



Citizens of Europe e. V.



Interkulturelle Gärten Schweiz



Stichting Abela

---

## Tools To Increase Learners' Participation Within Community Gardens



Community gardens as urban learning environments for low-threshold lifelong  
LEARNING ACTivities for sustainable development



Introduction 3
1. Context 5
2. Introduction – Open Space 8
2.1. Open Space practice in Berlin 14
2.2. Testing of Open Space 18
3. Introduction Composting 22
3.1. Composting practice in Zurich 28
3.2. Testing of Composting 30
4. Introduction – Fermenting 36
4.1. Testing of Fermenting 41
5. Introduction – Mind Mapping 47
5.1. Testing of Mind Mapping 52

Einleitung 3
1. Kontext 6
2. Einführung – Open Space 10
2.1. Anwendung von Open Space in Berlin 15
2.2 Testen von Open Space 19
3. Einführung – Kompostieren 24
3.1 Anwendung der Kompostierung in Zürich 29
3.2 Testen der Kompostierung 31
4. Einführung - Fermentierung 37
4.1 Testen der Fermentierung 42
5. Einführung - Mind Mapping 48
5.1 Testen von Mind Mapping 53

Introduktion 4
1. Innehåll 7
2. Introduktion – Open Space 11
2.1. Open Space i Berlin 16
2.2. Användandet av Open Space 19
3. Introduktion – Kompostering 25
3.1 Kompostering i Zurich 29
3.2 Användandet av kompostering 31
4. Introduktion – Syrning 39
4.1 Användandet av syrning 42
5. Introduktion – Tankekarta 50
5.1 Användadet av tankekarta 53

Intleiding 4
1. Context 7
2. Inleiding – Open Space 13
2.1. Gebruik Open Space in Berlin 17
2.2 Användandet av Open Space 20
3. Inleiding - Composteren 27
3.1 Gebruik Composteren in Zurich 30
3.2 Uitvoering Composteren 32
4. Inleiding - Fermenteren 40
4.1 Uitvoering Fermenteren 43
5. Inleiding - Mindmap 51
5.1 Uitvoering Mindmap 54

## Introduction

Four European organisations — „Citizens of Europe“ (Germany), „Interkulturelle Gärten Schweiz“ (Switzerland), „Folkodlarna i Skarpnäck“ (Sweden) and „Abela“ (The Netherlands) — cooperated in a Learning Partnership named „Community gardens as urban learning environments for low-threshold, lifelong LEARning ACTivities for sustainable development“ (Acronym: 'LEARNACT'). Over the course of two years these partner organisations visited each other and exchanged local experiences and best practices regarding learning about sustainability in terms of community gardens.

During the process special emphasis was paid to low-threshold non-formal and informal education strategies. This brochure showcases these best practices. It aims to encourage other educational organisations across Europe, to implement these methods and practices and can be used as a tool to increase members` participation within community gardens and highlight the impact of adult education.



## Einleitung

Vier Europäische Organisationen — „Citizens of Europe“ (Germany), „Interkulturelle Gärten Schweiz“ (Switzerland), „Folkodlarna i Skarpnäck“ (Sweden) und „Abela“ (The Netherlands) — kooperierten in der Lernpartnerschaft „Gemeinschaftsgärten als städtische Lernumgebungen für niederschwellige Lernaktivitäten des lebenslangen Lernens für nachhaltige Entwicklung — `LEARNAKT`“. Im Laufe von zwei Jahren besuchten sich die Partnerorganisationen gegenseitig und tauschten ihre lokalen Arbeitserfahrungen im Bereich des Lernens für nachhaltige Entwicklung in Gemeinschaftsgärten aus.

Während des Arbeitsverlaufs wurde der Schwerpunkt auf niederschwellige nicht-formale und informelle Bildungsstrategien gelegt. Diese Broschüre präsentiert die am meisten inspirierenden Bildungsansätze. Sie zielt darauf ab, andere Bildungsorganisationen in ganz Europa anzuregen, unterschiedliche Methoden des Lernens für nachhaltige Entwicklung in ihre Arbeit in Gemeinschaftsgärten zu implementieren und somit die Teilhabe der Erwachsenen am Lernen zu erhöhen und die Auswirkungen der Erwachsenenbildung aufrechtzuerhalten.

## Introduktion

Projektet LearnAct (Stadsodling som en plattform för livslångt lärande för hållbar utveckling i en informell miljö) startades av fyra europeiska organisationer – Citizen of Europe (Tyskland), Interkulturelle Gärten Schweiz (Schweiz), Folkodlarna i Skarpnäck (Sverige) och Abela (Nederland). Under två års tid besökte organisationerna varandra och utbytte erfarenheter kring lärande om hållbar utveckling genom de olika stadsodlingarna. Denna broschyr lyfter fram de mest inspirerande utbildningsperspektiven. Målet är att inspirera andra liknande projekt i Europa att använda sig av dessa metoder i lärande för hållbar utveckling.

Fokus är på lärande utan krav på förkunskaper och i en informell miljö för att främja ett livslångt lärande.

## Intleiding

Vier Europese Organisaties – „Citizens of Europe“ (Duitsland), „Interkulturelle Gärten Schweiz“ (Zwitserland), „Folkodlarna i Skarpnäck“ (Zweden) and „Abela“ (Nederland) — werken samen in het Lerend partnerschap „Gemeenschap tuinen als stedelijke leeromgevingen voor laagdrempelige levenslange leeractiviteiten voor duurzame ontwikkeling — ‘LEARNACT’“. In een periode van 2 jaar hebben de partnerorganisaties elkaar bezocht en ervaringen die lokaal zijn opgedaan op het gebied van duurzame ontwikkeling rondom gemeenschapstuinen uitgewisseld.

Tijdens het werkproces is speciale aandacht besteed aan laagdrempelige niet-formele en informele onderwijs strategieën. Deze publicatie beschrijft enkele inspirerende educatieve methoden. Het doel hierbij is om andere educatieve organisaties in Europa te inspireren en de methoden voor duurzame ontwikkeling te gebruiken als middel om de participatie van deelnemers bij gemeenschapstuinen te vergroten.

## 1. Context

There is widespread concern that the model of development across Europe is unsustainable. Slowly we beginning to recognise that there is an urgent need to rethink and reshape our ways of living. The unsustainable consumption of re-



sources, the degradation of ecosystems and social exclusion that comes hand in hand with our modern way of living. Our present and future societies need new modes of living which are more in line with current economic, social and environmental issues.

The alternative or post-modern ways of living are characterised by developments, in harmony with nature, ethics of solidarity, equality and mutual respect among people, countries, cultures and generations. Each and every one of the european societies has enormous power to contribute to this transformation and support sustainable development within Europe and across the globe. And therefore education, which enables people to live in more sustainable ways, plays a key role.

Community gardens as 'real social places' offer an unique opportunity to create, shape and use urban spaces as learning environments for low-threshold, non-formal and informal adult education, bringing activities to citizens with different socio-cultural backgrounds. This kind of education offers citizens an excellent possibility to acquire and strengthen their civic and social competencies and enable them to actively shape their environment and thus contribute to sustainable, social, ecological and economic development in Europe.

For example: a community garden gives an unparalleled opportunity for grass-roots political participation and the maintaining of the garden generates social interactions, where people learn with and from each other, in an informal context. Diverse non-formal educational offerings, allow participants to gain relevant and

current knowledge relating to ecological issues. The producing of local food transforms passive 'consumers' into active 'producers` which brings personal economical and health benefits.



## 1. Kontext

Es besteht die weitverbreitete Sorge, dass das Entwicklungsmodell in Europa nicht nachhaltig ist. Langsam erkennen wir, dass es dringend notwendig ist, unsere Lebensstile und -wege zu überdenken und neu zu gestalten. Der nicht nachhaltige Verbrauch von Ressourcen, die Degradierung der Ökosysteme und die soziale Ausgrenzung gehören zu Aspekten des modernen Lebensstils und somit zur Vergangenheit. Die Gegenwart und die Zukunft brauchen Lebensstile, die im Einklang mit aktuellen wirtschaftlichen, sozialen und ökologischen Herausforderungen sind.



Die post-modernen Lebensstile sind gekennzeichnet durch die Entwicklung in Harmonie mit Natur, Ethik, Solidarität, Gleichheit und gegenseitigem Respekt zwischen den Menschen, Ländern, Kulturen und Generationen. Jede und jeder der europäischen Gesellschaften hat enorme Kraft zu dieser Transformation beizutragen und so die nachhaltige Entwicklung in Europa und auf der ganzen Welt zu fördern. Bildung, die die Menschen in nachhaltiger Weise zu leben befähigen, spielt dabei eine Schlüsselrolle.

Gemeinschaftsgärten als „reale soziale Orte“ bieten eine einzigartige Gelegenheit an, um städtische Räume als Lernumgebungen für niederschwellige nicht-formale und/oder informelle Erwachsenenbildungsaktivitäten für Menschen mit unterschiedlichem soziokulturellem Hintergrund zu gestalten und zu nutzen. In den Gemeinschaftsgärten besteht für die Menschen eine hervorragende Möglichkeit, ihre bürgerlichen und sozialen Kompetenzen zu stärken und/oder zu erwerben, folglich ihre Umwelt aktiv zu gestalten und damit zur nachhaltigen wirtschaftlichen, sozialen und ökologischen Entwicklung in Europa beizutragen.

So zum Beispiel: Entsteht durch die Gründung eines Gemeinschaftsgartens eine einmalige Gelegenheit der politischen Basispartizipation der BürgerInnen; Die

Erhaltung des Gartens erzeugt soziale Interaktion, wo Menschen in einem informellen Rahmen voneinander lernen; Verschiedene nicht-formale Bildungsangebote ermöglichen es ihnen relevantes Wissen um ökologische Fragestellungen zu erlangen; Die Herstellung/Produktion von lokalen Nahrung verwandelt die passiven „VerbraucherInnen-Identitäten“ zu aktiven „ProduzentInnen-Identitäten“ und bringt durchaus wirtschaftlichen Vorteile.



## 1. Innehåll

Det finns en utbredd oro kring huruvida utveckling i Europa idag är långsiktigt hållbar. Vi blir mer och mer medvetna om att det finns ett akut behov att förändra både sättet vi tänker och lever på. Slöseri med naturresurser, nedbrytning av ekosystem och social exkludering har allt blivit det som bygger upp vårt samhälle idag. Det som behövs i framtiden är nya hållbara sätt att leva där ekologisk och socioekonomisk hållbarhet bidrar till en hållbar utveckling i hela Europa. I framtiden bör en etisk utveckling eftersträvas i samklang naturen där jämlighet och respekt mellan olika länder, folk, kulturer och generationer är grunden.

Europeiska samhällen har en viktig roll att spela för att bidra till denna omställning av samhället till en hållbar utveckling. Kunskap och lärande för att mänskor ska kunna leva på ett hållbart sätt är en nyckeldel i processen.

Stadsodlingar är "verkligt sociala platser" och erbjuder unika möjligheter för att skapa, forma och använda urbana platser som miljöer för lärande. Här kan lärande utan förkunskaper och aktiviteter för informellt lärande för vuxna med olika sociokulturella bakgrunder samlas. Det kan vara ett sätt för mänskor att tillskansa sig kunskaper och stärka sina civila och sociala kompetenser som möjliggör för dem att aktivt skapa sin egen miljö och därigenom bidra till en social, ekologisk och ekonomiskt hållbar utveckling i Europa.



Några exempel på vad stadsodling bidrar med: att starta en stadsodling är en ojämförbar möjlighet för politiskt deltagande på gräsrotsnivå. Att bibehålla en stadsodling skapar social interaktion och möjlighet för mänskor att lära tillsammans med och av varandra i en informell kontext. Olika möjligheter till informellt lärande leder till att mänskor får relevant och aktuell kunskap om miljöfrågor. Att lokalt producera mat förändrar relationen från "passiv konsument" till "aktiv producent" och kan eventuellt leda till ekonomisk vinst.

## 1. Context

Er is een wijdverspreide zorg dat het model van ontwikkeling en vooruitgang in Europa niet duurzaam is. Langzaam maar zeker beginnen we in te zien dat onze manier van leven dringend anders moet worden vorm gegeven. De niet-duurzame manier van het gebruik van grondstoffen, het verslechteren van ecosystemen en sociale uitsluiting gaan hand in hand met onze manier van leven.

Onze huidige en toekomstige samenlevingen hebben behoefte aan nieuwe vormen van leven die meer in lijn zijn met de huidige economische, sociale en milieu vraagstukken zijn.

Het alternatief of post-moderne manieren van leven worden gekenmerkt door ontwikkelingen, in harmonie met de natuur, de ethiek van solidariteit, gelijkheid en wederzijds respect tussen mensen, landen, culturen en generaties.



Iedereen binnen de Europese samenleving heeft de macht om bij te dragen aan deze transformatie en duurzame ontwikkeling binnen Europa en over de hele wereld te ondersteunen. Onderwijs speelt hierin een belangrijke rol en stelt mensen in staat om te leven op een duurzamere manier.

Gemeenschapstuinen als sociale ontmoetingsplaatsen bieden de kans om plekken in de buitenruimte om te vormen tot en te gebruiken als leeromgevingen voor laagdrempelige informele en formele educatie voor volwassenen met verschillende sociaal-culturele achtergronden. Ze bieden burgers de mogelijkheid om hun maatschappelijke en sociale competenties te verwerven en te versterken. Het geeft hen de mogelijkheid om actief hun eigen omgeving vorm te geven en zo bij te dragen tot een sociale, ecologische en economisch gezonde duurzame ontwikkeling in Europa.

Bijvoorbeeld: Om te beginnen biedt een tuin mensen de kans om 'van onder af' te participeren. Het werken op de tuin zorgt voor sociale interactie, waarbij mensen van elkaar leren in een informele context. De verschillende vormen van informele educatie bieden mensen de kans om relevante en actuele kennis met betrekking tot ecologische vraagstukken te verkrijgen. De productie van lokaal geteelde voedsel maakt van de 'passieve consument' een 'actieve producent' en kan burgers voordeelen bieden op het gebied van financiën en gezondheid.

## 2. Introduction – Open Space

Open Space Technology was developed by Harrison Owen in 1985 and is used as a method in the design of conferences. The Approach is based on the recognition that the best and truly useful part of a conference takes place during the coffee break—in an informal context. Open Space is particularly suitable for problem solving and provides a rough structure for the implementation of problem solving processes.



