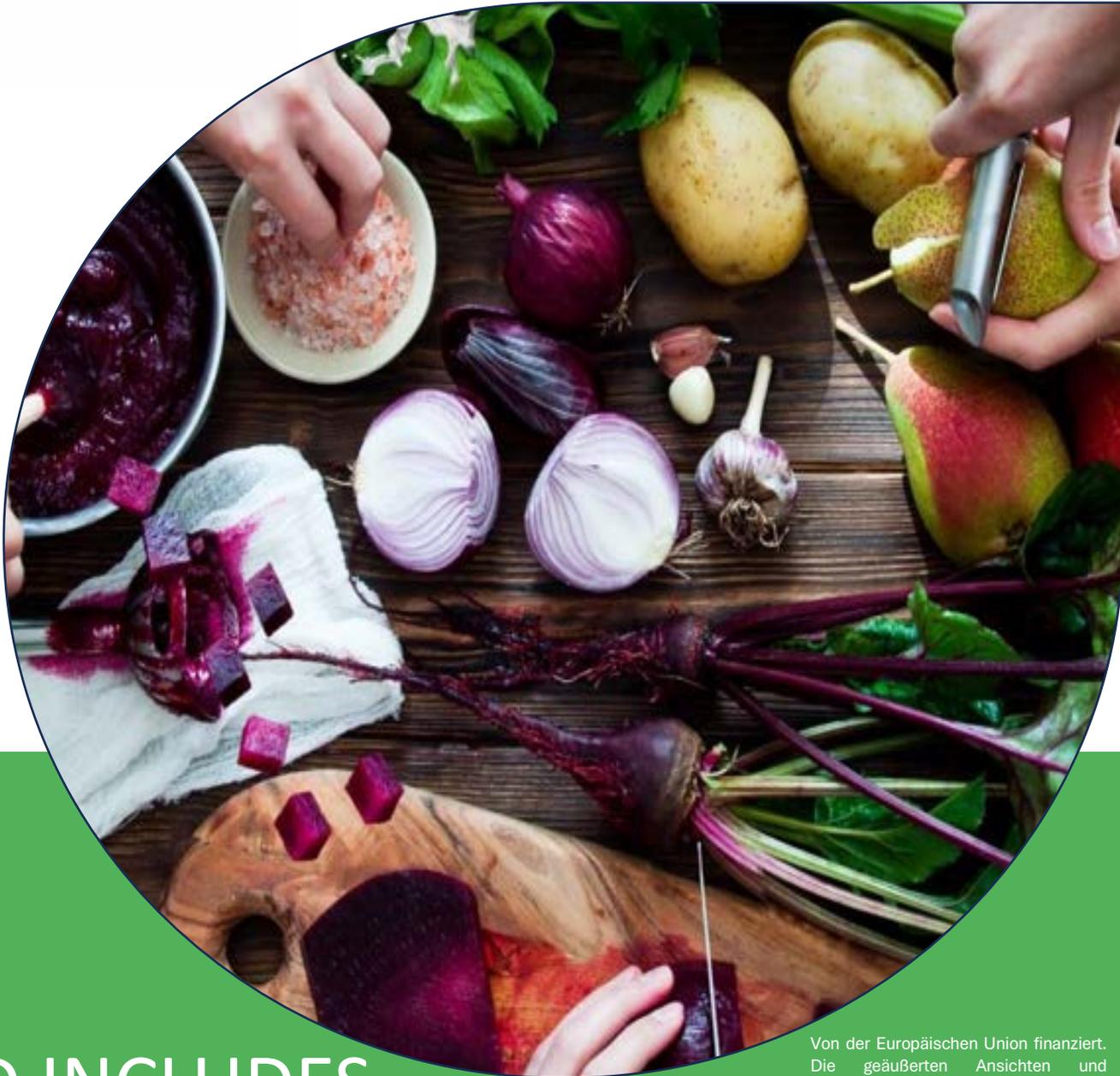




**Food Includes**

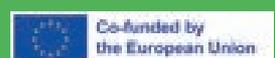


# FOOD INCLUDES

Wissenschaftliche Ansätze zur lebensmittelbasierten  
Pädagogik in der Erwachsenenbildung

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

[www.foodincludes.eu](http://www.foodincludes.eu)



# IMPRESSUM

## Autor\*innen

Lea-Joelina Fleck, Dr. Beate Hörr, Kathy Kelly & the Food Includes Konsortium

## Projekt - 2023-1-DE02-KA220-ADU-000159559

FOOD INCLUDES: Reaching, Recruiting and Engaging Excluded Learners by Harnessing the Power of Food

## Food Includes Konsortium

Johannes Gutenberg-Universität Mainz, European Universities Continuing Education Network (EUCEN), Kariera Na Plus, European E-Learning Institute (EUEI), First Rung Life Skills, BIA Innovator Campus, Centro De Formacion De Administracion Y Hosteleria (CDEA) & Fundacio Solidaritat UB.

## Erscheinungsdatum

Oktober 2024

## Haftungsausschluss

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



## Creative Commons-Lizenz



FOOD INCLUDES Academic Justification © 2024 by Food Includes Consortium is licensed under [CC BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

# INHALTE

## 1) Einführung

1.1 Relevanz und Bedeutung

1.2 Zielsetzung des Handbuchs

## 2) Die Nutzung von Lebensmitteln als Instrument für Bildung und soziale Teilhabe

2.1 Erwachsenenbildung und aufsuchende Bildungsarbeit als Synergien

2.1.1 Die Bedeutung von Zugänglichkeit und Partizipation in der Erwachsenenbildung

2.1.2 Potenzielle Barrieren für die Teilnahme an Programmen der Erwachsenenbildung

2.1.3 Wie können ausgeschlossene Lernende erreicht werden? – Das Konzept der aufsuchenden Bildungsarbeit

2.2 Lebensmittel als didaktisches Instrument zur Erreichung von ausgeschlossenen Lernenden in der Erwachsenenbildung

2.2.1 Lebensmittel als Instrument sozialer Teilhabe

2.2.2 Didaktische Ansätze: Lebensmittel als Werkzeug für erfahrungsbasiertes Lernen und Kompetenzentwicklung

2.2.3 Aktuelle Trends und Entwicklungen

2.2.4 Kritische Überlegungen aus den Bereichen Soziologie, Bildung und Ernährung

## 3) Pädagogischer Ansatz: Zukünftige Perspektiven des „Food Includes“-Ansatzes für lebenslanges Lernen und Gemeinschaftsbildung

3.1 Prinzipien und Ziele

3.2 Mehrwert auf europäischer Ebene

3.2 Umsetzungsstrategie

3.3 Erwartete Ergebnisse und Auswirkungen auf Nachhaltigkeit

## 4) Sammlung bewährter Praxisbeispiele für lebensmittelbasierte Angebote in der Erwachsenenbildung

4.1 Methodologische und empirische Grundlage

4.2 Überblick über die Praxisbeispiele

4.3 Ergebnisse der Praxisbeispiele

## 5) Schlussfolgerungen

## 6) Literaturverzeichnis

# 01

---

## Einführung

# 01 | EINFÜHRUNG IN DAS STARTER KIT

Willkommen zu unserem Starter Kit zum Thema „**Lebensmittelinitiativen als aufsuchender Bildungsansatz in der Erwachsenenbildung**“! Dieses Handbuch wurde entwickelt, um Erwachsenenbildner\*innen wertvolle Werkzeuge und Methoden an die Hand zu geben, die ihnen helfen, erwachsene Lernende zu erreichen – insbesondere jene, die von traditionellen Bildungsangeboten ausgeschlossen sind. In diesem Zusammenhang werden Lebensmittel eingesetzt, um Lernprozesse zu fördern und Zugänge zu Bildung zu schaffen.

Das übergeordnete Ziel des Projekts ist es, durch die Schaffung neuer, flexibler Lernmöglichkeiten rund um das Thema Lebensmittel eine stärkere Teilhabe in der Erwachsenenbildung zu fördern und Wege zur Höherqualifizierung zu eröffnen. Food Includes zielt darauf ab, die Fähigkeit von Erwachsenenbildungszentren zu verbessern, benachteiligte Lernende in Lern- und Lehrangebote einzubinden, damit sie ihre Kompetenzen einerseits kurzfristig verbessern und andererseits durch die Einführung des FOOD-Ansatzes zu höheren Qualifikationen gelangen können. Dazu gehört, dass die Lehrkräfte mit dem nötigen Wissen und der erforderlichen Motivation ausgestattet werden und anschließend Methoden und Ressourcen erhalten, die sie bei der Umsetzung des Ansatzes unterstützen.

## 1.1 Relevanz und Bedeutung

Die soziale Ungleichheit verschärft sich weltweit zunehmend – ihre Bedeutung lässt sich heute nicht mehr leugnen. Die Identifizierung, Erforschung der Ursachen und der Umgang mit diesen Ungleichheiten, die je nach Kontext variieren, sind zu einer zentralen Aufgabe der Erwachsenenbildung geworden (ICAE 2020, S.1). Die Erwachsenenbildung besitzt das Potenzial, wachsende Ungleichheiten abzubauen. Durch die Förderung des Wohlbefindens, der sozialen Eingliederung, des Selbstbewusstseins, der Beschäftigungsfähigkeit und der wirtschaftlichen Bedingungen kann die Erwachsenenbildung eine Schlüsselrolle beim Aufbau von Gemeinschaften spielen, die Solidarität, soziale Gerechtigkeit und sozialen Zusammenhalt verkörpern und allen ihren Bürger\*innen gleiche Chancen bieten. Die Erreichung dieser Ziele hängt maßgeblich von der aktiven Teilnahme ab (EAEA 2020, S. 4). Die Erwachsenenbildung verfolgt das Ziel, gerechte und integrative Lernmöglichkeiten und -ergebnisse zu gewährleisten. Dies umfasst die Erwachsenenbildung in all ihren vielfältigen und innovativen Formen- sei es im Arbeitsleben, im Alltag oder in formalen, nicht-formalen und informellen Kontexten (ICAE 2020, S. 1).

Um soziale Ungleichheiten zu bekämpfen, sind neue Entwicklungsmodelle und Umstrukturierungen erforderlich (ICAE 2020, S.15). Im Rahmen von Erasmus+-Projekten wie SMILE, VINCE oder HE4U2 werden neue Methoden und Rahmenkonzepte entwickelt und implementiert, um die Erwachsenenbildung zu stärken. Diese Initiativen konzentrieren sich z. B. auf die Förderung inklusiver Bildungspraktiken, die Verbesserung der Zugänglichkeit und die Unterstützung der Integration von Lernenden innerhalb von (Hochschul-)Bildungseinrichtungen. Letztlich tragen sie zu einer stärkeren sozialen Integration und Chancengleichheit für erwachsene Lernende bei.

Die Erwachsenenbildung spielt eine Schlüsselrolle bei der kritischen Reflexion überholter Einstellungen und Überzeugungen in Bezug auf Bildung. Sie ist von entscheidender Bedeutung für das Neudenken und die Neudefinition des lebenslangen Lernens (LLL) im 21. Jahrhundert, indem sie als unverzichtbarer Bestandteil des Bildungsrahmens einer Nation verankert wird (ICAE 2020, S. 8). Trainingsprogramme in der

Erwachsenenbildung haben sich als wirkungsvoll erwiesen, da sie die soziale Eingliederung fördern, indem sie die Aktivierung, Beteiligung und Vernetzung der Teilnehmenden steigern (De Greef et al. 2012, S. 357).

Unser übergeordnetes Ziel als Konsortium des FOOD Includes Project ist es, die Inanspruchnahme an Erwachsenenbildungsangeboten zu steigern und deren Eingliederung und Zugänglichkeit nachhaltig zu verbessern. Der Einsatz von Lebensmitteln als Instrument zur Förderung von Gemeinschaftsprogrammen ist nicht neu. Was unseren Ansatz jedoch so besonders macht, ist die systematische und skalierbare Einbindung von Lebensmitteln als Mittel der Öffentlichkeitsarbeit. Dieser innovative Ansatz ermöglicht es, schwer erreichbare Erwachsene gezielt anzusprechen, ihre Teilhabe zu fördern und ihre Kompetenzen nachhaltig zu entwickeln.

Essen als aufsuchendes pädagogisches Instrument stellt einen innovativen Ansatz dar, der sowohl die soziale Eingliederung als auch die LLL-Kompetenzen fördert. In den letzten Jahren hat die Bedeutung von Lebensmitteln als pädagogisches Instrument in der Erwachsenenbildung (z. B. in Hochschulen, Berufsbildungseinrichtungen und Volkshochschulen) zunehmend an Bedeutung gewonnen. Die besondere Rolle von Lebensmitteln manifestiert sich in ihrer multifunktionalen Rolle innerhalb der Gesellschaft. Neben der primären Funktion der Ernährung spielt das Essen als kulturelles und soziales Bindemittel eine entscheidende Rolle. Die Zubereitung von Speisen ermöglicht es, kulturelle Identität, Traditionen und sozialen Zusammenhalt zu reflektieren und zu fördern (Pettinger et al. 2019, S. 8, 11; Perry 2017 S. 192). Die Auseinandersetzung mit Lebensmitteln eröffnet den Austausch über vielfältige Themen wie historische Zusammenhänge (z.B. Kolonialismus), soziale Ungleichheiten und kulturellen Austausch (Bender D. & Haushofer L. 2023 S. 166f). Zudem kann die bewusste Auswahl und Verarbeitung von Lebensmitteln Selbstwirksamkeit und kritisches Denken fördern sowie ein Bewusstsein für Nachhaltigkeit schaffen. Aspekte wie die Herkunft der Zutaten oder Fair-Trade-Praktiken spielen hierbei eine zentrale Rolle (ebd.; Murphy 2018 S. 8f.).

Wir vom Konsortium Food Includes setzen uns dafür ein, Lern- und Begegnungsräume zu schaffen, die jenseits von festen Standards und standardisierten Zuschreibungen funktionieren. Gerade im Hinblick auf Sprachkenntnisse, die oft unfreiwillig als Zugangskriterium dienen, setzen wir uns dafür ein, dass Menschen in ihrer Gesamtheit anerkannt werden. Der Fokus liegt darauf, verborgene Fähigkeiten und Fertigkeiten sichtbar zu machen - wie etwa das Kochen, das oft mit einfachen Mitteln und Zutaten auskommt. So entsteht ein Raum, in dem Talente unabhängig von sprachlichen oder formalen Barrieren zum Ausdruck gebracht und wertgeschätzt werden können.

#### **Forschungsfrage:**

**Wie können Ernährungsprogramme konzipiert und umgesetzt werden, um ausgegrenzte Lernende effektiv für die Erwachsenenbildung zu rekrutieren und zu engagieren und dadurch ihre soziale Integration und ihre Lernergebnisse zu verbessern?**

## 1.2 Zielsetzung des Handbuchs

Als Ergebnis der Anwendung des Starter Kits werden Pädagog\*innen und Interessensvertretende:

- für Food Includes als pädagogischen Ansatz sensibilisiert.
- ein besseres Verständnis für die Möglichkeiten erlangen, die der Food-Includes-Ansatz bietet, um benachteiligte Erwachsene in Lernangebote einzubinden und ihre Kompetenzen kurzfristig zu verbessern, damit sie höhere Qualifikationen erreichen können.
- ihre Fähigkeit verbessern, den Ansatz in verschiedenen Kontexten anzuwenden.

**Zielgruppen:**

Direkte Zielgruppen	Indirekte Zielgruppen
<ul style="list-style-type: none"><li>• Marginalisierte Erwachsene</li><li>• Erwachsenenbildner*innen von Hochschulen, Volkshochschulen und Weiterbildungseinrichtungen, gemeinnützigen Organisationen</li><li>• Leitende von Volkshochschulen und Abteilungen</li><li>• Bildungsnetzwerke und Stakeholder</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lehrkräfte und Erziehungswissenschaftler*innen</li><li>• Zentren für Erwachsenenbildung und Weiterbildung in ganz Europa</li><li>• Zivilgesellschaft und gemeinnützige Organisationen</li><li>• Lokale und regionale Behörden</li><li>• Medien</li></ul>

# 02

---

## Die Nutzung von Lebensmitteln als Instrument für Bildung und soziale Teilhabe

## 02 | DIE NUTZUNG VON LEBENSMITTELN ALS INSTRUMENT FÜR BILDUNG UND SOZIALE TEILHABE

### 2.1 Erwachsenenbildung und aufsuchende Bildungsarbeit als Synergien

#### 2.1.1 Die Bedeutung von Zugangsmöglichkeiten und Engagement in der Erwachsenenbildung

Unsere Welt entwickelt sich rasant und hat große Auswirkungen auf den Wandel der Gesellschaften und des Arbeitsmarktes. Dies erfordert eine ständige Anpassung und (Weiter-)Entwicklung auf individueller und kollektiver Ebene.

Die Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung fordert eine gerechte und inklusive Bildung, um den Zugang zu Bildung und Möglichkeiten des lebenslangen Lernens zu gewährleisten (UN-Generalversammlung 2015, S. 7):

*„Alle Menschen, unabhängig von Geschlecht, Alter, Ethnie oder Zugehörigkeit, sowie Menschen mit Behinderungen, Migranten, indigene Völker, Kinder und Jugendliche, insbesondere diejenigen, die sich in einer prekären Situation befinden, sollten Zugang zu Möglichkeiten des lebenslangen Lernens haben, die ihnen helfen, das Wissen und die Fähigkeiten zu erwerben, die sie benötigen, um Chancen zu nutzen und voll an der Gesellschaft teilzuhaben.“*

*(UN-Generalversammlung 2015, S.7)*

Das Konzept des LLL steht für grenzenlose Bildung, deren Programme auf die jeweiligen Lebensphasen und Bedürfnisse der Erwachsenen ausgerichtet sein sollten. Unsere komplexe und dynamische Welt erfordert flexible und bedarfsgerechte Lernumgebungen, in denen alle Menschen individuell ihr Wissen und ihre Fähigkeiten weiterentwickeln können (UIL 2009, S.14). Der 5. GRALE-Bericht der UNESCO aus dem Jahr 2022 berichtet über eine insgesamt steigende Zahl von Partizipationsaktivitäten im Bildungsbereich seit 2018. Dennoch weist der Bericht auf ein entscheidendes Problem hin: Es mangelt an einem Fokus auf gefährdete Bevölkerungsgruppen und Minderheiten. Dazu gehören z. B. Migrant\*innen, ältere Menschen, Menschen mit Behinderungen und indigene Völker, die weiterhin häufig übersehen werden (UIL 2022, S. 3).

In den letzten Jahren haben Bildungsstatistiken gezeigt, dass die Programme der Erwachsenenbildung bestimmte Milieus und Gruppen unzureichend erreichen (Bremer 2017, S.17). Der Zugang zu Bildung ist entscheidend für die Verwirklichung sämtlicher Entwicklungsdimensionen, insbesondere der sozialen Inklusion, der ökologischen Nachhaltigkeit, der wirtschaftlichen Gleichheit und des allgemeinen

Wohlbefindens (UIL 2022, S. 75). Es liegen jedoch nur wenige Daten vor, die Aufschluss darüber geben, warum Menschen nicht an Erwachsenenbildungsprogrammen teilnehmen oder sich nicht engagieren. Um diese Ungleichheiten zu überwinden, sind verstärkte Investitionen erforderlich, um verlässliche Daten zu erheben und ein besseres Verständnis für dieses Thema zu entwickeln. Darüber hinaus ist es von zentraler Bedeutung, auf regionaler, nationaler und internationaler Ebene Bewusstsein zu schaffen (UIL 2019, S. 14f.).

**Zugänglichkeit und Engagement sind zwei wesentliche Komponenten im Bereich der Erwachsenenbildung:**

**ZUGÄNGLICHKEIT**

- Inklusive Lernumgebungen
- Flexible Lernmöglichkeiten: Abendkurse, Module, Online-Kurse, (Schul-)Ferien berücksichtigen
- Unterstützungsangebot: z.B. barrierefrei
- Erschwinglichkeit: Kosten sind ein Hindernis

**ENGAGEMENT**

- Relevanz für das Leben der Lernenden (bedarfsorientiert, interessenbasiert)
- Aktive Lernmethoden: offene Diskussionen, Erfahrungslernen, Förderung der Beteiligung, kritisches Denken und Zusammenarbeit, Feedback-Methoden
- Kulturelle Sensibilität, Intersektionalität
- Gemeinschaftsbildung

**2.1.2 Potenzielle Barrieren für die Teilnahme an Programmen der Erwachsenenbildung**

Menschen, die nicht an Programmen der Erwachsenenbildung teilnehmen, sehen sich mit unterschiedlichen Barrieren konfrontiert, die sie von der Teilnahme an Lernaktivitäten abhalten. Um diese Menschen in der Erwachsenenbildung gezielt anzusprechen und effektive Strategien zu entwickeln, müssen wir verstehen, wer diese Lernenden sind. Die folgende Tabelle stellt eine Übersicht potenzieller Zielgruppen dar. Wie bereits im vorangegangenen Abschnitt erwähnt, existieren jedoch nur wenige Daten über ihren genauen Hintergrund.

Die Erfahrungen der Lernenden und die Chancen, einen Bildungsabschluss zu erreichen, hängen von verschiedenen Faktoren ab, wie etwa Kultur, sozioökonomischer Status, Gemeinschaftsdynamik, soziale Schichtung und Bildungspolitik (Flynn et al. 2011, S. 44).

Bildungsbedingte Hindernisse:	Annahmen
Vorzeitige Beendigung der Schullaufbahn	Personen, die die Schule verlassen, stehen oft vor erheblichen Hindernissen beim Zugang zu weiterer Bildung. Dieser Gruppe fehlt es häufig an formalen Qualifikationen, was ihre Aussichten auf weitere Bildung stark einschränkt (Mooney & O'Rourke 2017, S. 27, 39).

