

# Gemeinsam kochen, backen und essen

## Der Mittagstisch im NaDu-Kinderhaus im Sahlkamp



Das inmitten einer Hochhaussiedlung gelegene NaDu-Kinderhaus ist ein offener Nachmittagstreff für Kinder von 6 bis 14 Jahren aus verschiedensten Nationen. Die Betreuungsangebote sind vielfältig und reichen von Mittagessen über spielen, tanzen, malen und basteln über die Arbeit in der freien Werkstatt bis zur Ausleihe von Fahrrädern und Spielzeug. Hinzu kommen verschiedene Gruppen, wie Lern-, Kreativ-, Garten-, Back- und Kochgruppen. Auch Ferienangebote und Ausflüge stehen regelmäßig auf dem Programm.

Herzstück der Einrichtung ist seit über 15 Jahren der Mittagstisch. 15 bis 25 Kinder kommen täglich für eine warme Mahlzeit in ihr „zweites Zuhause“ NaDu. Für einige Kinder dient der Mittagstisch sogar der Absicherung der Grundversorgung. Köchin Ljuba bereitet die Mahlzeiten täglich frisch zu. Als Köchin, Vertrauensperson und Ansprechpartnerin für die Kinder gehört sie von Anfang an einfach dazu.

Das Essen wird gemeinsam mit Ljuba und Pädagogen der Einrichtung zubereitet: Die Kinder schälen, schneiden, rühren und kneten zusammen an einem Tisch. Das fördert nicht nur ihre feinmotorischen Fähigkeiten, die Arbeit in der Gruppe stärkt auch das Selbstwertgefühl und fördert ein positives Miteinander. Das Essen in der Gemeinschaft vermittelt Esskultur mit festen Ritualen und Umgangsformen. Darüber hinaus sollen die Kinder für gesunde Ernährung sensibilisiert werden.

Der Mittagstisch wird seit 2003 ausschließlich aus Spenden finanziert. Die Bürgerstiftung Hannover unterstützt die qualifizierte und wertvolle Arbeit des NaDu-Kinderhauses seit 2011. Bereitgestellt werden Mittel für Küchenausstattung, Lebensmittel und die Personalkosten der Köchin.

Danke für Ihre Unterstützung!



## **Gut essen in geselliger Runde**

### **Der Interkulturelle Mittagstisch für Senioren**

Der Interkulturelle Mittagstisch für Senioren ist ein Angebot des AWO Region Hannover e. V. und wurde bereits 2013 mithilfe der Bürgerstiftung Hannover ins Leben gerufen. Eine ehrenamtliche internationale Gruppe von Kochbegeisterten bietet in der Interkulturellen Begegnungs- und Beratungsstätte der AWO in der Nordstadt wöchentlich ein warmes Mittagessen für 20–25 Seniorinnen und Senioren an. Hier erwarten sie ein liebevoll gedeckter und dekoriertes Tisch und eine warme Mahlzeit in Geselligkeit. Der Speiseplan ist abwechslungsreich und vielfältig und enthält Gerichte aus verschiedenen Ländern.

Der Interkulturelle Mittagstisch ist offen für alle Senioren. Viele Teilnehmer sind von Armut oder Vereinsamung betroffen. Aber kein Gast muss hier seine Bedürftigkeit nachweisen, denn stigmatisierende Hürden sollen vermieden werden. Inzwischen hat sich die Einrichtung etabliert. Viele Gäste kommen regelmäßig und freuen sich auf das Wiedersehen mit den engagierten Köchen und den anderen Senioren.

Menschen, die sonst nur wenige Kontakte haben, erhalten neben einer gesunden Mahlzeit auch Impulse für zwischenmenschlichen Begegnungen und gesellschaftliche Teilhabe. Besonderer Wert wird auf Toleranz und gegenseitige Achtung gelegt. Beim Interkulturellen Mittagstisch begegnen sich Senioren verschiedenster Nationalitäten. Deutsche, Serben, Kroaten, Griechen oder Türken sitzen hier an einem Tisch und begrüßen sich freundschaftlich.

Ohne Spenden könnte die Bürgerstiftung Hannover dieses wichtige Projekt nicht aufrechterhalten. Benötigt werden Gelder für Küchenausstattung und Lebensmittel sowie für die Projektplanung und -steuerung durch eine Sozialpädagogin.

Danke für Ihre Unterstützung!