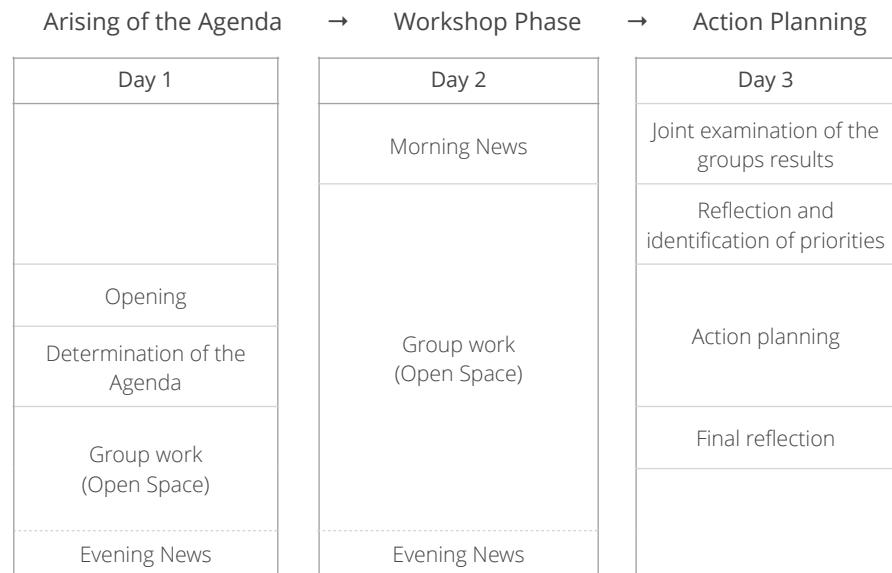
The Open Space Technology is based on the principles of self-organisation and self-determination. Its main goal is to promote active contribution from participants. In contrast to the traditional conference concepts there is no formal planning committee and the program of the events is not defined in advance. There is only one guiding theme given and the actual agenda itself is developed by the participants at the commencement of the event. An Open Space-Conference may take anywhere from several hours to several days and can involve from approx. 5 to 500 participants.

These four principles are at force in Open Space:

- How many people come is the correct amount – 1 or 10 doesn't matter.  
What is important is motivation of each single person.
- Whatever happens is the best thing that could have happened – Unplanned and unexpected happenings are creative and useful.
- Whenever it starts is the right time to start — energy and motivation is important not punctuality.
- When it's over, it's over – If the energy to participate is gone, then is the time up.

The law of „two feet“ also applies to the Open Space method and highlights the freedom of choice and self-responsibility. This means that you remain, learn something and/or contribute to the group, only as long as you desire to do so.

Depending of the objective and duration, every Open Space meeting unfolds in its unique way. However, a typically Open Space event has three phases:



#### Phase I – Determination of the agenda

- Presentation of the Principles of the Open Space method by the facilitator
- Participants contribute their proposed themes for the workshops
- The agenda is fixed

#### Phase II – Workshops

- Implementation of parallel and successive workshops

- Moderation is then performed by the person who proposed the chosen theme
- Documentation of the results
- The law of „two feet“—Movement of participants between individual workshops is allowed and encouraged

#### Phase III—Action planning

- Review and reflection on the documentation of the workshops
- Working out of the main themes, ideas and objectives highlighted by the documentation
- Development of the second steps, projects, project initiation in the groups work.

#### Follow-up meeting

If an action plan is carried out, it is recommended to organise the Open Space follow-up meeting after approx. 8 – 12 weeks. During this meeting participants inform each other about the progress of their projects, discuss results and lessons learned and plan the next steps.

To implement an Open Space event you need:

- A pleasant atmosphere
- Continuous coffee breaks
- A moderation kit
- Flip charts

## 2. Einführung – Open Space

Die Open Space Methode ist von Harrison Owen im Jahr 1985 entwickelt worden und wird als Methode zur Gestaltung von (Groß-) Konferenzen eingesetzt. Der Methode liegt die Erkenntnis zur Grunde, dass der beste und wirklich nützliche Teil einer Konferenz, in den Kaffeepausen, also in einem informellen Kontext, statt findet. Open Space eignet sich vor allem zur Problemlösung und bietet eine grobe Struktur für die Durchführung von Problemlösungsprozessen.

Die Open Space Methode basiert auf den Ansätzen der Selbstorganisation und Selbstbestimmung der Teilnehmenden und soll somit in erster Linie die aktive Mitwirkung dieser fördern. Im Gegensatz zu traditionellen Konferenzkonzepten gibt es im Open Space kein Planungskomitee und kein im Voraus definiertes Veranstaltungsprogramm. Es wird lediglich ein (Leit-) Thema vorgegeben und der Ablauf wird von den teilnehmenden Personen zu Beginn der Veranstaltung selbst entwickelt. Eine Open Space-Konferenz kann von einigen Stunden bis hin zu mehreren Tagen dauern und zirka 5 bis 500 Teilnehmende miteinbeziehen.

Im Open Space gelten folgende vier Prinzipien:

- Wer auch immer kommt, es sind die richtigen Leute – Einer/-e oder 10 das ist egal, und jeder/-e ist wichtig und motiviert.
- Was auch immer geschieht, es ist das Einzige, was geschehen konnte – Ungeplantes und Unerwartetes ist oft kreativ und nützlich.
- Es beginnt, wenn die Zeit reif ist – Wichtig ist Energie und nicht die Pünktlichkeit.
- Vorbei ist vorbei – Nicht vorbei ist Nicht vorbei – Wenn die Energie zu Ende ist, ist die Zeit um.



Auch das Gesetz der „zwei Füße“ findet seine Anwendung im Open Space und steht für freie Entscheidung und Selbstverantwortung. Das bedeutet soviel, dass man in einer Gruppe nur so lange wie man es möchte bleibt, etwas lernt und/oder beiträgt. Zu folgenden Anlässen kann Open Space eingesetzt werden:

- Austausch zu einem Thema, welches Menschen interessiert
- Initiiieren und Strukturieren von Projekten und anderen Vorhaben
- Mit- und Voneinanderlernen
- Lösungen für bestimmte Probleme finden und deren Umsetzung anleiten
- Zukunftsperspektiven und Strategien in diversen Bereichen entwickeln
- Konkrete und tragfähige Handlungsschritte einleiten

Je nach Zielsetzung und Dauer geschieht jede Open Space Tagung in ihrer speziellen Art und Weise. Typischerweise verläuft jedoch eine Open Space Veranstaltung in drei Phasen:

Entstehen der Agenda	→	Workshop Phase	→	Action Planning
Day 1		Day 2		Day 3
		Morgennachrichten		Ergebnisse der Gruppen gemeinsam sichten
		Eröffnung		Reflexion und Prioritäten bilden
		Entstehen der Agenda		Handlungsplanung
		Gruppenarbeit (Open Space)		Abschlussreflexion
		Abendnachrichten		

## Phase I – Entstehen der Agenda

- Vorstellung der Open Space Prinzipien durch den Moderator
- Die Teilnehmenden bringen ihre Themen für die Workshops ein
- Aufstellung der Agenda

## Phase II – Workshops

- Durchführung von parallelen und aufeinanderfolgende Workshops
- Moderation wird von der Person übernommen, die das Thema eingebracht hat
- Festhaltung der Ergebnisse
- Gesetz der „zwei Füße“: Wechsel zwischen den Workshops möglich und gewünscht

## Phase III - Handlungsplanung

- Sichtung und Reflexion der Dokumentationen der Workshops
- Herausarbeitung der wichtigsten Themen, Ideen und Ziele aus den Dokumentationen
- Entwicklung von Schritten, Vorhaben, Projektinitiierung in Gruppenarbeit

## Folgetreffen

Wenn eine Handlungsplanung erfolgt ist, ist es empfehlenswert das Open Space Folgetreffen nach ca. 8 – 12 Wochen zu organisieren. Dabei informieren die Aktiven über den Stand ihrer Arbeit, besprechen Ergebnisse und Erkenntnisse und planen das weitere Vorgehen.

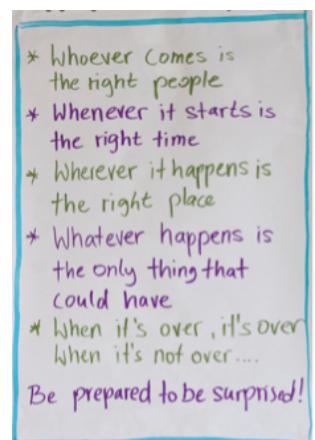
Für die Umsetzung einer Open Space Veranstaltung benötigt man:

- Angenehme Atmosphäre
- Durchgehende Kaffeepausen
- Moderationskoffer
- Flipcharts

## 2. Introduktion – Open Space

Open Space Technology utvecklades av Harrison Owen 1985 och används som en metod i utformningen av konferenser. Tillvägagångssättet är baserat på insikten att den bästa och verkligt användbar del av en konferens äger rum under kafepausen - i informella sammanhang. Open Space är särskilt lämplig för problemlösning och ger en grov struktur för genomförandet av problemlösningsprocesser

Open Space Technology är baserad på principerna om självorganisering och självbestämmande. Dess främsta mål är att främja ett aktivt bidrag från deltagare. Till skillnad från det traditionella konferensbegreppet finns ingen formell planering och programmet definieras inte i förväg. Det finns bara ett vägledande tema och den aktuella agendan utvecklas av deltagarna i början. En Open Space-konferensen kan ta allt från några timmar till flera dagar och kan omfatta från 5 till 500 deltagare.



Det är 4 principer som ska följas i Open Space:

- De människor som kommer är det rätta antalet - 1 eller 10 spelar ingen roll. Vad som är viktigt är motivation hos varje enskild person.
- Vad som än händer är det bästa som kunde ha hänt - oförutsedda och oväntade händelser är kreativa och användbara.
- När det börjar är det rätt tid att starta - energi och motivation är viktigt, inte punktlighet.
- När det är över, så är det över - om energin hos deltagarna är slut, är sessionen slut.

Lagen om "två fötter" betonar valfrihet och eget ansvar. Detta innebär att du fortfarande lär dig något och/eller bidrar till gruppen, bara så länge som du önskar att göra det.

Beroende på målet och varaktighet, utspelar sig varje Open Space möte på sitt unika sätt. Emellertid har en typiskt Open Space händelse tre faser:

**Skapandet av schemat → Worksopfas → Gemonförandeplanering**

Dag 1	Dag 2	Dag 3
	Morgons nyheter	Gemensam granskning av grupperna resultat
Start		Reflektion och identifiering av prioriteringar
Bestämmande av agenda	Gruppen jobbar (Open Space)	Planera av genomförande
Gruppen jobbar (Open Space)		Slutlig reflektion
Avslut, vad har hänt	Avslut, vad gar hänt	

#### Fas I - Fastställande av dagordning

- Presentation av principerna för Open Space-metoden av moderator
- Deltagarna bidrar med sina föreslagna teman för workshopen
- Dagordningen är fastställd

#### Fas II – Workshops

- Genomförande av parallella och successiva workshops
- Dessa modereras av den person som föreslog det valda temat
- Dokumentation av resultaten
- Lagen om "två fötter" - Förflyttning av deltagarna mellan enskilda workshops tillåts och uppmuntras

#### Fas III – Planera genomförande

- Översyn och reflektion på dokumentation av seminarierna
- Arbeta ut de viktigaste teman, idéer och mål som fastställdes i dokumentationen
- Utveckling av andra åtgärder, projekt, projektstart i arbetsgrupper.

#### Uppföljningsmöte

Om handlingsplanen genomförs, är det rekommenderat att organisera uppföljnings-Open Space-möte efter ca. 8-12 veckor. Under detta möte så ska deltagarna informera varandra om deras projekt, diskutera resultat och lärdomar och planera nästa steg.

För att genomföra ett Open Space evenemang behöver du:

- En trevlig atmosfär
- Kontinuerliga kaffepauser
- Moderator kit
- Blädderblock

## 2. Inleiding - Open Space

Open Space Technology is ontwikkeld door Harrison Owen in 1985 en wordt gebruikt als een methode bij het vormgeven van gesprekken. De aanpak is gebaseerd op de erkenning dat de beste en echt nuttige onderdelen van gesprekken plaats vinden tijdens de koffiepauze - in een informele context.

Open Space is bijzonder geschikt voor het oplossen van problemen en biedt een ruwe structuur voor de uitvoering van probleemoplossingsprocessen. De Open Space Technology is gebaseerd op de principes van zelforganisatie en zelfbeschikking. Het voornaamste doel is om een actieve bijdrage van de deelnemers te bevorderen. In tegenstelling tot de traditionele overlegconcepten is er geen formele agenda-commissie en is het programma niet van te voren vast gelegd.



Er wordt alleen een leidraad gegeven en de agenda zelf wordt ontwikkeld door de deelnemers aan het begin van het overleg. Een Open Space-gesprek kan overal plaatsvinden en kan enkele uren tot enkele dagen duren. Er kunnen ongeveer 5 tot 500 mensen deelnemen.

De volgende vier principes gelden bij Open Space:

- Hoeveel mensen komen is het juiste aantal - 1 of 10 het maakt niet uit. De motivatie van iedere persoon is belangrijk
- Wat er ook gebeurt het is het beste dat kon gebeuren Ongeplande en onverwachte gebeurtenissen zijn creatief en bruikbaar.
- Wanneer het ook begint, het is het juiste moment om te beginnen - energie en motivatie zijn belangrijk, niet de punctualiteit.
- Als het klaar is, is het klaar - als de energie om mee te doen weg is, dan zit de tijd er op.

De wet van "twee voeten" geldt ook voor de Open Space-methode en benadrukt de keuzevrijheid en eigen verantwoordelijkheid. Dit betekent dat u blijft, iets leert en/of en bijdraagt aan de groep, zolang u dit wenst te doen.

Afhankelijk van het doel en de duur, ontvouwt iedere Open Space bijeenkomst zich op haar unieke manier. Echter, een typische Open Space bijeenkomst bestaat uit drie fasen:

Als gevolg van de agenda → Workshop fase → Plannen van acties

Dag 1	Dag 2	Dag 3
	Ochtendnieuws	Gezamenlijk onderzoek van de groepsresultaten
Opening		Reflecteren en benoemen van prioriteiten
Bepalen van de agenda	Gruppen jobbar (Open Space)	Plannen van acties
Groepswerk (Open Space)		Laatste reflectie
Avondnieuws	Avondnieuws	

Fase I - Bepalen van de agenda

- Presenteren van de principes van de Open Space methode door de gespreksleider
- Deelnemers brengen hun onderwerpen voor de workshops in
- De agenda wordt vastgesteld

Fase II – Workshops

- Uitvoering van parallelle en opeenvolgende workshops
- Aanpassingen worden gedaan door de persoon die het gekozen thema voorgestelde
- Vastleggen van de resultaten
- De wet van “twee voeten” - Wisselen van deelnemers tussen individuele workshops is toegestaan en wordt aangemoedigd.

#### Fase III - Plannen van acties

- Terugblik en reflectie op de uitkomsten van de workshops
- Uitwerken van de belangrijkste thema's, ideeën en doelstellingen
- Ontwikkelen van de volgende stappen, projecten en projectplannen in het groepswerk

#### Vervolg bijeenkomst

Als een actieplan is uitgevoerd, is het raadzaam om na ongeveer 8 tot 12 weken een Open Space vervolgbijeenkomst te houden. Tijdens deze bijeenkomst informeren de deelnemers elkaar over de voortgang van hun projecten, praten over de resultaten en leerpunten en plannen de volgende stappen.

Om een Open Space bijeenkomst uit te kunnen voeren heb je nodig:

- Een aangename sfeer
- Doorlopende koffiepauzes
- Stiften, Post-its, papier enz.
- Flipovers

#### 2.1. Open Space practice in Berlin

We created an Open Space session on the question: How to start a community garden on a disused soccer field in our neighbourhood? People from the neighbourhood were invited via flyers distributed them on the street and through different shops in the area; written in 6 different languages — those mainly spoken in the area (Turkish, English, Kurdish, German, Spanish, Arabic).



Approximately 50 people came to the first meeting, that took place in a nearby youth centre. To start with, the theme of the meeting was shortly explained and people were then invited to put forward their ideas, dreams and wishes, for what they wanted this garden to look like and then to write or draw these ideas on the large sheets of paper provided. From the ideas collected, different working groups were created and individuals could take part in the discussions that concerned them most.