<b>Niedrige Qualifikationen<sup>1</sup></b>	Menschen mit geringen Qualifikationen haben oft Schwierigkeiten, am Arbeitsmarkt teilzunehmen und Zugang zu beruflichen Entwicklungsmöglichkeiten zu erhalten (OECD 2019, S. 1).
<b>Fehlende grundlegende Lese- und Schreibfähigkeiten</b>	Menschen, die nicht über grundlegende Lese- und Schreibkenntnisse verfügen, sind beim Zugang zu weiteren Bildungs- und Beschäftigungsmöglichkeiten erheblich benachteiligt (Flynn et al. 2011, S. 43; Mooney & O'Rourke 2017, S. 39).
<b>Menschen mit Lernschwierigkeiten</b>	Lernbehinderungen können die Fähigkeit zum Lernen und zur Teilnahme an Bildungsprogrammen beeinträchtigen. Diese Gruppe benötigt oft spezielle Unterstützung und angepasste Lernumgebungen (EAEA 2023).
<b>Negative biografische (Lern-)Einflüsse</b>	Negative Lernerfahrungen oder Misserfolge können sich langfristig auf die Motivation und das Vertrauen in die Lernfähigkeit auswirken (z.B. Bremer 2017, S.18; (Bamber & Tett, 2000; Belzer, 2004 zit. nach. Flynn et al. 2011 S. 50f.).
<b>Kulturelle und sprachliche Barrieren:</b>	
<b>Angehörige ethnischer Minderheiten</b>	Ethnische Minderheiten können mit Diskriminierung und einem Mangel an kulturell angepassten Bildungspraktiken konfrontiert sein. Das kann Einfluss auf ihren Bildungsfortschritt und ihre Integration haben (Kirkby et al. 2023 S.2).
<b>Nicht-Muttersprachler*innen:</b>	Sprachbarrieren können den Zugang zu und die volle Teilnahme an Bildungsprogrammen für Nicht-Muttersprachler*innen erschweren. Es ist jedoch zu beachten, dass Migrant*innen/Flüchtlinge über mehrsprachige Fähigkeiten verfügen, die berücksichtigt werden sollten (Garcia et al, 2024, S. 1654).
<b>Migrant*innen und Flüchtlinge</b>	Migrant*innen und Flüchtlinge können durch Vorurteile und Diskriminierung seitens der lokalen Gemeinschaft mit kulturellen Herausforderungen konfrontiert werden, die ihre Bildungserfolge behindern können (Garcia et al. 2024, S. 1654).
<b>Pflege/Familienpflichten:</b>	
<b>Alleinerziehende</b>	(Alleinerziehende) Eltern haben oft Schwierigkeiten, ihre Bildungsanstrengungen mit der Kinderbetreuung und familiären Verpflichtungen in Einklang zu bringen, was ihre Möglichkeiten zur vollen Teilnahme an Bildungsprogrammen einschränkt (z. B. Kersh et al. 2021, S. 10; Flynn et al. 2011, S. 49f.;55; Mooney &

<sup>1</sup> In diesem Zusammenhang ist der Begriff „Geringqualifizierte“ in der Literatur sehr gebräuchlich, aber auch kritisch. Die OECD (2019) stellt fest, dass „es wichtig ist, darauf hinzuweisen, dass viele Erwachsene alles andere als ‚gering qualifiziert‘ sind: Sie können ein niedriges Niveau an Lese-, Schreib- und Rechenkenntnissen haben, aber gleichzeitig über eine Reihe anderer wertvoller Fähigkeiten verfügen (...). Ebenso können Erwachsene ein niedriges Qualifikationsniveau haben, aber durch jahrelange Berufserfahrung Fähigkeiten erworben haben, die den mit formalen Qualifikationen verbundenen gleichwertig sind.“ (p.4)

	O'Rourke 2017, S. 26).
<b>Personen, die Angehörige pflegen müssen/ Finanzielle Verpflichtungen</b>	Diejenigen, die Betreuungsaufgaben/finanzielle Verpflichtungen für Familienangehörige haben, können es schwierig finden, Zeit und Energie für Bildungsaktivitäten aufzubringen, was ihre Lern- und Entwicklungsmöglichkeiten einschränkt (Flynn et al. 2011 S. 47 und 49f.).
<b>Soziale Barrieren</b>	
<b>Gesellschaftliche Isolation</b>	Für Personen, die sozial isoliert sind oder denen ein unterstützendes Netzwerk fehlt, kann es eine Herausforderung sein, sich an Bildungsaktivitäten zu beteiligen. Dazu kann Ausgrenzung gehören, z. B. aufgrund von Alter, sozialem Raum/Milieu, kulturellem Hintergrund/Rassismus (Flynn et al. 2011 S. 52).
<b>Stereotypen</b>	Gesellschaftliche Stereotype in Bezug auf die ethnische Herkunft und das Geschlecht können Menschen davon abhalten, eine Ausbildung zu absolvieren (z. B. Radovic-Markovic et al. 2019, S. 356, Flynn et al. 2011, S. 50).
<b>Familiäre Hindernisse</b>	
<b>Gewalt in der Familie</b>	Die Studie von Flynn (2011) zeigt, dass familiäre Gewalt oft Vorrang vor Bildung hatte und die Betroffenen am Schulbesuch hinderte (S.48).
<b>Fehlende Unterstützung durch Eltern oder Partner*in</b>	Die Bedeutung des Schulbesuchs wurde von den Eltern oder Partner*in nicht unterstützt, da sie entweder nicht in der Lage oder nicht willens waren, Hilfe anzubieten (ebd. S. 49).
<b>Weitere</b>	
<b>Technologische Barrieren/Digitale Kluft:</b>	Unter Umständen fehlt es Menschen an grundlegenden Computerkenntnissen, was ihre Fähigkeit einschränkt, von der digitalen Bildung zu profitieren (Mooney & O'Rourke 2017, S. 39).
<b>Körperliche/geistige Gesundheit</b>	Menschen mit körperlichen oder psychischen Gesundheitsproblemen können mit erheblichen Herausforderungen beim Zugang zu und der Teilnahme an Bildung konfrontiert sein (EAEA 2023; Radovic-Markovic et al. 2019, S. 356; Flynn et al. 2011, S. 49f.; Pennacchia et al. 2018, S.28).
<b>Geographische Barrieren</b>	Menschen, die in ländlichen Gebieten leben, haben möglicherweise nur begrenzten Zugang zu Bildungseinrichtungen und -ressourcen, was es ihnen erschwert, an Lernangeboten teilzunehmen (Spivey 2016, o. S.).
<b>Finanzielle Herausforderungen</b>	Menschen mit geringen finanziellen Mitteln sehen sich in der Erwachsenenbildung mit Barrieren konfrontiert, da sie hohe Kursgebühren zahlen müssen (Mooney & O'Rourke 2017, S.19,26).

Es ist nach wie vor schwierig, verlässliche Daten über die Teilnahme an der Erwachsenenbildung (ALE) zu erhalten. Dieser Mangel an Informationen behindert die Bemühungen, die Teilnahmequoten zu erhöhen (UIL 2020, S.1). In der Studie von Flynn et al. (2011) schilderten die Teilnehmenden verschiedene Faktoren, die ihr Lernen im Erwachsenenalter beeinflussten. Sie alle sprachen über die prägenden Jahre ihres Lebens und die Ereignisse, die sich in ihrer Familie, ihren Bildungseinrichtungen und ihrem weiteren sozialen Umfeld abspielten. Diese Rahmenbedingungen spielten eine wichtige Rolle bei der Gestaltung ihrer aktuellen Einstellungen, Situationen und Erwartungen (S. 54).

Es ist wichtig, die Nichtteilnahme nicht als „Defizit“ zu bewerten. Der Selbstausschluss aus dem Bildungssystem ist oft auf frühere Erfahrungen zurückzuführen. Für manche Menschen war die Schule in der Vergangenheit vielleicht kein vertrautes Umfeld, so dass sie sich dort nicht zugehörig fühlten. Infolgedessen können diese Erfahrungen die Einstellung gegenüber der Erwachsenenbildung beeinflussen und Misstrauen und Skepsis tief verankern (Bremer 2017, S. 18; übersetzt aus dem Deutschen). Basierend auf ihren Daten haben Flynn et al. (2011) in ihrer Studie herausgearbeitet, dass Einflüsse auf den Bildungserfolg häufig an Faktoren gebunden sind, die außerhalb der Kontrolle der Menschen liegen (S. 55).

### 2.1.3 Wie können ausgeschlossene Lernende erreicht werden? – Das Konzept der aufsuchenden Bildungsarbeit

Angebote der Erwachsenenbildung<sup>2</sup> sind entscheidend, um neue Lernende zu gewinnen, den Zugang zu gewährleisten und sie in Erwachsenenbildungsprogramme einzubinden (EAEA 2020, S. 12). Um ausgegrenzte Lernende wirksam einzubinden, sind aktive aufsuchende Maßnahmen erforderlich (EAEA 2022, S. 2).

Die Mehrheit der Menschen erlebt erhebliche Barrieren und ein hohes Maß an Hemmungen, wenn es darum geht, mit Bildungseinrichtungen in Kontakt zu treten (Bremer 2017, S.18). Einige haben Schwierigkeiten, ihre Lernbedürfnisse zu erkennen und Zugang zu Bildungsangeboten zu finden (Windisch 2015 zitiert nach OECD 2019, S. 5). Bei dem Konzept der aufsuchenden Methode geht es darum, den Weg „hinaus“ zur Zielgruppe zu finden, um im Sinne der Sozialraumorientierung Zugänge zu den Lebenswelten und Sozialräumen der Menschen zu schaffen und mögliche Barrieren zu überbrücken. Dies kann z. B. durch eine enge Kooperation mit Initiativen oder Vereinen, die bereits Zugang zur Zielgruppe haben, sowie durch mobile Angebote und die Einbeziehung neuer Lernorte erreicht werden (Bremer 2017, S. 17f.).

Bremer (2017) betont insbesondere, dass „Räume“ auch gedanklich gelesen werden sollten. Das bedeutet, dass ein Weiterbildungszentrum zwar geografisch in der Nähe der Zielgruppe liegen kann, der Ort aber aufgrund früherer Bildungserfahrungen für sie mental fremd oder negativ konnotiert sein kann. Das Konzept erfordert eine flexiblere Programmplanung, die mit den bisherigen Abläufen bricht (Bremer 2017, S. 18f.). Ein beträchtlicher Teil der Erwachsenenbildung findet immer noch in traditionellen Kursräumen statt, in denen häufig die aus dem schulischen Umfeld bekannten Lehr- und Lernmethoden wiederholt werden. Dieser Ansatz kann besonders für Erwachsene eine Herausforderung darstellen, die in der Vergangenheit in der Bildung gescheitert sind und sich nur schwer wieder in einen Kursraum eingliedern können (OECD 2019, S. 9). Flexible und besser zugängliche Lernprogramme erfordern eine bessere Zusammenarbeit zwischen nicht-formaler und formaler Erwachsenenbildung (EAEA 2022).

---

<sup>2</sup> Weiterbildungszentren, Hochschuleinrichtungen, berufsbildende Einrichtungen

## Bedürfnisse erkennen und ausgegrenzte Lernende erreichen

Der erste Schritt, um marginalisierte Menschen zu erreichen, besteht darin, die Bedürfnisse der Lernenden, die Herausforderungen, mit denen sie konfrontiert sind, und die Barrieren, die ihre Teilnahme an Bildungsprozessen behindern, zu ermitteln. Die Entwicklung einer Strategie, die auf ihre Probleme eingeht und entsprechende Lösungen anbietet, kann ein effektiver Weg sein, um sie einzubinden. Umfassende aufsuchende Strategien müssen sich darauf konzentrieren, diejenigen zu erreichen, die am schwersten zu erreichen und am meisten von Marginalisierung und sozialer Ausgrenzung bedroht sind (EAEA 2020, S. 12).

- 1. Bedarfsanalyse:** Es ist wichtig, dass Menschen, die nicht an Grundbildungsprogrammen für Erwachsene teilnehmen oder diese vorzeitig abbrechen, die Möglichkeit bekommen, ihre Sicht auf Bildung zu teilen (Flynn et al. 2011, S. 47). Eine Möglichkeit hierfür sind Bedarfsanalysen in der Gemeinschaft, um unterversorgte Gruppen zu identifizieren. Dazu können Umfragen, Fokusgruppen und Gespräche mit Gemeindemitgliedern und Führungspersonen beitragen, um die Hindernisse für den Bildungszugang besser zu verstehen.
- 2. Menschen in ihrem alltäglichen Umfeld erreichen (aufsuchender und sozialraumorientierter Ansatz):** Das Programm „Kitchen on the Run“ der Initiative „Über den Tellerrand“ (Deutschland) reist in ländliche Gebiete, um mit der Gemeinschaft in Kontakt zu kommen und Beteiligungsmöglichkeiten anzubieten (Über den Tellerrand 2022).
- 3. Partnerschaften mit gemeinnützigen Organisationen:** Die Zusammenarbeit mit lokalen Organisationen, Sozialdiensten und gemeinnützigen Einrichtungen, die mit marginalisierten Bevölkerungsgruppen arbeiten (z. B. OECD 2019, S. 6), ist entscheidend. Diese Organisationen haben oft direkten Zugang zu ausgegrenzten Gruppen und verfügen über wertvolles Wissen. Sie können dabei helfen, die bedürftigsten Lernenden zu identifizieren und gezielt zu unterstützen.
- 4. Rückmeldungen von ehemaligen Teilnehmenden:** Binden Sie aktuelle Lernende ein, die möglicherweise Bildungsbarrieren überwunden haben, um ihre Erfahrungen zu teilen. Sie können wertvolle Einblicke in ihre erfahrenen Herausforderungen geben und zeigen, wie man sie bestmöglich unterstützen kann.
- 5. Mobile Bildungsangebote** (OECD 2019, p.5)
- 6. Social Media**
- 7. Kampagnen auf Festivals und in den Medien:** Durch den Austausch von Erfolgsgeschichten Informieren und Interesse wecken (UIL 2020, S. 23). Obwohl Sensibilisierungskampagnen weit verbreitet sind, ist ihr Erfolg nicht ausreichend dokumentiert. Durch direkte Ansprache von Erwachsenen in ihrem Alltag und die Nutzung bestehender Beziehungen kann der Zugang zur Erwachsenenbildung jedoch gezielt und wirkungsvoll gefördert werden (OECD 2019, S. 5f.).

## Wie sieht es mit den Finanzen aus?

In der Praxis sind die Finanzierungsrahmen in der Regel nicht auf diese konkrete Tätigkeit ausgerichtet. Der Schwerpunkt liegt meistens auf dem Unterricht und der Anzahl der Teilnehmenden, wodurch viele wichtige Aspekte der „aufsuchende Bildungsarbeit“ übersehen werden. Der Aufbau neuer Netzwerke, die Identifizierung von Vertrauenspersonen oder Vermittlern sowie deren Schulung und Unterstützung sind zeit-

und personalaufwendig und überschreiten häufig die Kapazitäten und Ressourcen von Weiterbildungseinrichtungen. An dieser Stelle ist eine Neubewertung notwendig, die auch eine klare Definition von Merkmalen und Standards umfasst, die als Grundlage für eine angemessene Finanzierung solcher Bildungsinitiativen dienen sollten. Zudem sollten spezielle Budgets für die Entwicklung und Erprobung von Konzepten und Formaten bereitgestellt werden (Bremer 2017, S. 19).

## 2.2 Lebensmittel als didaktisches Instrument zur Erreichung von ausgeschlossenen Lernenden in der Erwachsenenbildung

Das Lernen von Erwachsenen unterscheidet sich vom Lernen in der Kindheit. Erwachsene lernen am besten, wenn die Bildung einen Bezug zu ihrem Alltag hat, praktisch ist und auf die Lösung konkreter Probleme abzielt (Knowles, 1984, zitiert nach OECD 2019, S. 9).

### Die Bedeutung der kulturellen und anthropologischen Sichtweise von Lebensmitteln

*„Essen ist mehr als nur Nahrungsaufnahme. Essen ist Gemeinschaft.“ (Ting 2024)*

Durch Essen können Menschen miteinander in Kontakt treten und ein Gefühl der Verbundenheit erleben. Es ermöglicht uns, ein breiteres Verständnis für die Welt zu entwickeln und verschiedene Kulturen zu erforschen, indem wir soziale Strukturen, Traditionen und die Geschichte verschiedener Gesellschaften und Kulturen entdecken (University of British Columbia 2024).

Lebensmittel sind sowohl aus kultureller als auch aus anthropologischer Sicht von großer Bedeutung. Sie sind nicht nur eine Quelle der Nahrung, sondern auch ein wichtiger Bestandteil der kulturellen Identität und sozialer Bindungen (Perry 2017, S.185; Montero & Gross 2023). Im Laufe der Geschichte hat das Kochen und das Teilen von Mahlzeiten die Menschen zusammengebracht und das Essen zu einer sozialen Gemeinschaftserfahrung gemacht (Wolley & Lim 2022, S. 1). Die Art und Weise, wie Menschen ein und dasselbe Gericht zubereiten, kann sehr unterschiedlich sein und gibt uns tiefe Einblicke in die Geschichte und Kultur einer Person oder Gruppe. Wenn wir diese Unterschiede untersuchen, entdecken wir die vielfältigen Erfahrungen und Einflüsse, die die jeweiligen Kochstile prägen. Die Geschichten und Traditionen, die in unserem Essen liegen, spiegeln reiche kulturelle Erzählungen und persönliche Geschichten wider, wodurch jede Version einzigartig und besonders wird (Ting 2024, ohne S.).

Essen ist ein universeller Aspekt des Lebens; jeder konsumiert es und verbindet es mit Erfahrungen, die eine kulturelle und persönliche Bedeutung haben (Ting 2024, ohne S.). Es trägt dazu bei, eine gemeinschaftliche Identität zu formen, die durch gemeinsame Interessen, ethnische Zugehörigkeit, Religion, Lokalität und Nationalität definiert wird. Die gemeinsame Wertschätzung bestimmter Küchen, Gerichte oder Arten von Lebensmitteln kann Menschen zusammenbringen und so Bindungen und lebenslange Freundschaften fördern (Perry 2017, S. 185). Essen kann je nach Kontext und Situation unterschiedliche Rollen, Bedeutungen und Funktionen annehmen (Perry 2017, S. 185). Der Akt des Essens beeinflusst viele Aspekte der menschlichen Existenz, wie z. B. das Wohlbefinden, den emotionalen Zustand, Interessen, soziale Verbindungen, zwischenmenschliche Bindungen, kulturelle Zugehörigkeiten und das persönliche Selbstverständnis (Perry 2017, S. 184).

Bei der Betrachtung von Lebensmitteln als sozial verbindendes Element müssen wir die Bedingungen berücksichtigen, unter denen das Essen zubereitet wird: Wie es zubereitet wird, für wen es zubereitet wird und

welche Beziehungen durch das Zubereiten und das Teilen der Mahlzeit gefördert werden. Vor allem aber sollten wir prüfen, ob unser Handeln im Einklang mit unseren Absichten und Werten steht. Denn Essen ist mehr als bloße Nahrungsaufnahme; es verkörpert Gemeinschaft (Ting 2024 o. S.).

### **Sozialer Nutzen durch Lebensmittel**

Der Aufbau von Gemeinschaften durch Aktivitäten rund ums Essen, wie z. B. Kochen, Essen, Anbau von Gemüse/Obst oder die Organisation eigener Lebensmittelprojekte, ist ein effektiver Weg, um Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund zusammenzubringen und soziale Bindungen zu stärken (Saxena 2021, S. 4). Durch den gemeinsamen Austausch können sie neue Fähigkeiten erwerben und ihr Wissen erweitern (Murphy 2018, S. 9; Gil et al. 2020, S. 44).

**Gemeinsames Kochen** bietet die Gelegenheit, sich auszutauschen und Erfahrungen zu teilen (Saxena 2021, S. 12; Gil et al. 2020, S. 44ff.). Außerdem dient es als Kommunikationsmittel, das den Teilnehmenden ermöglicht, Aspekte ihrer Identität, Kultur und Geschichte zu teilen. Gemeinsame Mahlzeiten schaffen ein einladendes Umfeld, in dem sich alle -unabhängig von ihrer Herkunft- einbezogen und wertgeschätzt fühlen (Gil et al. 2020, S. 44; Perry 2017, S. 194). Die von Perry (2017) durchgeführten Untersuchungen zeigen, dass Essen eine zentrale Rolle bei der Pflege von Beziehungen und Verbindungen spielt, insbesondere durch gemeinsame Mahlzeiten und Festlichkeiten. Auf diese Weise können Einzelpersonen und Gruppen tiefere Einblicke in die kulturellen Hintergründe und Werte anderer gewinnen. Das Teilen von Mahlzeiten drückt Großzügigkeit aus und fördert ein Gefühl der Einheit sowie positive Beziehungen (Perry 2017, S. 194).

Die Einbeziehung marginalisierter Gruppen in die Organisation von und die Teilnahme an **Food Events** bietet die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten sichtbar zu machen. Solche Veranstaltungen fördern Interaktionen, die Vorurteile abbauen und soziale Barrieren überwinden können (Refugee Food Festival 2017, S. 10). Neben persönlichem Wachstum und der Verbesserung von Fähigkeiten fördern diese Veranstaltungen auch Autonomie, Sprachkenntnisse und unternehmerische Fähigkeiten wie Organisation, Budgetierung und möglicherweise die Gründung eines eigenen Unternehmens (Gil et al. 2020, S. 56f.)

