



Best of the Rest ist eine Institution, die sich für einen **nachhaltigen und gesunden Umgang mit Lebensmitteln** einsetzt. Die Gründerin und erfahrene Workshopleiterin der Institution, Elke Oberhauser, vermittelt Klient*innen aus verschiedenen sozialpädagogischen Institutionen einen **positiven Zugang zur Nahrung** und **stärkt das Selbstvertrauen der Klient*innen**, indem die Workshopinhalte, sich an den **Stärken der Teilnehmer*innen orientieren**.

Im Zuge der Workshops lernen die Klient*innen, wie einfach es ist, sich **günstig, nachhaltig und gesund zu ernähren**, werden **motiviert sich mehr zuzutrauen** sowie **erfahren die Stärkung des eigenen Ichs (Empowerment)**. All dies gelingt, indem der nachhaltige Umgang mit Lebensmitteln **in Form von Partizipation** vermittelt wird. Die Klient*innen haben die Möglichkeit, **bei der Erarbeitung von verschiedenen Gerichten mitzuwirken, eigene Ideen einzubringen** und diese **in Begleitung umzusetzen**.

Ziel der Workshops ist es, den Klient*innen wertvolle **Skills zu vermitteln**, die Ihnen dazu verhelfen, sich **gesund, nachhaltig und kostengünstig im eigenen Haushalt zu ernähren**. Damit die erlernten Fähigkeiten im Alltag umgesetzt werden können, wird die nachhaltige und gesunde Zubereitung von Speisen **in Form von Anleitungen und „Lernen am Modell“** vermittelt. Zudem wird darauf Wert gelegt, auf die **Bedürfnisse und Herausforderungen der Klient*innen einzugehen**, indem beispielsweise auch **kindgerechte und altersadäquate Speisen zubereitet werden**. Des Weiteren wird durch die Workshops **strukturelle Unterstützung** angeboten: Klient*innen werden auf **wichtige Vorbereitungs- und Umsetzungsschritte** aufmerksam gemacht, wie **Festlegen und Umsetzen eines strukturierten Ablaufs**, angemessene **Zeiteinteilung**, **Vorbereitung** von den zu **verkochenden Lebensmitteln** und **richtige Verarbeitung**.

Die Workshops dienen darüber hinaus dazu, **positive Bindungserfahrungen durch gemeinsames Kochen** zu fördern und **zwischenmenschliche Beziehungen zu mobilisieren**. Die **soziale Kompetenz** wird dadurch ebenfalls gestärkt und gefördert. Viele Klient*innen weisen Unsicherheiten auf zwischenmenschlicher Ebene auf, die in einem kleinen, geschützten Rahmen wie diesem abgebaut werden können, zugleich kann dieser Rahmen genutzt werden, um **soziale Teilhabe** zu trainieren und den Aufbau von sozialen Netzwerken zu fördern.

Kochworkshop als Teamevent - Best of the Rest

Zielgruppe: Mitarbeiter*innen und Führungskräfte in sozialen Einrichtungen

Unter dem Aspekt „**nachhaltige und gesunde Ernährung**“ werden von *Best of the Rest* auch Kochworkshops als **Teamevents**, bestehend aus einem zweistündigen Theorie- und einem zweistündigen Praxisteil angeboten. **Führungskräfte und/oder Mitarbeiter*innen** haben die Möglichkeit, wertvolles Wissen zu den Themen **restlose Ressourcenverwertung** sowie **Lebensmittellagerung, -haltbarmachung und -verarbeitung** vermittelt zu bekommen. Das Teamevent eignet sich sowohl als **Event für neu zusammengestellte Teams**, deren Teammitglieder sich in einer angenehmen und gelassenen Atmosphäre kennenlernen wollen, als auch für Teams, deren **Mitglieder bereits seit längerer Zeit zusammenarbeiten** und etwas gemeinsam unternehmen möchten, um den **sozialen Zusammenhalt zu stärken**. Besonders nach der Corona-Bewährungsprobe ist das **wertschätzende Miteinander in Teams** besonders wichtig. Dies wird während des Kochworkshops gestärkt, indem im Team die **Arbeitsaufteilung bestimmt**, die **Vorbereitungen erledigt**, die **Gerichte zubereitet** und die **fertigen Speisen genossen** werden. Gemeinsam nachhaltige Kochkunst erleben und genießen – das macht nicht nur Sinn, sondern auch Freude.

Kochworkshop für Küchenpersonal in Kombination mit Lebensmittelabfall-Analyse

Zielgruppe: Mitarbeiter*innen und Führungskräfte in sozialen Einrichtungen

Best of the Rest/ United Against Waste

Best of the Rest arbeitet seit Jahren erfolgreich mit dem **Kooperationspartner United Against Waste** zusammen. Gemeinsam sind die Institutionen in der Lage, ein **allumfassendes Workshopprogramm** zum Thema „**Lebensmittelabfall- und Kostenreduktion in Betriebsküchen**“ anzubieten. Aus Erfahrung wissen die Spezialisten für optimale Lebensmittelverwertung, dass in der Regel große Mengen an **Lebensmittelabfällen** und **damit auch Kosten eingespart** werden können. Mittels **professioneller Lebensmittelabfallanalyse** wird festgestellt, **welche Mengen, an welchen Lebensmitteln weggeworfen werden und was diese Verluste in Geld für die Institution bedeuten**. Basierend auf den Ergebnissen der Analyse wird in Workshops und/oder Beratungsgesprächen zu den Themen „**Optimale Lebensmittelverwertung im Sinne der Nachhaltigkeit und Wirtschaftlichkeit**“ sowie „**Kühlschrankmanagement**“ an

Lösungsstrategien für einen nachhaltigeren Umgang mit Lebensmitteln sowie für langzeitige Kostenreduktion gearbeitet.

Wesentliche Elemente des Programms:

- **Individuelle Beratungen** (inkl. Lebensmittelabfallanalyse) für einzelne Küchenstandorte
- Integration in ein **laufendes Monitoring-System** von mehreren Standorten (ermöglicht eine Dauerbeobachtung des Lebensmittelabfalls und Vergleich mit anderen Küchenstandorten)
- **Workshop-Formate** für unterschiedliche Zielgruppen (z.B. Strategie-Termine mit Management, Workshops für einen oder mehrere Küchenstandorte zur Diskussion von Lösungswegen zur Abfallvermeidung)
- **Schulungsformate** für Mitarbeiter*innen für die restlose Verarbeitung von Lebensmitteln sowie richtige Lagerung und Haltbarmachung von Lebensmitteln.

Mit der Entscheidung, das Personal nachhaltig zu schulen, haben soziale Einrichtungen die Möglichkeit, eine Vorreiterrolle einzunehmen und einen wertvollen Beitrag für die Gesellschaft zu leisten.

Sie haben noch weitere Fragen? Wenden Sie sich an folgende Kontaktperson:

Elke Oberhauser

Gründerin der Initiative Best of the Rest

www.bestoftherest.at

0664 490 72 98