From this first session we arrived at the following result:

- The name for the „to be garden“ was chosen: „Glogauer 13“
- The initial guidelines were defined: To create a space for people from the neighbourhood interested in doing different activities together and self-organised
- The initial steps for the implementation of this new community garden were defined
- The follow-up meeting was fixed

The second meeting took place on the site of the proposed community garden. About 15 people showed up to this chaotic, but very creative Kick off / get together. During this meeting we specified the first steps towards implementation of the garden and built individual working groups. These groups then continued their work alone.

After the first season of the garden it became clear that the core group wanted more structure and the winter season was then used to develop some basic communication and decision making rules. As a group we put together a garden manifesto which incorporated these rules. During the second season and to date, these commonly developed rules have proven to be very effective for finding solutions to questions that people could not easily agree on.

## 2.1. Anwendung von Open Space in Berlin

Wir haben Open Space mit der Frage „Wie können wir einen Gemeinschaftsgarten auf dem unbenutzten Fussballplatz in der Nachbarschaft beginnen?“ durchgeführt. Um Menschen aus der Nachbarschaft zu diesem Treffen einzuladen, haben wir einen Flyer in sechs Sprachen, die am meisten im Kiez gesprochen werden (Türkisch, Englisch, Kurdisch, Deutsch, Spanisch und Arabisch) entwickelt und folglich auf der Straße sowie in unterschiedlichen Läden in der Umgebung verteilt.

Das erste Treffen fand im Jugendhaus in der Nähe des betreffenden Fußballplatzes statt und mehr als 50 Menschen haben daran teilgenommen. Am Anfang der Tagung wurde zuerst das Anliegen noch mal kurz erläutert und jeder/e wurde anschließend dazu eingeladen, seine/ihre Ideen, Träume und Wünsche bezogen auf die Zukunft dieses Ortes, auf einem großen Blatt Papier aufzuschreiben oder aufzumalen. Bezugnehmend auf die Themen, die auf dem großen Papier zuerst gesammelt wurden, wurden dann anschließend unterschiedliche Arbeitsgruppen gebildet und jeder/-e konnte an den folgenden Diskussionen über die ersten Ideen des Gartenkonzeptes teilnehmen.

Mit unserem ersten Open Space Treffen haben wir folgende Ergebnisse erreicht:

- Der Name für den „zu werdenden Garten“ wurde kreiert: „Glogauer13“
- Erste Leitlinien für das Gartenkonzept wurden entwickelt: Einen Ort für Menschen aus der Nachbarschaft zu schaffen, die daran interessiert sind, verschiedene Aktivitäten zusammen und selbstorganisiert durchzuführen.
- Die ersten Schritte für die Implementierung des Gartens wurden entwickelt.
- Ein weiteres Treffen wurde vereinbart.

Das zweite Treffen fand auf der Fläche des zu entstehenden Gartens statt und etwa 15 Menschen kamen, um dieses chaotische aber sehr kreative Kick-off zusammen umzusetzen. Während dieser Versammlung spezifizierten wir die er-

sten Umsetzungsschritte und bildeten entsprechende Arbeitsgruppen. Folglich arbeiteten diese Gruppen selbstorganisiert weiter.

In der ersten Saison des Gartens stellte sich heraus, dass die Kerngruppe der Aktiven etwas mehr Struktur wollte. Die Zeit während der Wintersaison wurde folglich dafür verwendet, um einige grundlegende Kommunikations- und Entscheidungsregeln zu definieren und diese in der Gartenverfassung niederzuschreiben. Während der zweiten Saison des Gartens und auch jetzt, zeigte sich, dass diese gemeinsam entwickelten Regeln sehr wirksam sind. Insbesondere helfen sie, wenn es darum geht Antworten zu unterschiedlichen Fragen, wo kein Konsens besteht, zu finden.

Momentan stellt die Beteiligung von Menschen mit unterschiedlichem soziokulturellem Hintergrund die wichtigste Herausforderung unseres Gartenprojektes dar. Immer noch ist unsere Kerngruppe der Aktiven zu homogen hinsichtlich des Alters, sozioökonomischen und kulturellen Hintergründen. Ein weiteres aktuelles Thema ist der Vandalismus und die Frage wie man damit umgeht.



## 2.1. Open Space i Berlin

Vi skapade en Open Space session på frågan: Hur man startar en gemenskapsträdgård på en nedlagd fotbollsplan i vårt grannskap? Folk från trakten var inbjudna via flygblad utdelade på gatan och genom olika butiker i området. Skrivet i 6 olika språk – Det som främst talas i området (turkiska, engelska, kurdiska, tyska, spanska, arabiska).

Cirka 50 personer kom till det första mötet, som ägde rum i en lokal nära ett ungdomscenter. Till att börja med, temat för mötet förklarades och folk uppmanades sedan att lägga fram sina idéer, drömmar och önskningar, för hur de ville att dena trädgård ska se ut och sedan skriva eller rita på stora pappersark som tillhandahölls. Från de insamlade idéerna, skapades olika arbetsgrupper och deltagarna deltar i diskussionerna som berörde dem mest.



Från denna första session kom vi fram till följande resultat:

- Namnet för drömträdgården blev "Glogau 13"
- De första riktlinjerna definierades: Att skapa ett utrymme för människor från
- trakten intresserade av att göra olika aktiviteter tillsammans och självorganiserade.
- De första stegen för att genomföra denna nya gemenskapsträdgård definierades
- Uppföljningsmöte fastställdes

Det andra mötet ägde rum på platsen för den föreslagna gemensamma trädgården. Cirka 15 personer dök upp för att delta i denna kaotiska, men mycket kreativ kick off/träff. Under detta möte hade vi angett de första stegen för genomförandet av trädgården och byggde enskilda arbetsgrupper. Dessa grupper fick sedan fortsätta jobba ensamma.

Efter den första säsongen av trädgården stod det klart att kärngruppen ville ha mer struktur och under vintersäsongen utvecklades några grundläggande kommunikations- och beslutsregler. Vi som grupp sammanställdes ett trädgårdsmäfest som införlivade kommunikation och lite basregler. Under den andra säsongen och hittills har sådana regler visat sig vara mycket effektiv för att finna lösningar på frågor gjorde folk inte lätt kunde komma överens om.

## 2.1. Gebruik Open Space in Berlin

We hebben een Open Space sessie georganiseerd rondom de vraag: Hoe kunnen we een gemeenschapstuin beginnen op een voetbalveld dat niet meer gebruikt wordt? De mensen uit de buurt zijn uitgenodigd door middel van flyers die zijn verspreid op straat en in verschillende winkels in de wijk. De flyers waren geschreven in 6 verschillende talen die het meest worden gesproken in de wijk (Turks, Engels, Koerdisch, Duits, Spaans en Arabisch).

Naar de eerste bijeenkomst in het plaatselijke jongerencentrum kwamen ongeveer 50 mensen. We begonnen met een korte uitleg van de bijeenkomst. Vervolgens konden mensen hun ideeën, dromen en wensen rondom de tuin inbrengen. Op grote vellen papier konden de mensen hun beeld van de tuin schrijven en tekenen.

Naar aanleiding van de ideeën werden verschillende werkgroepen gevormd. De mensen konden aansluiten bij de gesprekken die hen het meeste aan sprak.

- De resultaten uit de eerste sessie:
- De naam voor de toekomstige tuin werd gekozen: „Glogauer 13“
- De eerste richtlijnen werden geformuleerd: Een ruimte maken voor mensen uit de buurt die geïnteresseerd zijn in gezamenlijke en zelfgeorganiseerde activiteiten
- De eerste stappen voor de uitvoering van deze nieuwe gemeenschappelijke tuin werden vastgelegd
- De vervolg bijeenkomst werd gepland

De tweede bijeenkomst vond plaats op de locatie van de geplande tuin. Ongeveer 15 mensen hebben mee gedaan aan deze chaotische, maar zeer creatieve kick-off bijeenkomst. Tijdens deze bijeenkomst hebben we eerste stappen gemaakt om te komen tot realisatie van de tuin en zijn werkgroepen gevormd. Deze groepen zijn vervolgens, ieder voor zich, aan het werk gegaan.

Na het eerste seizoen van de tuin werd het duidelijk dat de kerngroep meer structuur wilde. Het winterseizoen is vervolgens gebruikt om een aantal basisregels rondom communicatie en besluitvorming te bepalen. Met de groep hebben we samen een tuinmanifest gemaakt waarin deze regels zijn opgenomen. Tijdens het tweede seizoen en tot op heden, zijn deze regels vaak zeer effectief gebleken bij het vinden van oplossingen als mensen het ergens niet eens over konden worden.

## 2.2. Testing of Open Space

### 2.2.1. ... in Zürich

The Open Space Method was invoked in the stadion garden to following problem: How can the huge construction works place, just beside the stadion garden and fenced against it, be related to the stadion garden?

The direction of the construction works place was contacted by us before the Open Space Workshop. The direction agreed with us that we should propose a possible relation between the stadion garden and the construction works place.

During the Open Space meeting, we defined different sub-topics, discussed a lot and collected then various ideas. At the end we created following solution: As a connecting element between the garden and the construction site we will build a box, replant it with fresh herbs and transport it to the construction site. The joint gardening, incl. the distribution of the goods, will be the main interaction between our gardeners and construction workers. The implementation we made then in cooperation with the construction sites' crew.



The Open Space Method turned out to be appropriate for this action. We only had to previously define the exact place and the problem but not the content and the result of the action. This admitted creativity and spontaneity, entirely in the sense of Open Space.

## 2.2. Testen von Open space

### 2.2.1 ... in Zurich

Die Open Space Methode wurde im Stadiongarten zu folgendem Problem einberufen: Wie kann die unmittelbar an den Stadiongarten angrenzende und mittels hohen Zäunen abgegrenzte Grossbaustelle mit dem Stadiongarten in Verbindung treten?

Die Bauleitung der Grossbaustelle wurde vor dem Open Space Workshop von uns kontaktiert, die Vereinbarung lautete, dass wir einen Vorschlag für eine mögliche Verbindung machen. Während der Versammlung haben wir diverse Sub-Themen herausgearbeitet, viel diskutiert und schließlich unterschiedliche Ideen gesammelt. Am Ende stand folgende Problemlösungsstrategie fest: Als Verbindungselement zwischen dem Garten und der Baustelle werden wir eine Kiste mit frischen Kräutern bepflanzen und auf die Baustelle transportieren. Das gemeinsame GärtnerInnen, inkl. der Verteilung der Ernte, wird der Mittelpunkt der Interaktion zwischen unseren GartenaktivistInnen und den BauarbeiterInnen sein. Die Umsetzung unseres Vorhabens folgte in Kooperation mit dem Baustellenteam.

Die Open Space Methode erwies sich als sehr geeignet für diese Aktion. Wir haben lediglich den Ort und das Problem vorgängig definiert, nicht aber den Inhalt und das Resultat der Aktion. Dies hat viel Kreativität und Spontaneität zugelassen, ganz im Sinne von Open Space.



## 2.2 Användandet av Open Space

### 2.2.1 ... in Zurich

Open Space metoden användes i trädgården för att lösa följande problem: Hur kan den enorma byggarbetsplatsen, precis bredvid "Stadiongarten" och inhägnadet av det, relateras till "Stadiongarten"?

Byggledningen på byggarbetsplatsen kontaktades innan Open Space workshopen av oss, vi var överens om att vi lägga fram ett förslag för en eventuell anslutning. Under mötet identifierade vi flera underteman, mycket diskuterades och slutligen samlades olika idéer. Vid slutet av problemlösningen var strategin klar: som ett sätt att skapa kontakt mellan trädgården och byggplatsen kommer vi att plantera en låda med färsk örter och transportera till byggplatsen. Det gemensamma arbetet med att plantera och odla detta kommer att bli det huvudsakliga samarbetet mellan de som är aktiva på odlingen och byggarbetarna. Genomförandet av vårt projekt skedde i samråd med personalen på byggarbetsplatsen.



Open Space-metoden har visat sig vara mycket lämplig för denna åtgärd. I förväg behövde vi bara bestämma plats och problem som skulle diskuteras, inte innehåll eller resultatet vi ville nå. Detta medgav kreativitet och spontanitet, helt i Open Space-anda.

## 2.2 Uitvoering Open Space

### 2.2.1 ... in Zurich

De Open Space Methode is op de Stadiongarten geïntroduceerd rondom de vraag: Hoe kan de enorme bouwplaats, net naast de tuin en deels omheind, worden verbonden met de tuin?

Voor de Open Space Workshop hebben we contact gelegd net de uitvoerders van de bouwwerkzaamheden.

De directie ter plekke was het met ons eens dat meer verbinding tussen de locaties wenselijk was. Tijdens de Open Space bijeenkomst hebben we verschillende sub-onderwerpen besproken en verschillende ideeën verzameld. Aan het einde van de sessie kwamen we met de volgende oplossing: Als een verbindend element maken we een kist/tuin, hierin planten we kruiden en plaasten deze op de bouwplaats.

Het gezamenlijk tuinieren, met de verdeling van de oogst, wordt de verbindende factor tussen de mensen van de tuin en de bouwvakkers. De realisatie van de tuin is in samenwerking met bouwvakkers uitgevoerd. De Open Space methode bleek geschikt voor deze actie. We hadden alleen de precieze plaats en het probleem, maar niet de inhoud en het resultaat van de actie gedefinieerd. Dit zorgde voor creativiteit en spontaniteit, zoal bedoelt bij een Open Space.



### 2.2.2. ... in Stockholm

During a visionary meeting for Folkodlarna we used the Open Space method in a workshop way instead of an ordinary meeting. Our topic was how to develop possibilities for people to meet in Skarpnäck where Folkodlarna is located. There was a facilitator which made it easier for us to participate completely without having to lead the meeting.

Open Space worked well in this setting since it's a method that invites different types of people to participate in their way, maybe also the people that usually don't talk in front of a larger group. This was very valuable to us as we now got to hear also their opinions and thoughts.

The method Open Space was fitting to use during a visionary meeting because the process was divided into steps and we could structure the future plans and tie them together at the end. One example of things that was decided on during the workshop was to start an activity map over the neighborhood, Skarpnäck, which also was completed in the form of a webpage ([levandeskarpnack.se](http://levandeskarpnack.se)).

## 2.2.2 ... in Stockholm

Während eines visionären Zusammentreffens in Folkodlarna nutzten wir innerhalb eines Workshops die Open Space-Methode für einen Austausch, sowie zur Reflexion. Dies anstatt eine herkömmliche Sitzung abzuhalten. Wir thematisierten die Entwicklung der Möglichkeiten, wie sich Menschen in Skarpnäck, wo Folkodlarna liegt, treffen können. Ein Moderator erleichterte uns die Teilnahme an der Diskussion, da niemand von uns die Führung übernehmen musste.

Dieser Rahmen des Austauschs funktionierte gut, da verschiedene Typen von Menschen sich auf ihre Art äussern konnten, auch solche, die es normalerweise scheuen, vor grösseren Menschenansammlungen zu sprechen. Das war sehr wertvoll für uns, da wir verschiedene Meinungen und Gedanken hören konnten.