**Gartenarbeit** fördert die Gemeinschaftsbildung, indem sie Teamarbeit und ein gemeinsames Ziel unterstützt. Der Anbau eines Gemeinschaftsgartens stärkt die Nachhaltigkeit und das kollektive Verantwortungsbewusstsein für die Umwelt. Gleichzeitig kann er einen Ort für das Wohlbefinden bieten, an dem die Teilnehmenden Energie tanken können (Murphy 2018, S. 9).

**Die Erstellung von Rezeptbüchern** ist eine weitere effektive Möglichkeit, Gemeinschaft zu schaffen. Durch das Erstellen und Teilen von Rezepten aus verschiedenen Traditionen und Kulturen können die Mitglieder\*innen der Gemeinschaft ihre Vielfalt feiern und ihr kulinarisches Erbe bewahren. Dieser gemeinschaftliche Prozess fördert nicht nur die Kreativität, sondern vertieft auch die Beziehungen zwischen den Teilnehmenden, da sie ihre persönlichen Geschichten hinter ihren Lieblingsgerichten erzählen (Migrant Mama 2019).

Bildungsprogramme können diese Erfahrungen hervorheben, indem sie Raum für Reflexion und Austausch bieten. Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass Bildung nicht auf einen Kursraum beschränkt sein muss. Programme, insbesondere gemeinschaftsorientierte Initiativen, sind am effektivsten, wenn wir uns bewusst mit den Menschen in ihrem eigenen Umfeld auseinandersetzen (Ting 2024, ohne S.). Die Anerkennung und

Berücksichtigung der realen Erfahrungen und des vielfältigen Wissens der Gemeindemitgliedern ermöglicht es, Aktivitäten mit der Gemeinschaft und statt in ihrem Namen zu entwickeln. Dieser Ansatz fördert die aktive Beteiligung von Gemeindemitgliedern, Gruppen und Organisationen und stärkt das Gefühl der Eigenverantwortung. Darüber hinaus hilft er nicht nur, die Faktoren zu identifizieren, die die Beteiligung fördern, sondern auch, gemeinsam Strategien zur Überwindung möglicher Hindernisse zu entwickeln (Saxena 2021, S. 24).

### **Potenzielle Hindernisse für die Nutzung von Lebensmitteln als Instrument der sozialen Integration**

Der Einsatz von Lebensmitteln als Mittel zur sozialen Integration kann sehr effektiv sein, birgt aber auch potenzielle Hindernisse, die es zu überwinden gilt.

*„Essen kann ein Identitätsmerkmal sein und sowohl ein verbindendes als auch ein abgrenzendes Element sein“ (Perry 2017, S. 185).*

### **Lebensmitteleinschränkungen**

- Gemeinsame Mahlzeiten können Menschen zwar zusammenbringen, aber auch voneinander isolieren. Manchmal werden Menschen aufgrund ihrer Ernährungseinschränkungen diskriminiert (Woolley & Lim 2023, S. 5; Perry 2017, S. 185). Dies kann dazu führen, dass sie ihre Essensvorlieben verbergen, was gemeinsame Essensentscheidungen erschwert (Woolley & Lim 2023, S. 5). Diese Einschränkungen können sowohl aus gesundheitlichen Gründen als auch aus persönlichen oder kulturellen Entscheidungen resultieren (Woolley et al. 2019, S. 3).

### **Religiöse und kulturelle Veranstaltungen**

- Bestimmte kulturelle oder religiöse Feste, Feiertage oder Traditionen können mit Ernährungsgewohnheiten oder Bräuchen verbunden sein, die sich auf die Art der verzehrbaren Lebensmittel oder den Zeitpunkt der Mahlzeiten auswirken. Diese Ereignisse können Anpassungen bei der Planung von Mahlzeiten und sozialen Aktivitäten erfordern, um diese Praktiken zu respektieren und sicherzustellen, dass alle daran teilnehmen können. Die Kenntnis und Berücksichtigung dieser unterschiedlichen Traditionen ist für die Förderung einer inklusiven und respektvollen sozialen Integration durch das Essen unerlässlich.

### **Negative Erfahrungen**

- Personen, die in der Vergangenheit negative Erfahrungen im Zusammenhang mit Essen gemacht haben, z. B. aufgrund von kultureller Unsensibilität/Rassismus (z. B. Perry 2017, S. 193), können es als schwierig empfinden, sich auf soziale Mahlzeiten einzulassen. Diese früheren Erfahrungen können ihr Wohlbefinden und ihre Bereitschaft zur Teilnahme an gemeinsamen Mahlzeiten beeinträchtigen. Um Essen erfolgreich als Mittel zur sozialen Integration zu nutzen, ist es wichtig, diese unterschiedlichen Bedürfnisse und potenziellen Barrieren zu berücksichtigen. Dies erfordert eine sorgfältige Planung, um sicherzustellen, dass alle Teilnehmer das Essen auch wirklich genießen können und sich einbezogen fühlen.

## **Neben diesen Faktoren können Programme, die darauf abzielen, eine bestimmte Gruppe wie „Marginalisierte“ zu erreichen, Othering-Prozesse verstärken**

Bildungsprogramme für benachteiligte Lernende, die Inklusion und Chancengleichheit fördern sollen, können unbeabsichtigte Prozesse des Ausgrenzens (**Othering**) fördern und bestehende Ungleichheiten verstärken. Ein intersektionaler Ansatz zeigt auf, wie unterschiedliche Formen von Diskriminierung und Machtstrukturen miteinander verwoben sind.

*„Othering ist ein Prozess, bei dem Individuen und Gruppen als anders und minderwertig gegenüber der dominanten sozialen Gruppe behandelt und markiert werden. Entrechtete Gruppen wie Frauen, Menschen mit abweichendem ethnischen Hintergrund, Menschen aus der Arbeiterklasse, Homosexuelle oder Migranten können alle anders behandelt werden und infolgedessen unter Diskriminierung leiden. (Griffin, G. 2017).“*

Kraff & Jernsand (2023) weisen darauf hin, dass zum Beispiel Food Events häufig mit Minderheitenkulturen in Verbindung gebracht werden, was zu einer Exotisierung der Teilnehmenden und ihrer Traditionen führen kann. Diese Darstellung tendiert dazu, diese Kulturen als Symbole des Multikulturalismus darzustellen und verstärkt die Vorstellung, dass kulturelle Vielfalt vor allem dem Vergnügen der ethnischen Mehrheit dient. Die Autoren argumentieren, dass diese Veranstaltungen trotz ihrer positiven Absichten unbeabsichtigt Stereotype verstärken und zur Marginalisierung der Kulturen beitragen können, die sie repräsentieren (S. 844).

Saxena et al. (2021) stellen in ihrem Bericht fest, dass Vielfalt in Lebensmittelprogrammen unterschiedlich interpretiert wird. Während einige Programme allen offenstehen, um verschiedene Gruppen zu erreichen, zielen andere darauf ab, Menschen aus verschiedenen soziokulturellen Gruppen zusammenzubringen, um eine bestimmte Gruppe marginalisierter Menschen zu erreichen. Wenn das Programm jedoch nicht klar definiert, welche Art von Vielfalt es anstrebt, kann es unbeabsichtigt Mitglieder der Gemeinschaft ausschließen. Ein bewusstes Verständnis von Vielfalt ermöglicht es den Organisator\*innen, die spezifischen Motivationen und Hindernisse der Teilnehmenden zu berücksichtigen und auf die Bedürfnisse einzelner Gemeinschaften einzugehen. Dies erfordert die aktive Einbeziehung der Teilnehmenden (S. 21f.).

Es ist wichtig, dass die Programme den Teilnehmenden einen geschützten Rahmen bieten. Je nach den Erfahrungen und Bedürfnissen der Gemeinschaft wird jedes Projekt einen individuellen Charakter haben, der entweder offen oder geschlossen sein kann. Wie Saxena et al. (2021) betonen, muss die Art der Vielfalt klar kommuniziert werden, um Missverständnisse oder Ausgrenzung zu vermeiden.

### **Weitere Annahmen über Othering:**

#### **Defizitorientierte Bildungsprogramme:**

- Defizitorientierte Bildungsprogramme konzentrieren sich oft darauf, was den Lernenden fehlt oder was sie nicht können, während ihre Stärken und ihr Potenzial nicht im Mittelpunkt stehen. Dies kann dazu führen, dass die Lernenden als defizitär und bedürftig wahrgenommen werden, was ihre Stigmatisierung weiter verstärken kann.

### Gruppierung:

- Erwachsenenbildungsprogramme können dazu neigen, ausgegrenzte Lernende als homogene Gruppe zu betrachten, anstatt sie als Individuen mit eigenen Erfahrungen und Bedürfnissen zu betrachten. Dadurch werden die unterschiedlichen Realitäten und Bedürfnisse der Lernenden ignoriert, was dazu führen kann, dass bestimmte Gruppen innerhalb der ausgegrenzten Lernenden übersehen oder unzureichend unterstützt werden.

### Macht-Symmetrien:

- Erwachsenenbildungsprogramme können von Personen/Institutionen entwickelt werden, die nicht die gleichen Erfahrungen und Hintergründe wie die Zielgruppe haben. Das kann zu Ansätzen führen, bei denen die Bedürfnisse und Umstände der Lernenden nicht ausreichend berücksichtigt werden. Dadurch werden die Lernenden in eine passive Rolle gedrängt, anstatt aktiv in den Lernprozess einbezogen zu werden.
- Es gibt keine universelle Lösung für die Förderung der Teilnahme an gemeinschaftlichen Lebensmittelaktivitäten, die in jeder Situation funktioniert. Stattdessen ist ein ganzheitliches Verständnis der Faktoren erforderlich, die die Teilnahme beeinflussen, und dabei die einzigartigen Merkmale jeder Gemeinschaft und jedes Standorts zu berücksichtigen (Saxena et al. 2021, S. 4).

## 2.2.2 Didaktische Ansätze: Lebensmittel als Werkzeug für erfahrungsbasiertes Lernen und Kompetenzentwicklung

In den letzten Jahren hat die Verwendung von Lebensmitteln als pädagogisches Instrument im Bildungsdiskurs zunehmend an Bedeutung gewonnen, insbesondere im Zusammenhang mit erfahrungsbasiertem Lernen und der Entwicklung von Fähigkeiten. Das Konzept des erfahrungsbasierten Lernens, das oft als „Learning by Doing“ bezeichnet wird, unterstreicht die Bedeutung praktischer Aktivitäten, die ein tieferes Verständnis von Wissen fördern. Da Lebensmittel ein universelles und vielseitiges Medium darstellen, bieten sie einen einzigartigen und effektiven Ansatz für solche Bildungspraktiken.

Die Forschung zeigt, dass die Einbeziehung von Lebensmittelaktivitäten in den Lehrplan die Lernergebnisse in verschiedenen Disziplinen, einschließlich Mathematik, Naturwissenschaften und Lesen und Schreiben, verbessern kann. Dieser interdisziplinäre Ansatz bereichert nicht nur die Erfahrungen der Lernenden, sondern fördert auch wichtige Lebenskompetenzen wie Teamarbeit, Problemlösung und kulturelles Bewusstsein. Die didaktischen Grundsätze, die diesem Ansatz zugrunde liegen, fördern die aktive Teilnahme, das kontextbezogene Lernen und die Integration von theoretischem und praktischem Wissen.

Dazu gehören logistische Fragen, wie der Zugang zu geeigneten Einrichtungen und der Umgang mit diätetischen Einschränkungen, sowie die Notwendigkeit, dass Lehrkräfte über spezielle Kenntnisse und Fähigkeiten verfügen. Trotz dieser Hürden ist die Vielseitigkeit von Lebensmitteln als Lehrmittel besonders wertvoll und kann in verschiedenen Bildungsbereichen eingesetzt werden, von der Grundschule bis hin zu Kooperationen zwischen Universitäten und Gemeinden.

Außerdem werden das lebenslange Lernen und die persönliche Entwicklung durch die lebensmittelbasierte Pädagogik erheblich gefördert. Die Beschäftigung mit kulinarischen Aktivitäten fördert die kontinuierliche

Entwicklung von Fähigkeiten, die Anpassungsfähigkeit und das persönliche Wachstum, was sie zu einem unschätzbaren Bestandteil sowohl der formellen als auch der informellen Bildungssysteme macht. Dieser Abschnitt befasst sich mit den verschiedenen didaktischen Strategien, Grundsätzen und Herausforderungen, die mit dem Einsatz von Lebensmitteln als pädagogisches Instrument verbunden sind, und hebt deren Potenzial hervor, zu einer integrativen und ganzheitlichen Bildung beizutragen.

### **Erfahrungsbasiertes Lernen / Learning by Doing**

- Das Prinzip des erfahrungsbasierten Lernens oder „learning by doing“ beruht auf der Überzeugung, dass die aktive Beteiligung an praktischen Tätigkeiten das Speichern und Verstehen von Wissen fördert. Dewey (1938) war ein Pionier auf diesem Gebiet und plädierte für Bildungserfahrungen, die in realen Aktivitäten verwurzelt sind. Murphy (2019, S. 625-645) liefert zeitgenössische Beispiele für dieses Prinzip anhand der von Asylsuchenden und Flüchtlingen geleiteten Lebensmittelinitiativen in Irland. Projekte wie Cooking for Freedom und die Sligo Global Kitchen bieten den Teilnehmenden nicht nur praktische Erfahrungen in der Lebensmitt zubereitung, sondern fördern auch die Entwicklung von unternehmerischen Fähigkeiten. Diese Aktivitäten helfen den Teilnehmenden, praktische Erfahrungen zu sammeln, die für die Arbeitsintegration und den Aufbau von Gemeinschaften entscheidend sind.
- Das Modell des Erfahrungslernens von Kolb (1984), das konkrete Erfahrungen, reflektierende Beobachtung, abstrakte Konzeptualisierung und aktives Experimentieren umfasst, kann auf diese Lebensmittelprojekte angewendet werden. Die Teilnehmenden machen konkrete Erfahrungen beim Kochen, reflektieren über ihre Erfahrungen, konzeptualisieren ihr Lernen in Bezug auf soziale und kulturelle Kontexte und experimentieren, indem sie neue Rezepte oder lebensmittelbezogene Unternehmungen ausprobieren. Dieses Modell unterstreicht die Bedeutung der Integration von Erfahrung, Reflexion und konzeptionellem Verständnis.
- Darüber hinaus legt das Konzept des situierten Lernens von Lave und Wenger (1991) nahe, dass Lernen am effektivsten in Kontexten stattfindet, die für den Lernenden sinnvoll und relevant sind. Die von Murphy (2019, S. 625-645) beschriebenen Lebensmittelprojekte sind ein Beispiel für situiertes Lernen, da sich die Teilnehmenden an sinnvollen Aktivitäten beteiligen, die eng mit ihrem kulturellen Hintergrund und ihrem täglichen Leben verbunden sind, wodurch eine tiefere Verbindung und ein größeres Engagement für das Lernen gefördert werden.

### **Einsatz von Lebensmitteln zum Erlernen weitergehender Fertigkeiten: Mathematik, Naturwissenschaften und Alphabetisierung**

- Lebensmittel können ein ansprechendes und praktisches Medium für den Unterricht in einer Reihe von Fächern sein, darunter Mathematik, Naturwissenschaften und Alphabetisierung. Im Rahmen der FoodMASTER-Initiative, die von Duffrin et al. (2010, S. 79-84) beschrieben wird, wurden Lebensmittel als Hilfsmittel für den naturwissenschaftlichen Unterricht von Drittklässlern in den Appalachen von Ohio eingesetzt. Die Initiative zeigte, dass praktische Aktivitäten mit Lebensmitteln das Interesse und das Verständnis der Schüler für wissenschaftliche Konzepte erheblich steigern können. Durch die Einbeziehung von lebensmittelbezogenen Experimenten konnten die Lernenden wissenschaftliche Prinzipien in Aktion beobachten, wie z. B. die chemischen Reaktionen beim Backen oder die physikalischen Eigenschaften verschiedener Zutaten.
- Die Studie von Sepp und Höijer (2016, S. 1-8) mit schwedischen Vorschulkindern unterstreicht ebenfalls das interdisziplinäre Potenzial der lebensmittelbasierten Bildung. Durch die Integration von Lebensmitteln in alltägliche Aktivitäten lernten die Kinder nicht nur etwas über Ernährung und Sinneserziehung, sondern entwickelten auch sprachliche Fähigkeiten und mathematisches Verständnis. Bei den Kochaktivitäten mussten die Kinder beispielsweise Zutaten abmessen,

Sequenzen verfolgen und ihre sensorischen Erfahrungen beschreiben, wodurch ihre Lese-, Schreib- und Rechenfähigkeiten gestärkt wurden.

- Darüber hinaus stützen Untersuchungen von Byrd-Bredbenner et al. (2006, S. 919-926) die Idee, dass lebensmittelbasierte Aktivitäten die Lese-, Schreib- und Rechenfähigkeiten verbessern können. Ihre Studie ergab, dass das Kochen und die Zubereitung von Lebensmitteln Kindern helfen kann, wichtige mathematische Fähigkeiten wie Messen, Zählen und das Verständnis von Proportionen zu entwickeln, sowie Lese- und Schreibfähigkeiten durch das Lesen von Rezepten und das Befolgen von Anweisungen. Dieser interdisziplinäre Bildungsansatz gewährleistet, dass das Lernen ganzheitlich und für das tägliche Leben der Lernenden relevant ist.

## Didaktische Grundlagen

- Der effektive Einsatz von Lebensmitteln als pädagogisches Instrument beruht auf mehreren didaktischen Grundsätzen, darunter aktive Beteiligung, kontextbezogenes Lernen und die Integration von theoretischem und praktischem Wissen. Parker und Koepfel (2020, S. 1-16) erörtern, wie wichtig es ist, Schulverpflegungsprogramme um mehrere sich überschneidende Bereiche wie Gesundheit, Ernährung, Zugang zu Lebensmitteln, Nachhaltigkeit und soziokulturelle Aspekte herum zu strukturieren. Dieser umfassende Ansatz stellt sicher, dass es bei der Ernährungserziehung nicht nur um den Akt des Kochens geht, sondern auch um das Verständnis der breiteren Auswirkungen von Lebensmitteln in der Gesellschaft.
- Freires (1970) Konzept der kritischen Pädagogik, das die Bedeutung des Dialogs und des kritischen Denkens in der Bildung hervorhebt, kann auf das lebensmittelbasierte Lernen angewendet werden. Indem sie die Lernenden in Diskussionen über Lebensmittelproduktion, Nachhaltigkeit und kulturelle Praktiken einbeziehen, können Lehrkräfte kritisches Denken fördern und die Teilnehmenden befähigen, informierte Entscheidungen über ihre Lebensmittelauswahl zu treffen. Dies deckt sich mit den Ergebnissen von Murphy (2019, S. 625-645), der feststellte, dass Lebensmittelinitiativen von Asylbewerber\*innen und Flüchtlingen häufig Diskussionen über kulturelle Identität, soziale Gerechtigkeit und Gemeinschaftsbildung beinhalten.
- Die sozial-konstruktivistische Theorie von Vygotsky (1978), die die Bedeutung sozialer Interaktion für den Lernprozess betont, unterstützt den Einsatz von Lebensmitteln als didaktisches Werkzeug. Gemeinsame Kochaktivitäten fördern die Interaktion, Kommunikation und den Wissensaustausch, was die Lernerfahrung verbessert. Der gemeinschaftliche Aspekt der Zubereitung und des Essens von Lebensmitteln bietet einen natürlichen Rahmen für soziales Lernen und unterstreicht die Idee, dass Wissen durch soziale Beteiligung entsteht.

## Didaktische Herausforderungen

- Lebensmittelbasierte Lernprogramme bieten viele Vorteile, bringen jedoch auch einige Herausforderungen mit sich. Murphy (2019, S. 625-645) weist darauf hin, dass logistische Probleme wie der Zugang zu Kücheneinrichtungen und der Umgang mit diätetischen Einschränkungen erhebliche Hindernisse darstellen können. Zudem benötigen Pädagog\*innen oft spezielle Kenntnisse und Fähigkeiten, um lebensmittelbasierte Aktivitäten erfolgreich durchzuführen, was zusätzliche Schulungen und Ressourcen erforderlich machen kann.
- Duffrin et al. (2010, S. 79-84) identifizieren in ihrer Studie ähnliche Herausforderungen und betonen, dass die erfolgreiche Umsetzung der FoodMASTER-Initiative eine gründliche Planung und Koordination erfordert. Es muss sichergestellt werden, dass alle Schülerinnen und Schüler gleichermaßen Zugang zu lebensmittelbezogenen Aktivitäten haben und dass mögliche Lebensmittelallergien oder

Ernährungspräferenzen berücksichtigt werden. Zudem können kulturelle Empfindlichkeiten im Zusammenhang mit Lebensmitteln auftreten, die sorgfältig beachtet werden müssen, um Inklusion und Respekt für unterschiedliche Hintergründe zu gewährleisten.

- Trotz dieser Herausforderungen zeigt die erfolgreiche Umsetzung von lebensmittelbasierten Programmen in verschiedenen Kontexten, wie sie von Sepp und Höijer (2016, S. 1–8) sowie Parker und Koepfel (2020, S. 1–16) beschrieben wird, dass diese Hindernisse durch sorgfältige Planung und Unterstützung überwunden werden können. Zukünftige Forschungen könnten sich mit Strategien zur Bewältigung dieser Herausforderungen befassen, etwa durch die Entwicklung flexibler Lehrpläne, die an verschiedene Bildungsumgebungen angepasst werden können, sowie durch die Bereitstellung von Fortbildungen für Pädagog\*innen.

