dabei als sehr geeignet, um die Projektziele zu erreichen. Die Küche bot unterschiedlichsten Zielgruppen den Raum und die Möglichkeiten, sich auszutauschen, zu vernetzen, sich mit gesunder Ernährung in einem ungezwungenen Setting auseinanderzusetzen und darüber hinaus bei einer positiven Atmosphäre Spaß zu haben.

Bereits die erste Maßnahme des Projekts – die **Schulung der NachbarschaftsköchInnen** – konnte erfolgreich umgesetzt werden. Die vier NachbarschaftsköchInnen konnten nach Selbsteinschätzung ihr Wissen zum Projekt, zur Vernetzung und zu den wichtigsten Inhalten hinsichtlich der Gesundheitsförderung steigern. Zudem entwickelten sie erste Ideen, wie sie die Kochrunden in Zukunft gestalten könnten und welche Aktivitäten in den ersten Schritten umgesetzt werden sollten. Verbesserungsbedarf sahen sowohl die NachbarschaftsköchInnen als auch das Projektteam im zeitlichen Umfang der Schulung. Durch die laufende Begleitung konnten die NachbarschaftsköchInnen aber nach eigenen Angaben mit der Zeit in ihre Rolle hineinwachsen und die Kochrunden mehr und mehr selbständig gestalten. Die **Rückmeldungen der NachbarschaftsköchInnen** zeigen auf, dass die TeilnehmerInnen in den Kochrunden andere Kulturen kennen lernen konnten und davon inspiriert wurden: „Die ganze Welt findet sich in einer Kochrunde“.

Die **NachbarschaftsköchInnen haben ein breites Tätigkeitsfeld** und haben damit den Zielgruppen nicht nur gesundes Kochen vermittelt. Durch den aktiven Einbezug der TeilnehmerInnen – so wurde in den **teilnehmenden Beobachtungen** mehrmals deutlich – konnten die NachbarschaftsköchInnen auch zu einem Empowerment der Zielgruppen beitragen. Die Kochrunden wurden vom Evaluationsteam als dynamisch und bewegt wahrgenommen. Alle Beteiligten in den Kochrunden konnten den Prozess aktiv mitgestalten. Besonders positiv wurde von der Evaluatorin die sehr freundliche, wertschätzende und entspannte Atmosphäre wahrgenommen. Insgesamt wurde deutlich, dass die Kochrunden ein guter Ort für Informations- und Erfahrungsaustausch sowie für das Knüpfen von Kontakten der TeilnehmerInnen sind.

Diese Sichtweise der NachbarschaftsköchInnen und der Evaluatorinnen, die bei einzelnen Kochrunden teilnehmende Beobachtungen durchführten, wurde von Seite der **TeilnehmerInnen im Zuge der Feedbackbögen** ebenfalls bestätigt. Auf die Frage, wie den TeilnehmerInnen die Kochrunde gefallen hat, antworteten 95% der 162 Befragten mit (sehr) gut. Die Befragten empfanden nach eigenen Angaben nicht nur die Atmosphäre, Anleitung, Inhalte und Gestaltung als sehr gelungen, sondern fanden mit der Küche auch einen Raum, um Leute kennen zu lernen und sich zu vernetzen. Nicht zuletzt wurde auch ein hoher Spaßfaktor bei den Kochrunden hervorgehoben.

Von Seite der **KooperationspartnerInnen** wurde das Projekt als wichtige Anlaufstelle in einer Umgebung mit dichter Bebauung und viel Wohnraum beschrieben. Durch die Offenheit und Kooperationsbereitschaft von Community Cooking wurde einerseits das lokale Angebot durch Aktivitäten der Gesundheitsförderung und gesunden Ernährung bereichert und andererseits ein interkultureller Austausch im Rahmen der Aktivitäten ermöglicht. Als wesentlicher Nutzen des Projekts wurde die Gesundheitsförderung durch das Ermöglichen von kulturellem Austausch und Vernetzung gesehen. Die Wirkung auf und der Nutzen für die Zielgruppe sei nach Einschätzung des Großteils der Befragten zudem sehr nachhaltig. Die Kochrunden ermöglichen ein Empowerment für die Zielgruppen, stützen ein Community Building und führen zu einem Wissenszuwachs sowie einer Horizonterweiterung. Für die eigene Tätigkeit sahen die KooperationspartnerInnen den Nutzen primär in der Vernetzung, der wechselseitigen Bewerbung sowie der Kooperation bei konkreten Veranstaltungen: zum einen steigere man so seinen Bekanntheitsgrad und zum anderen erreiche man bestimmte Personengruppen über MultiplikatorInnen besser.

