

**Aktionskonferenz „Berlin ernährt sich klima- und sozial gerecht
– Wir sind schon mal los!“
19.-21.11.2020**

PROTOKOLL

**Ideenwerkstatt „Rezeptbuch für eine gute Zukunft“
Freitag, 20.11.2020 – 12:30-14:00 Uhr**

1) Ablauf der Ideenwerkstatt:

Einstieg im Plenum (20 Min)

- Ziele des Projektstranges
- Ziele für das Rezeptbuch
- Ideen für Inhalte
- Wer kocht heute mit?

Konkretisierung zu dritt (20 Min)

- WEN soll das Rezeptbuch unterstützen?
- WER würde das Rezeptbuch gerne nutzen/ kaufen oder verschenken?

Sammlungen im Plenum (15 Min)

- Woran lässt sich andocken?
- Wen wollen wir einladen, "mitzukochen" beim Rezeptbuch?
- Wie könnte die Finanzierung aussehen? Wer könnte das Dach dafür sein?

Stimmungsbild zu den Ideen (10 Min)

Abschluss & Ausblick (15 Min)

- Was sind unsere nächsten Schritte?
- Was nehme ich aus dieser Ideenküche mit? & Auf welche nächsten Schritte habe ich Lust?

2) Ziele des Projektstranges „Zugang zu gutem Essen für alle“

Grundsätzliche Ziele

- Teilhabe von Senior*innen, obdachlosen Menschen und Menschen mit Flucht- oder Migrationshintergrund an gutem Essen stärken
- Alle Berliner*innen für eine zukunftsfähige Ernährungswende begeistern - unabhängig von Herkunft, Einkommen, kulturellem Hintergrund oder Bildungsstand
- Teilhabe am städtischen Ernährungssystem für alle Menschen ermöglichen - als Grundvoraussetzung für das Gelingen von Integration und die Etablierung einer solidarischen Stadtgesellschaft

Warum nicht auch internationale Menschen und Kinder z.B. einbeziehen ?

Ich fände es super, klima - und sozial gerecht 2030 als gemeinsames Ziel und Gedanken dazu

3) Was soll das Ziel des "Rezeptbuch für eine gute Zukunft" sein?

Begegnungen & Diskussionen anregen durch Interviews

- mit den Leuten ins Gespräch kommen, was "gesundes und klimagerechtes Essen für Alle 2030" heißt
- Auf die verschiedenen Gruppen zugehen und den Dialog suchen, Austausch beginnen - mit Menschen in Kontakt kommen – Bedarf herausfinden – Interviews führen – Rezeptbuch erstellen - einbeziehen von verschiedenen Gruppierungen
- unterschiedliche Lebenswelten der Menschen verstehen –beispielsweise auch mit wohnungslosen Menschen – die nicht die finanziellen Ressourcen haben, um dies in gesunde und klimagerechte Ernährung zu investieren

Ein politisches Buch

Stimmen von Menschen einfangen, die sonst nicht gehört werden

Menschen besuchen

Gemeinsame Fragestellung: Was bedeutet klima- und sozialgerecht für euch?

Ausgewählte Geschichten, die gerne gelesen werden

Ziel-Vorschlag 1

für bestimmte Gruppe entscheiden, die Situation dieser Gruppe sollte im Fokus stehen, damit sie davon profitiert

Ziel-Vorschlag 2

Vielfältigkeit aller Menschen in Berlin darstellen - viele Gruppen, vielfältige Inhalte

Kommentar: Bildung einer interkulturellen "Ernährung-Allianz" mit Hilfe des Kochbuches

Ziel-Vorschlag 3

Mehrere Gruppen im Fokus, die aufgrund ihres Einkommens schlechten Zugang zu gutem Essen haben: etwas herausbringen, dass darauf hinwirkt, dass sich die Bedingungen bessern (z.B. ALG2-Sätze erhöhen) oder die Menschen darin unterstützen, wie dennoch gutes Essen möglich ist