### **Geeignet für verschiedene Bereiche der allgemeinen und beruflichen Bildung**

- Die lebensmittelbasierte Pädagogik ist sehr flexibel und lässt sich in verschiedenen Bildungsbereichen und Ausbildungsprogrammen einsetzen. Die Vielseitigkeit von Lebensmitteln als Lehrmittel zeigt sich in ihrer Anwendung in der Grundschulbildung, der Erwachsenenbildung, der Berufsausbildung und der Hochschulbildung. Der Erfolg der FoodMASTER-Initiative, die Lebensmittel für den naturwissenschaftlichen Unterricht in der Grundschule nutzt, verdeutlicht ihr Potenzial in der frühkindlichen und Grundschulbildung (Duffrin et al., 2010, S. 79–84). Ebenso betonen Sepp und Höijer (2016, S. 1–8) die Wirksamkeit des lebensmittelbasierten Lernens im Vorschulbereich, wo es die Entwicklung grundlegender Fähigkeiten auf spielerische und ansprechende Weise fördert.
- In der Erwachsenenbildung können Lebensmittelinitiativen wertvolle Möglichkeiten für die Entwicklung von Fähigkeiten und die Integration in die Gemeinschaft bieten. Murphy (2019, S. 625–645) und White (2021, S. 465–480) zeigen, wie Lebensmittelprojekte Asylsuchende und Flüchtlinge dabei unterstützen können, Sprachkenntnisse zu erwerben, praktische Erfahrungen zu sammeln und soziale Netzwerke aufzubauen. Diese Programme verbessern nicht nur die Beschäftigungsfähigkeit der Teilnehmenden, sondern fördern auch das Zugehörigkeitsgefühl und den Zusammenhalt der Gemeinschaft.
- Darüber hinaus kann lebensmittelbasiertes Lernen in Berufsbildungsprogramme integriert werden, um den Menschen praktische Fähigkeiten zu vermitteln, die für die Lebensmittelindustrie relevant sind. Kochschulen, Ausbildungsprogramme im Gastgewerbe und die landwirtschaftliche Ausbildungsprogramme können alle von der Einbeziehung lebensmittelbasierter pädagogischer Ansätze profitieren. Durch die Vermittlung praktischer Erfahrungen und Anwendungen aus der Praxis können diese Programme die Beschäftigungsfähigkeit und die Berufsbereitschaft der Teilnehmenden stärken.

### **Partnerschaften zwischen Universitäten und Gemeinden in der Lebensmittelerziehung**

- Partnerschaften zwischen Universitäten und Gemeinschaften spielen eine wichtige Rolle bei der Förderung lebensmittelbasierter Pädagogik, indem sie die Ressourcen und das Fachwissen akademischer Einrichtungen nutzen, um gemeinschaftsbasierte Initiativen zu unterstützen. Murphy (2019, S. 625–645) beschreibt, wie gemeinsame Projekte wie der Gemeinschaftsgarten in Clonakilty und das Refugee Food Festival wertvolle Chancen zur Arbeitsintegration und zum Aufbau von Gemeinschaften bieten. Diese Partnerschaften liefern nicht nur praktische Unterstützung für Lebensmittelprojekte, sondern fördern auch den Wissensaustausch und das gegenseitige Lernen zwischen Universitäten und Gemeinschaften.
- Parker und Koepfel (2020, S. 1–16) heben das Potenzial von Partnerschaften zwischen Universitäten

und Gemeinden zur Verbesserung von Schulverpflegungsprogramme hervor. Indem Hochschulforschende, Lehrkräfte und Studierende in die Gestaltung und Umsetzung von Initiativen zur Ernährungserziehung einbezogen werden, können Schulen von evidenzbasierten Methoden und innovativen Ansätzen profitieren. Solche Kooperationen bieten auch wertvolle Gelegenheiten für Studierende, sich im Gemeindedienst und in der angewandten Forschung zu engagieren und dadurch ihre Bildungserfahrung zu bereichern.

- Darüber hinaus können Partnerschaften zwischen Universitäten und Gemeinden eine Schlüsselrolle bei der Bekämpfung von Ernährungsunsicherheit und der Förderung nachhaltiger Lebensmittelsysteme spielen. Indem sie zusammenarbeiten, können Universitäten und Gemeinden Initiativen entwickeln und umsetzen, die den Zugang zu Lebensmitteln verbessern, eine gesunde Ernährung fördern und die lokale Lebensmittelproduktion unterstützen. Diese Bemühungen können zu umfassenderen gesellschaftlichen Zielen wie der öffentlichen Gesundheit, der ökologischen Nachhaltigkeit und der sozialen Gerechtigkeit beitragen.

### Lebenslanges Lernen (LLL) und persönliche Entwicklung durch Lebensmittel

- Lebensmittelbasiertes Lernen geht über die formale Bildung hinaus und trägt wesentlich zum lebenslangen Lernen und zur persönlichen Entwicklung bei. Murphy (2019, S. 625-645) unterstreicht die Rolle von Ernährungsinitiativen bei der Förderung der kontinuierlichen Kompetenzentwicklung und des persönlichen Wachstums von Asylbewerber\*innen und Flüchtlingen. Diese Programme bieten den Teilnehmenden die Möglichkeit, neue Fähigkeiten zu erwerben, Selbstvertrauen aufzubauen und ein Gefühl der Handlungsfähigkeit zu entwickeln, was wesentliche Bestandteile des lebenslangen Lernens sind.
- Der praktische, erfahrungsorientierte Charakter lebensmittelbezogener Aktivitäten fördert die Entwicklung praktischer Fähigkeiten und eine positive Einstellung zum lebenslangen Lernen. Duffrin et al. (2010, S.79-84) fanden heraus, dass die praktischen Aktivitäten der FoodMASTER-Initiative nicht nur das Verständnis der Lernenden für wissenschaftliche Konzepte verbesserten, sondern auch ihr Interesse am Lernen steigerten. Diese positive Herangehensweise mit dem Lernen kann eine lebenslange Neugierde und die Bereitschaft fördern, neue Themen und Fähigkeiten zu erforschen.
- Darüber hinaus kann lebensmittelbasiertes Lernen die persönliche Entwicklung unterstützen, indem es das Selbstbewusstsein, das kulturelle Verständnis und die soziale Verantwortung fördert. Die Teilnahme an lebensmittelbasierten Aktivitäten regt dazu an, über die eigene Lebensmittelauswahl nachzudenken, verschiedene kulinarische Traditionen zu schätzen und die sozialen sowie ökologischen Auswirkungen von Lebensmittelproduktion und -konsum zu berücksichtigen. Diese Reflexionen tragen zu einem umfassenderen Verständnis der eigenen Rolle in der Gesellschaft bei und verdeutlichen, wie wichtig es ist, informierte und verantwortungsvolle Entscheidungen zu treffen.

## 2.2.3 Aktuelle Trends und Entwicklungen

### Innovative Methoden und Ansätze in der aufsuchenden Bildung

Im Bereich der aufsuchenden Bildungsarbeit haben sich innovative Methoden entwickelt, um unterschiedliche Bevölkerungsgruppen anzusprechen und die Herausforderungen unserer Zeit effektiv zu bewältigen. In diesem Abschnitt werden die neuesten Trends beleuchtet, mit einem besonderen Fokus auf den Einsatz von Lebensmitteln als pädagogisches Mittel, digitalen Medien und gemeinschaftsbasierten Initiativen liegt.

## Integration von Lebensmitteln als pädagogisches Tool

Die lebensmittelbasierte Bildung findet zunehmend Anerkennung für ihre Fähigkeit, verschiedene Fächer und Fertigkeiten durch praktische und ansprechende Methoden zu vermitteln:

<b>FoodMASTER Initiative (Duffrin et al., 2010, p.79-84)</b>	Verwendung von Lebensmitteln im naturwissenschaftlichen und mathematischen Unterricht für Drittklässler*innen, wodurch das Interesse und das Verständnis erheblich gesteigert werden konnten.
<b>Preschool Education in Sweden (Sepp &amp; Höijer, 2016, p.1-8)</b>	Integration von Lebensmittelaktivitäten zur Entwicklung der sensorischen Sprache und der interdisziplinären Fähigkeiten von Kleinkindern.
<b>Asylum Seeker and Refugee Initiatives (Murphy, 2019, p.625-645)</b>	Förderung von Empathie, Solidarität und praktischen Fähigkeiten durch Lebensmittelprojekte wie Cooking for Freedom und Sligo Global Kitchen.
<b>Farm to School Programmes</b>	Verbindet Schulen mit örtlichen landwirtschaftlichen Betrieben, um frische, lokal angebaute Produkte in Schulkantinen anzubieten und den Unterricht über Landwirtschaft, Ernährung und Nachhaltigkeit in den Lehrplan zu integrieren.
<b>Edible Schoolyard Project</b>	Die von Alice Waters gegründete Initiative nutzt Gärten und Küchen, um Lernenden durch praktische Erfahrungen Lebensmittel, Ernährung und nachhaltige Landwirtschaft näher zu bringen.

## Digitale Medien in der aufsuchenden Bildungsarbeit

Die COVID-19-Pandemie hat die Einführung digitaler Hilfsmittel im Bildungswesen beschleunigt und sowohl Chancen als auch Herausforderungen aufgezeigt:

<b>Community-Based Online Learning (Spring, Barton, &amp; Bentley, 2022, p.212-230)</b>	Nutzung digitaler Plattformen für kommunale Projekte, die die praktische Anwendung von Wissen auch aus der Ferne ermöglichen.
<b>Multilingual Nutrition Education Videos (Mead et al., 2023, p.23-37)</b>	Überwindung von Sprachbarrieren und Verbesserung des Ernährungsverhaltens von Flüchtlingen in Australien.
<b>Khan Academy (Khan, 2012)</b>	Bietet kostenlose Online-Kurse zu einer Vielzahl von Themen an, die durch Videos und interaktive Übungen das Lernen im eigenen Tempo erleichtern.
<b>Coursera and edX (Dillahunt et al., 2014, p.265-274)</b>	Massive Open Online Courses (MOOCs) von Spitzenuniversitäten, die einem weltweiten Publikum eine qualitativ hochwertige Bildung zugänglich machen.

## Gemeinschaftsinitiativen

Durch gemeinschaftsbasierte Initiativen wird Bildung zugänglicher und relevanter, wobei die lokalen Gegebenheiten und Bedürfnisse berücksichtigt werden:

<b>Food Literacy Conceptual Model (Hernandez et al., 2021, p.333-341)</b>	Bietet einen umfassenden Rahmen für die Vermittlung von Lebensmittelkompetenz, der an verschiedene Bildungskontexte angepasst werden kann.
<b>Integrated Food Pedagogies (Parker &amp; Koeppl, 2020, p.451-460)</b>	Schwerpunkt auf Gesundheit, Ernährung, Zugang zu Lebensmitteln, Nachhaltigkeit und soziokulturelle Aspekte in Schulversorgungsprogrammen, Förderung eines ganzheitlichen Verständnisses von Lebensmittelsystemen.
<b>Community Gardens (Guitart et al., 2012, p.364-373)</b>	Dienen als Bildungsräume, in denen Gemeindemitglieder etwas über Landwirtschaft, Ernährung und Nachhaltigkeit lernen können, und fördern so den sozialen Zusammenhalt und das Umweltbewusstsein.
<b>Urban Agriculture Initiatives (Pearson et al., 2010, p.7-19)</b>	Förderung der lokalen Lebensmittelproduktion und der Ernährungssicherheit in städtischen Gebieten durch die Bereitstellung von Bildungsangeboten in den Bereichen Gartenarbeit, Ernährung und Unternehmertum.

## Herausforderungen und Möglichkeiten

While these methods offer significant benefits, they also present challenges:

<b>Digital Infrastructure and Competencies (Zotti, 2022, p.79-89)</b>	Die Verlagerung auf das digitale Lernen hat Ungleichheiten bei der Verfügbarkeit digitaler Medien aufgedeckt, was verstärkte Investitionen in die digitale Bildung erforderlich machte.
<b>Cultural Sensitivity (Mead et al, 2023, p.23-37)</b>	Die Entwicklung von integrativem Bildungsmaterial ist von entscheidender Bedeutung. So war beispielsweise die Berücksichtigung der Sprachvielfalt für den Erfolg der Bildungsmaßnahmen zum Thema Ernährung für Flüchtlinge entscheidend.
<b>Sustainability and Funding (Guitart et al., 2012, p.364-373)</b>	Die langfristige Nachhaltigkeit und die Sicherung der Finanzierung von gemeinschaftsbasierten und digitalen Initiativen bleiben eine ständige Herausforderung.

## 2.2.4 Kritische Überlegungen aus den Bereichen Soziologie, Bildung und Ernährung

### Überlegungen zur Programmgestaltung

Bei der Gestaltung von lebensmittelbasierten Bildungsprogrammen müssen verschiedene soziologische, pädagogische und organisatorische Faktoren sorgfältig berücksichtigt werden, um ihre Effektivität und Inklusivität zu gewährleisten. Eine wichtige Überlegung ist, die Verstärkung von Stereotypen und sozialen Ungleichheiten zu vermeiden. Die Programme sollten die unterschiedlichen kulturellen Hintergründe der Teilnehmenden einbeziehen, um kulturelle Sensibilität und Relevanz sicherzustellen. Mead et al. (2023, S. 23–37) fanden heraus, dass der Einsatz mehrsprachiger Materialien das Engagement und die Relevanz für verschiedene Gruppen erhöht, was zeigt, wie wichtig es ist, Sprachbarrieren in Bildungseinrichtungen abzubauen. Ein inklusiver Lehrplan, der alle kulturellen Beiträge respektiert und würdigt, ist ebenfalls entscheidend, um bestehende soziale Ungleichheiten nicht weiter zu verstärken. Dieser Ansatz sorgt dafür, dass die verschiedenen Ernährungstraditionen und -praktiken der Teilnehmenden anerkannt werden, wodurch ein Gefühl der Zugehörigkeit und des Respekts gefördert wird.

Aus pädagogischer Sicht haben sich aktive Lernstrategien wie handlungsorientierte Aktivitäten und experimentelles Lernen als äußerst wirksam erwiesen. Solche Methoden binden die Lernenden stärker ein und machen das Lernen relevanter und einprägsamer. Die Integration von interdisziplinärem Unterricht, der Fächer wie Naturwissenschaften, Mathematik und Sozialkunde in die Ernährungserziehung einbezieht, bietet eine ganzheitliche Lernerfahrung. Dieser interdisziplinäre Ansatz bereichert nicht nur das akademische Lernen, sondern hilft den Lernenden auch, die umfassenderen Auswirkungen von Lebensmitteln in der Gesellschaft zu verstehen, einschließlich Fragen der Nachhaltigkeit, der Gesundheit und der kulturellen Praktiken.

Auch organisatorische Herausforderungen müssen bewältigt werden, um den Erfolg ernährungsbasierter Programme zu gewährleisten. Eine geeignete Infrastruktur, wie gut ausgestattete Küchen und Gärten, ist entscheidend, wobei die Sicherstellung der Finanzierung zur Aufrechterhaltung dieser Ressourcen oft eine große Herausforderung darstellt. Institutionen und kommunale Programme haben häufig Schwierigkeiten, eine kontinuierliche Unterstützung zu erhalten, was jedoch für die Nachhaltigkeit dieser Initiativen von zentraler Bedeutung ist. Darüber hinaus benötigen Lehrkräfte eine spezielle Ausbildung, um lebensmittelbasierte didaktische Ansätze effektiv umsetzen zu können. Dazu gehört ein fundiertes Verständnis der Ernährungswissenschaft, der kulturellen Ernährungsgewohnheiten und geeigneter pädagogischer Strategien. Kontinuierliche berufliche Weiterbildung, etwa durch Workshops, Zertifikate und gemeinsame Projekte mit Ernährungswissenschaftler\*innen sowie Gemeindeleiter\*innen, ist dabei unerlässlich. Zudem kann die Einbindung Köch\*innen, Landwirt\*innen und Lebensmittelexpert\*innen die pädagogische Erfahrung bereichern, indem sie praktisches Fachwissen und realitätsnahe Perspektiven in die Unterrichtseinheiten einbringt.

Trotz ihrer Vorteile stehen ernährungsbasierte Programme vor mehreren Herausforderungen. Ein großes Risiko besteht in der möglichen Verstärkung sozialer Ungleichheiten. Es ist entscheidend, einen gleichberechtigten Zugang und kulturelle Angemessenheit sicherzustellen, um den Ausschluss von einkommensschwachen oder marginalisierten Gruppen zu verhindern. Fehler in diesen Bereichen können zur Entfremdung der Teilnehmenden führen und bestehende soziale Gräben vertiefen. So betont beispielsweise Murphy (2019, S. 325–345), wie wichtig es ist, kulturell angemessene und sensible Programme zu entwickeln, um eine Entfremdung der Teilnehmenden zu vermeiden, insbesondere in vielfältigen Gemeinschaften wie denen von Asylbewerbern und Flüchtlingen.

Zu den didaktischen Herausforderungen gehört die Entwicklung eines Lehrplans, der ein Gleichgewicht

zwischen Bildungszielen und praktischen Lebensmittelkenntnissen schafft. Dies erfordert eine fachübergreifende Zusammenarbeit und kontinuierliche Anpassungen. Zudem ist die Messung der Wirksamkeit lebensmittelbasierter Bildung auf die Lernergebnisse eine komplexe Aufgabe, die innovative Bewertungsmethoden verlangt. Traditionelle Bewertungsinstrumente erfassen möglicherweise nicht alle Fähigkeiten und Kenntnisse, die durch praktisches, erfahrungsorientiertes Lernen vermittelt werden. Innovative Bewertungsmethoden wie Portfolios, projektbasierte Bewertungen und Reflexionsjournale bieten eine umfassendere Möglichkeit, das Lernen der Teilnehmenden zu bewerten.

Organisatorische und logistische Fragen wie Ressourcenzuweisung und Nachhaltigkeit sind ständige Herausforderungen. Die Sicherstellung ausreichender Ressourcen, einschließlich Finanzierung, Einrichtungen und Materialien, ist entscheidend. Die langfristige Nachhaltigkeit dieser Initiativen hängt von der kontinuierlichen Finanzierung, der Unterstützung durch die Gemeinschaft und der Unterstützung durch die Politik ab. Die Einbindung von Interessenvertretenden, einschließlich lokaler Regierungen, Unternehmen und gemeinnütziger Organisationen, kann die notwendige Unterstützung und die Ressourcen bereitstellen, um diese Programme über einen längeren Zeitraum aufrechtzuerhalten.

Darüber hinaus besteht ein Bedarf an umfassenderen Schulungsprogrammen für Pädagog\*innen, um ihnen die notwendigen Fähigkeiten und Kenntnisse für eine wirksame lebensmittelbasierte Lehre zu vermitteln. Die Nutzung von Ressourcen und Fachwissen der Gemeinschaft kann die Programmdurchführung verbessern, erfordert jedoch eine wirksame Koordination und Partnerschaft. Die Einbeziehung von Gemeindeleitenden und lokalen Expert\*innen in die Planung und Durchführung von Lebensmittelinitiativen kann beispielsweise wertvolle Erkenntnisse und Ressourcen liefern und die Gesamtwirksamkeit der Programme erhöhen.

Bildungsprogramme auf der Grundlage von Lebensmitteln sind vielversprechend, wenn es darum geht, das Lernen zu verbessern und die Inklusion zu fördern. Sie müssen jedoch sorgfältig konzipiert werden, um soziologische, pädagogische und organisatorische Herausforderungen zu bewältigen. Durch die Einbeziehung kultureller Sensibilität, aktiver Lernstrategien und solider organisatorischer Unterstützung können diese Programme Bildungslücken schließen und lebenslanges Lernen fördern. Wenn diese Ansätze in die aufsuchende Bildung integriert werden, können inklusive und dynamische Lernumgebungen entstehen, die unterschiedliche Bevölkerungsgruppen ansprechen.

# 03

---

**Pädagogischer Ansatz:  
Zukünftige  
Perspektiven des „Food  
Includes“-Ansatzes für  
lebenslanges Lernen  
und  
Gemeinschaftsbildung**

Essen als Teil der aufsuchenden Pädagogik nutzt die universelle Bedeutung von Lebensmitteln, um Lernende mit unterschiedlichem Hintergrund anzusprechen und zu fördern, insbesondere solche, die am Rande der Gesellschaft stehen oder schwer zu erreichen sind. Dieser Ansatz ist in der Theorie des Erfahrungslernens verankert, die den Fokus auf das Lernen durch direkte Erfahrung und Reflexion legt. Dadurch wird ein tieferes Verständnis und eine bessere Beibehaltung von Wissen ermöglicht. Indem Aktivitäten rund um Lebensmittel in den Bildungsrahmen integriert werden, zielt diese Pädagogik darauf ab, integrative und dynamische Lernumgebungen zu schaffen, die nicht nur Wissen vermitteln, sondern auch wichtige Lebenskompetenzen fördern.

Die lebensmittelbasierte Pädagogik nutzt die Zubereitung, das Teilen und den Verzehr von Lebensmitteln als pädagogisches Werkzeug. Diese Aktivitäten können in verschiedenen Fächern eingesetzt werden, etwa in den Naturwissenschaften (durch die Chemie des Kochens), in Mathematik (durch Messungen und Proportionen), in Geschichte (durch die Untersuchung der Herkunft und kulturellen Bedeutung von Lebensmitteln) und in Sozialkunde (durch die Analyse von Lebensmittelsystemen und Nachhaltigkeit). Die greifbare, sinnliche Erfahrung von Lebensmitteln macht diese Lektionen ansprechender und einprägsamer, indem sie die Kluft zwischen abstrakten Konzepten und praktischer Anwendung überbrückt.