6. Zentrale Lernerfahrungen und Empfehlungen

In der gesamten Projektlaufzeit wurde mittels Feedbackbögen und weiteren niederschwellig gestalteten Feedbackinstrumenten Rückmeldungen der TeilnehmerInnen eingeholt. Darüber hinaus wurden Interviews mit KooperationspartnerInnen durchgeführt, jährliche Fokusgruppendifkussionen mit den NachbarschaftsköchlInnen, sowie regelmäßige Reflexionsworkshops mit dem Projektteam. Im Projektteam wurden dabei folgende wichtige **Lernerfahrungen** gesammelt:

Schulung: Die Inhalte der Schulung und die Wissensvermittlung wurden sowohl von den NachbarschaftsköchlInnen als auch vom Projektteam als sehr gelungen und hilfreich bewertet. Der Zeitrahmen der Schulung war eher etwas knapp bemessen. Es wurden viele Inhalte in kurzer Zeit vermittelt. Für eine zukünftige Projektumsetzung nimmt sich das Projektteam mit, bei einer Schulung den „Kennenlern-Teil“ zu verstärken und mehr Teambuilding schon zu Beginn zu ermöglichen. Es wäre gut, aus Sicht des Projektteams, Zeit einzuplanen, Abläufe der Kochrunden sowie Rollenverteilungen praktisch auszuprobieren. Damit man auch mit den NachbarschaftsköchlInnen essentielle Inhalte diskutieren und Ziele reflektieren kann, ist es notwendig, dass die KöchlInnen über die Hintergründe, Inhalte und Ziele des Projekts gut informiert sind.

Kochrunden: Die Kochrunden sollten aus Sicht des Projektteams möglichst flexibel gestaltet werden (Zeit, Häufigkeit, Anmeldung, etc.). Besonders förderlich in der Umsetzung der Kochrunden war das Konzept von Runden. „Das öfter kommen, das hat auch etwas Verbindlicheres. Die Leute haben das Gefühl einen Platz zu haben. Die Menschen fühlen sich wohl bei den Runden.“ Wichtig war es bei den Kochrunden „eine Balance zwischen Flexibilität und klaren, verbindlichen Strukturen zu halten“. Für eine Teilnahme von SeniorInnen am Community Cooking müssten aus physischen und psychischen Gründen viele Faktoren günstig zusammen spielen. Daher ist für die Gruppe der SeniorInnen die Vereinbarung vieler Termine von Vorteil, um trotz häufiger spontaner Absagen die Zielgruppe weiterhin erreichen zu können. Die altersmäßige Trennung und entsprechende Ankündigung der Kochrunde wie z.B. „SeniorInnenkochrunde“ war eher hinderlich für die Zielgruppenerreichung. Noch fitte SeniorInnen fühlten sich dadurch nicht angesprochen und äußerten auch den Wunsch lieber in altersmäßig diversen Gruppen kochen zu wollen. Förderlicher waren daher Ankündigungen von Erwachsenenkochrunden, mit themen-/kulturspezifischen Schwerpunkten. Bei der Zielgruppe der Schwangeren bzw. Jungeneltern war die Einteilung der Zielgruppen allerdings förderlich, da das Thema Schwangerschaft und junge Elternschaft verbindend wirkt und der Austausch explizit darüber gewünscht war. SeniorInnen und junge Eltern fanden sich aber auch in den Kochrunden der Erwachsenen wieder.