Ziel-Vorschlag 4

Rezepte & Politik-Vorschläge für klima- & sozial gerechte Ernährung aus einer Vielfalt von Gruppen sammeln, die sonst ausgeschlossen werden (dem gesamten Produktionskreislauf entsprechend)

Kommentare: - Chrissi: Stimmen hörbar & sichtbar machen von Menschen, die normalerweise im gesellschaftspolitischen Diskurs unsichtbar sind

- Chrissi: Rezeptvorschläge für sozial gerechte Ernährung müssen auch auch für Produzent*innen & Arbeiter*innen in den Wertschöpfungsketten gerecht sein

- Unbedingt Discounter einbeziehen. Aldi ist nach Dirk Behrendt in der Berliner Abendschau der größte Ökohändler Deutschlands. In vielen Discountern gibt es bezahlbare, regionale, Bio-Lebensmitteln, bei denen auch die Produzenten fair bezahlt werden. Discounter geben jedermann Zugang - können Ernährung der Zukunft in fairer Weise für alle sicherstellen.

4) Ideen für Inhalte

Inhaltsbereiche

- Kochrezepte
- Soziale/ kulturelle/ zwischenmenschliche Rezepte
- Erfahrungsberichte & Geschichten

Kommentare: - Bezüglich Kochrezepte für u.a. Obdachlose/Wohnungslose ist "kochen" nur begrenzt möglich... Kochmöglichkeiten und Küchen haben Obdachlose/Wohnungslose Mitmenschen nicht.

- Das Buch muss von denen gemacht werden, die es betrifft. Diese Personen müssen auch die Gelder für und von dem Buch bekommen.
- Fall das Buch nicht von denen gemacht wird, die es betrifft wäre es reine Fördergelderakquise und unglaubwürdig.

Mögliche Inhalte:

- Bewusstsein für Ernährung
- lokalen Obst- und Gemüsesorten
- gesundes Nachkochen von hier nicht lokalen Speisen – Rezepte aus aller Welt
- Verständnis vermitteln, wo das Essen/die Lebensmittel herkommt
- Rockström-Diät: Was sollte jede*r essen, dass wir Menschen und der Planet gesund bleiben?:
Wenn jede/r pro Tag durchschnittlich folgende Lebensmittelmengen isst, ist das gesund für Mensch und Planet: (in Gramm): Vollkorngetreide: 232 Gramm / stärkehaltiges Gemüse wie Kartoffeln: 50 / Obst und Gemüse : 500 / Rind-, Lamm-oder Schweinefleisch: 14/ Geflügel:29 /Eier:13/ Fisch:28/ Hülsenfrüchte und Nüsse: 125 /Milchprodukte: 250
- internationale, klima- und sozial gerechte Koch-Rezepte Rezepte für ein gutes Miteinander (Informationen, Zitate, Geschichten etc.). - Anleitung für eine klima- und sozial gerechte Ernährung in Berlin für alle Menschen, aus dem jede*r viel lernen kann.
- Wie geht klimafreundliches kochen?

Kommentare: - Unbedingt Discounter einbeziehen. Aldi ist nach Dirk Behrendt in der Berliner Abendschau der größte Ökohändler Deutschlands. In vielen Discountern gibt es bezahlbare, regionale, Bio-Lebensmitteln, bei denen auch die Produzenten fair bezahlt werden. Discounter geben jedermann Zugang - können Ernährung der Zukunft in fairer Weise für alle sicherstellen.

Ideen für Geschichten

- Libanon: Frauenkollektiv baut in Gewächshäusern Gemüse an (Medico International) – dazu gibt es eine Bauanleitung
- Foodbike von THF Vision

Aktuelle Situation & Forderungen an den Berliner Senat (aus dem Projekt "Zugang zu gutem Essen für alle")

Welche zusätzlichen Aspekte sollte die Berliner Ernährungsstrategie rund um Flucht-/ Migration aufnehmen?