Essen dient auch als bedeutendes Medium für den kulturellen Austausch und die soziale Bindung. In verschiedenen Bildungsumgebungen können lebensmittelbezogene Aktivitäten das interkulturelle Verständnis und den Respekt fördern, indem sie den Lernenden die Möglichkeit bieten, ihre kulinarischen Traditionen und Geschichten zu teilen. Dies stärkt das Gemeinschaftsgefühl und das Zugehörigkeitsgefühl, was besonders für Randgruppen wie Migrant\*innen und Flüchtlinge wichtig ist. Untersuchungen von Murphy (2019, S. 325-345) zeigen, dass von Asylsuchenden und Flüchtlingen geleitete Lebensmittelinitiativen in Irland erfolgreich Empathie und Solidarität gefördert und gleichzeitig wertvolle Integrations- und Arbeitsmöglichkeiten geschaffen haben.

Der pädagogische Rahmen der lebensmittelbasierten Pädagogik fördert auch die Entwicklung von kritischem Denken und Problemlösungsfähigkeiten. Die Lernenden werden angeregt, sich mit den weitreichenden Auswirkungen von Lebensmittelproduktion und -konsum auseinanderzusetzen, einschließlich Fragen der Nachhaltigkeit, Ethik und Gesundheit. So können beispielsweise Diskussionen über Lebensmittelverschwendung zu umfassenderen Gesprächen über Umweltverantwortung führen, während das Erlernen des Nährwerts gesündere Lebensstilentscheidungen anregen kann. Dieser ganzheitliche Ansatz bereichert nicht nur das Lernen, sondern vermittelt den Lernenden auch die nötigen Fähigkeiten und Kenntnisse, um sich in einer komplexen, vernetzten Welt zurechtzufinden und einen positiven Beitrag zu leisten.

Die lebensmittelbasierte Pädagogik spricht verschiedene Dimensionen des Lernens an und berücksichtigt unterschiedliche Lernstile und Bedürfnisse. Visuelle Lernende profitieren von der bunten Präsentation der Gerichte und den Rezeptillustrationen, auditive Lernende von den Diskussionen und Anweisungen, und kinästhetische Lernende von der praktischen Erfahrung des Kochens und Probierens. Diese Vielseitigkeit macht Lebensmittel zu einem effektiven und integrativen Bildungsinstrument, das eine breite Palette von Lernenden ansprechen kann.

### 3.1 Prinzipien und Ziele

Das Projekt „Food Includes“ verfolgt das Ziel, die Potenziale von Lebensmitteln zu nutzen, um ein inklusives und effektives Bildungsumfeld zu schaffen. Es richtet sich darauf, Pädagog\*innen innovative Werkzeuge und Methoden bereitzustellen, umfassende Ressourcen zu entwickeln, das Engagement der Lernenden zu

steigern und die Nachhaltigkeit in der Bildungspraxis zu fördern.

Ein primäres Ziel ist es, Erwachsenenbildende mit dem Wissen und den Fähigkeiten auszustatten, die erforderlich sind, um Lebensmittel als Medium für integrative Pädagogik zu nutzen. Dies umfasst sowohl die Schulung von Pädagog\*innen in den theoretischen Grundlagen als auch in der praktischen Anwendung des lebensmittelbasierten Lernens. Die Forschung von Murphy (2019, S. 325-345) betont die Bedeutung kulturell sensibler pädagogischer Praktiken, die dazu beitragen, Stereotype und soziale Ungleichheiten zu vermeiden. Durch die Bereitstellung dieser Erkenntnisse für Pädagoginnen soll ein Umfeld geschaffen werden, in dem sich alle Lernenden wertgeschätzt und einbezogen fühlen.

Außerdem sollen offene Bildungsressourcen (Open Educational Resources, OER) erstellt und verbreitet werden, die auf verschiedene Bildungsumgebungen zugeschnitten sind. Diese Ressourcen werden verschiedene Aspekte des lebensmittelbasierten Lernens abdecken, darunter die Organisation von Lebensmittelfestivals und die Gründung von Lebensmittelkooperativen. Wie von Hernandez et al. (2021, S. 333-341) hervorgehoben, müssen wirksame Bildungsmaterialien flexibel und integrativ sein, um die unterschiedlichen Bedürfnisse der Lernenden zu berücksichtigen. Die Entwicklung dieser Ressourcen stellt sicher, dass Pädagogen Zugang zu hochwertigen, anpassungsfähigen Werkzeugen haben, die in ihre Unterrichtspraxis integriert werden können.

Das Projekt zielt darauf ab, benachteiligte Lernende in mehreren Ländern in lebensmittelbezogene Bildungsaktivitäten einzubinden. Dieses Ziel basiert auf der Überzeugung, dass erfahrungsbasiertes Lernen, wie es durch lebensmittelbasierte Aktivitäten gefördert wird, das Engagement der Lernenden erheblich steigern und die Bildungsergebnisse verbessern kann. Studien von Sepp und Höijer (2016, S. 1-8) haben gezeigt, dass die Integration von Lebensmitteln in Bildungsaktivitäten ein positives Lernumfeld fördern und interdisziplinäres Lernen unterstützen kann, wodurch die Bildung für die Lernenden relevanter und ansprechender wird.

Ein zentrales Ziel ist die Sicherstellung der langfristigen Nutzung und Weiterentwicklung des Food Includes-Ansatzes. Dazu gehört die Verbreitung der Projektergebnisse sowie die Förderung der Zusammenarbeit zwischen Hochschulen, Erwachsenen- und Weiterbildungszentren, Bildungsnetzwerken und EU-weiten Bildungsinitiativen, um die Nachhaltigkeit und Skalierbarkeit von lebensmittelbasierten Bildungspraktiken zu gewährleisten. Wie Guitart et al. (2012, S. 364-373) hervorheben, hängt die Nachhaltigkeit von Bildungsinitiativen häufig von kontinuierlicher Unterstützung und der Bereitstellung von Ressourcen ab. Durch die Förderung nachhaltiger Praktiken strebt das Projekt an, sicherzustellen, dass die Vorteile der Ernährungspädagogik dauerhaft und weitreichend sind.

### 3.2 Mehrwert auf europäischer Ebene

Das Projekt „Food Includes“ bietet einen erheblichen Mehrwert auf europäischer Ebene, da es mehrere EU-Prioritäten adressiert. Durch die Förderung der transnationalen Zusammenarbeit beschleunigt das Projekt die Integration von Flüchtlingen und ausgegrenzten Personen in die Bildungssysteme und trägt damit zur Umsetzung des EU-Schwerpunkts auf Inklusion bei. Zudem verkörpert es die europäischen Werte der interkulturellen Bildung und Inklusion, indem es praktische, lebensmittelbasierte Aktivitäten fördert, die den

Übergang von theoretischem Wissen zu umsetzbaren Unterrichtspraktiken ermöglichen.

Darüber hinaus leistet das Projekt einen Beitrag zur Europäischen Kompetenzagenda, indem es evidenzbasierte Forschung und praxisorientierte Ressourcen bereitstellt, die in verschiedenen Bildungskontexten eingesetzt werden können. Dies fördert einen Paradigmenwechsel hin zu einer integrativeren und kompetenzbasierten Erwachsenenbildung, die die Qualität und Zugänglichkeit von Bildungsangeboten in Europa insgesamt verbessert.

## Zielgruppen

Wie in Kapitel 1 hervorgehoben wurde, werden die Zielgruppen des Food Includes-Projekts im Hinblick auf eine größtmögliche Wirkung und Inklusivität ausgewählt:

Direkte Zielgruppen	Indirekte Zielgruppen
<ul style="list-style-type: none"><li>• Marginalisierte Erwachsene</li><li>• Erwachsenenbildende und Lehrkräfte (von Hochschulen, Volkshochschulen und Weiterbildungseinrichtungen, gemeinnützigen Organisationen)</li><li>• Führungskräfte von Volkshochschulen und Abteilungen</li><li>• Bildungsnetzwerke und Stakeholder</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lehrende und Erziehungswissenschaftler*innen</li><li>• Pädagogen aus unseren eigenen Einrichtungen</li><li>• Zentren für Erwachsenenbildung und Weiterbildung in ganz Europa</li><li>• Zivilgesellschaft und gemeinnützige Organisationen</li><li>• Lokale und regionale Behörden</li><li>• Medien</li></ul>

Das Projekt „Food Includes“ zielt darauf ab, die Kompetenzen von Pädagog\*innen zu stärken, die Bildungsangebote für marginalisierte Erwachsene zu verbessern und zu einer integrativeren und kohärenteren europäischen Bildungslandschaft beizutragen.

## 3.3 Umsetzungsstrategie

Food Includes zielt darauf ab, die Einbindung lebensmittelbasierter Pädagogik in die Erwachsenenbildung zu fördern. Die folgende Strategie skizziert den schrittweisen Ablauf des Projekts, beginnend mit der Entwicklung von Grundlagenwissen durch ein Starter Kit, gefolgt von der Erstellung von Open Educational Resources (OER) für Pädagogen und schließlich der Implementierungs- und Evaluierungsphase. Jede Phase ist so konzipiert, dass sie didaktisch fundiert und effektiv ist, um die Ziele des Projekts zu erreichen.

### Schritt 1: Entwicklung eines Starter Kits

**Zielsetzung:** Erstellung eines umfassenden Starterkits, das als Wissensgrundlage für das Projekt „Food Includes“ dienen soll.

## Aktivitäten:

1. **Recherche:** Durchführung einer umfassenden Recherche zum aktuellen Forschungsstand lebensmittelbasierter Pädagogik, Inklusion in der Bildung und verwandten Bereichen, um den Inhalt des Starterkits zu bestimmen. Dazu werden akademische Artikel, Fallstudien und Berichte analysiert, um fundierte theoretische Grundlagen sowie bewährte Methoden zu identifizieren.
2. **Entwicklung von Inhalten:** Entwicklung von Materialien für das Starterkit, einschließlich theoretischer Grundlagen, praktischer Anwendungen, Fallstudien und bewährter Methoden. Ergänzt wird dies durch Beiträge von Expert\*innen aus Bildung, Soziologie und dem Lebensmittelsektor.

### Zentrale Elemente werden sein:

- **Theoretische Grundlagen:** Zusammenfassung der wichtigsten Theorien und Grundsätze, die der lebensmittelbasierten Pädagogik zugrunde liegen. Im Fokus steht die Idee, dass Essen eine „eigene Sprache“ ist – ein universelles Lernmedium, das kulturelle und sprachliche Barrieren überwindet und Gemeinschaft sowie Inklusion fördert.
- **Praktische Anwendungsmöglichkeiten:** Bereitstellung praxisbezogener Handreichungen für die Durchführung von lebensmittelbasierten Aktivitäten in Bildungseinrichtungen. Der Schwerpunkt liegt auf kosteneffizienten Methoden sowie der Nutzung einfacher, leicht zugänglicher Lebensmittel und Materialien. So wird verdeutlicht, dass solche Aktivitäten auch mit minimalen Ressourcen umsetzbar sind.
- **Fallstudien:** Präsentation detaillierter Fallstudien, die erfolgreiche Beispiele lebensmittelbasierter Pädagogik in verschiedenen Kontexten beleuchten. Initiativen wie „Kochen für die Freiheit“ und die „Sligo Global Kitchen“ (Murphy, 2019) zeigen eindrucksvoll, wie Lebensmittelprojekte Gemeinschaft und Integration stärken können.
- **Bewährte Praktiken:** Vorstellung erprobter Methoden, die aus der Literaturanalyse und den Fallstudien abgeleitet wurden, als praxisnahe Orientierung für Pädagog\*innen.
- **Digitale Tools:** Tools: Einbindung digitaler Werkzeuge, die das Lernen mit Lebensmitteln unterstützen – etwa interaktive Rezept-Apps, virtuelle Kochkurse und Online-Kollaborationsplattformen. Tools wie Padlet für den gemeinsamen Ideenaustausch, Zoom für virtuelle Workshops und Kahoot! für interaktive Quizze können das Engagement der Lernenden steigern.
- **Erprobung:** Das Starterkit wird in einer Pilotphase mit einer kleinen Gruppe von Lehrenden getestet. Ihr Feedback dient dazu, Verbesserungen vorzunehmen und das Material optimal anzupassen. Die Testphase umfasst folgende Schritte:
  - 1) **Erfassung von Feedback:** Lehrende bewerten die Benutzerfreundlichkeit, Relevanz und Wirksamkeit des Starterkits durch Umfragen, Interviews und Fokusgruppen.
  - 2) **Überarbeitungen:** Basierend auf dem Feedback werden Anpassungen vorgenommen, um den Inhalt und die Bereitstellung des Starterkits zu optimieren. Dieser Prozess stellt sicher, dass die Materialien praktisch, benutzerfreundlich und in unterschiedlichen Bildungsumfeldern effektiv sind.

## Ergebnisse:

- Ein umfassendes, gut recherchiertes Starter-Kit, das Lehrenden das nötige Grundwissen vermittelt, um die lebensmittelbasierte Bildung effektiv umzusetzen.
- Verbessertes Verständnis der theoretischen und praktischen Aspekte der Verwendung von Lebensmitteln als Lernmedium.

## Schritt 2: Erstellung von Open Educational Resources (OERs)

**Zielsetzung:** Entwicklung von Open Educational Resources auf Basis des im Starter Kit bereitgestellten Grundlagenwissens, die auf die Bedürfnisse von Lehrenden und Lernenden zugeschnitten sind.

### Aktivitäten:

1. **Identifizierung zentraler Themen:** Basierend auf dem Starterkit werden die bedeutendsten Themen und Bereiche bestimmt, in denen OER den größten Mehrwert bieten kann. Dazu zählen beispielsweise Ernährungsbildung, kulturelle Ernährungspraktiken, Lebensmittelnachhaltigkeit sowie die Einbindung von Ernährungsthemen in verschiedene Fächer wie Naturwissenschaften, Mathematik und Sozialkunde.
2. **Ressourcenentwicklung:** Erstellung einer Vielzahl von OERs zur Unterstützung von Lehrenden bei der Vermittlung von lebensmittelbasiertem Lernen. Diese Ressourcen werden umfassen:
  - **Lehr-/Lernpläne:** Praktische Vorschläge zur Integration lebensmittelbezogener Aktivitäten in den Unterricht. Diese umfassen klare Zielsetzungen, benötigte Materialien, Schritt-für-Schritt-Anleitungen und Bewertungskriterien. Die Pläne sind flexibel gestaltet, sodass sie an verschiedene Bildungskontexte angepasst werden können. Zudem wird betont, dass solche Aktivitäten auch mit minimalen Ressourcen umsetzbar sind. Durch die Hervorhebung ihres Nutzens und ihrer Kosteneffizienz kann eine breitere Akzeptanz gefördert werden.
  - **Videos:** Anschauliche Videoinhalte, die lebensmittelbezogene Aktivitäten, Kochtechniken und kulturelle Essgewohnheiten präsentieren. Sie dienen als visuelle Hilfsmittel, um das Verständnis zu erleichtern und Lehrenden sowie Lernenden praxisnahe Beispiele zu bieten.
  - **Interaktive Aktivitäten:** Entwicklung praxisnaher, interaktiver Lernangebote, die Lernende aktiv in lebensmittelbasiertes Lernen einbinden. Dazu gehören virtuelle Kochkurse, interaktive Quizspiele und gemeinschaftliche Projekte wie das Anlegen eines Gemeinschaftsgartens oder die Organisation eines Food-Festivals. Besonders betont wird die Umsetzbarkeit einfacher Aktivitäten, etwa das Kochen mit kostengünstigen, leicht verfügbaren Zutaten
3. **Evaluation:** Zur Analyse der Wirksamkeit lebensmittelbasierter Lernaktivitäten eignen sich Leitfäden, Reflexionsfragen und projektbasierte Analysen. Diese unterstützen Lehrende dabei, sowohl den Ablauf als auch die Lernergebnisse zu untersuchen.
4. **Einbindung digitaler Tools:** Die OER sollten digitale Tools enthalten, die interaktive und ansprechende Lernerfahrungen ermöglichen. Dazu zählen Plattformen für virtuelle Zusammenarbeit, digitale Storytelling-Tools und Apps für interaktives Lernen.

### Ergebnisse:

- Ein übergreifendes Angebot an hochwertigen, flexibel einsetzbaren Bildungsressourcen, die Lehrende bei der Umsetzung lebensmittelbasierter Lernaktivitäten unterstützen können.
- Gestärkte Kompetenzen der Lehrenden, um integrative und ansprechende Bildungserfahrungen zu vermitteln.

- Verstärktes Engagement der Lernenden und bessere Lernergebnisse durch interaktive und praktische Lernaktivitäten.

### Schritt 3: Implementierungsphase

**Zielsetzung:** Implementierung der entwickelten Ressourcen in verschiedenen Bildungseinrichtungen sowie regelmäßige Überwachung und Unterstützung bei ihrer Nutzung.

#### Aktivitäten:

1. **Trainings und Workshops:** Schulungen und Workshops für Pädagog\*innen, um sie mit dem Starterkit und den OER vertraut zu machen und ihnen zu zeigen, wie sie diese effektiv in ihrer Unterrichtspraxis nutzen können. Dabei wird besonders auf die Zugänglichkeit und Kosteneffizienz des Ansatzes hingewiesen.
2. **Verteilung der Ressourcen:** Verbreitung des Starterkits und der OER an Bildungseinrichtungen, Gemeinschaftsgruppen und andere Interessengruppen. Die Benutzerfreundlichkeit und Praxistauglichkeit der Ressourcen sollten hervorgehoben werden, um ihre Akzeptanz, insbesondere in ressourcenarmen Umfeldern, zu fördern.
3. **Support und Mentorship:** Unterstützung und Betreuung der Lehrenden bei der Integration der Ressourcen in ihren Unterricht. Aufbau einer Interessengemeinschaft, in der sich Lehrende über Erfahrungen, Herausforderungen und Erfolge austauschen können. Förderung der Nutzung kommunaler Ressourcen, z. B. durch die Anmietung von Küchen in Schulen oder Restaurants, um eine angemessene Infrastruktur zu gewährleisten.

#### Ergebnisse:

- Erfolgreiche Integration der lebensmittelbasierten Pädagogik in eine Vielzahl von Bildungsumgebungen.
- Erhöhtes Selbstvertrauen und Kompetenz der Lehrkräfte bei der Nutzung der entwickelten Ressourcen.

### Schritt 4: Evaluation und Reflexion

**Zielsetzung:** Überprüfung der Wirksamkeit des Food-Includes-Ansatzes hinsichtlich der Steigerung der Nutzung und Integration in die Erwachsenenbildung.

#### Aktivitäten:

1. **Datensammlung:** Sammlung quantitativer und qualitativer Daten über den Implementierungsprozess, einschließlich Feedback von Lehrenden, Lernbeteiligung und Lernergebnissen.
2. **Analyse und Berichterstattung:** Auswertung der gesammelten Daten zur Bewertung der Auswirkungen des Projekts auf Inklusivität und Bildungsergebnisse. Erstellung detaillierter Berichte, die die wichtigsten Ergebnisse, Herausforderungen und Empfehlungen hervorheben.
3. **Verbreitung:** Austausch der Evaluierungsergebnisse mit Interessenvertretenden von Volkshochschulen, Hochschuleinrichtungen, Berufsbildungseinrichtungen, Organisationen der Zivilgesellschaft und lokalen Behörden. Nutzung der gewonnenen Erkenntnisse zur Weiterentwicklung der Ressourcen und Ansätze für künftige Programme.

## Ergebnisse:

- Eine umfassende Evaluierung des Projekts „Food Includes“, die die Auswirkungen auf die Inklusion in der Erwachsenenbildung nachweist.
- Einblicke und Empfehlungen zur Verbesserung der Integration des lebensmittelbasierten Lernens in Bildungsprogramme.

Das Food Includes Projekt verfolgt das Ziel, durch seinen inklusiven Ansatz verschiedene Zielgruppen zu erreichen. Die Projektaktivitäten und -ressourcen sind so entwickelt, dass sie einen Zugang für marginalisierte Erwachsene ermöglichen können.

### Warum sich Lebensmittel eignen:

- **Universelle Sprache:** Essen ist eine universelle Sprache, die kulturelle und sprachliche Barrieren überbrücken kann. Dadurch ist es ein wirksames Tool, um unterschiedliche Bevölkerungsgruppen anzusprechen.
- **Gemeinschaftsbildung:** Lebensmittelbasierte Aktivitäten fördern das Gemeinschaftsgefühl und die Zugehörigkeit, was besonders für Randgruppen von Vorteil ist, die sich isoliert fühlen könnten.
- **Praktische Fähigkeiten:** Das Lernen mit Lebensmitteln umfasst praktische Aktivitäten, die wichtige Lebenskompetenzen wie Kochen, Ernährung und Nachhaltigkeit vermitteln.

## Warum verfolgen wir diesen Ansatz?

Lebensmittelbasierte Bildungsansätze eröffnen neue Wege, um integrative und motivierende Lernräume zu schaffen. Essen ist eine universelle Erfahrung und eignet sich daher hervorragend, um unterschiedliche Gruppen zusammenzubringen. Das Teilen kulinarischer Traditionen, stärkt das kulturelle Selbstbewusstsein und trägt dazu bei, dass sich alle, einschließlich marginalisierter Gruppen wie Migranten und Flüchtlingen, einbezogen fühlen.

Dieser Ansatz macht das Lernen lebendiger und spannender. Die multisensorische Erfahrung von Essen – Sehen, Riechen, Schmecken und Tasten – hilft, abstrakte Konzepte greifbar und einprägsamer zu machen. Aktivitäten wie das Abmessen von Zutaten für ein Rezept fördern nicht nur das Verständnis, sondern stärken auch Teamarbeit und Kommunikation, was besonders hilfreich für Lernende ist, die möglicherweise negative Erfahrungen mit traditionellem Unterricht hatten.