Die Nutzung der Open Space-Methode anlässlich dieser visionären Versammlung passte, weil der Ablauf der Versammlung in Themenblöcke aufgeteilt war, was ermöglichte die Pläne für die Zukunft zu strukturieren und schlussendlich zu konkretisieren. Zum Beispiel konnten wir während des Workshops eine Karte der verschiedenen

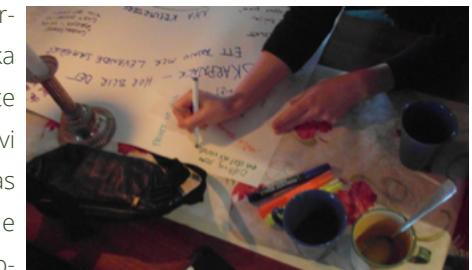


Aktivitäten in der Umgebung erarbeiten, die durch eine Webseite ergänzt wird ([levandeskarpnack.se](http://levandeskarpnack.se)).

## 2.2.2 ... in Stockholm

På ett visionsmöte för Folkodlarnas framtid så använde vi oss av Open Space metoden. Vi hade en moderator för att leda workshoppen och det underlättade mycket för oss. Det gjorde att alla kunde vara delaktiga fullt ut.

Open Space var bra som metod eftersom den fungerar för många olika människor, även de som kanske inte gärna pratar i grupp. Det gjorde att vi den här gången även fick höra deras tankar och reflektioner. Den passade bra under ett visionsmöte för processen delas in i olika steg och det gjorde att visionerna och framtidsplanerna fick en bra struktur som kunde bindas samman på slutet. En av sakerna som bestämdes under workshoppen var att starta en aktivitetskarta över Skarpnäck, vilket också fullföljdes i form av en hemsida ([levandeskarpnack.se](http://levandeskarpnack.se)).



## 2.2.2 ... in Stockholm

Tijdens een visiebijeenkomst voor Folkodlarna gebruikten we de Open Space-methode als een workshopvorm in plaats van een gewone vergadering. Het doel was om mogelijkheden te ontwikkelen om mensen te ontmoeten in Skarpnäck, waar Folkodlarna ligt. Er was een gespreksleider die het ons makkelijker maakte om ook deel te nemen, zonder de vergadering te leiden.

Open Space werkte op deze manier goed omdat het verschillende type mensen uitnodigde om mee te doen op hun eigen manier. Misschien ook wel de mensen die meestal niet makkelijk spreken voor een grote groep.



Het was voor ons heel waardevol om ook hun mening en ideeën te horen. De methode sloot goed aan omdat we het visieproces in stappen hadden verdeeld en we de toekomstplannen konden structureren en verbinden aan het einde.

Een van de zaken die tijdens deze bijeenkomst is besloten is het realiseren van een activiteitenkaart voor de buurt. Deze is ook verwerkt in een website ([levandeskarpnack.se](http://levandeskarpnack.se)).

## 3. Introduction Composting

There are many variants how composting can be done. They all have in common that out of organic materials through a qualified mixture and stacking a natural fertilizer for the garden is produced.

Compost is, so to speak, the gold oft the gardens, since only by a healthy compost the nutrient cycle and the soil quality in a garden with crops can be sustained.

The compost pile should, independent from the system, always be built at a half-shadowed and wind-sheltered place. Parts oft the compost are uncooked organic materials like residues of harvest, kitchen rubbish, cut grass, eggshells, finely cut parts of herbaceous plants and shrubs and well-rotting leaves of trees. The more varied the materials are, the less misprocesses take place during the compost-rotting. To the organic materials can be added stonemeal and biochar in small quantities. Along with that it must be taken care to achieve a qualified mixture of carbon and nitrogen, the so-called C/N ratio. And as important as that is the concentration of moisture and oxygen.

A compost pile is fed during five to six months up to a height an breadth of one meter, after that it should rest, so that the microbial and chemical processes can happen undisturbed. Depending the compost system used, the compost is ripe and ready as manure fort the garden after 6 to 24 months. During the common composting there always arise questions concerning one's behaviour towards the environment and concerning the sustainability oft the development and to nutrient cycles, because composting builds bridges to ecological socio-economical issues.

Composting enhances the consciousness and the understanding for nutrient cycles in that organic material, so called rubbish, is processed in a way that on the scene out of the rubbish a valuable natural fertilizer is generated and thus fed in to the cycle again. As a consequence, no fertilizers that come from far away and

aren't produced sustainably must be bought. Additionally by active composting the issues of soil fertility and the sustainable use of the soil can be addressed.

Cold composting like in a forest:

Description oft he needed materials and composting by steps

- a 'chimney', weaved cylindrically for the ventilation
- humus soil, mixed with material from a ripe compost
- dry stalks containing carbon and thin twigs
- ripe compost
- moist, nitrogenical and uncooked kitchen rubbish and harvest residues
- stonewall
- crushed biochar
- hay / straw / leaves of trees as cover material

Composting by steps

1. fix the ventilation chimney vertically in the ground
2. spread about the compost in radius of max. 1.2 meters the humus soil mixed with ripe-compost.
3. stak the dry stalks and thin twigs both of which provide a good ventilation from the ground upwards.
4. spread a layer of ripe-compost, the layer vaccinates the new compost pile with microorganisms
5. stak regularly kitchen rubbish and harvest residues
6. spread a little stonemeal
7. spread regularly crushed biochar
8. repeat 4 to 7 till the compost pile gets a height of one meter
9. covert he completely staked with foliage or straw or hay
10. let the compost rest for two years. A rearrangement of it is not necessary.

The ventilation chimney provides a good ventilation during the entire composting process. Around the basis in the first year squashes can be planted, because close to the soil, nutrients already exist for the plants. The squash plants climb upon the compost and provide a good sheltering and protect a little from heavier rain. In the second year nutrients exist on the compost pile, so that potatoes can be planted on the pile. Potatoes support the composting process, too. If necessary, cover material can be renewed, before the winter the pile is once again mulched with foliage. The compost should regularly be controlled concerning it's moisture and if necessary be provided with al little water. After about 18 to 24 months the compost is ripe and it can be spread in the garden.

### 3. Einführung – Kompostieren

Es gibt sehr viele Varianten wie kompostiert werden kann. Gemeinsam ist allen, aus organischen Materialien durch eine geeignete Mischung und Schichtung einen Dünger für den Garten herzustellen.

Kompost ist das ‚Gold‘ des Gartens, denn nur durch einen gesunden Kompost kann der Nährstoffkreislauf und die Bodengesundheit in einem Garten mit Nutzpflanzen erhalten bleiben. Der Komposthaufen sollte, unabhängig vom System, stets an einem halbschattigen und windgeschützten Ort errichtet werden. Bestandteile des Kompostes sind ungekochte organische Materialien wie Ernterückstände, Küchenabfälle, geschnittenes Gras, Eierschalen, zerkleinertes Schnittgut von Stauden und Sträuchern, und gut verrottende Blätter von Bäumen. Je vielfältiger die Materialien sind, desto weniger Fehlprozesse ergeben sich während der Kompostrotte, deshalb können zusätzlich zu den organischen Materialien Steinmehl oder Biokohle in kleinen Mengen hinzugefügt werden. Dabei wird stets auf eine gute Mischung von Kohlenstoff und Stickstoff, das so genannte C/N Verhältnis geachtet, ebenso wichtig ist der Feuchtigkeits- und Sauerstoffhaushalt.

Ein Komposthaufen wird während 5-6 Monaten bis zu einer Höhe und Breite von einem Meter gefüttert, danach sollte er ruhen, damit die mikrobiellen und chemischen Prozesse ungestört ablaufen können. Je nach Kompostiersystem ist der Kompost reif und als Gartendünger bereit nach 6-24 Monaten. Während des gemeinsamen Kompostierens tauchen stets Fragen zum eigenen Verhalten, zur Umwelt und zu nachhaltiger Entwicklung und Stoffkreisläufen auf, da das Kompostieren viele Brücken zu ökologischen und sozioökonomischen Themen schlagen lässt.

Kompostieren fördert das Bewusstsein und das Verständnis für Stoffkreisläufe indem organische, als Abfall bezeichnete Materialien so verarbeitet werden, dass aus dem Abfall vor Ort wertvoller Dünger für den Garten generiert und so wieder

in den Kreislauf eingespiesen wird. So müssen keine Dünger, die oftmals weitgereist und nicht nachhaltig produziert sind, gekauft werden. Zudem wird durch das aktive Kompostieren die Bodenfruchtbarkeit und die nachhaltige Nutzung der Böden thematisiert.

Kaltkompostierung nach dem Waldprinzip: Beschreibung der benötigten Materialien und Kompostieren in Schritten

- Aus Zweigen geflochtenes, zylindrisches , Kamin' zur Belüftung
- Humus, gemischt mit Reifikompost
- Trockene, kohlenstoffhaltige Stengel und dünne Zweige
- Reifikompost
- Feuchte, stickstoffhaltige und ungekochte Küchenabfälle und Ernterückstände
- Steinmehl
- Zerstampfte Biokohle
- Heu / Stroh / Blätter als Abdeckmaterial

Kompostieren in Schritten

1. Das Belüftungskamin senkrecht im Boden fixieren
2. Rundherum in einem Radius von max. 1.2 Meter den mit Reifikompost gemischten Humus ausbringen
3. Die trockenen Stengel und Zweige schichten, diese sorgen für eine gute Belüftung vom Boden her
4. Eine Schicht Reifikompost ausbringen, diese Schicht impft den neuen Komposthaufen mit Mikroorganismen an
5. Küchenabfälle und Ernterückstände regelmäßig schichten



6. Etwas Steinmehl verteilen
7. Die zerstampfte Biokohle regelmässig verteilen
8. 4.-7. wiederholen bis der Komposthaufen eine maximal Höhe von 1 Meter erreicht hat
9. Den fertig geschichteten Komposthaufen mit Laub oder Stroh oder Heu abdecken.
10. Den Kompost zwei Jahre ruhen lassen, eine Umschichtung ist nicht nötig.

Das Belüftungskamin sorgt während des gesamten Kompostierprozesses für einen gute Belüftung. Rund um die Basis können im ersten Jahr Kürbisgewächse gepflanzt werden, da in Bodennähe schon pflanzenverfügbare Nährstoffe vorhanden sind. Die Kürbispflanzen ranken auf den Komposthaufen hinauf und sorgen für eine gute Beschattung und dämpfen zuviel Regen etwas ab. Im zweiten Jahr sind auf dem Komposthaufen bereits Nährstoffe verfügbar, deshalb können Kartoffeln auf den Haufen gepflanzt werden. Kartoffeln fördern den Kompostierungsprozess zusätzlich. Wenn nötig kann das Abdeckmaterial erneuert werden, vor dem Winter wird der Haufen nochmals gut mit Laub gemulcht. Der Kompost sollte regelmäßig auf die Feuchtigkeit hin kontrolliert werden und gegebenenfalls etwas mit Wasser versorgt werden. Nach zirka 18-24 Monaten ist der Kompost reif und kann im Garten ausgebracht werden.



### 3. Introduktion – Kompostering

Det finns många varianter på hur kompostering kan göras. De har alla det gemensamt att av organiskt material och en bra blandning så blir utgången en naturlig gödsel för trädgården. Kompost är så att säga, guld för trädgårdar, eftersom det endast är genom en sund kompostering näringssykeln och markkvalitet i en trädgård med grödor upprätthållas.

En komposthög kan beroende av vilket system som används, alltid byggas på en halvskuggad och vindskyddad plats. Det som hamnar på komposten är okort organiskt material som rester av skörden, köksskräp, klibbt gräs, äggskal, fint skurna delar av örtartade växter och buskar och väl ruttnande blad av träd. Ju mer varierande materialen är, desto mindre röta sker under komposteringen. Till det organiska materialet kan stenmjöl och biokol tillsättas i små mängder. Det är viktigt att tillföra dessa ämnen för att uppnå en kvalificerad blandning av kol och kväve, det så kallade C/N-förhållandet. Och lika viktigt är koncentrationen av fukt och syre.

En komposthög matas under fem till sex månader upp till en höjd av en meter, efter det bör den vila, så de mikrobiella och kemiska processerna kan ske ostört. Beroende på vilket kompostsystem som används är komposten mogen och redo som gödsel i trädgården efter 6 till 24 månader. Under den gemensamma komposteringen uppstår det ofta frågor rörande sitt beteende gentemot miljön, kring hållbarhet och utveckling och näringssämnenas kretslopp, eftersom kompostering bygger broar till ekologiska socioekonomiska frågor.

Kompostering främjar medvetenhet och förståelse för de biogeokemiska kretsloppen. Detta genom att ta tillvara avfall och behandla det och på så sätt göra det till värdefullt gödselmedel för trädgården och mata tillbaka in det i kretsloppet igen. Då behöver inte heller gödselmedel, som ofta kommer långt bort ifrån och inte produceras på ett hållbart sätt, köpas. Dessutom kan kompostering leda till

att frågor om markens bördighet uppmärksammans och en hållbar användning av marken uppnås.

Kall kompostering som i en skog: beskrivning av vad som behövs och komposteringens steg

- En flätad cylinderformad skorsten för ventilation
- Humusjord, blandat med material från en mogen kompost
- Torra stjälkar innehåller kol och tunna kvistar
- Mogen kompost
- Fuktig, kvävehaltiga och okokt köksskräp och skörderester
- Stenmjöl
- Krossad biokol
- Hö/halm/blad av träd som täckmaterial

Kompostering i steg

1. Ställ luftningsventil vertikalt i marken.
2. Sprids om komposten i radie av max. 1,2 meter humusjord blandas med mogen kompost.
3. Lägg på torra stjälkar och tunna kvistar, de ger en god ventilation från grunden och uppåt.
4. Sprid ut ett lager av mogen kompost (skyddar det nya lagret komposthög med mikroorganismer)
5. Lägg på ett jämt lager av köksskräp och skörderester
6. Sprid ut lite stenmjöl
7. Sprid ut krossad biokol jämnt
8. Upprepa 4-7 till komposthögen får en höjd av en meter
9. Täck den helt med blad eller halm eller hö
10. Låt komposten vila i två år. Det är inte nödvändigt att blanda.

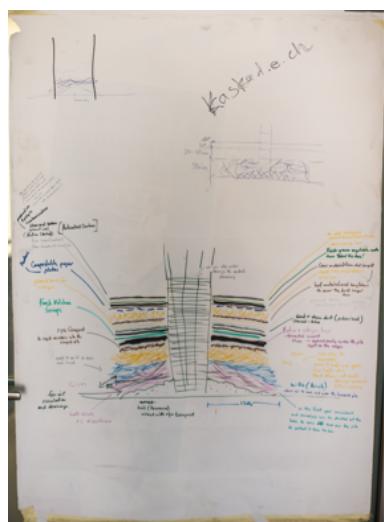
Skorstenen ger en god ventilation under hela komposteringsprocessen. Runt grunden under det första året squash kan planteras eftersom näringssämnena redan finns för växterna. Squash kan klättra på komposten och ger ett bra skydd mot tyngre regn. Under det andra året finns näringssämnena på komposthögen, då kan potatis planteras på högen. Potatisen kan stödja komposteringsprocessen. Om det behövs kan täckmaterialet förnyas innan vintern. Komposten bör regelbundet kontrolleras om det är fuktigt och vid behov förses med lite vatten.

Efter ca 18 till 24 månader komposten är mogen och det kan spridas i trädgården.