Auch Sprüche, Sprichwörter etc. der verschiedenen Kulturen zum Thema Ernährung könnten im Buch stehen

Wie kann man gut & einfach kochen ohne viel Geld?

Wo gibt es tolle Produkte?

Das Thema "Selbstversorgung in der Stadt" sollte auch ein Thema sein. Es gibt so viele Leute mit Schrebergärten etc. Wir sollten Alternativen und neue Wege aufzeigen

5) Wer kocht heute mit?

Dein Name & Welche Wirkung Du Dir von dem Rezeptbuch erhoffst:

Kommentare: - Knut Lange: Ich erhoffe mir eine Handlungsempfehlung.

- Christine: Rezeptbuch, dass die Rezepte von vielen verschiedenen Gruppen zusammenträgt. Mit vielen unterschiedlichen Menschen sprechen - Inhalte sollen von diesen Menschen kommen

- Kerstin Herold

- Carolin: vom Ernährungsrat Leipzig "zu Besuch" - Frage: Soll das Buch verkauft werden? In welcher Auflage? Wirkung: Sehen es gibt viele unterschiedliche Möglichkeiten, sich klima- & sozialgerecht ernähren (Begrenzung: Wer liest das das Buch? - wenn es zu kaufen ist) Wirkung: kommt auf die Inhalte an. Wie könnte es für viele spannend sein?

- Stefanie: Wichtig - wer profitiert von dem Buch (An wen gehen die Verkaufseinnahmen? - z.B. an Obdachlose/ Flüchtlinge) --> dem Namen als auch von den Geldern können diese profitieren / Wichtig: Teilhabe von Menschen mit wenig Geld - kostenlose Bereitstellung (Herausgabe möglichst nicht durch den Ernährungsrat)

- Gülcan: Ich kann anbieten, in der türkischen und arabischen Community Interessierte zu suchen, die das Konzept mitgestalten und uns ihre Geschichten/Erfahrungen/Einsichten etc. erzählen. Es wäre gut, wenn das Buch mehrsprachig ist. Es sollte partizipativ entstehen.

- Carolin: Ich finde es auch wichtig, dass die Menschen, die im Buch zu Wort kommen sollen/wollen und Rezepte geben, den Prozess mitgestalten.

- Sven: Mehrsprachig ist wichtig! Inhalte des Rezeptbuches: Ethnien bedenken (versch. Ernährungsgewohnheiten), Je zugänglicher die Sprache und die Inhalte desto größer die Wirkung

- Inka: Historie des Projektes bisher // Verschiedene Gruppen ansprechen und deren Forderungen und Rezepte für eine gute Zukunft zu sammeln

- Renata: Wirkung interessant, dass die Vielfalt Berliner Esskultur sichtbar wird.

- Roman: Verzeiht die kritische Nachfrage: Aber wenn das primäre Ziel ist die Ernährungswende vorzubringen, dann scheint mir ein Rezeptbuch erstmal nicht das dringlichste Projekt zu sein. Ich befürchte die Käufer*innen sind zudem ein extremes Nischenpublikum.

Welche Rezepte & Geschichten fändest Du spannend & sinnvoll und würdest Du gerne lesen & verbreiten?

Dein Name & Deine Antwort:

- **Carolyn:** Geschichten hinter den Rezepten: Woher hat die Person es? Wie wurde es vielleicht weiterentwickelt und angepasst? Warum mag die Person es besonders gerne? | Hintergrundinfos zu Zutaten |
- **Susanna:** Inhaltlich fände ich Portraits einzelner Menschen interessant, so in der Art von "was ich an einem typischen Tag esse " und "das ist mein Lieblingsrezept". Auch interessant: "woher beziehe ich Lebensmittel? Markt, Supermarkt, SoLaWi", Foodsharing, die Tafel, Nachbarschaftsheim...
- **Jemima:** Buch sollte einen deutlichen Mehrwert schaffen für Menschen, die nicht die Mittel haben sich tiefergehend mit dem Thema gute Ernährung/Zukunft auseinanderzusetzen. Ein Mehrwert könnte eine gut geplante Handlungsanweisung sein in Form eines klimaneutralen Essensplans für kleines Budget das Buch könnte zu politischem Aktivismus einladen und inspirieren, dazu müssten barrierefreie Zugänge geschaffen werden
- **Jemima:** Regionale Alternativen für typische Lebensmittel aus div. Kulturkreisen ausprobieren
-> internationale Rezepte klimaneutral nachkochen

6) **Welche Menschen sollen in dem Rezeptbuch sichtbar werden?**

- Menschen mit Migrations- und / oder Fluchthintergrund

Über welche Inhalte in dem Rezeptbuch würden sich diese Menschen freuen?

- Senior*innen mit eingeschränktem Bewegungsradius

Über welche Inhalte in dem Rezeptbuch würden sich diese Menschen freuen?

- Obdachlose Menschen

Über welche Inhalte in dem Rezeptbuch würden sich diese Menschen freuen?

Kommentar: Rezepte und Produkte müssen auch für Wohnungslose/Obdachlose

Mitmenschen kochbar sein...was oftmals sehr schwer ist, ohne Küche/Kochmöglichkeiten.

- Klima- und Umweltaktivist*innen aus der migrantischen Community

Über welche Inhalte in dem Rezeptbuch würden sich diese Menschen freuen?

- Junge Menschen

Über welche Inhalte in dem Rezeptbuch würden sich diese Menschen freuen?

Kommentar: die, die gerne kochen lernen würden

- Menschen, die vielfältige Hintergründe haben (u.a. internationale)

Kommentar: Köche

- Kinder

- Menschen mit Einschränkungen z.B. an Werkstätten für Menschen mit Behinderung

7) Wer würde das Rezeptbuch gerne nutzen?

- Junge Familien
- Bildungseinrichtungen
- Vereine, Begegnungszentren
- Strategiesammlung für eine gute Zukunft
- Über welche Inhalte in dem Rezeptbuch würden sich diese Menschen freuen?

8) Wen wollen wir einladen, "mitzukochen" bei der Umsetzung des Rezeptbuches?

- Gülcan: AKI e. V. in Neukölln ist unser Kooperationspartner
- Familienzentrum
- Diakonische Zentren
- Notunterkünfte , z.B. Obdachlosen Café in Schöneberg
- Gemeinschaftsunterkunft von Menschen mit Flucht-/ Migrationshintergrund
- bezüglich foodsharing und Nachbarschaftsheim (Stadtteilzentrum) ist das Kiezmarkthalle-Mitglied Elke von Stadtteilzentrum-Kreuzberh (lausitzer str) eine Jahrzehnte lange expertenin und eine top Ansprechperson.
- Regionale Alternativen für typische Lebensmittel aus div. Kulturkreisen ausprobieren -> internationale Rezepte klimaneutral nachkochen
- Farmlyplace (Chris)

Wir finden das Kochbuch-Konzept gut. Wir haben hier eine Kiezfarm für lokale Lebensmittelproduktion gegründet. Und wir kochen auch. (<https://farmlyplace.com/>)

9) Wie könnte die Finanzierung aussehen? Wer könnte das Dach dafür sein?

- GLS Bank
- Ernährungsrat / Fördergelder
- Budget für Übersetzungen in andere Sprachen bedenken

10) Was sind unsere nächsten Schritte?

- Wer könnte einen Projektantrag stellen?
- Wer könnte sich um das Lektorat & den Druck kümmern?
- Wer könnte die Geschichten und Rezepte sammeln / Interviews führen?
- Wer könnte Bilder & Illustrationen machen?