Lebensmittelbasierte Pädagogik unterstützt die ganzheitliche Entwicklung, indem sie kognitive, soziale und emotionale Lernprozesse miteinander verbindet. Sie vertieft das Verständnis in Fächern wie Naturwissenschaften und Mathematik, während sie gleichzeitig Empathie, kulturelles Bewusstsein und emotionale Stärke durch gemeinschaftliche Essensaktivitäten fördert.

Dieser Ansatz fördert praktische Fähigkeiten wie Kochen, Ernährung und Lebensmittelhygiene, die nicht nur das persönliche Wohlbefinden steigern, sondern auch die Beschäftigungsfähigkeit verbessern können. Wer die Zubereitung lokaler Gerichte erlernt, könnte neue berufliche Chancen in der Gastronomie finden. Darüber hinaus unterstützt der Ansatz auch die Teilhabe am Bildungssystem, regt zum lebenslangen Lernen an und trägt zur persönlichen Entfaltung bei.

Lebensmittel haben zudem die besondere Fähigkeit, Gemeinschaft und soziale Integration zu fördern. Aktivitäten rund um Lebensmittel bieten Gelegenheiten für kulturellen Austausch und stärken das Gemeinschaftsgefühl, was besonders für Menschen wichtig ist, die unter sozialer Isolation leiden.

Schließlich ist lebensmittelbasierte Pädagogik kostengünstig und zugänglich. Sie benötigt nur wenige Ressourcen, was sie zu einer erschwinglichen Option für Einrichtungen mit begrenztem Budget macht. Durch die Nutzung von Gemeinschaftsressourcen wie Schulküchen oder lokalen Restaurants kann die Lernerfahrung weiter bereichert werden, während gleichzeitig die Kosten niedrig bleiben, sodass allen Lernenden, unabhängig von ihrem wirtschaftlichen Hintergrund, eine qualitativ hochwertige Bildung zugänglich ist.

### 3.4 Erwartete Ergebnisse und Auswirkungen auf Nachhaltigkeit

Das Projekt Food Includes zielt nicht nur darauf ab, die Inklusion in der Bildung zu verbessern, sondern auch nachhaltige Praktiken und klimafreundliche Einstellungen bei den Teilnehmenden zu fördern. Durch die Integration von lebensmittelbasierter Pädagogik in die Erwachsenenbildung fördert das Projekt ein tieferes Verständnis für die Umweltauswirkungen von Lebensmittelentscheidungen und regt zu nachhaltigem Verhalten an. In diesem Abschnitt werden die erwarteten Ergebnisse des Projekts und seine Auswirkungen auf die Förderung von Nachhaltigkeit und klimafreundlichen Verhaltensweisen beschrieben.

Erwartete Ergebnisse	Details
<b>Gesteigertes Bewusstsein für nachhaltige Lebensmittelpraktiken</b>	<b>Nachhaltige Landwirtschaft:</b> Verständnis für nachhaltige landwirtschaftliche Praktiken wie biologische Landwirtschaft und Permakultur (Reganold & Wachter, 2016, S.1522). <b>Lokale und saisonale Lebensmittel:</b> Förderung lokaler und saisonaler Produkte zur Verringerung des CO2-Fußabdrucks (Weber & Matthews, 2008, S.3508-3513). <b>Reduzierung von Lebensmittelabfällen:</b> Vermittlung von Strategien zur Minimierung von Lebensmittelabfällen (Gustavsson et al., 2011, S.1-38).
<b>Umstellung auf klimafreundliche Ernährung</b>	<b>Pflanzenbasierte Ernährung:</b> Förderung einer pflanzenbasierten Ernährung mit geringeren Umweltauswirkungen. (Tilman & Clark, 2014, S.518-522). <b>Nachhaltige Fischerei:</b> Förderung von Meeresfrüchten aus nachhaltiger Produktion (Jacquet et al., 2010, S.45-56). <b>Reduzierter Fleischkonsum:</b> Hervorhebung der Vorteile einer Reduzierung des Fleischkonsums (Stehfest et al., 2009, S.83-102).
<b>Stärkeres Engagement der Gemeinschaft und sozialer Zusammenhalt</b>	<b>Förderung der sozialen Interaktion:</b> Förderung der Zusammenarbeit durch Gemeinschaftsgärten und Food-Festivals (Kingsley & Townsend, 2006, S.525-

	537). <b>Förderung der lokalen Wirtschaft:</b> Unterstützung lokaler Landwirte und Verringerung der Auswirkungen des Lebensmittelvertriebs (Marsden et al., 2000, S.424-438).
<b>Verbesserte persönliche und gemeinschaftliche Gesundheit</b>	<b>Ernährungsbildung:</b> Vermittlung von Wissen über ausgewogene Ernährung (Lobstein et al., 2015, S.2510-2520). <b>Zugang zu frischen Produkten:</b> Verbesserung des Zugangs zu frischen, lokal angebauten Produkten (Sage, 2012).
<b>Auswirkungen auf Nachhaltigkeit und klimafreundliches Handeln</b>	<b>Langfristige Veränderungen:</b> Verankerung dauerhafter Nachhaltigkeitspraktiken (Schultz, 2014, S. 107-117). <b>Bildungspolitischer Welleneffekt:</b> Schaffung eines Multiplikatoreffekts durch ausgebildete Lehrende. (Wals et al., 2014, S.583-584). <b>Politische Einflussnahme und Interessensvertretung:</b> Einflussnahme auf die lokale und regionale Politik (Sterling, 2010, S.17-33). <b>Ressourceneffizienz und Abfallreduzierung:</b> Effiziente Ressourcennutzung und Abfallvermeidung lehren (Postel, 2000, S.941; Lundie & Peters, 2005, S.275-286). <b>Verbessertes Umweltbewusstsein:</b> Förderung der Umweltverantwortung der Programmteilnehmenden (Pretty, 2008, S.941-948).

# 04

---

## Sammlung bewährter Praxisbeispiele für lebensmittelbasierte Angebote in der Erwachsenenbildung

## 4.1 Methodologische und empirische Grundlage

Der methodische Rahmen für diesen Abschnitt kombiniert sowohl qualitative als auch quantitative Forschungsansätze, um ein umfassendes Verständnis der Rolle und der Auswirkungen lebensmittelbasierter Programme in der Erwachsenenbildung und ihrer Bedeutung für die Förderung sozialer Eingliederung zu gewinnen. Wir werden ein Multi-Fallstudien-Design verwenden, das eine vergleichende Analyse in verschiedenen Bildungseinrichtungen und -kontexten ermöglicht und die Vielfalt dieser Programme erfasst. Dieser Ansatz ermöglicht es uns, sowohl gemeinsame Muster als auch besondere Merkmale zu identifizieren, die einen umfassenden Einblick in die Verwendung von Lebensmitteln als pädagogisches Instrument ermöglichen.

### Qualitativer Ansatz

Die qualitative Komponente dieser Studie wurde durch **halbstrukturierte Interviews** und Konsultationen mit einer Vielzahl von Akteur\*innen durchgeführt, darunter Erwachsenenbildner\*innen, Expert\*innen für soziale Eingliederung und Teilnehmende an lebensmittelbasierten Bildungsprogrammen. Diese Methode ermöglichte es uns, die gelebten Erfahrungen, Überlegungen und Erkenntnisse von Personen zu erfassen, die direkt an diesen Programmen beteiligt sind. Die Flexibilität der halbstrukturierten Interviews erlaubte es uns, die Details der Programmdurchführung sowie die damit verbundenen Herausforderungen und Erfolge in unterschiedlichen Kontexten zu verstehen.

Die Stakeholder wurden aufgrund ihres Fachwissens und ihrer Beteiligung an Initiativen zur Erwachsenenbildung oder sozialen Eingliederung ausgewählt. Zu den wichtigsten Teilnehmenden gehörten:

- **Expert\*innen für Erwachsenenbildung und Bildungswissenschaften**, von denen viele an der Konzeption und Entwicklung von Bildungsprogrammen auf der Grundlage von Lebensmitteln beteiligt waren. Diese Fachleute, die aus verschiedenen Ländern und öffentlichen Einrichtungen auf europäischer, nationaler und regionaler Ebene stammten, leisteten wertvolle Beiträge dazu, wie Lebensmittel die traditionellen Erwachsenenbildungsansätze ergänzen können. Ihre Perspektiven waren entscheidend, um die Studie auf eine fundierte akademische Grundlage zu stellen und gleichzeitig die praktische Relevanz für die pädagogischen Ziele der Erwachsenenbildung zu gewährleisten.
- **Fachleute für soziale Eingliederung**, die aus der Praxis berichteten, wie Lebensmittelprogramme effektiv eingesetzt werden können, um marginalisierte oder sozial ausgegrenzte Gruppen zu erreichen. Diese Expert\*innen gaben wertvolle Anregungen, wie Lebensmittel als Brücke fungieren können, um Menschen aus unterschiedlichen Kontexten zusammenzubringen, den Zusammenhalt der Gemeinschaft zu stärken und den Teilnehmenden zu helfen, praktische Fähigkeiten zu entwickeln, die sowohl ihre persönliche als auch soziale Stärkung fördern.

Die Interviews konzentrierten sich auf:

- Die Wirksamkeit des Einsatzes von Lebensmitteln als pädagogisches Instrument zur Vermittlung von Lebenskompetenzen und zur Förderung der sozialen Integration
- die Rolle von lebensmittelbasierten Programmen bei der Förderung des gemeinschaftlichen Zusammenhalts und der Berücksichtigung der Bedürfnisse von Randgruppen

- die Integration lebensmittelbezogener Aktivitäten mit traditionellen Methoden der Erwachsenenbildung, um das Engagement und die Ergebnisse der Lernenden zu verbessern

Außerdem haben wir die Programminhalte geprüft und, soweit möglich, teilnehmende Beobachtungen durchgeführt, um die Ergebnisse der Interviews in einen größeren Zusammenhang zu stellen. Die Beobachtungsdaten lieferten zusätzliche Einblicke in das Lernumfeld, die Gruppendynamik und das informelle Lernen, das bei der Essenzubereitung und bei gemeinsamen Aktivitäten stattfand.

## Quantitativer Ansatz

Die quantitativen Daten dieser Studie basieren auf umfassender Sekundärforschung. Dazu analysierten wir Daten aus institutionellen und staatlichen Quellen, Programmevaluierungen sowie wissenschaftlicher Literatur. So konnten wir wertvolle Informationen über die Ergebnisse der Teilnehmer, die Wirksamkeit der Programme und die sozialen Auswirkungen von Bildungsinitiativen im Bereich Ernährung erfassen und auswerten.

Unsere Literaturrecherche fokussierte sich auf die Analyse der messbaren Ergebnisse in Bezug auf:

- **Erwerb von Fähigkeiten**, wobei insbesondere untersucht wurde, wie die Ernährungsprogramme den Teilnehmenden halfen, sowohl lebensmittelbezogene Fähigkeiten (z. B. Kochen, Ernährung, Lebensmittelhygiene) als auch allgemeinere Lebenskompetenzen (z. B. Budgetierung, Kommunikation, Teamarbeit) zu entwickeln. Die ausgewerteten Programmberichte zeigten klare Hinweise auf eine positive Kompetenzentwicklung in diesen Bereichen. Zudem eröffneten viele Programme berufliche Perspektiven, insbesondere im Gastgewerbe und in der Gastronomie.
- **Engagement und Teilnahmequoten**: Zur Untersuchung der Teilnehmerbindung und -zufriedenheit wurden Daten aus institutionellen Berichten analysiert. Viele Programme konnten ein hohes Engagement aufrechterhalten, insbesondere durch den praxisnahen Charakter der lebensmittelbasierten Aktivitäten, die besonders für Lernende attraktiv sind, die sich von traditionellen Bildungsformen weniger angesprochen fühlen. Die immersiven und gemeinschaftlichen Elemente dieser Programme tragen zusätzlich dazu bei, die Teilnehmenden langfristig einzubinden.
- **Soziale Auswirkungen**: Ein besonderer Fokus lag auf der Frage, inwieweit ernährungsbasierte Programme zur sozialen Integration beitragen. Unsere Sekundärforschung analysierte quantitative Daten zur Reduzierung sozialer Isolation, zum Aufbau von Gemeinschaftsnetzwerken und zur Förderung des interkulturellen Dialogs zwischen Menschen unterschiedlicher Herkunft. Die Ergebnisse zeigen durchgehend, dass lebensmittelbasierte Bildungsprogramme eine wichtige Rolle für soziale Interaktion spielen und häufig als verbindendes Element zwischen verschiedenen kulturellen, sprachlichen und sozioökonomischen Gruppen dienen.

Diese Sekundärforschung lieferte eine umfassende quantitative Grundlage, um zu verstehen, wie lebensmittelbasierte Bildungsprogramme funktionieren und ihre Ziele in unterschiedlichen sozialen, kulturellen und institutionellen Kontexten erreichen. Durch die systematische Analyse verschiedener Datenquellen wurden nicht nur zentrale Mechanismen – wie die Demografie der Teilnehmenden, die Methoden der Programmdurchführung und die Finanzierungsmöglichkeiten – identifiziert, sondern auch fundierte, evidenzbasierte Einblicke in die sozialen und pädagogischen Auswirkungen dieser Initiativen gewonnen. Zu diesen Auswirkungen gehörten die Förderung des gesellschaftlichen Engagements, die Verbesserung der Entwicklung praktischer Fähigkeiten, die Verringerung der sozialen Isolation und der Beitrag

zur persönlichen und beruflichen Entwicklung der Lernenden. Darüber hinaus ermöglichten uns diese Erkenntnisse, Vergleiche zwischen den verschiedenen Fallstudien anzustellen und aufzuzeigen, wie spezifische Elemente der Ernährungspädagogik an die besonderen Bedürfnisse unterschiedlicher Lerngruppen angepasst werden können. Dadurch wird die Rolle der Ernährungsbildung in der Förderung sozialer Eingliederung und lebenslangen Lernens gestärkt.

#### 4.1.1 Sammlung bewährter Praktiken

Die Identifizierung und Dokumentation bewährter Praktiken war ein wesentlicher Teil der Untersuchung. Durch Konsultationen, Interviews und Sekundärforschung sammelten und analysierten wir Fälle, in denen lebensmittelbasierte Bildungsprogramme besonders erfolgreich zur Förderung der sozialen Eingliederung und Kompetenzentwicklung beitrugen. Diese Programme wurden anhand mehrerer Schlüsselkriterien ausgewählt, darunter der innovative Einsatz von Lebensmitteln als pädagogisches Instrument, der Fokus auf gesellschaftliches Engagement und ihre nachweisbaren Auswirkungen auf die sozialen und praktischen Fähigkeiten der Teilnehmenden.

Jede Fallstudie wurde aufgrund ihres Potenzials ausgewählt, als Modell für andere Bildungsinitiativen zu dienen. Bei der Erfassung dieser bewährten Praktiken wurden folgende Aspekte berücksichtigt:

- **Die angewandten pädagogischen Ansätze**, insbesondere die Art und Weise, wie Lebensmittel in den Lernprozess integriert wurden, um sowohl praktische Fähigkeiten (wie Lebensmittelzubereitung und Ernährung) als auch Lebenskompetenzen (wie Kommunikation, Teamarbeit und Finanzmanagement) zu vermitteln. Die Fallstudien unterstrichen den Wert des erfahrungsbasierten Lernens, bei dem Teilnehmende ihr Wissen in realen Kontexten anwenden konnten, was zu effektiveren und nachhaltigeren Lernergebnissen führte.
- **Die sozialen Auswirkungen** der einzelnen Programme, mit dem Fokus darauf, wie lebensmittelbasierte Bildung den sozialen Zusammenhalt stärkt, das Gefühl der Isolation verringert und den interkulturellen Austausch fördert. In vielen Programmen wurden Lebensmittel nicht nur als Lernmittel eingesetzt, sondern auch als Medium, das Menschen zusammenbringt und zum Ausbau starker, integrativer Gemeinschaften beiträgt, in denen sich die Teilnehmenden unterstützt und gestärkt fühlen.
- Die **Nachhaltigkeit und Skalierbarkeit** dieser Praktiken, einschließlich der Bewertung des Potenzials, diese Programme in anderen Kontexten anzupassen und zu replizieren. Dieser Aspekt war besonders wichtig für die Entwicklung des Starter Kits, da er Pädagog\*innen und Institutionen in ganz Europa ermöglichen wird, bewährte Methoden und Verfahren bei der Gestaltung ihrer eigenen Initiativen zur lebensmittelbasierten Bildung zu nutzen.

## 4.1.2 Sammlung von Fallbeispielen

Ein wesentlicher Aspekt dieser Untersuchung war die Triangulation von Daten aus verschiedenen Quellen. Durch die Kombination qualitativer Erkenntnisse aus Interviews und Beobachtungen mit quantitativen Ergebnissen aus der Sekundärforschung konnten wir unsere Ergebnisse überprüfen und sicherstellen, dass unsere Schlussfolgerungen sowohl zuverlässig als auch fundiert sind.

Für die **qualitativen Daten** führten wir eine **thematische Analyse** durch, um zentrale Themen und Muster in den Fallstudien zu identifizieren. Die Interviews und Beobachtungen wurden kodiert und ausgewertet, um wiederkehrende Themen in Bezug auf die Programmgestaltung, das Engagement der Teilnehmenden und den sozialen Nutzen der Ernährungserziehung herauszuarbeiten. Diese Analyse lieferte wichtige Einblicke in die Herausforderungen, denen die Programme gegenüberstanden, wie etwa die Sicherstellung der Finanzierung und die Aufrechterhaltung des Engagements der Teilnehmenden, sowie die Strategien, die zur Bewältigung dieser Hindernisse eingesetzt wurden.

Die **quantitativen Daten** aus der Sekundärforschung wurden mithilfe von **deskriptiven Statistiken** analysiert, um ein klares Bild der Ergebnisse dieser Programme zu erhalten. Durch die Zusammenfassung von Trends in Bezug auf den Erwerb von Fähigkeiten, soziale Eingliederung und die Bindung der Teilnehmenden an das Programm konnten wir ein detailliertes Verständnis für die Effektivität der lebensmittelbasierten Bildung im Hinblick auf die Erreichung von Bildungs- und Sozialzielen entwickeln.

## 4.1.3 Empirische Grundlage

Die Grundlage dieser Forschung ist interdisziplinär und umfasst Bereiche wie Ernährungserziehung, Erwachsenenbildung, Erfahrungslernen und Gemeinschaftserziehung. Jeder dieser Bereiche zeigt, wie Lebensmittel als effektives pädagogisches Werkzeug genutzt werden können. Die Studie untersucht, wie lebensmittelbasierte Bildungsprogramme zur sozialen Eingliederung, der Entwicklung von Fähigkeiten und dem Zusammenhalt in Gemeinschaften beitragen.

### Bildung im Bereich Ernährung

Im Bereich der lebensmittelbasierten Bildung baut diese Studie auf einem umfangreichen Forschungskorpus zu **Lebensmittelkompetenz**, **Ernährungslehre** und der breiteren **soziokulturellen Bedeutung** von Lebensmitteln für das individuelle und kollektive Wohlbefinden auf. Wissenschaftler wie Vidgen und Gallegos (2014, S. 59) definieren Ernährungskompetenz als die miteinander verknüpften Kenntnisse, Fähigkeiten und Verhaltensweisen, die erforderlich sind, um Lebensmittel zu planen, zu verwalten, auszuwählen, zuzubereiten und zu essen, die den persönlichen und soziokulturellen Bedürfnissen entsprechen. Bei der Lebensmittelkompetenz geht es also nicht nur um praktische Kompetenzen in der Lebensmittelzubereitung, sondern auch um ein kritisches Verständnis von Lebensmittelsystemen und deren sozialen, ökologischen und gesundheitlichen Auswirkungen (Cullen et al., 2015, S. 140).

Darüber hinaus unterstreichen Programme zu lebensmittelbasierter Pädagogik (siehe z.B. Contento (2007)), die Verbindung zwischen Ernährungslehre und öffentlicher Gesundheit, insbesondere wenn es darum geht, Menschen aus marginalisierten oder einkommensschwachen Gemeinschaften zu befähigen, informierte Ernährungsentscheidungen zu treffen, die ihre Gesundheit nachhaltig verbessern können. Diese Studien heben hervor, dass die Ernährungserziehung über die bloße Vermittlung von Fertigkeiten hinausgeht; es geht im Wesentlichen darum, bei den Lernenden ein Gefühl der Befähigung und Handlungskompetenz zu fördern (Caraher & Coveney, 2004, S. 591). Diese Programme geben den Lernenden das nötige Wissen und die Werkzeuge, um selbstbestimmte Entscheidungen über ihre Ernährung und lebensmittelbezogenen

Gewohnheiten zu treffen. Dadurch können sie die Verantwortung für ihr eigenes Wohlbefinden übernehmen, was besonders für diejenigen von Bedeutung ist, die keinen Zugang zu traditioneller Bildung haben oder gesellschaftlich ausgegrenzt sind.

## Theorien der Erwachsenenbildung

Die Studie basiert auf den Grundsätzen der **Andragogik** von Malcolm Knowles (1980). Er betonte, dass erwachsene Lernende sich in ihrem Bedürfnis nach Selbststeuerung und ihrem Wunsch, das Gelernte in realen Kontexten anzuwenden, deutlich von jüngeren Lernenden unterscheiden. Knowles argumentierte, dass Erwachsene ihre Lebenserfahrungen in den Lernprozess einbringen, um relevantere und bedeutungsvollere Lernerfahrungen zu schaffen. Die lebensmittelbasierte Bildung, mit ihrem praktischen Ansatz, passt gut in dieses Konzept, da sie den Lernenden ermöglicht, selbstgesteuert und erfahrungsbasiert zu lernen, wobei das Gelernte direkt auf ihr alltägliches Leben anwendbar ist.

