

Modul 3

Kochen und Begegnung als Zugang zu unserer Stiftung

Was passiert, wenn wir gemeinsam kochen, essen und uns wirklich Zeit füreinander nehmen? Wenn Gespräche nicht geplant entstehen, Rollen sich zeigen und Zusammenarbeit ganz selbstverständlich wird? Dieses Angebot lädt dazu ein, den Alltag der Stiftung Wisli besonders zu erleben – ehrlich, nahbar und mitten aus dem Leben. Gemeinsam kochen, essen und ins Gespräch kommen – dieses Angebot eröffnet einen besonderen Zugang zum Alltag der Stiftung Wisli. Gemeinsames Tun und Dialog stehen im Mittelpunkt und schaffen einen Raum, in dem Zusammenarbeit, Kommunikation und gegenseitiges Verständnis auf natürliche Weise entstehen können.

Mit bewusst begrenzten zeitlichen und finanziellen Ressourcen plant die Gruppe ein Menü, kauft gemeinsam ein und bereitet das Essen zu. Begleitet von einer Fachperson entstehen dabei wertvolle Parallelen zum Wohnalltag der Stiftung Wisli. Kochen und Essen bieten dabei eine niederschwellige Möglichkeit, in Beziehung zu kommen, Gespräche entstehen zu lassen, Rollen zu klären und eigene Grenzen wahrzunehmen oder neu zu erfahren. Die Kursteilnehmenden profitieren ebenso vom tiefgründigen Wissen der Referentin über Ernährung und Gesundheit.

Das Angebot orientiert sich an einem zentralen Bestandteil des Wohnalltags der Stiftung Wisli. Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen kochen dort regelmässig gemeinsam und üben Selbstständigkeit, Struktur und Kooperation. Die Teilnehmenden erleben diesen Ablauf in ihrer eigenen Gruppe – ohne Rollenspiel, ohne Beobachterrolle. Dadurch wird erfahrbar, wie viel Halt klare Abläufe, Orientierung und bewusst eingesetzte Unterstützung geben können.

Beim gemeinsamen Kochen werden typische Alltagssituationen erlebbar: Prioritäten setzen, Absprachen treffen, Verantwortung übernehmen und pragmatische Lösungen finden. Daraus entsteht ein natürlicher Teambuilding-Effekt, der Zusammenarbeit, Kommunikation und Rollenfindung fördert.

Dieses Angebot verbindet Erlebnis, Begegnung und Reflexion. Es schafft neue Perspektiven auf psychische Gesundheit, auf den Alltag der Stiftung Wisli und auf die eigene Zusammenarbeit im Team. Ein gemeinsamer Nachmittag, der bewegt, verbindet und nachhaltig wirkt.

Lernziele

- Erkennen der eigenen Teamdynamik
- Verstehen, wie Struktur, Orientierung und Unterstützung den Alltag erleichtern können
- Wissen erweitern über psychische Gesundheit
- Reflexion eigener Kommunikations-, Erwartungs- und Handlungsmuster
- Stärkung von Teamarbeit, Rollenklärung und Verantwortungsübernahme
- Übertragen der gemachten Erfahrungen auf den eigenen Arbeits- und Teamalltag



Ihre Referentin



Claudia Ott
Ausbildung, Wissen

Ihr Buchungskontakt



Steven Lowe
Abteilungsleiter Gastronomie

043 411 46 24
genusswerk@wisli.ch