

Guter Umgang, gutes Essen

Träger des Projektes: GVFB = gemeinnütziger Verein zur Förderung der Beruflichen Bildung

Inhalt: Workshop zum Thema Schaffung eines Rahmens für gute Manieren bei Tisch und im Umgang miteinander

Folgende Inhalte werden vermittelt:

- Wie decke ich einen Tisch für Alltagsgelegenheiten mit Familie und Freunden?
- Welche Manieren gelten bei Tisch?
- Wie führt man eine Unterhaltung bei Tisch?
- Welche Essgewohnheiten sind gesundheitsbewusst?
- Wie bereite ich eine gesunde Mahlzeit zu?
- Wo finde ich Anregungen dazu?
- Zeitmanagement zur Einnahme von Mahlzeiten?
- Welche Budgets sind notwendig?

Die Inhalte werden am praktischen Beispiel vermittelt, so dass eine Abstimmung untereinander (Kommunikation) von grundlegender Bedeutung ist. Selbstorganisation und Zeitmanagement werden trainiert, um das Ziel eines gedeckten Tisches bzw. eine gesunde Mahlzeit zu erreichen. Mit der Anerkennung des erreichten Zieles wird der eigene Selbstwert verbessert. Die SuS lernen, Lob und Anerkennung anzunehmen. Das erhöht die Motivation zur aktiven Teilnahme. Bei auftretenden Problemen, z.B. fehlenden Materialien, wird trainiert, eine konstruktive Problemlösung herbeizuführen.

Quelle: <https://www.aufholen-brandenburg.de/sozem/ANCA00038.html>