Bildungsangebote mit Lebensmitteln ermöglichen es den Teilnehmenden, in einer praktischen Umgebung zu lernen, in der sie ihr vorhandenes Wissen anwenden und gleichzeitig neue Fähigkeiten erwerben können. Diese Art des Lernens kann in der Erwachsenenbildung besonders vorteilhaft sein, da die Teilnehmenden oft nach praktischer und unmittelbarer Bildung suchen, die in ihrem persönlichen oder beruflichen Kontext anwendbar ist (Merriam, 2001). Wie Jarvis (2004) feststellte, wird das Lernen von Erwachsenen häufig durch die Notwendigkeit motiviert, Probleme zu lösen oder Lebensübergänge zu meistern. Lebensmittelprogramme bieten einen idealen Rahmen, um **Problemlösungskompetenzen** zu fördern und persönliche Entwicklung durch Learning-by-Doing zu unterstützen.

Darüber hinaus spielt das Konzept des **transformativen Lernens**, das erstmals von Mezirow (1991) eingeführt wurde, in dieser Studie eine entscheidende Rolle. Transformatives Lernen beschreibt den Prozess, bei dem Individuen ihre Annahmen, Überzeugungen und Weltanschauungen kritisch hinterfragen, was zu einer Veränderung ihrer Perspektiven und ihres Verhaltens führen kann. Ernährungsbezogene Bildungsprogramme, insbesondere solche, die sich an sozial ausgegrenzte Personen richten, führen oft zu tiefgreifenden persönlichen Veränderungen. Sie vermitteln den Teilnehmenden neue Fähigkeiten, neues Wissen und ein Gefühl der Handlungsfähigkeit, was ihr Selbstverständnis und ihren Platz in der Gesellschaft verändern kann. Mezirows Theorie besagt, dass solche Veränderungen besonders in Kontexten stattfinden, die zur Reflexion und zum kritischen Austausch anregen. Beides steht im Mittelpunkt vieler Ernährungsprogramme, die nicht nur Koch- oder Gartenbaukenntnisse vermitteln, sondern auch Diskussionen über Ernährungssicherheit, Nachhaltigkeit und kulturelle Identität anregen.

## Experimentelles Lernen

Das Konzept des **Erfahrungslernens**, das vor allem von David Kolb (1984, S.38) entwickelt wurde, betont die Bedeutung des Lernens durch direkte Erfahrung. Lernende durchlaufen einen zyklischen Prozess, der konkrete Erlebnisse, reflektierende Beobachtungen, abstrakte Konzeptualisierung und aktives Experimentieren umfasst. Ernährungsbasierte Bildung bietet ein ideales Umfeld für diesen Ansatz, da sie den Teilnehmenden praktische Tätigkeiten wie Kochen, Anbau von Lebensmitteln oder Mahlzeitenplanung ermöglicht, gefolgt von reflektierenden Diskussionen, die diese Erfahrungen mit umfassenderen Bildungszielen verbinden.

Kolbs Theorie unterstreicht, wie aktives Experimentieren - bei dem die Lernenden das Gelernte auf neue Situationen anwenden - zu einem tieferen Verständnis und zur Beherrschung von Fähigkeiten führen kann. In Ernährungsprogrammen könnten die Teilnehmenden beispielsweise mit neuen Rezepten experimentieren, ihre Kochtechniken auf der Grundlage von Rückmeldungen anpassen oder Ernährungswissen bei der

persönlichen Essensplanung anwenden. Dieser Kreislauf aus Aktion und Reflexion ist nicht nur für den Erwerb von Fähigkeiten von entscheidender Bedeutung, sondern auch für die Förderung von kritischem Denken und Anpassungsfähigkeit - Eigenschaften, die für erwachsene Lernende, die sich in einem komplexen sozialen und wirtschaftlichen Umfeld zurechtfinden müssen, unerlässlich sind (Kolb & Fry, 1975, S. 89). Zudem zeigt Seaman (2008, S. 3-18), dass gemeinsames Erfahrungslernen in Gruppen, wie z. B. gemeinsames Kochen, soziales Lernen fördert, indem Teilnehmende von den Erfahrungen anderer lernen und dadurch sowohl die individuellen als auch die kollektiven Lernergebnisse verbessern.

### Kommunale Bildung und soziale Eingliederung

Schließlich stützt sich die Studie stark auf die Forschung in den Bereichen **Gemeinschaftsbildung** und soziale Eingliederung, die die Rolle der Bildung bei der Beseitigung gesellschaftlicher Ungleichheiten und der Förderung eines Zugehörigkeitsgefühls betonen. Ernährungsprogramme, insbesondere solche, die sich an sozial ausgegrenzte Gruppen richten, können als wirkungsvolle Instrumente für den **interkulturellen Dialog** und den **Aufbau von Gemeinschaften** dienen. Sie schaffen Räume, in denen Menschen mit unterschiedlichem Hintergrund zusammenkommen, sich austauschen, voneinander lernen und über gemeinsame Aktivitäten miteinander verbunden werden (Morgan & Sonnino, 2010, S. 209-224).

Essen als universelles menschliches Bedürfnis kann als **soziale Brücke** fungieren und Barrieren zwischen Menschen mit unterschiedlichem sozialem, wirtschaftlichem oder kulturellem Hintergrund abbauen. Dies entspricht Freires (1970) Theorie der kritischen Pädagogik, die für eine Bildung einsteht, die auf den gelebten Erfahrungen der Lernenden basiert und soziale Gerechtigkeit fördert. Durch die Verknüpfung von Bildungsaktivitäten mit realen sozialen Bedürfnissen können lebensmittelbasierte Programme den Teilnehmern die Möglichkeit geben, soziales Kapital aufzubauen, Netzwerke zu entwickeln und sich als aktive Bürger zu engagieren (Putnam, 2000).

Die Forschung zur **sozialen Eingliederung** hat gezeigt, dass Programme, die nicht nur praktische Fähigkeiten, sondern auch emotionale und soziale Unterstützung bieten, einen besonderen Mehrwert haben. Solche Programme dienen oft als Brücke, die sozial isolierte Menschen mit größeren Gemeinschaftsressourcen und Unterstützungsnetzen verbindet. Ernährungsprogramme können somit eine doppelte Funktion erfüllen: Sie bieten wertvolle Bildung und fördern gleichzeitig den **sozialen Zusammenhalt** (Burns et al., 2004, S. 30-45). Durch gemeinsame Aktivitäten wie Kochen und Essen entwickeln die Teilnehmenden oft bedeutungsvolle Beziehungen, die das Gefühl der Isolation und Marginalisierung verringern, besonders bei Menschen, die von anderen Formen der sozialen Teilhabe ausgeschlossen sind.

Durch die Verbindung von Erkenntnissen aus verschiedenen akademischen Disziplinen zeigt diese Studie, wie lebensmittelbasierte Bildung wirksam eingesetzt werden kann, um sowohl die Entwicklung individueller Fähigkeiten als auch die soziale Integration zu fördern. Die Kombination von praktischem, handlungsorientiertem Lernen mit kritischer Reflexion und gesellschaftlichem Engagement schafft einen ganzheitlichen und wirkungsvollen Ansatz für die Erwachsenenbildung. Diese Programme vermitteln den Teilnehmenden nicht nur wichtige Lebenskompetenzen, sondern fördern auch ein Gefühl der Zugehörigkeit und der Selbstbestimmung, indem sie persönliches Wachstum mit breiteren gesellschaftlichen Bedürfnissen verknüpfen.

## 4.2 Überblick über die Praxisbeispiele

Unsere Sammlung von Fallstudien bietet wertvolle Einblicke in die Umsetzung lebensmittelbasierter Bildungsprogramme in Europa, mit einem klaren Fokus auf soziale Eingliederung, Beschäftigungsfähigkeit und den Ausbau des Gemeinschaftszusammenhalts. Diese Programme wurden als Antwort auf die zunehmende Erkenntnis entwickelt, dass benachteiligte Gruppen wie z.B. Zugewanderte, Flüchtlinge und sozial schwächere Menschen beim Zugang zu Bildungs- und Arbeitsmöglichkeiten oft auf erhebliche Barrieren stoßen.

Die Teilnehmenden an diesen Programmen repräsentieren ein breites Spektrum an demografischen Profilen, die verschiedene Altersgruppen, Nationalitäten und Hintergründe umfassen. In vielen Fällen handelt es sich bei den Teilnehmenden um schutzbedürftige Bevölkerungsgruppen wie Frauen, Kinder und ältere Menschen, die aufgrund von Konflikten vertrieben wurden, wie im Fall der ukrainischen Flüchtlinge, die am **Programm Career Plus** in Polen teilnehmen. Andere Teilnehmende sind Migrant\*innen aus verschiedenen Regionen, die an Projekten **wie 3 Kitchens** teilnehmen, einem Programm, das sich an Menschen richtet, die in der Europäischen Union mit Arbeitslosigkeit und wirtschaftlicher Unsicherheit zu kämpfen haben.

Die Teilnehmenden dieser Programme sehen sich bei der Eingewöhnung in ihre neue Umgebung häufig mit erheblichen Herausforderungen konfrontiert. Zu den häufigsten Hürden zählen Sprachbarrieren, die begrenzte Anerkennung ihrer früheren Qualifikationen, hohe Arbeitslosenquoten und die Isolation von den lokalen Gemeinschaften. So sind beispielsweise viele Frauen im **Projekt 3 Kitchens** nach ihrer Migration arbeitslos, obwohl sie wertvolle Fähigkeiten, etwa im Bereich Kochen, besitzen, aber keine Anstellung finden konnten. Ebenso haben Flüchtlinge und Asylbewerbende im **Comfrey-Projekt** (UK) mit Traumata, sozialer Isolation und kultureller Entwurzelung zu kämpfen. Das Projekt nutzt therapeutische Gartenarbeit, um eine Gemeinschaft aufzubauen, das psychische Wohlbefinden zu fördern und praktische Fähigkeiten zu entwickeln.

In allen Fallstudien sind die Programme so konzipiert, dass Lebensmittel als zentrales Instrument für Bildung und soziale Interaktion eingesetzt werden. Sowohl auf dem Land als auch in der Stadt dienen lebensmittelbasierte Aktivitäten wie Gartenbau, gemeinsames Kochen und Ernährungsworkshops den Teilnehmenden als Einstieg in ihre neuen Gemeinschaften und zum Erwerb übertragbarer Fähigkeiten. Programme wie der **Altza Baratza-Gemüsegarten** in Spanien konzentrieren sich auf die nachhaltige Lebensmittelproduktion und fördern gleichzeitig den Umweltschutz und die soziale Integration. Andere, wie das Projekt **FOOD-AWARE**, zielen darauf ab, die Teilnehmenden für einen verantwortungsvollen Lebensmittelkonsum zu sensibilisieren, wobei neben dem sozialen Lernen auch die ökologische Nachhaltigkeit im Vordergrund steht.

Die Teilnehmenden der Programme kommen aus sehr unterschiedlichen sozialen und kulturellen Kontexten, doch sie haben ähnliche Herausforderungen zu bewältigen, wie etwa wirtschaftliche Not, Migration oder der eingeschränkte Zugang zu formaler Bildung. Die Fallstudien zeigen auf, wie Lebensmittel nicht nur dazu dienen, praktische Lebenskompetenzen wie Kochen, Gartenarbeit oder Unternehmertum zu vermitteln, sondern auch einen wichtigen Beitrag zur Förderung des interkulturellen Dialogs und zur Reduzierung sozialer Isolation leisten. Diese Programme bieten den Teilnehmenden die Möglichkeit, wirtschaftliche Unabhängigkeit zu erlangen, ihr Selbstwertgefühl zu stärken und sich besser in die Gesellschaft zu integrieren – dabei wird gleichzeitig ihr kulturelles Erbe respektiert und gewürdigt. Die Kombination von therapeutischen, praktischen und gemeinschaftlichen Aktivitäten unterstützt die Teilnehmenden dabei, ihre Widerstandsfähigkeit und Anpassungsfähigkeit in ihrer neuen Umgebung zu stärken. In vielen Fällen bieten

diese Programme den Teilnehmenden auch die Möglichkeit, eine Führungsrolle zu übernehmen, z. B. als Mentor\*in für andere oder als Leitung kleiner Projekte. So haben beispielsweise Teilnehmende des Programms Career Plus in Polen ihr eigenes Unternehmen gegründet, nachdem sie Schlüsselkompetenzen in der Kochkunst und der Zusammenarbeit in der Gruppe erworben hatten.

Durch lebensmittelbasierte Bildungsprogramme werden Barrieren zwischen marginalisierten Gruppen und ihren neuen Gemeinschaften abgebaut. Diese Programme helfen den Teilnehmenden, sich nicht nur in ihrer neuen Umgebung zurechtzufinden, sondern dort auch erfolgreich zu sein. Die Kombination aus dem Erlernen praktischer Fähigkeiten und sozialer Integration macht Lebensmittel zu einem wirkungsvollen und transformierenden Instrument der Erwachsenenbildung.

### 4.3 Ergebnisse der Praxisbeispiele

Schlüsselergebnisse	Beschreibung
<p><b>1. Lebensmittel als Mittel zur sozialen Eingliederung</b></p>	<p>Essensbezogene Aktivitäten wie gemeinsames Gärtnern, Kochkurse und das Teilen von Mahlzeiten erwiesen sich als wirksame Instrumente zur Förderung der sozialen Integration. Durch diese Aktivitäten konnten Teilnehmende mit unterschiedlichem kulturellem und sozialem Hintergrund interagieren, Erfahrungen austauschen und sinnvolle Beziehungen aufbauen. Dies trug dazu bei, die soziale Isolation zu verringern, insbesondere bei Flüchtlingen und Asylbewerbenden, die sich oft von ihren neuen Gemeinschaften abgekoppelt fühlen. Der gemeinschaftliche Charakter der Essensaktivitäten förderte den interkulturellen Dialog, die Vertrauensbildung und die gegenseitige Unterstützung und trug dazu bei, ein integratives Umfeld zu schaffen, in dem sich die Teilnehmenden wertgeschätzt und akzeptiert fühlten.</p>
<p><b>2. Kompetenzentwicklung und Empowerment</b></p>	<p>Neben der Vermittlung grundlegender kulinarischer oder gärtnerischer Fertigkeiten vermittelten die Programme den Teilnehmenden eine breite Palette praktischer, übertragbarer Fähigkeiten, die ihre Beschäftigungsfähigkeit und persönliche Entwicklung verbesserten. Zu diesen Fähigkeiten gehörten Teamarbeit, Führungsqualitäten, Kommunikation und Problemlösungsfähigkeiten, die sowohl im beruflichen als auch im gesellschaftlichen Umfeld unerlässlich sind. Viele Teilnehmende, insbesondere Migrierende und Flüchtlinge, waren in der Lage, im Rahmen der Programme Führungsaufgaben zu übernehmen,</p>

andere zu betreuen oder bestimmte Aufgaben zu bewältigen. Dadurch wurden nicht nur ihre neuen Fähigkeiten gestärkt, sondern auch ihr Selbstvertrauen und ihr Gefühl der Autonomie, was sie dazu befähigte, weitere Möglichkeiten in der Arbeitswelt oder bei unternehmerischen Unternehmungen zu verfolgen.

### 3. Psychische Gesundheit

Die Bildungsmaßnahmen auf der Grundlage von Lebensmitteln wirkten sich deutlich positiv auf die psychische Gesundheit aus, insbesondere bei Teilnehmenden, die ein Trauma, soziale Isolation oder Stress erlebt hatten. Aktivitäten wie Gartenarbeit, Kochen und gemeinsames Essen förderten ein Gefühl der Ruhe, der Konzentration und des Ziels. Insbesondere die Gartenarbeit erwies sich als therapeutisch, da sie den Teilnehmenden half, Stress und Ängste zu bewältigen, und ihnen gleichzeitig ein Gefühl der Erfüllung vermittelte, wenn sie Pflanzen pflegten und ernteten. Die sozialen Interaktionen, die bei gemeinsamen Mahlzeiten oder Gruppenprojekten stattfanden, trugen ebenfalls zum emotionalen Wohlbefinden der Teilnehmenden bei und halfen ihnen, sich stärker mit Gleichaltrigen verbunden und von ihnen unterstützt zu fühlen. Diese Aktivitäten führten häufig zu einer Verbesserung der psychischen Gesundheit, einschließlich der Verringerung von Depressionen und der Stärkung der emotionalen Widerstandsfähigkeit.

### 4. Praktische Wege zur Erwerbstätigkeit

Viele der lebensmittelbasierten Programme boten den Teilnehmenden direkte Wege zur Beschäftigung, indem sie Schulungen in marktfähigen Fertigkeiten wie Kochkunst, Lebensmittelproduktion und Gartenbau anboten. Für viele Flüchtlinge und Migrierende dienten diese Programme als Sprungbrett in den Arbeitsmarkt, insbesondere in Sektoren wie Gastgewerbe, Catering und Lebensmitteldienstleistungen. Teilnehmende, die zuvor mit Arbeitslosigkeit oder Unterbeschäftigung zu kämpfen hatten, erwarben die notwendigen Fähigkeiten und das Selbstvertrauen, um einen Arbeitsplatz zu finden, ein kleines Unternehmen zu gründen oder sich weiterzubilden. Die praktische Lernerfahrung hat dazu beigetragen, die Kluft zwischen ihren vorhandenen Fähigkeiten und den Anforderungen

des lokalen Arbeitsmarktes zu überbrücken, was sie zu wettbewerbsfähigeren Kandidat\*innen für eine Beschäftigung machte.

## 5. Herausforderungen und Verbesserungspotentiale

Trotz der positiven Ergebnisse wurden in den Fallstudien mehrere Herausforderungen festgestellt. Ein gemeinsames Problem war die finanzielle Nachhaltigkeit der Programme, von denen viele in hohem Maße auf externe Finanzierung, Spenden und Zuschüsse angewiesen waren, um ihren Betrieb aufrechtzuerhalten. Ohne eine stabile Finanzierung war der langfristige Erhalt dieser Programme ungewiss. Darüber hinaus sahen sich einige Teilnehmende aufgrund von Kosten oder logistischen Problemen, wie z. B. Transport- oder Sprachbarrieren, mit Hindernissen beim Zugang zu Schulungen konfrontiert. Eine weitere Herausforderung war das unterschiedliche Maß an institutioneller Unterstützung für Zugewanderte und Flüchtlinge in den verschiedenen Ländern. Während einige Programme von einer starken kommunalen und staatlichen Unterstützung profitierten, war es für andere schwierig, die notwendigen Ressourcen und die Unterstützung zu sichern, um ein breiteres Publikum zu erreichen. Die Sicherstellung einer stabilen Finanzierung und eine stärkere institutionelle Beteiligung wurden als verbesserungsbedürftige Bereiche für den weiteren Erfolg und die Skalierbarkeit dieser Initiativen hervorgehoben.

## 6. Langfristige Auswirkungen auf die Gemeinschaft

Die lebensmittelbasierten Bildungsprogramme haben sich sowohl auf die einzelne Person als auch auf die Gemeinschaft nachhaltig positiv ausgewirkt. In vielen Fällen gingen die Fähigkeiten, das Wissen und die Beziehungen, die durch diese Initiativen entwickelt wurden, über die formalen Programme hinaus. Die Teilnehmenden engagierten sich weiterhin in der Lebensmittelproduktion, der Gartenarbeit und dem gemeinsamen Kochen und trugen so zur Nachhaltigkeit der lokalen Lebensmittelsysteme und zur Stärkung der Gemeinschaft bei. Diese Aktivitäten förderten den sozialen Zusammenhalt, da sich die Teilnehmenden weiterhin in ihren Gemeinden engagierten, das Gelernte weitergaben und weiterhin an lebensmittelbezogenen Projekten mitarbeiteten. Die Fallstudien zeigten auch, dass die

Lebensmittelbasierte Bildung zur ökologischen Nachhaltigkeit beitragen kann, indem sie Praktiken wie die lokale Lebensmittelproduktion, die Abfallverringerung und den verantwortungsvollen Konsum fördert. Im Laufe der Zeit trugen diese Initiativen dazu bei, widerstandsfähigere Gemeinschaften zu schaffen, die besser in der Lage sind, sowohl soziale als auch ökologische Herausforderungen zu bewältigen.

# 05

---

## Schlussfolgerungen

## 5.1 Schlussfolgerungen

Lebensmittel bieten einen innovativen Ansatz in der Erwachsenenbildung, der sowohl die universelle Bedeutung von Nahrung als auch die Förderung sozialer Integration und vielfältiger Bildungsergebnisse in den Mittelpunkt stellt. Der Ansatz der lebensmittelbasierten Pädagogik basiert auf der Erkenntnis, dass Lebensmittel weit mehr sind als nur Nahrung – sie sind tief mit Kultur, Identität und Gemeinschaft verbunden. Durch die Integration von Lebensmitteln in den Lernprozess können Lehrende praxisorientierte, erfahrungsbasierte Umgebungen schaffen, die besonders für erwachsene Lernende zugänglich sind, die in traditionellen Bildungssystemen auf Hürden gestoßen sind.

### 5.1.1 Lebensmittel als didaktisches Instrument

Die Idee, Lebensmittel in der Bildung einzusetzen, beruht auf Theorien des Erfahrungslernens- „Learning by doing“. Dieser Ansatz eignet sich hervorragend für die Erwachsenenbildung, da er den Lernenden praktische, realitätsnahe Anwendungen von Wissen bietet. Aktivitäten im Zusammenhang mit Lebensmitteln wie Kochen, Gartenarbeit und Essenszubereitung bieten zahlreiche Gelegenheiten für erfahrungsbasiertes Lernen. Sie ermöglichen es den Lernenden, sich an Aufgaben zu beteiligen, die Problemlösung, Teamarbeit und kritisches Denken erfordern - Fähigkeiten, die sowohl im Privatleben als auch im Berufsleben wichtig sind.