Ausstattung der Küche: Das Design der Küche ist sehr ansprechend, „nur nicht immer auf die Praxis ausgelegt“. Bereiche der Küche sind beispielsweise nicht barrierefrei für Menschen mit Behinderungen und für Kinder. Eine Lernerfahrung des Projektteams war, eine Küche (oder andere Gestaltungen) immer partizipativ zu planen und Menschen mit Erfahrungen zu Kochrunden in die Gestaltung mit einzubeziehen. „Wichtig ist ein partizipativer Planungsprozess der Küche.“

Mobile Küche: Die Mobile Küche wie geplant umzusetzen, stellte sich als eine Herausforderung dar. Das gemeinsame Kochen war bei größeren Veranstaltungen schwieriger umzusetzen. Die Mobile Küche diente aber sehr gut der Öffentlichkeitsarbeit und es konnte damit die Aufmerksamkeit der Zielgruppen bei verschiedenen Veranstaltungen erlangt werden.

Brückenpersonen: Besondere Aufmerksamkeit muss auch den „Brückenpersonen“ (wie den NachbarschaftsköchlInnen) zukommen: Gemeint sind damit Menschen, die Verbindungen zu anderen – schwieriger zu erreichenden Personen – herstellen. Die Brückenpersonen fungierten als MultiplikatorInnen und ÜbersetzerInnen. Das Projektteam machte die Erfahrung, dass diese Brückenpersonen wichtig sind und ihr – auch kurzfristiges – Fehlen negative Auswirkungen zeigen kann: Fehlen sie, fehlen auch jene Menschen, zu denen sie die Brücken gebaut haben. Ein achtsamer Umgang mit diesen Schlüsselpersonen war daher sehr wichtig.

Partizipation: Die Partizipation der Schwerpunktzielgruppe war sehr hoch, indem sie sich einbringen und bei Projektschritten mitgestalten konnte. TeilnehmerInnen aus den Kochrunden und anderen Aktivitäten nutzten das Angebot der Partizipation am Projekt allerdings sehr unterschiedlich. „Manche machen sehr aktiv mit und andere holen sich nur Wissen ab. Das sind zwei Pole im Projekt. Es gibt auch ganz unterschiedliche Gründe, im Projekt mitzumachen. Manche sind interaktiv, wollen Sozialkontakte knüpfen und suchen Austausch, manche suchen Unterstützung und `Beratung`.“

Personelle und zeitliche Ressourcen – sinnvolle Arbeitsteilung: Die personellen Ressourcen waren nach den Erfahrungen des Projektteams etwas knapp bemessen. Es war teilweise notwendig, dass eine Person des Projektteams bei den Kochrunden anwesend ist, um in Kontakt mit den TeilnehmerInnen zu bleiben. Für inhaltliche Arbeit blieb dementsprechend etwas weniger Zeit. Um mit der Ressourcenknappheit umzugehen, war eine flexiblere Organisation von Tätigkeitsbereichen und Zuständigkeiten notwendig. Eine Auflösung der Tätigkeitsabgrenzungen ermöglichte gleichzeitig ein gegenseitiges Unterstützen. Eine Erleichterung stellte die sich einstellende Routine dar. Gewisse Tätigkeiten, die am Anfang noch anstrengend waren (bspw. gemeinsames Einkaufen, Logistik), wurden automatisierter.

Qualitätssicherung: Supervision und Klausuren wurden zur Anregung von Reflexionen eingeführt und sollten kritisches Denken anregen. Da die Formate Supervision und Klausur nicht allen Teammitgliedern vertraut waren, initiierte die Einführung der Formate einen Lernprozess, der im Laufe der Zeit auch Empowerment ermöglichte.

Teambuilding und Diversitätsanspruch: Hinsichtlich des Teambuildings stand das Team immer wieder vor Fragen, die den Umgang mit Heterogenität und die Folgen des Diversitätsanspruchs betreffen: Wie geht man in der Praxis damit um, wenn sich Teams aus Personen zusammensetzen, die über unterschiedliche kulturelle und Bildungshintergründe verfügen? Hierfür müsste mehr Zeit und Raum für Überlegungen zu heterogenen Teams, Bedürfnissen, Wünschen eingeplant werden. Generell ist sich das Projektteam allerdings einig, dass multiprofessionelle und multikulturelle Teams einen großen Mehrwert darstellen.

Öffentlichkeitsarbeit: Es wurden Informationen zum Projekt über die Homepage und Facebook bereitgestellt. Detaillierte Informationen über die unterschiedlichen Angebote und Termine sollten öffentlich gemacht werden. Betont wird dabei, dass das Vorgehen abhängig von der Zielgruppe (direkte Nachbarschaft, Bezirk, Wien) ist. Als Voraussetzung für die Verbreitung der Information muss also erst entschieden werden, für welche Gruppen man in Zukunft das Angebot öffnen möchte.