### 3. Inleiding - Composteren

Er zijn vele varianten van composteren. Ze hebben allemaal gemeen dat uit organische materialen, door middel van een goed mengsel en lagen, een natuurlijke meststof voor de tuin wordt geproduceerd. Compost is als het ware, het goud uit de tuin; gezonde compost zorgt dat de cyclus van voedingsstoffen en de kwaliteit van de aarde in een moestuin wordt behouden.

Een composthoop moet altijd worden gebouwd op een plek uit de wind, in de half-schaduw. Compost kan bestaan uit ongekookte organische materialen als snoeiafval, keukenafval, gemaaid gras, eierschalen, fijn geknipte delen van kruidachtige planten en struiken en goed verteerbare bladeren van bomen. Hoe gevarieerder de materialen zijn, hoe minder verkeerde rottingsprocessen er zullen plaatsvinden. Aan de organische materialen kunnen kleine hoeveelheden steenmeel en houtskool (biochar) worden toegevoegd. Dit zorgt ervoor dat de juiste koostof- en stikstofverhouding wordt bereikt. Daarnaast is de hoeveelheid vocht en zuurstof net zo belangrijk.



Een composthoop wordt gedurende 5 tot 6 maanden gevuld tot een hoogte en een breedte van één meter. Daarna moet de hoop rusten, zodat de microbiologische en chemische processen ongestoord kunnen plaatsvinden. Afhankelijk van de gebruikte compostermethode, is de compost na 6 tot 24 maanden rijp en klaar om gebruikt te worden in de tuin.

Tijdens het gemeenschappelijk composteren komen er gesprekken op gang over het gedrag van mensen op het gebied van het milieu, duurzaamheid en grondstoffencyclus.

Composteren slaat daarmee een brug naar ecologische en sociaal-economische vraagstukken.

Composteren verhoogt het bewustzijn en het begrip voor de voedingstof-fenkringloop. Organisch materiaal, zogenoemd afval genoemd, wordt zo verwerkt dat uit het afval een waardevolle meststof wordt gemaakt. Deze wordt daardoor opnieuw onderdeel van de kringloop. Meststoffen die van elders (ver weg) worden gehaald en die niet duurzaam geproduceerd zijn moeten eigenlijk niet gebruikt worden. Daarnaast kunnen door actief te composteren problemen rondom de bodemvruchtbaarheid en het duurzaam gebruik van de bodem worden aangepakt.

Koud composteren, zoals in een bos: Beschrijving van de materialen en stappenplan

- 'Een schoorsteen', cilindrisch gevlochten voor de ventilatie
- Humus bodem, gemengd met materiaal van een rijpe composthoop
- Droge stengels die koolstof bevatten en dunne twijgen
- Rijpe compost
- Vochtig, stikstofrijk en ongekookt keukenafval en tuinafval
- Steenmeel
- Vermalen houtskool
- Hooi / stro / boombladeren als afdekmaatiaal

Composteren, stap voor stap

1. Plaats de ventilatie schoorsteen verticaal in de grond
2. Verspreid over de compost, in straal van max. 1,2 meter , humus vermengd met rijpe-compost.
3. Steek droge stengels en dunne twijgen in de grond, deze zorgen voor goede ventilatie van de grond omhoog.
4. Verspreid een laagje rijpe compost, deze laag levert micro-organismen

5. Verspreid keukenafval en tuinafval op de composthoop
6. Voeg een beetje steenmeel toe
7. Verspreid vermalen houtskool
8. Herhaal stap 4 t/m 7 tot composthoop een hoogte van één meter heeft
9. Dek het gehaal af met bladeren, stro of hooi
10. Laat de composthoop 2 jaar rusten. Omwoelen is niet nodig.

De schoorsteen zorgt voor goede ventilatie tijdens het gehele composteerproces. In het eerste jaar kunnen aan de basis van de composthoop pompoenen worden geplant. De voedingstoffen voor deze planten zijn al aanwezig. De pompoenplanten groeien tegen de hoop op en zorgen zo voor versteving en bescherming van de hoop bij harde regen. In het tweede jaar zijn er voldoende voedingstoffen in de composthoop onstaan, zodat er ook aardappels geplant kunnen worden. Aardappelenondersteunen tevens het composteringsproces. Indien nodig kan het afdekmaterial worden vervangen. Voor de winter wordt de hoop weer bedekt met bladeren. Er moet regelmatig worden gecontroleerd of de hoop vochtig genoeg is. Eventueel wordt er wat water toegevoegd. Na ongeveer 18 tot 24 maanden is de compost rijp en kan worden verspreid in de tuin.

### 3.1. Composting practice in Zurich

With each composting activity that I call into life, the participants learn something about the carbon and nitrogen cycle and understand that composting is a must as to sustainable and biological gardening. Prejudices are reduced: After a workshop the compost is for most persons not anymore a stinking pile that rots along in the far-away corner of the garden. On the contrary, the importance of the compost for the garden is acknowledged and through the artful, round and careful staking the compost pile becomes a part of the garden as an over-all creation and as an element of the gardens landscape. Persons have less fear of getting into touch with kitchen rubbish and they learn that rubbish contains also valuable energy and that it is fed again into the cycle of organic material. Participants often find that the work for a healthy soil is emotionally moving and makes them sense a deep relation with nature.

The round form of the compost pile supports the interaction between people, spontaneously and without coercion issues are addressed that increase the feeling of acting with each other and create trust among each other. Thus, it is often discussed about one consumer behaviour, the wasting of food becomes visible through the kitchen rubbish.



People talk about the worldwide distribution of food and new ideas for the local production of food origin at the compost pile.

### 3.1 Anwendung der Kompostierung in Zürich

Bei jeder Kompostaktion die ich ins Leben rufe, lernen die TeilnehmerInnen etwas über den Kohlen- und Stickstoffkreislauf und begreifen, dass das Kompostieren in Bezug auf nachhaltige und biologische Gartenbewirtschaftung unabdingbar ist. Es werden Vorurteile abgebaut: Nach einem Workshop ist der Kompost für die meisten Personen kein stinkender Haufen mehr, der in möglichst grosser Entfernung vom Garten vor sich hin rottet. Vielmehr wird dem Kompost die wichtige Bedeutung für den Garten zugestanden, und durch das kunstvolle, runde und sorgfältige Schichten wird der Komposthaufen Teil der Gartengestaltung als ästhetisches Landschaftselement. Die Berührungsängste mit Küchenabfällen schwinden und es wird den Leuten bewusst, dass auch ‚Abfälle‘ verwertbare Energie enthalten und diese durch das Kompostieren zurück in den Stoffkreislauf gelangt. Die Arbeit für den gesunden Boden wird von den TeilnehmerInnen oftmals als emotional bewegend empfunden und lässt eine tiefe Verbindung zur Natur erahnen.

Die Runde Form des Komposthaufens fördert die Interaktion zwischen den Leuten, es kommen spontan und ungezwungen Themen zur Sprache, die das Miteinander fördern und Vertrauen schaffen. So wird oft über das eigene Konsumverhalten diskutiert,



Lebensmittelverschwendungen wird aufgrund der Küchenabfälle sichtbar. Es wird über die weltweite Verteilung von Lebensmitteln gesprochen und neue Ideen für lokale Lebensmittelproduktionen entstehen am Komposthaufen.

### 3.1 Kompostering i Zurich

Med varje komposteringsaktivitet som jag startar får deltagarna lära sig något om kol- och kvävecykeln för att förstå att kompostering är ett måste för att hållbart och ekologiskt trädgårdsarbete. Fördomar reduceras: efter en kompostworkshop



är komposten inte längre en stinkande hög som ruttnar i ett fjärran hörn av människors trädgård. Tvärtom, betydelsen av komposten för trädgården värderas högt och genom listigt och noggrant formgivande blir komposthögen en del av trädgården och som en viktig del av trädgårdens landskap. Deltagarna har också mindre rädsla för att komma i kontakt med köksskräp och de lär sig att skräp innehåller värdefull energi och att det återförs in i cykeln av organiskt material. Deltagarna tycker ofta att arbetet för en frisk jord är känslomässigt gripande och gör att de känner en djup relation med naturen.

Den runda formen av komposthögen stöder samspelet mellan människor, spontant och utan tvång, frågor behandlas som ökar känslan av att agera med varandra och skapa förtroende hos varandra. Diskussioner handlar ofta om konsumtionsbeteende och det slöseri med livsmedel som blir synlig genom köksskräpet. Man talar om den globala distributionen av livsmedel och får nya idéer för den lokala produktionen av livsmedel med ursprung i komposthögen.

### 3.1 Gebruik Composteren in Zurich

Bij elke composteeractiviteit die ik doe, leren de deelnemers iets over de koolstof- en stikstofkringloop. Ze begrijpen dat composteren noodzakelijk is bij duurzaam en biologisch tuinieren. Vooroordelen worden verminderd: Na een workshop is de composthoop voor de meeste mensen niet meer een stinkende stapel die langzaam rot achterin de tuin. Integendeel, het belang van de composthoop voor de tuin wordt begrepen. De kunstzinnige, ronde vormen van de composthopen worden onderdeel van de tuin en het landschap. Mensen vinden het minder eng om keukenafval aan te raken en leren dat het afval waardevolle energie bevat dat op deze manier weer terug gebracht wordt in de kringloop van organisch materiaal. Deelnemers geven aan dat het werken aan een gezonde bodem ze emotioneel raakt en ontroert. Ze voelen zich meer verbonden met de natuur.



De ronde vorm van de composthoop ondersteunt de interactie tussen mensen. Spontaan worden onderwerpen besproken, zaken samen aangepakt en wordt het vertrouwen in elkaar vergroot. Vaak wordt gesproken over consumentengedrag; de verspilling van voedsel wordt zichtbaar door het verwerken van keukenafval. Mensen praten over de wereldwijde distributie van voedsel en nieuwe ideeën over de lokale productie van voedsel ontstaan bij de composthoop.

### 3.2 Testing of Composting

#### 3.2.1 ... in Berlin

During our weekly garden-working bee, we discussed the method of composting we learnt in Zurich with the other members of our garden. We exchanged knowledge from this visit with that of the group and developed our own, adapted way of composting befitting to our garden. The compost was then built in co-operation with garden members and visitors.

The act of composting can be very successfully used as an informal setting for low threshold education about sustainability. By creating the compost together with different people topics like industrial nutrition, soil degradation and the ways of solutions of these problems can be discussed in an easy way. The common action is as well a great opportunity for people to get to know each other and for networking.

### 3.2 Testen der Kompostierung

#### 3.2.1 ... in Berlin

Während unseren wöchentlichen Gartenarbeitstagen haben wir zuerst den Zürich-Weg der Kompostierung mit den Aktiven im Garten diskutiert. Wir tauschten das Wissen, welches wir in Zürich erworben haben, mit dem lokal vorhandenen Wissen aus und entwickelten anschließend unsere eigene, adaptierte Art des Komposts. Der Komposthaufen wurde dann gemeinsam mit Gartenmitgliedern und den BesucherInnen angelegt.

Unserer Meinung nach, kann die Methode der Kompostierung sehr erfolgreich als informelles, niedrigschwelliges Lernen für nachhaltige Entwicklung verwendet werden. Während der Kompost von Menschen mit unterschiedlichem soziokulturellem Hintergrund angelegt wird, können in einem sehr informellen Kontext wichtige Themen wie industrielle Nahrung, Bodendegradation und entsprechende Lösungswege für diese Probleme besprochen werden. Die gemeinsame Aktion ist darüber hinaus auch eine Möglichkeit für Menschen um sich kennenzulernen und Netzwerke zu bilden. In unserem Gemeinschaftsgarten „Glogauer13“ in Berlin werden wir diese Methode weiterhin nutzen.

### 3.2 Användandet av kompostering

#### 3.2.1 ... i Berlin

Under vår workshop, diskuterade vi den metod för kompostering vi lärt oss i Zürich med de andra medlemmarna i vår trädgård. Vi utbytte kunskap från detta besök med gruppen och utvecklade vår eget, anpassade sättet att kompostera så att den passade i vår trädgård. Komposten har sedan byggds i samarbete med trädgårdsmedlemmar och besökare.

Kompostering kan användas framgångsrikt i informell miljö för lärande om hållbarhet utan krav på tidigare kunskap. Genom att skapa komposten tillsammans med olika människor så kan frågor om industriell näringslära, markförstöring och vägar diskuteras på ett enkelt sätt. Den gemensamma åtgärden är också en stor möjlighet för människor att lära känna varandra och för nätverkande.



## 3.2 Uitvoering Composteren

### 3.2.1 ... in Berlin

Tijdens onze wekelijkse tuin-werk-moment, hebben we de methode van composteren, die we geleerd hebben in Zürich, met de andere leden van onze tuin besproken. We hebben kennis en ervaring vanuit dit bezoek gebruikt voor een eigen, aangepaste manier van composteren die past bij onze tuin. De composthoop is vervolgens gebouwd door tuinleden en bezoekers samen.

De manier van composteren kan worden gebruikt als een informele setting voor laagdrempelige voorlichting over duurzaamheid. Door met verschillende mensen samen te werken aan compost kunnen onderwerpen als kunstmest, bodemerosie en verschillende manieren om deze problemen aan te pakken besproken worden. De gemeenschappelijke actie is ook een geweldige manier voor mensen om met elkaar kennis te maken en te netwerken.



### 3.2.2 ... in Stockholm

We invited the new group, Global Playground Stockholm, that's taking over the responsibility for the Foodpark (our urban gardening project in Skarpnäck) to participate in our compost workshop. The workshop was a perfect opportunity for the groups to meet and the members from the different groups to get to know each other. It also turned in to a nice gesture to be able to spread the knowledge we have received to them.

The workshop attracted plenty of people, both within the groups and from outside and Mikaela from Folkodlarna facilitated the workshop. The practical part of the workshop was that we investigated the state of the worms in the compost and



also turned it over. At the same time we filled some of the beds with new soils. A compost workshop is a nice way to illustrate the natural cycle from the earth/soil to our own table and also to show that good soils doesn't have to be bought but we can make it ourselves.

### 3.2.2 ... in Stockholm

Wir luden die neue Gruppe, Globla Playground Stockholm, welche die Verantwortung für den "Foodpark"(unser urban gardening Projekt in Skarpnäck) übernehmen wird, ein, um an unserem Workshop über Kompost teilzunehmen. Der Workshop war eine gute Gelegenheit für die Gruppen um sich zu treffen, auch die einzelnen Mitglieder der verschiedenen Gruppen konnten sich kennenzulernen. Dabei konnten Wissen und Erkenntnisse ausgetauscht werden, was sehr wertvoll war.

Innerhalb und ausserhalb der verschiedenen Gruppen bestand ein grosses Interesse an diesem Workshop, der von Mikaela aus Folkodlarna geleitet wurde. In einem praktischen Teil untersuchten wir das Entwicklungsstadium der Würmer, gruben den Kompost um und füllten damit die Beete. Ein Workshop zum Thema Kompost ist eine gute Gelegenheit um den natürlichen Kreislauf des Bodens zu veranschaulichen und aufzuzeigen, dass gute Erde nicht gekauft, sondern selber hergestellt werden kann.

### 3.2.2 ... in Stockholm

Vår kompostkurs arrangerades i samband med att vi överlämnade ansvaret för Mat parken (stadsodlingsprojekt mitt i Skarpnäck) till Global Playground Stockholm. Det blev ett bra tillfälle att sammanföra de olika projekten och medlemmar ur de olika grupperna kunde lära känna varandra. Det blev även en fin gest att få ge vidare viktig kunskap till den nya gruppen.