Aus didaktischer Sicht bieten Lebensmittel eine interdisziplinäre Plattform für den Unterricht in verschiedenen Fächern. Im naturwissenschaftlichen Unterricht kann die Chemie des Kochens erforscht werden, im Geschichtsunterricht kann man sich mit den Ursprüngen bestimmter Gerichte befassen, und Mathematik lässt sich durch das Abmessen von Zutaten vermitteln. Dieses kontextbezogene Lernen hilft erwachsenen Lernenden, abstrakte Konzepte mit ihren Alltagserfahrungen zu verbinden, wodurch die Bildung sinnvoller und relevanter wird. Die sinnliche und interaktive Dimension von Essen trägt dazu bei, die Lernenden zu begeistern, insbesondere diejenigen, die in der Vergangenheit möglicherweise negative Erfahrungen mit formaler Bildung gemacht haben. Indem das Lernen auf diese Weise angenehm und greifbar gestaltet wird, fungieren Lebensmittel als eine Brücke zu formalen Bildungsinhalten.

Darüber hinaus fördert der Unterricht mit Lebensmitteln das soziale und emotionale Lernen, indem er Zusammenarbeit und Kommunikation fördert. Wenn Lernende gemeinsam kochen oder Mahlzeiten teilen, bauen sie Beziehungen auf und stärken soziale Bindungen. Dieser Aspekt von lebensmittelbasierter Bildung ist besonders wichtig für Randgruppen, die mit sozialer Isolation oder kulturellen Barrieren konfrontiert sein können. Essen ermöglicht es den Menschen, ihr kulturelles Erbe und ihre persönlichen Geschichten in einer offenen und einladenden Atmosphäre zu teilen, was das interkulturelle Verständnis und den sozialen Zusammenhalt fördert.

Die lebensmittelbasierte Pädagogik lässt sich gut mit den Zielen der Erwachsenenbildung vereinbaren, wie der Verbesserung der Qualifikationen und der Förderung des lebenslangen Lernens. Die Auseinandersetzung mit lebensmittelbezogenen Aufgaben kann praktische Fähigkeiten wie Budgetierung, Ernährung und Lebensmittelsicherheit verbessern, die für das tägliche Leben und die Beschäftigungsfähigkeit von entscheidender Bedeutung sind. Insbesondere für marginalisierte Erwachsene können diese Fähigkeiten wertvolle Wege in den Arbeitsmarkt eröffnen, vor allem in Branchen wie dem Gastgewerbe, der Gastronomie und der Landwirtschaft. Lebensmittel als pädagogisches Instrument erfüllen somit nicht nur Bildungsziele, sondern unterstützen auch die soziale und wirtschaftliche Eingliederung im weiteren Sinne.

## 5.1.2 Das Food Includes-Projekt

Aufbauend auf diesen pädagogischen Grundlagen setzt das Projekt „Food Includes“ gezielt Lebensmittel als pädagogisches Tool ein, um ausgegrenzte Lernende zu erreichen und ihre Teilnahme an der Erwachsenenbildung zu fördern. Das Projekt richtet sich an marginalisierte Gruppen wie Flüchtlinge, Migrant\*innen und sozial benachteiligte Personen, die in der Vergangenheit vom traditionellen Bildungssystem wenig Unterstützung erhalten haben. Durch die Integration lebensmittelbasierter Lernaktivitäten schafft das Projekt zugängliche und ansprechende Lernumgebungen, in denen die Teilnehmenden sowohl praktische als auch soziale Kompetenzen entwickeln können.

Das Projekt „Food Includes“ nutzt die Vielseitigkeit von Lebensmitteln, um mehrere wichtige Ziele zu erreichen. Ein zentraler Aspekt ist die Förderung des lebenslangen Lernens und der Entwicklung praktischer Fähigkeiten. Durch erfahrungsbasierte Aktivitäten wie Kochkurse, gemeinschaftliches Gärtnern und Food-Events können die Teilnehmenden auf eine praxisorientierte Weise lernen. Dabei werden nicht nur essenzielle Lebenskompetenzen wie Kochen, Ernährung und Lebensmittelsicherheit vermittelt, sondern auch Fähigkeiten wie kritisches Denken und Problemlösung gefördert. Zum Beispiel können Lernende an Projekten teilnehmen, die sich mit der Planung von Mahlzeiten innerhalb eines Budgets, dem Verständnis von Nährwerten oder dem Umgang mit Lebensmittelabfällen befassen – alles praxisnahe Themen, die direkt im Alltag von Bedeutung sind.

Zweitens unterstreicht das Projekt die Rolle von Lebensmitteln für die soziale Integration. Essen bringt Menschen auf natürliche Weise zusammen und ist damit ein ideales Medium, um soziale Bindungen zu fördern und den Zusammenhalt der Gemeinschaft zu stärken. Das Projekt schafft Räume, in denen marginalisierte Lernende ihre kulturellen Hintergründe austauschen, soziale Barrieren abbauen und Unterstützungsnetzwerke aufbauen können. Aktivitäten wie gemeinsames Kochen und gemeinsame Mahlzeiten ermöglichen es den Teilnehmenden, ihre Sprachkenntnisse zu verbessern, kulturelles Wissen auszutauschen und ein Zugehörigkeitsgefühl zu entwickeln. Für viele Teilnehmende sind diese sozialen Interaktionen entscheidend, um Selbstvertrauen aufzubauen und die soziale Isolation zu überwinden.

Das Projekt „Food Includes“ befasst sich auch mit den beruflichen Perspektiven von Menschen, indem es lebensmittelbasiertes Lernen mit beruflichen Möglichkeiten verknüpft. Viele der bei lebensmittelbezogenen Aktivitäten erlernten Fähigkeiten - wie Kochen, Lebensmittelhygiene und Veranstaltungsorganisation - sind direkt auf den Arbeitsmarkt übertragbar, insbesondere in Branchen wie dem Gastgewerbe und der Gastronomie. Das Projekt unterstützt auch das unternehmerische Denken, indem es Teilnehmenden ermöglicht, Veranstaltungen (z. B. lokale Food-Events) zu planen und durchzuführen. Dabei entwickeln sie ihre Fähigkeiten in den Bereichen Organisation, Budgetierung und Projektmanagement weiter. Diese praktischen Erfahrungen stärken nicht nur die Beschäftigungsfähigkeit, sondern fördern gleichzeitig Führungskompetenzen und Teamarbeit.

Dabei werden die verschiedenen Hindernisse berücksichtigt, die Lernende möglicherweise überwinden müssen (z.B. finanzielle Einschränkungen, Sprachbarrieren und logistische Herausforderungen wie Transport oder der Zugang zu Ressourcen). Um diese Hürden zu adressieren, werden die Aktivitäten des Projekts flexibel und zugänglich gestaltet, sodass auch Teilnehmende mit begrenzten Mitteln voll und ganz eingebunden werden können. Ein Beispiel dafür ist die Förderung der Nutzung einfacher, kostengünstiger Zutaten und lokaler Produkte in den Kochkursen, wodurch die Lerninhalte erschwinglich bleiben und sich problemlos in den Alltag der Teilnehmenden integrieren lassen.

# 06

## Literaturverzeichnis

### 6.1 Literaturverzeichnis

Bamber, J., & Tett, L. (2000). Transforming the learning experiences of non-traditional students: A perspective from higher education. *Studies in Continuing Education*, 22, 57-75.

Belzer, A. (2004). "It's not like normal school": The role of prior learning contexts in adult learning. *Adult Education Quarterly*, 55, 41-59.

Bremer (2017): „Es besteht oft eine gegenseitige Fremdheit, die ein Stück weit überwunden werden muss“. In: [Dis.kurs : das Magazin der Volkshochschulen](#), 24 (2017) 4, S. 17-19

Burns, A., Cooke, D., & Schweiger, M. (2004). Food, nutrition, and social inclusion. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 14(1), 30-45. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/casp.744>

Byrd-Bredbenner, C., O'Connell, L., Shannon, B., & Eddy, J. (2006). Development of food safety knowledge, skills, and behaviours in children: A multidisciplinary approach. *Journal of the American Dietetic Association*, 106(6), 919-926. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0002822306004262>

Caraher, M., & Coveney, J. (2004). Public health nutrition and food policy. *Public Health Nutrition*, 7(5), 591-598.

Contento, I. R. (2007). *Nutrition education: Linking research, theory, and practice*. Jones & Bartlett Learning.

Cullen, T., Hatch, J., Martin, W., Higgins, J. W., & Sheppard, R. (2015). Food literacy: Definition and framework for action. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 76(3), 140-145.

De Greef, M. et al. (2012): Understanding the effects of training programs for vulnerable adults on social inclusion as part of continuing education. *Studies in Continuing Education*, 34(3), 357–380. Taylor & Francis <http://dx.doi.org/10.1080/0158037X.2012.664126>

Dewey, J. (1938). *Experience and Education*. Macmillan.

Dillahunt, T. R., Wang, Z., & Teasley, S. D. (2014). Coursera and edX: The impact of MOOCs on education. *Journal of Online Learning and Teaching*, 10(2), 265-274.

Duffrin, M. W., Phillips, M. M., Tecte, A., & Wilkins, J. L. (2010). FoodMASTER: Integrating food, math, and science at the elementary level. *Journal of Food Science Education*, 9(3), 79-84. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1541-4329.2010.00092.x>

Flynn, S. et al. (2011): Barriers to Education for the Marginalized Adult Learner. *Alberta Journal of Educational Research*, 57(1), 43–58. <https://doi.org/10.11575/ajer.v57i1.55454>

Freire, P. (1970). *Pedagogy of the Oppressed*. Continuum.

Griffin, G. A *Dictionary of Gender Studies*.: Oxford University Press. Retrieved 22 Jul. 2024, from <https://www.oxfordreference.com/view/10.1093/acref/9780191834837.001.0001/acref-9780191834837>.

Guitart, D. A., Pickering, C. M., & Byrne, J. A. (2012). Past results and future directions in urban community gardens research. *Urban Forestry & Urban Greening*, 11(4), 364-373. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1618866712000737>

Hernandez, M., Schwartz, M. B., & Thompson, D. (2021). Development and validation of a food literacy conceptual model for elementary school children. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 53(4), 333-341. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1499404620307057>

ICAE (2020): Adult Learning and Education (ALE)- Because the future cannot wait. Contribution of the International Council for Adult Education (ICAE) to the UNESCO's Futures of Education initiative. [ICAE - Futures of ALE FINAL.pdf \(dvv-international.de\)](#)

Jacquet, J., Hocevar, J., Lai, S., Majluf, P., Pelletier, N., & Pitcher, T. (2010). Conserving wild fish in a sea of market-based efforts. *Oryx*, 44(1), 45-56.

Jarvis, P. (2004). *Adult education and lifelong learning: Theory and practice*. Routledge.

Kersh, N. et al. (2021). *Active Citizenship, Lifelong Learning and Inclusion: Introduction to Concepts and Contexts*.

[https://www.researchgate.net/publication/351039570\\_Active\\_Citizenship\\_Lifelong\\_Learning\\_and\\_Inclusion\\_Introduction\\_to\\_Concepts\\_and\\_Contexts](https://www.researchgate.net/publication/351039570_Active_Citizenship_Lifelong_Learning_and_Inclusion_Introduction_to_Concepts_and_Contexts)

Khan, S. (2012). *The One World Schoolhouse: Education Reimagined*. Twelve.

Kingsley, J., & Townsend, M. (2006). 'Dig In' to Social Capital: Community Gardens as Mechanisms for Growing Urban Social Connectedness. *Urban Policy and Research*, 24(4), 525-537.

Kirkby, A. et al. (2023): Briefing: Education inequalities facing Gypsies, Roma and Travellers in England. <https://www.gypsy-traveller.org/wp-content/uploads/2023/10/Education-inequalities-faced-by-Gypsies-Roma-and-Travellers-in-England-briefing.pdf>

Knowles, M. (1984), *Andragogy in action. Applying Modern Principles of Adult Learning.*, Jossey-Bass.

Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice-Hall.

Kolb, D. A., & Fry, R. (1975). *Toward an applied theory of experiential learning*. MIT Alfred P. Sloan School of Management.

Kraff, H., & Jernsand, E. M. (2022). Multicultural food events – opportunities for intercultural exchange and risks of stereotypification. *Tourism Recreation Research*, 48(6), 844–855.

Lobstein, T., Jackson-Leach, R., Moodie, M. L., Hall, K. D., Gortmaker, S. L., Swinburn, B. A., & McPherson, K. (2015). Child and adolescent obesity: Part of a bigger picture. *The Lancet*, 385(9986), 2510-2520. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0140673614617580>

Marsden, T., Banks, J., & Bristow, G. (2000). Food supply chain approaches: Exploring their role in rural development. *Sociologia Ruralis*, 40(4), 424-438. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1467-9523.00156>

Mead, E., Chapman, C., Webb, J., & Carter, H. (2023). Using multilingual videos to promote nutrition education among refugee populations. *International Journal of Health Promotion and Education*, 61(1), 23-37.

Merriam, S. B. (2001). Andragogy and self-directed learning: Pillars of adult learning theory. *New Directions for Adult and Continuing Education*, 2001(89), 3-14. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/ace.3>

Mezirow, J. (1991). *Transformative dimensions of adult learning*. Jossey-Bass.

Montero, C.G. & Gross, J.(2023): Food Consumption and Power: Nourishment and Identitylocked. <https://oxfordre.com/anthropology/display/10.1093/acrefore/9780190854584.001.0001/acrefore-9780190854584-e-594>

Mooney, R.& O'Rourke, C. (2017): Barriers to Further Education and Training with Particular Reference to Long Term Unemployed Persons and Other Vulnerable Individuals. Link: <https://www.solas.ie/f/70398/x/432b2fa3ba/barriers-to-fet-final-june-2017.pdf>

Morgan, K., & Sonnino, R. (2010). The urban foodscape: World cities and the new food equation. *Cambridge Journal of Regions, Economy and Society*, 3(2), 209-224.

Murphy, C. (2019). Asylum seeker and refugee-led food initiatives: Exploring possibilities for social integration. *Journal of Refugee Studies*, 32(4), 625-645.

Murphy, F. (2018). Seeking solidarity through food: the growth of asylum seeker and refugee food initiatives in Ireland. *Studies in Arts and Humanities*. Vol 04(2). [https://www.academia.edu/38262394/Seeking\\_Solidarity\\_through\\_food\\_pdf?sm=b](https://www.academia.edu/38262394/Seeking_Solidarity_through_food_pdf?sm=b)

OECD (2019), *Getting Skills Right: Engaging low-skilled adults in learning*. [www.oecd.org/employment/emp/engaging-low-skilled-adults-2019.pdf](http://www.oecd.org/employment/emp/engaging-low-skilled-adults-2019.pdf)

Parker, L., & Koeppe, K. (2020). Integrating food pedagogies in schools: A holistic approach to food education. *International Journal of Consumer Studies*, 44(5), 451-460. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/ijcs.12591>

Pennacchia, J. et al. (2018): Barriers to learning for disadvantaged groups. Report of qualitative findings. [https://assets.publishing.service.gov.uk/media/5b7d2ea2ed915d14d88482d6/Barriers\\_to\\_learning\\_-\\_Qualitative\\_report.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/media/5b7d2ea2ed915d14d88482d6/Barriers_to_learning_-_Qualitative_report.pdf)

Perry, M. (2017). Feasting on Culture and Identity: Food Functions in a Multicultural and Transcultural Malaysia. *3L The Southeast Asian Journal of English Language Studies*. 23. 184-199. (1) (PDF) [Feasting on Culture and Identity: Food Functions in a Multicultural and Transcultural Malaysia \(researchgate.net\)](https://www.researchgate.net/publication/317111111_Feasting_on_Culture_and_Identity:_Food_Functions_in_a_Multicultural_and_Transcultural_Malaysia)

Pettinger, et al. (2019): Participatory food events as collaborative public engagement opportunities. *Methodological Innovations*. NO 12 (2)

Postel, S. (2000). Entering an era of water scarcity: The challenges ahead. *Ecological Applications*, 10(4), 941-948. [https://esajournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1890/1051-0761\(2000\)010%5B0941:EAOWST%5D2.0.CO;2](https://esajournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1890/1051-0761(2000)010%5B0941:EAOWST%5D2.0.CO;2)

Pretty, J. (2008). Agricultural sustainability: Concepts, principles and evidence. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 363(1491), 447-465. <https://royalsocietypublishing.org/doi/10.1098/rstb.2007.2163>

Radovic-Markovic, M. et al. (2019). The Impact of Education on Entrepreneurship Activity and Employment Among Marginalized Groups: an Evidence of Serbia, 2016, International Proceedings: Insights and Potential Sources of New Entrepreneurial Growth, 4. December 2016. Belgrade, pp. 356-369.

Reganold, J. P., & Wachter, J. M. (2016). Organic agriculture in the twenty-first century. *Nature Plants*, 2(2), 15221. <https://www.nature.com/articles/nplants201521>

Sage, C. (2012). *Environment and food*. Routledge.

Saxena, L. P. et al. (2021): Understanding participation in community food activities – a synthesis report on motivations, barriers, and enablers. Report. Centre for Agroecology, Water and Resilience: Coventry University.

Schultz, P. W. (2014). Strategies for promoting pro-environmental behavior: Lots of tools but few instructions. *European Psychologist*, 19(2), 107-117. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1027/1016-9040/a000163>

Seaman, J. (2008). Experience, reflect, critique: The end of the “learning cycles” era. *Journal of Experiential Education*, 31(1), 3-18.

Sepp, H., & Höijer, K. (2016). Using food to promote learning: Exploring food education in preschool settings in Sweden. *International Journal of Consumer Studies*, 40(6), 1-8. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/ijcs.12292>

Spivey, T.M. (2016): Examining Barriers to Retention of Adult Learners in Rural Education Programs. <https://scholarworks.waldenu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=3299&context=dissertations>

Spring, H., Barton, S., & Bentley, R. (2022). Community-based online learning: A new model for engaging learners during the pandemic. *Journal of Community Education*, 58(3), 212-230.

Stehfest, E., Bouwman, L., van Vuuren, D. P., den Elzen, M. G. J., Eickhout, B., & Kabat, P. (2009). Climate benefits of changing diet. *Climatic Change*, 95(1-2), 83-102. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10584-008-9534-6>

Sterling, S. (2010). Transformative learning and sustainability: Sketching the conceptual ground. *Learning and Teaching in Higher Education*, 5, 17-33.

Tilman, D., & Clark, M. (2014). Global diets link environmental sustainability and human health. *Nature*, 515(7528), 518-522. <https://www.nature.com/articles/nature13959>

Ting, S. (2024): The intersection of culture and cuisine: How food shapes our identity. <https://www.arts.ubc.ca/news/the-intersection-of-culture-and-cuisine-how-food-shapes-our-identity/#:~:text=Food%20has%20the%20remarkable%20ability,%2C%20traditions%2C%20and%20social%20structures.>

Über den Tellerrand (2022): Kitchen on the Run Eröffnungsfeier in Rendsburg. <https://ueberdentellerrand.org/?s=kitchen+on+the+run>

UIL (UNESCO Institute for Lifelong Learning) (2019): *Leave no one behind: Participation, equity and inclusion*. Fourth Global Report on Adult Learning and Education [GRALE 4]. Hamburg: UNESCO Institute for Lifelong Learning.

UIL (UNESCO Institute for Lifelong Learning) (2009): Global Report on Adult Learning and Education [GRALE 1]. Hamburg: UNESCO Institute for Lifelong Learning.

UIL (UNESCO Institute for Lifelong Learning) (2020): Adult education and the challenge of exclusion. 10 UIL Policy Brief 10. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000372904>.

UIL (UNESCO Institute for Lifelong Learning) (2022): *Citizenship education: Empowering adults for change*. Fifth Global Report on Adult Learning and Education (GRALE 5). Hamburg: UIL.

UN General Assembly (2015): Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development, A/RES/70/1 <https://www.refworld.org/legal/resolution/unga/2015/en/111816> [accessed 26 June 2024]

Vidgen, H. A., & Gallegos, D. (2014). Defining food literacy and its components. *Appetite*, 76, 50-59. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0195666314000705>

Wals, A. E. J., Brody, M., Dillon, J., & Stevenson, R. B. (2014). Convergence between science and environmental education. *Science*, 344(6184), 583-584.

Weber, C. L., & Matthews, H. S. (2008). Food-miles and the relative climate impacts of food choices in the United States. *Environmental Science & Technology*, 42(10), 3508-3513.

White, H. (2021). Food as a means of community building and empowerment for refugees. *Social Policy & Society*, 20(3), 465-480.

Windisch, H. (2015), "Adults with low literacy and numeracy skills: A literature review on policy intervention", OECD Education Working Papers, No. 123, OECD Publishing, Paris, <http://dx.doi.org/10.1787/5jrxnjdd3r5k-en>

Woolley, K. & Fishbach, A. & Wang, R. (2019). Food Restriction and the Experience of Social Isolation. *Journal of Personality and Social Psychology*.  [\(PDF\) Food Restriction and the Experience of Social Isolation \(researchgate.net\)](https://researchgate.net/publication/338111111_Food_Restriction_and_the_Experience_of_Social_Isolation)

Woolley, K. & Lim, S. (2023), "Interpersonal Consequences of Joint Food Consumption for Connection and Conflict," *Social and Personality Psychology Compass*, e12748. <https://kaitlinwoolley.com/wp-content/uploads/2023/0link3/woolleylim2023.pdf>