Verankerung in der Region und Nachhaltigkeit: Das Projekt und das Projektteam sind mittlerweile im Bezirk gut verankert. Zudem sind lokale PartnerInnen vorhanden (FEM Süd, umweltberatung, etc.) und auch die Bezirksvorstehung ist interessiert am Projekt. Insgesamt kann gesagt werden, dass „Lernen am praktischen Tun die Nachhaltigkeit steigern kann. Im Projekt wird vielschichtige Wissensvermittlung an die Zielgruppen erzielt.“ Ein Zeichen für den Erfolg des Projekts hinsichtlich Nachhaltigkeit ist, „dass die Leute immer wieder kommen und sich auch außerhalb treffen und Netzwerke bilden“. Sehr förderlich für die Nachhaltigkeit des Projektes war zudem das MultiplikatorInnenkonzept im Projekt. Die im Rahmen des Projekts aufbereiteten Rezepte werden auch in Zukunft online zur Verfügung stehen, die erstellte Projektmappe ermöglicht den Transfer des Modells in andere Orte und Settings.

Projektdesign: Die vorliegenden Ergebnisse zeigen, dass aus Sicht der Befragten die niederschweligen gesundheitsfördernden Tätigkeiten von Community Cooking erfolgreich zu Gesundheitsförderung beitragen. Das Projektdesign erwies sich als sehr geeignet, um die Projektziele zu erreichen. Die Küche bot unterschiedlichsten Zielgruppen den Raum und die Möglichkeiten, sich auszutauschen, zu vernetzen, sich mit gesunder Ernährung in einem ungezwungenen Setting auseinanderzusetzen und darüber hinaus bei einer positiven Atmosphäre Spaß zu haben. Das Thema Partizipation spielte eine zentrale Rolle und wurde auf unterschiedlichen Ebenen umgesetzt.

Im **Fazit** konnte das Projekt durch besonders große Offenheit seitens des Projektteams (inklusive der NachbarschaftsköchlInnen) und durch die Bereitschaft und Fähigkeit, Konzepte zu hinterfragen und abzuwandeln sowie Neues auszuprobieren, bestehen. Wissen über gesunde Ernährung konnte alltagsnahe und anhand praktischer Rezepte vermittelt werden. Das Thema Partizipation spielte eine zentrale Rolle und wurde auf unterschiedlichen Ebenen umgesetzt. Die NachbarschaftsköchlInnen – vom Projektteam als „Herz des Projekts“ gesehen – konnten sich nicht nur einbringen und bei wesentlichen Projektschritten mitentscheiden, sondern auch (eigenverantwortlich) mitarbeiten. Bei den Kochrunden und anderen Angeboten bestand eine große Offenheit für die TeilnehmerInnen, sich einzubringen, Wünsche zu artikulieren und Unterschiedliches auszuprobieren bzw. bot die Gemeinschaftsküche auch einen offenen Raum für selbstorganisierte Aktivitäten. Als besonders förderlich für eine möglichst große Bereitschaft zur Partizipation bei den Schwerpunktzielgruppen haben sich ein verbindlicher, aber offener und flexibler Zugang und die Begegnung auf Augenhöhe erwiesen.

Durch die niederschwellige und persönliche Ansprache, die Einbindung der NachbarschaftsköchlInnen, vielfältige meist kostenfreie Angebote für die verschiedensten Zielgruppen, offene Formate und Kooperationen mit Einrichtungen, ein von den KooperationspartnerInnen sehr geachtetes Projektteam und durch das „Hinausreichen“ des Projekts mittels der Mobilen Küche konnte sich die Gemeinschaftsküche als Anziehungspunkt für viele verschiedene Menschen etablieren.



Das Projekt-Team, September 2017 (v. links: M. Abbrederis, F. Burga, M. Rashwani, S. Salib, L. Plattner, S. Nalgieva, E. Saathen, S. Candemir, S. Osborn)

Anhang

- *Evaluationsendbericht*
- *Projektmappe*
- *Rezeptsammlung*