Det var många intresserade även utanför de två grupperna och Mikaela från Folkodlarna höll i workshoppen. Rent praktiskt undersökte vi hur maskarna hade det i komposten och vände på den. Vi passade också på att fylla på ny jord i en del av bädarna. Kompostworkshop är ett fint sätt att sammanföra och tydliggöra tanken om jord till bord, ett sätt att förklara varför kretslopp är viktiga och att bra jord inte behöver köpas utan kan tillverkas själv.



### 3.2.2 ... in Stockholm

We hebben een nieuwe groep, Global Playground Stockholm, die de verantwoordelijkheid voor ons tuinproject Foodpark in Skarpnäck overneemt, uitgenodigd voor de compostworkshop. De workshop was een mooie gelegenheid voor de verschillende groepen om elkaar te leren kennen. Het bleek ook een goed moment om kennis te delen. De workshop trok veel mensen, mensen vanuit de groepen, maar ook van daar buiten. Mikaela van Folkdlarna heeft de workshop begeleid.



Het praktische deel van de workshop bestond uit het onderzoeken van de wormen in de compost. Ook hebben we de composthoop omgeschept. Tegelijkertijd hebben we wat bedden gevuld met nieuwe aarde. Een composteer-workshop laat op een leuke manier de natuurlijke kringloop van aarde/grond naar je eigen 'bord' zien. Het wordt ook meteen duidelijk dat goede grond niet gekocht hoeft te worden, maar gemaakt kan worden door mensen zelf.

### 3.2.3. ... in Rotterdam

The compost workshop in Rotterdam took place on the 11<sup>th</sup> of April 2014 in Wijktuin de Esch. Kasper and Paul invited a diverse group of people; volunteers from the garden and residents from the neighbourhood participated.

The workshop was a perfect opportunity for the groups to meet and the members from the different groups to get to know each other. We started with refreshing the basic of composting and discussing together how, where and what to compost in our garden.

After depositing the finished compost in the planting bed we got to start filling a new compost pile. Layer after layer we build up nitrogen-rich and carbon-rich layers, to get a nice mixture and hopefully nice good smelling and fertile compost.

Participant: "Making your own compost from kitchen scraps also gives you a good feeling. Instead of throwing organic matter in the trash, where it will be burnt, you actually bring nutrients back in the soil."



### 3.2.3 ... in Rotterdam

Der Kompostworkshop fand in Wijktuin de Esch in Rotterdam. Kasper und Paul haben unterschiedliche Gruppen, Freiwillige vom Garten und EinwohnerInnen der Nachbarschaft, zur Teilnahme eingeladen. Der Workshop bot eine ausgezeichnete Gelegenheit für beide Gruppen um sich (näher) kennenzulernen. Wir begannen mit dem Auffrischen der Grundlagen für die Kompostierung und diskutierten gemeinsam die Fragen nach Wie, Wo und Was man in unserem Garten kompostieren sollte.

Nachdem der fertige Kompost in die Beete verteilt wurde, begannen wir den neuen Komposthaufen anzulegen. Schicht um Schicht bauten wir stickstoff- und kohlenstoffreiche Schichten und hofften, später einen gut riechenden und fruchtbaren Kompost zu erhalten.

Rückmeldung eines Teilnehmenden:

„Kompostierung aus eigenen Küchenabfällen gibt mir ein gutes Gefühl. Anstatt die organischen Abfälle in den Müll zu werfen, wo sie vernichtet werden, bringe ich die Nährstoffe in den Boden zurück.“



### 3.2.3 ... in Rotterdam

Kompostworkshopen i Rotterdam hölls i odlingen Wijktuin de Esch. Paul och Kasper bjöd in en blandad skara män-niskor: volontärer från odlingen och boende i området deltog. Workshoppen var ett perfekt tillfälle för de olika grupperna att träffas och medlemmar



från de olika grupperna kunde lära känna varandra vättre. Vibörjde med att friska upp våra kunskaper om kompostering och diskuterade gemensamt hur, var och vad vi ville kompostera i vår trädgård.

Efter att vi fyllt bäddarna med vår redan färdiga kompost började vi med en ny komposthög. Vi byggde lager med lager av kväverika och kolrika lager för att få en bra blandning och förhopningsvis en bördig och väldoftande kompost.

Deltager: "Att göra sin egen kompost från köksskräp ger en bra känsla. Istället för att slänga organiskt material i soporna så att det bränns, tas istället näringen tillvara och ges tillbaka till jorden."

### 3.2.3 ... in Rotterdam

De composteer workshop in Rotterdam is uitgevoerd op 11 april 2014 in Wijktuin de Esch. Kasper en Paul hebben hiervoor een diverse groep mensen uitgenodigd; vrijwilligers van de tuin en bewoners uit de buurt. De workshop was een goed moment om meteen kennis met elkaar te maken. We zijn gestart met de basis-principes van composteren op te halen en te praten over hoe, waar en wat we willen composteren in onze tuin.

Na het verspreiden van verse compost over de perken, hebben we een begin gemaakt met een nieuwe composthoop. Laag voor laag hebben we stikstof-rijke en koolstof-rijke grondstoffen toegevoegd om zo een goed mengsel te krijgen. We hopen op goed ruikende en vruchtbare compost.

Deelnemer: "Het geeft een goed gevoel om van keukenafval je eigen compost te maken. In plaats van plantaardig materiaal weg te gooien, zodat het verbrand wordt, breng je voedingsstoffen terug in de aarde."

### 4. Introduction – Fermenting

Fermenting is a traditional processing method to preserve food that is still used in many parts of the world partly as a way to secure food supply in wintertime. What happens is that lactic bacteria reproduces itself and by so producing lactic acid which then lowers the pH-level making it impossible for unwanted bacteria to survive. This method has been used for instance in Japan with barley and soybeans for many years to make a product called miso. From Russia and the Baltic countries well-known products such as kefir, yogurt and sourdough bread originate.

Fermenting is a maturation- and refining process. The vegetables become softer, acquire an aromatic sent and improved flavor. The vegetable will retain all its nutritional value and will also get an addition of lactic acid bacteria. The fermenting process also makes the food more nutritious.

By using the method of fermenting vegetables as an informal setting for low threshold learning about sustainable development, we want additional to the learning of fermenting itself to engage the people to think and re-think their own nutrition habits.

As we have set it up the courses don't require any prior knowledge or any material from the participants. Our aim is to use a simple method that doesn't take too long time but is still very useful for anyone wanting to know more about the seasonal vegetables and to change own nutrition behavior.

With fermenting the people can save money, have rich in nutrients vegetables in the wintertime and reduce their consumption of imported, not seasonal vegetables. Apart from these we use the method because fermenting workshops are requested by members and they're a way for members to gather, get to know each other better and learn from one another.



## Description of toolbox for basic materials

In order to implement a fermenting workshop you need:

- Salt
- Clean glass jars with lids
- Vegetables
- A kitchen scale

Start by weighing what you are going to ferment. For fermenting vegetables that are grated (carrots, beetroot, white cabbage) you take 1-1.5% salt (in relation to the weight of the vegetables). For vegetables that are cut in pieces you make brine with 2-2.5% salt (in relation to the volume of water).

Then grate your vegetables and pound them in a big container, add salt, let them rest a little and then pound them. For seasoning horseradish, apple, cumin or chili can be used. To hasten the fermenting process add a little bit of fermenting liquid from an earlier batch, optimally a week old batch, but older will also work.

Now stuff the mixture in the glass jars, quite hard, and leave about 1 centimeter of space. Put the lid on loosely so the mixture can seep out and leave for a week. Then tighten the lid and leave the jars for about two weeks. Best temperature is 15-20 degrees Celsius, but 0-40 works if the time is adjusted. After the two weeks the content is edible but for the taste to mature leave the jars in the fridge 4-6 weeks. The jars will then keep for at least a year and even after the vegetables are edible but will become softer.

## 4. Einführung - Fermentation

Die Fermentierung ist eine traditionelle Methode um Nahrungsmittel haltbar zu machen, die immer noch in vielen Teilen der Erde dazu dient, Vorräte für den Winter anzulegen. Beim Gärungsprozess vermehren sich die Milchsäurebakterien und es entsteht Milchsäure, die den PH-Wert soweit senkt, dass keine unerwünschten Bakterien überleben können. Mit dieser Methode wird zum Beispiel seit Jahren in Japan aus Gerste und Sojabohnen die Gewürzpaste Miso hergestellt. Bekannte Produkte wie Kefir, Joghurt und Sauerteigbrot stammen ursprünglich aus Russland und den Baltischen Staaten.

Die Fermentierung ist ein Reife- und Veredlungsprozess. Das Gemüse wird weicher, bekommt eine aromatische Note und einen intensiveren Geschmack, behält seine wertvollen Nährstoffe und wird mit Milchsäurebakterien angereichert. Die Fermentation macht Nahrungsmittel auch nährstoffreicher.

Bei der Anwendung der Methode der Gemüsefermentierung in einem ungezwungenen Rahmen wird nachhaltig und niederschwellig gelernt. Nebst dem Erlernen der Methode der Fermentation möchten wir zusätzlich bewirken, dass die Menschen ihre Ernährungsgewohnheit immer wieder überdenken.



Um die Kurse, die wir anbieten, zu besuchen, brauchen die Teilnehmer weder Vorwissen noch Hilfsmittel mitzubringen. Es ist unser Ziel, den Teilnehmern eine einfache Methode beizubringen, die nicht viel Zeit braucht und trotzdem für alle nützlich ist, die mehr über die saisonale Gemüseverarbeitung wissen und ihre Ernährungsgewohnheiten überdenken wollen.

Mit dem Fermentieren können die Menschen Geld sparen, erhalten nährstoffreiches Gemüse für den Winter und können ihren Konsum von importiertem, nicht-

saisonalem Gemüse reduzieren. Ausserdem sind Fementierungsworkshops erwünscht, da Gleichgesinnte zusammenkommen, sich kennenlernen und von einander lernen können.

#### Zutaten und Hilfsmittel

Um einen Fermentationsworkshop durchzuführen braucht man:

- Salz
- saubere Vorratsgläser mit Deckeln / Schraubdeckeln
- Gemüse
- eine Küchenwaage

Zuerst wird das Gemüse, das Sie fermentieren wollen, geraspelt, gehobelt oder in Stücke geschnitten und abgewogen. Um geraspeltes Gemüse (Karotten, Randen / Rote Beete, Weisskabis) zu fermentieren, benötigen Sie 1 – 1,5 % Salz (im Verhältnis zum gewogenen Gemüse). Für Gemüse, das in Stücke geschnitten wurde, machen Sie eine Salzlake mit 2 – 2,5 % Salz (im Verhältnis zur Wassermenge).

Gebe Sie das zerkleinerte Gemüse in einen grossen Behälter und pressen Sie es zusammen. Geben Sie das Salz hinzu, so dass das Gemüse etwas ziehen kann. Stampfen Sie dann das Gemüse. Zum Würzen können Sie Meerrettich, Äpfel, Kreuzkümmel oder Chilli hinzufügen. Um den Gärungsprozess zu beschleunigen, geben Sie etwas Gärflüssigkeit von einem früheren Gärverfahren dazu. Idealerweise ist diese Gärflüssigkeit eine Woche alt, wobei sie auch etwas älter sein kann.

Füllen Sie nun die Mischung sehr dicht bis auf einen Zentimeter vom oberen Rand in die Vorratsgläser. Legen Sie die Deckel lose auf die Gläser, sodass das entstehende Gas austreten kann. Lassen Sie die Gläser eine Woche so stehen. Ver-



schliessen Sie danach die Gläser und lassen Sie sie zwei Wochen bei 15 – 20 Grad ruhen. Bei Temperaturen zwischen 0 – 40 Grad muss die Dauer entsprechend angepasst werden. Nach diesen zwei Wochen ist das Gemüse bereits essbar, der Geschmack wird aber besser, wenn Sie die Gläser noch 4 – 6 Wochen im Kühlschrank lagern. Das Gemüse in den Gläsern ist mindestens ein Jahr haltbar, danach wird es weicher werden, aber immer noch essbar sein.

#### 4. Introduktion – Syrning

Att mjölkysyra (fermentera) mat är en traditionell förädlingsmetod som fortfarande används i stora delar av världen delvis som ett sätt att säkra matförsörjningen under vintern. Det går ut på att mjölkysrabakterier förökar och producerar mjölkysra sig vilket i sin tur sänker pH och gör att inga oönskade bakterier kan leva kvar. I Japan framställs t ex ur sojabönor och korn, under en flerårig process, till en produkt som heter miso. Från Ryssland och balkanländerna har vi kända namn som kefir, yoghurt och surdegsbröd.

Mjölkysrejäsning är en mognads- och förädlingsprocess. Grönsakerna blir mjukare, får en doftande arom och förbättrad smak. Råvaran behåller alla sina näringssärden och får dessutom ett tillskott av mjölkysrebakterier och dess omsättningsprodukter.

Vi använder oss av mjölkysyrningskurser som ett tillfälle för livslångt lärande i en informell miljö. Det fungerar som ett bra tillfälle att engagera män-niskor i Folkodlarna och till att lära sig om förädling av råvaror. Så som vi utformat kurserna krävs aldrig någon tidigare erfarenhet eller något material av deltagarna. Målet är att använda en enkel metod för att lära ut praktisk kunskap som inte är för tidskrävande och samtidigt är värdefull för alla som vill få ut mer av sina grönsaker och också spara. Förädlingen gör också att råvarornas näringssärderökar. Kanske kan det även vara en möjlighet att på detta sätt minska det ökande matsvinnet, där hushållen står för en stor del av det som slängs.

Vi som bor mitt i staden saknar ofta tillgång till skafferier eller jordkällare och där-för inte heller lagra råvaror utan att först bearbeta dem och då kan syrning vara ett sätt att ta tillvara på vår värdefulla skörd.



Bortsett från dessa effekter erbjuder vi dessa kurser eftersom de efterfrågas av medlemmar och de är ett tillfälle för medlemmar att träffas, lära känna - och lära av varandra.

#### Vad du behöver och hur du går till väga

Detta behöver du till en mjölkysyrningskurs:

- Salt  
Rena burkar med lock
- Grönsaker
- En köksvåg

Börja med att väga det som ska mjölkysras. Till grönsaker som ska rivas och stampas (morot, rödbeta, vitkål) tar man 1-1.5% salt (i relation till grönsakens vikt) och till grönsaker som ska vara i bitar gör man en saltag med 2-2,5 % salt (av vattnets volym).

Riv sedan dina grönsaker och stampa dem i ett stort kärl. Till stampningen kan man använda en kavel som man tagit bort handtaget på. Slå med kortsidan av kaveln tills det blir blött och geggit. Ett tips kan vara att salta grönsakerna när de är rivna, blanda om och gå och göra något annat en stund. Saltet tvingar ut vätska ur grönsakerna och då behöver du inte lägga så mkt tid på att stampa dem. Krydda dina grönsaker efter behag, t.ex. pepparrot, äpple, kummin, chili, paprika, vitlök osv.

För att snabba på jäskulturen kan en skvätt vätska från en tidigare mjölkysyrning hällas på, det optimala är vätska från något som mjölkysrats en vecka men även äldre kultur fungerar. Har man ingen mjölkysrekultur kan man hoppa över det steget, det ska gå ändå. Man kan även ta lite vassla om man vill (lät yoghurt rinna av i ett kaffefilter och använd «avrinnet»).

Denna blandning ska nu packas hårt i burkar, lämna ca 1 cm upp till locket. Skruva på locket lite löst så att det kan pysa ut lite under järsningen och låt det stå i en

vecka. Nu ska locken skruvas åt och burkarna stå i ca två veckor, det optimala är i 15-20 grader men allt mellan 0 och 40 ska fungera, man får anpassa jästiden bara. Efter den här jästiden går det att äta men för att smaken ska mogna till sig ska burkarna stå i kylskåp i 4-6 veckor. Burkarna är nu hållbara i minst ett år. De går att äta även senare men grönsakerna blir mjukare och mjukare i konsistensen.

#### 4. Inleiding - Fermenteren

Fermenteren is een traditionele methode van het verwerken van voedsel, die nog steeds wordt gebruikt in vele delen van de wereld om de voedselvoorziening in de winter veilig te stellen. Doordat melkzuurbacteriën zichzelf reproduceren en melkzuur produceren, wordt het pH-niveau verlaagd. Hierdoor kunnen ongewenste bacteriën niet overleven.

De methode wordt bijvoorbeeld al jaren gebruikt in Japan bij gerst en sojabonen om een product genaamd miso te maken. Uit Rusland en de Baltische landen bekende producten zoals kefir, yoghurt en zuurdesembrood zijn op deze manier ontstaan.

Fermenteren is een rijpings- en zuiveringsproces. De groenten worden zachter, krijgen een aromatische geur en beteren smaak. De groente behoudt alle voedingswaarde en krijgt melkzuurbacteriën toegevoegd. Het proces maakt het voedsel voedzamer.

Door het gebruik van de fermentermethode als een informele en laagdrempelige manier van leren over duurzame ontwikkeling, willen we naast het fermenteren zelf, mensen stimuleren na te denken over hun eigen voedingsgewoonten.

We hebben de training zo opgezet, dat er geen voorkennis of materiaal van de deelnemers nodig is. Ons doel is om een eenvoudige, korte methode toe te passen, die nuttig is voor iedereen die meer over de seizoensgebonden groenten wil weten en zijn eigen voedingsgewoonten wil veranderen. Met fermenteren kunnen mensen geld besparen, hebben ze voedingsstofrijke groente in de winter en wordt de invoer van nietseizoensgebonden groente verminderd.

Naast het feit dat onze mensen vragen om de fermenterworkshop, zetten we de workshops in als middel om samen te komen, elkaar beter te leren kennen en van elkaar te leren.

## Beschrijving van de werkwijze en basismaterialen

Om een fermenteer workshop uit te kunnen voeren, heb je nodig:

- Zout
- Glazen potten met deksel
- Groenten
- Keukenschaal

Begin met het afwegen van de groente die je gaat fermenteren. Voor geraspte groente (wortelen, bieten, witte kool) hou je 1-1,5% zout aan (in verhouding tot het gewicht van de groente). Voor groente die in stukken worden gesneden maak je pekel met een verhouding van 2-2,5% (in verhouding met het water). Rasp de groenten en doe ze in een grote schaal, voeg zout toe en laat het geheel even rusten. Stamp het geheel daarna goed. Voor de smaak kunnen mierikswortel, appel, komijn en chili worden toegevoegd.



Om het fermentatieproces te versnellen

wordt een beetje fermentatieveloeistof van een eerdere lading gebruikt. Het liefst van een week oud, maar ouder werkt ook. Vul de glazen potten met het mengsel en laat 1 centimeter ruimte vrij. Draai het deksel los op de pot, zodat het mengsel er uit kan lopen en laat deze een week staan. Draai het deksel vast en laat de potten twee weken staan. De beste temperatuur is 15 tot 20 graden. Tussen de 0 en 40 graden werkt ook, als de tijd maar wordt aangepast. Na twee weken is de inhoud eetbaar. Door de potten 4 tot 6 weken in de koelkast te bewaren zal de smaak rijpen. De potten zijn zeker een jaar houdbaar. De groente is eetbaar en zal zachter geworden zijn.

## 4.1. Testing of Fermenting

### 4.1.1 ... in Berlin

From our trip to Stockholm we acquired knowledge of various fermenting techniques and because the art of fermentation is a traditional art that is now being rediscovered by interested urban activists, we thought of exchanging and broaden our knowledge in conjunction with elderly people.

With that said we decided to take the opportunity to connect with a retirement home in order to produce our first self made *Sauerkraut*. The group we worked with is comprised mainly of dementia patients. Our hope was to stimulate their knowledge from earlier times and give them the chance to contribute their own experiences on the topic, as well as to acquire traditional knowledge ourselves.

Urban gardeners from *Glogauer 13* and residents of the nursing home participated actively in cutting, salting and kneading the cabbage until it was watery enough to be jared. One resident, a former boxer, evidently had a lot of fun punching the cabbage in order to get more juice out of the cabbage, which activates the lactobacillus. Others began to tell stories from when they were kids and to talk about other recipes they had in mind.

The event was a full success! Not only could we test our receipt for the *Sauerkraut*, but also we found a new cooperation partner for more activities in the garden in the future.

## 4.1 Testen der Fermentierung

### 4.1.1 ... in Berlin

Die Gärung ist eine alte Kunst und wird gegenwärtig vermehrt von städtischen GärtnerInnen wieder entdeckt. So dachten auch wir, wir wollten das Wissen über Gärung durch Austausch mit älteren Menschen erwerben bzw. vertiefen.

Nachdem dies gesagt wurde, haben wir beschlossen Kontakt zu einem Altersheim aufzunehmen und gemeinsam mit den von Demenz betroffenen Menschen einen Sauerkraut Workshop umzusetzen. Dabei hofften wir, dass dadurch das Erinnerungsvermögen der EinwoherInnen des Hauses stimuliert wird, ihnen die Möglichkeit zum aktiven thematischen Beitrag gegeben wird und wir altes Wissen für uns gewinnen.

Die Aktiven des Gartens "Glogauer 13" und die BewohnerInnen des Altenheimes haben gemeinsam den Kohl geschnitten, gesalzen und solange geknetet bis er wässrig genug war um in ein Einweckglas abgefüllt zu werden. Ein Bewohner, der früher Boxer war, stampfte den Kohl intensiv. Damit wollte er als mehr Saft gewinnen und somit mehr Lactobazillen aktivieren. Dabei hatte er sehr viel Spaß! Die Anderen haben damit angefangen, Geschichten aus den alten Zeiten zu erzählen und erinnerten sich darüber hinaus an alte Gärungsrezepte.

## 4.1 Användandet av syrning

### 4.1.1 ... in Berlin

Från vår resa till Stockholm har vi förvärvat kunskap om olika tekniker om syrning. Eftersom syrning är en traditionell konst som nu återupptäcktes av aktivister i urbana områden, trodde vi på att utbyta och bredda vår kunskap i samband med äldre människor.



Med det sagt: Vi bestämde oss för att ta tillfället i akt att få kontakt med ett äldreboende för att producera vår första egengjorda surkål. Gruppen vi arbetat med består främst av demenssjuka. Vår förhoppning var att de skulle få stimulera sina kunskaper från äldre tider och ge dem möjlighet att bidra med sina egna erfarenheter i ämnet, samt att förvärva traditionell kunskap själva.

Stadsodlare från "Glogauer 13" och invånare i vårdhem deltog aktivt i skärning, saltning och knådning av kål tills det vad vattnig nog. En person, en före detta boxare, hade tydlig en hel del roliga tips för att få mer juice ur kål, som aktiverar lactobacillus. Andra började berätta historier från när de var barn och prata om andra recept de hade i åtanke.

Workshoppen var en fullständig framgång! Inte bara kunde vi testa på att göra surkål, men så hittade vi en ny samarbetspartner för fler aktiviteter i trädgården!!

## 4.1 Uitvoering Fermenteren

### 4.1.1 ... in Berlin

Tijdens de reis naar Stockholm hebben we verschillende technieken van fermenteren geleerd.

Omdat fermenteren een traditionele werkwijze is, die nu herontdekt wordt door stedelijke activisten, waren we van plan kennis uit te wisselen en te verbreden met ouderen.



Met dit plan hebben we contact gelegd met een tehuis voor ouderen om onze eerste zelfgemaakte zuurkool te maken. De groep ouderen waar we mee werkten bestond voornamelijk uit mensen met dementie. Onze hoop was om hun kennis uit vroegere tijden te stimuleren en hen de kans te geven om hun eigen kennis en ervaringen in te brengen. Daarnaast hoopten wij zo wat traditionele kennis te verwerven.

Bewoners die tuinieren bij Glogauer 13 en bewoners van het verpleeghuis hebben actief deelgenomen aan het snijden, zouten en kneden van de kool totdat deze waterig genoeg was om ingemaakt te worden. Een bewoner, een voormalig bokser, had er veel plezier in om de kool te 'stompen' waardoor er meer sap uit de kool, die de bacterieën activeert, vrij kwam. Anderen begonnen verhalen te vertellen uit hun kindertijd en vertelden recepten die ze zich nog konden herinneren.

De activiteit was een groot succes! We hebben niet alleen ons recept voor zuurkool kunnen uit proberen, maar we hebben tevens een nieuwe samenwerkingspartner voor meer activiteiten in de tuin gevonden.

### 4.1.2 ... in Zurich

The Method Fermentation we implemented in the 'Stadiongarten'. The aim of this session was — to produce Sauerkraut towards the principle of the milk-acid fermentation. We sliced and stamped a lot.

From our point of view, the method is very good to process the cabbage harvest. Therefore all the participants were inspired about that method of conservation. After six-weeks of the fermentation process we made a second meeting. The participants of the Sauerkraut workshop met in January at winterly temperatures, the Sauerkraut was cooked on the open fire and consumed with pleasure.

Besides the Sauerkraut production the workshop created a community that now wants to produce Sauerkraut every year. The method of the fermentation was thus not only helpful in the subject matter but also in the social sense.



#### 4.1.2 ... in Zürich

Die Methode Fermentation haben wir im Stadiongarten umgesetzt, Ziel war es, Sauerkraut nach dem Prinzip der Milchsäuregärung herzustellen. Es wurde fleissig gehobelt und gestampft. Die Methode eignete sich sehr gut die reiche Kohlernte zu verarbeiten, alle Beteiligten waren begeistert über diese Konservierungsmethode.

Nach einem sechswöchigen Gärungsprozess trafen sich die TeilnehmerInnen des Sauerkrautworkshops im Januar draussen bei winterlichen Temperaturen, das Sauerkraut wurde auf offenem Feuer gekocht und genüsslich verzehrt.

Neben der erlernten Sauerkrautherstellung hatte der Workshop eine Gemeinschaft hervorgebracht, die nun jedes Jahr Sauerkraut herstellen möchte. Die Methode der Fermentation war folglich nicht nur fachlich hilfreich, sondern auch sozial.



#### 4.1.2 ... in Zurich

Syrningen genomförde vi på "Stadiongarten". Syftet med denna session var att producera surkål genom principen om mjölkssyrning. Vi skar och stampade en hel del. Från vår synvinkel är metoden mycket bra för att bearbeta kålskörd. Därför är alla deltagarna inspirerade till att använda denna metod för bevarande.

Efter sex veckor av jäsning hade vi ett andra möte, i januari. Surkålen tillagades över öppen eld och konsumerades med nöje.

Förutom surkålsproduktionen skapade workshoppen en grupp som nu vill göra surkål varje år. Metoden att fermentera fungerade således inte bara väl i syftet att förädla skörden utan även i social mening.



#### 4.1.2 ... in Zurich

De fermentermethode is uitgevoerd in de 'Stadiongarten'. Het doel van de sessie was zuurkool maken volgens het melkzuur fermenteer principe. We hebben heel wal kool gesneden en gestampt. Volgens ons is de methode een goede manier om de kooloogst te verwerken. Alle deelnemers zijn geïnspireerd geraakt van deze manier van conserveren.

Na zes weken hebben we een vervolg bijeenkomst georganiseerd voor de deelnemers. Deze vond plaats in januari, met winterse temperaturen. De zuurkool werd ter plekke boven een vuur gekookt en met plezier gegeten.

Naast het maken van zuurkool, heeft de workshop ervoor gezorgd dat er een groep mensen is die nu ieder jaar zuurkool willen maken. De fermentatieworkshop is daarmee niet alleen inhoudelijk een succes, maar ook op sociaal gebied.



#### 4.1.3. ... in Rotterdam

In the 14<sup>th</sup> of February 2015 the fermenting workshop was organised by Max at a local urban agricultural festival in Rotterdam. It was a big success since all the 12 available spots for the workshop were booked more than a week in advance!

A short theoretical introduction was given. Participants worked together with different locally grown vegetables, for example: garlic, pepper, carrots and cabbage.

Not just people from Rotterdam participated in it, but also visitors from other places in the Netherlands. After the workshop the participants got to take one jar of fermented vegetables home. People noticed how easy it is to ferment vegetables and had the feeling anyone can do it at their own home. Participant: "We will definitely recommend fermenting to other projects and friends."

#### 4.1.3 ... in Rotterdam

Unser Workshop für Fermentierung wurde von Max organisiert und während eines lokalen Festivals zur Städtischen Landwirtschaft in Rotterdam umgesetzt. Es war ein großer Erfolg, da alle 12 verfügbaren Plätze eine Woche im Voraus ausgebucht waren.

Zu Beginn des Workshops folge eine kurze Einführung. Die Teilnehmenden arbeiteten mit unterschiedlichen lokalen Gemüsesorten wie zum Beispiel: Knoblauch, Paprika, Karotten oder Kohl.

Am Workshop nahmen dabei nicht nur Menschen aus Rotterdam sondern auch BesucherInnen aus anderen niederländischen Orten teil. Nach dem Workshop bekam jeder/-e Teilnehmende ein Glas mit dem fermentierten Gemüse als Geschenk. Die Menschen bemerkten, dass die Fermentierung von Gemüse recht einfach geht und, dass jeder/-e es zu Hause selbst machen kann.

Rückmeldung einer Teilnehmenden: „Wir werden auf jeden Fall das Fermentieren anderen Projekten sowie Freunden empfehlen.“

#### 4.1.3 ... in Rotterdam

Vår syrningsworkshop organiserades av Max under en lokal stadsodlarfestival i Rotterdam. Det blev en succé! Alla 12 platser i workshopen bokades nämligen mer än en vecka i förväg.

En kort teoretisk introduktion gavs i början. Deltagarna arbetade tillsammans med lokalt odlade grönsaker, ex. vitlök, paprika, morot och kål.

Inte bara människor boende i Rotterdam deltog utan även besöker från andra platser i Nederländerna. Efter workshopen fick alla deltagare med sig en burk med syrade grönsaker hem.

Människor märkte hur enkelt det är att syra grönsaker och fick känslan att vem som helst kan göra det hemma. Deltagare: "Vi kommer absolut att rekommendera syrning till både andra projekt och till vänner."

#### 4.1.3 ... in Rotterdam

Op 14 februari 2015 heeft Max de fermenteerworkshop georganiseerd op een stadslandbouwfestival in Rotterdam. Het was bij voorbaat een groot succes, alle 12 beschikbare plaatsen waren een week van te voren al gereserveerd. De workshop werd kort theoretisch ingeleid. Deelnemers werkten vervolgens samen met lokaal verbouwde groenten als: knoflook, paprika's, wortelen en kool. Er waren niet alleen deelnemers uit Rotterdam, maar ook bezoekers uit de rest van Nederland. Na afloop van de workshop kon iedereen een pot ingemaakte groenten mee naar huis nemen. De mensen gaven aan dat het fermenteren van groenten heel gemakkelijk is en eigenlijk door iedereen thuis gedaan kan worden.

Deelnemer: "We zullen het inmaken zeker aanraden aan andere projecten en bekenden!"



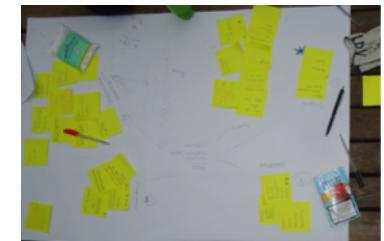
#### 5. Introduction – Mind Mapping

A mind map is a diagram used to visually organize information. A mind map is often created around a single concept, drawn as an image in the centre of a blank landscape page, to which associated representations of ideas such as images, words and parts of words are added. Major ideas are connected directly to the central concept, and other ideas branch out from those.

As with other diagramming tools, mind maps can be used to generate, visualize, structure, and classify ideas, and as an aid to studying and organizing information, solving problems, making decisions, medicine and writing.

The method mindmapping is used at the start of new projects. We use it for different purposes:

- To survey local partners in de aria around the garden
- To share ideas, wishes from participants
- To design the garden
- Ways to use the garden (food, flowers, education)
- Recently the method was used by Paul and Stefan in a session with participant from Wijktuin de Esch. After the expansion of the garden there were some problems and personal frictions about:
  - Individual gardens or not?
  - Flowers or vegetables?
  - Activities for children?
  - Tasks and Responsibilities



During the mindmap session all participants was invited to respond and comment on the different topics. By giving points to the comments, the common opinion about the garden was made. By using the method everyone has an equal input.

Afterwards all participants were pleased. The results and common opinion were widely supported.

#### Mindmap steps

In the group sessions we use the following 9 steps:

1. Brainstorming individually—1 idea = 1 post it
2. Presenting your idea's (individually) to the group — no feedback!  
last chance to add idea's (inspired by idea's of others)
3. Each member gets three stars (\*)  
you can give stars (\*) to the idea or idea's you find most important or which you find needs to be in the design/plan
4. Every idea/post-it counts as 1 point, every star (\*) counts as 2 points  
count the total points!  
group similar idea's/post it's (everyone joins in)
5. You now have a clear view of what the group thinks/wants—everyone had an equal voice
6. Discuss, interact, plan, design  
the clear view (step 5) is your guideline/blueprint  
structure the idea's as a group
7. Write down or draw your plan/design
8. Think of a way to present your group plan/design  
for example: drawing, text, song, play, pictures, etc.
9. Present the plan/design!

Each member of the group needs to feel included and has to agree with the end result

#### 5. Einführung - Mind Mapping

Mind map ist ein Schema, welches in erster Linie dazu dient, Informationen visuell zu strukturieren. Mind map wird häufig um ein einziges Konzept (Thema, Fragestellung) herum erstellt. Das Hauptanliegen wird in der Mitte eines leeren Blattes als eine Abbildung gezeichnet. Anschließend werden die dazugehörigen Darstellungen von Ideen, z. B. in Bildern, Wörtern oder Wortteilen hinzugefügt. Vorrangige Ideen werden dann direkt mit dem zentralen Begriff verbunden und die anderen Ideen zweigen von diesen ab.

Wie auch die anderen grafischen Darstellungen, kann Mind map zur Generierung, Visualisierung, Strukturierung und/oder Klassifizierung von Ideen verwendet werden. Darüber hinaus setzt man Mind map auch als Hilfe für das Studieren und Organisieren von Informationen, Herausarbeitung von Problemlösungsstrategien, Bestimmung von Entscheidungsfindungen, Projektentwicklung sowie in Bereichen der Medizin oder des Schreibens.



Das Mind map Verfahren verwenden wir für unterschiedliche Zwecke. So dient es uns zum Beispiel für:

- Die Befragung von lokalen Partnern in der Nachbarschaft des Gartens
- Den Austausch von Ideen und/oder Wünschen von Teilnehmenden
- Die Gestaltung des Gartens
- Die Entwicklung von Gartennutzungsmöglichkeiten (Nahrungsherstellung, Blumen, Bildung).

Neulich haben Paul und Stefan die Methode während eines Treffens mit den Teilnehmenden aus Wijktuin de Esch angewendet. Nach der Erweiterung des Gartens haben sich einzelne Problemfelder und persönliche Unzufriedenheit ergeben. Mit dem Treffen wollte die Teilnehmenden folgende Fragestellungen geklärt haben:

- Einzelne Beete oder nicht?
- Umgang mit den Blüten der Gemüsepflanzen
- Aktivitäten für die Kinder?
- Umgang mit Aufgaben und Zuständigkeiten?

Während der Mind map Sitzung waren alle Teilnehmenden dazu eingeladen, auf alle Thematiken einzugehen und diese zu kommentieren. Bezug nehmend auf die Verteilung von Punkten zu einzelnen Kommentaren, wurden dann anschließend gemeinsame Lösungen für den Garten gefunden. Die Methode ermöglicht für Alle eine gleichberechtigte Teilnahme, sodass die Teilnehmenden am Ende sehr zufrieden sind.

#### Schritte der Umsetzung von Mind Map

In einer Gruppensitzung verwenden wir folgende 9 Umsetzungsschritte:

1. Individuelles Brainstorming – 1 Idee = 1 Klebezettel
2. Präsentation der eigenen Ideen zu der Gruppe - OHNE jegliche Rückmeldung (Feedback)  
(Letzte Möglichkeit um Ideen hinzuzufügen (inspiriert durch die Ideen der Anderen))
3. Jeder/-e Teilnehmende erhält drei Sterne (\*)  
(Dabei vergibt man die Sterne für die Idee/-n, die Einem/-er am wichtigsten sind, und man denkt, diese sollen in im Gestaltungsplan wieder zu finden sein.)
4. Jede Idee (jedes Klebezettel) zählt als 1 Punkt; jeder Stern (\*) als 2 Punkte  
Zähle die Gesamtpunkte  
Strukturiere die Ideen in der Gruppenarbeit
5. Man hat nun einen klaren Blick darüber, was die Gruppe denkt/will; Jeder/-e hatte eine gleichberechtigte Stimme

6. Diskutiere, interagiere, plane, entwerfe

Der klare Blick (Schritt 5) dient dabei als Leitfaden / Entwurf  
Strukturiere die Ideen in Gruppenarbeit

7. Schreibe nieder oder male deinen Gestaltungsplan

8. Finde den Weg, wie der Gestaltungsplan der Gruppe präsentiert werden soll

9. Präsentiere den Gestaltungsplan

Jeder Mitglied der Gruppe soll einbezogen werden und mit dem Ergebnis einverstanden sein.

## 5. Introduktion – Tankekarta

En tankekarta är en typ av schematisk bild som används för att organisera information visuellt. Tankekartor skapas ofta kring ett specifikt koncept som skrivs/ritas ut i mitten av ett blankt papper, sedan tillfogas bilder, ord och delar av ord som associeras till detta koncept. Större idéer länkas samman direkt till det centrala konceptet medan mindre bildar grenar ut från dessa idéer. Precis som med andra schematiska verktyg kan tankekartor användas för att generera, visualisera, strukturera och klassificera idéer och även som ett hjälpmedel för att studera och organisera information, lösa problem, fatta beslut och i skrivprocesser.

Tankekartor används vid uppstart av nya projekt. Vi använder det i olika syften:

- Undersöka lokala partners i området kring odlingen
- Utbyta idéer, önskemål från deltagare
- För att designa odlingen
- Hitta sätt att använda odling (mat, blommor, utbildning)

Nyligen användes metoden av Paul och Stefan i ett möte med deltagare från odlingen "Wijktuin de Esch". Efter en utökning av odlingen hade några problem och personlig friktion uppkommit kring:

- Individuell odling eller inte?
- Blommor eller grönsaker?
- Aktiviteter för barn?
- Uppgifter och ansvar

Under tankekartsövningen bjöds alla deltagare in till att besvara och kommentera på olika ämnen. Genom att dela ut poäng till olika kommentarer formades de gemensamma åsikterna om odlingen. Genom att använda denna metod hade alla lika mycket att säga till om. Deltagarna var nöjda efter övningen. Resultatet och de gemensamma åsikterna hade brett stöd.

Stegen i tankekartsövningen

I gruppövningen användes följande nio steg:

1. Brainstorming individuellt – 1 idé = 1 post-it
2. Presentation av dina idéer (individuellt) till gruppen – ingen feedback! – sista chansen att lägga till idéer (eventuellt inspirerad av andras idéer)
3. Varje deltagare får tre stjärnor (\*)  
du kan ge stjärnor (\*) till till den idé du tycker är viktigaste eller den du anser vara nödvändig i det vidare arbetet
4. Varje idé i sigräknas som 1 poäng, varje stjärna (\*) räknas som 2 poäng  
räkna totala antalet poäng!  
Forma grupper för idéer/post-its med liknande tankar (alla deltar i detta arbete)
5. Nu finns en klar överblick över vad gruppen tycker/vill och alla har haft lika mycket att säga till om
6. Diskutera, interagera, planera, designa  
överblicken från steg 5 är nu riktlinje/ritning för arbetet  
strukturera nu idéer som en grupp
7. Skriva ner/rita en plan/design
8. Fundera ut ett sätt att presentera er gruppens plan/design  
ex. målningar, texter, sånger, lekar, bilder
9. Presentera planen/designen för de andra grupperna!  
Varje deltagare i gruppen ska inkluderas och vara överens med slutsatserna.



## 5. Inleiding - Mindmap

Een mindmap is een diagram dat gebruikt wordt om informatie visueel te ordenen. Een mindmap is vaak getekend rondom één onderwerp. Vanuit het midden van een leeg blad worden verschillende associaties, beelden en woorden in relatie tot het onderwerp geschreven of getekend. Belangrijke punten worden hierbij direct verbonden met het centrale onderwerp, andere punten worden vervolgens als 'vertakking' getekend.

Net als bij andere schema's worden mindmaps gebruikt voor het visualiseren, structureren en classificeren van ideeën en als hulpmiddel bij het bestuderen en organiseren van informatie. Mindmaps kunnen helpen bij het oplossen van problemen en het nemen van beslissingen.

De methode Mindmap wordt gebruikt bij de start van nieuwe projecten. We gebruiken de methode voor verschillende doelen:

- Lokale partners in de omgeving van de tuin te zoeken/vinden
- Ideeën en wensen van deelnemers delen
- Ontwerpen van de tuin
- Manieren om de tuin te gebruiken (voedsel, bloemen, educatie)

De methode is recent door Paul en Stefan gebruikt bij een sessie met betrokkenen rondom Wijktuin de Esch.

Na de uitbreiding van de tuin waren er wat problemen en woorden tussen mensen over:

- Individuele tintjes of niet?
- Bloemen of groente?
- Activiteiten voor kinderen?
- Taken en verantwoordelijkheden

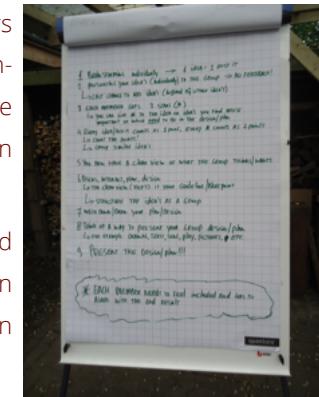
Tijdens de Mindmapsessie konden alle deelnemers reageren op verschillende onderwerpen. Door punten te geven aan de onderwerpen en de gemaakte opmerkingen werd een gezamenlijke visie op de tuin gevormd.

Door gebruik te maken van deze methode had iedereen evenveel invloed. Na afloop was iedereen tevreden. De resultaten en de gezamenlijke visie zijn breed gedragen door de groep.

### Stappenplan Mindmap

In de groep sessie maken we gebruik van de volgende 9 stappen:

1. Individuele brainstorm - 1 idee = 1 post-it
2. Presenteer je ideeën (alleen) aan de groep - geen feedback!  
Laatste kans om ideeën toe te voegen (naar aanleiding van de ideeën van de anderen)
3. Iedereen krijgt 3 sterren (\*)  
Je kan sterren (\*) geven aan een idee of ideeën dat je het meest belangrijk vindt voor het ontwerp/plan
4. Ieder idee/post-it telt als 1 punt, iedere ster (\*) telt voor 2 punten.  
tel het aantal punten  
groepsgemeenschap vergelijkbare ideeën/post-it's (iedereen doet mee)
5. Je hebt nu een helder beeld van wat de groep denkt of wil - iedereen had een gelijke stem
6. Discussie, praat, ontwerp een plan  
het heldere beeld (stap 5) is hierbij leidend  
werk de ideeën gezamenlijk uit



7. Schrijf of teken je plan/ontwerp uit

8. Maak een presentatie van je plan/ontwerp

Bijvoorbeeld: tekenen, tekst, liedje, uitspelen, foto's enz.

9. Presenteer je plan/ontwerp

Iedereen in de groep moet zich gehoord voelen en het eens zijn met het eindresultaat

## 5.1. Testing of Mind Mapping

### 5.1.1 ... in Berlin

Our Mind mapping session focused on the question: What can I do in order to increase my own social/economical situation? As a target group we invited different people who are affected by multiple discrimination and spend their time in the park near our garden. This session was implemented in a very informal context, since that was the wish of the target group.

We used the method of Mind mapping we obtained in Rotterdam with the aim to generate ideas for future common activities. After personal ideas were grouped into common goals those individuals worked together in smaller groups. In doing this the following my idea stood out: To develop projects with the participants' countries of origin. A number of the individuals involved were motivated to meet again and to start work on the development of these projects. For the next meeting we are planning to make use of the Open Space method.

## 5.1 Testen von Mind Mapping

### 5.1.1 ... in Berlin

Den Mittelpunkt unseres Mind Mapping Workshops bildete die Frage: "Was kann ich tun um meine eigene soziale und wirtschaftliche Situation zu verbessern?". Als Zielgruppe haben wir Menschen eingeladen, die von Mehrfachdiskriminierung betroffen sind und viel Zeit in einem öffentlichen Raum in der Nähe unseren Gartens verbringen. Das Workshop haben wir in einem sehr informellen Rahmen umgesetzt, da dies der Wunsch der Zielgruppe war.



Die in Rotterdam kennen gelernte Methode des Mind Mappings haben wir mit dem Ziel – Ideen für künftige gemeinsame Aktivitäten zu entwickeln – umgesetzt. Nachdem individuelle Ideen/Gedanken zum gemeinsamen Ziel strukturiert wurden, arbeiteten die Teilnehmenden anschließend in kleineren Gruppen. Das gemeinsam entstandene Ziel lautete: Gemeinsame Projekte für Kooperationen mit den Herkunftsländern der Teilnehmenden zu entwickeln. Einige der Teilnehmenden waren sehr motiviert und vereinbarten ein weiteres Treffen um an der Projektentwicklung zu arbeiten. Für das nächste Treffen planen wir die Anwendung der Open Space Methode.

## 5.1 Använtadet av tankekarta

### 5.1.1 ... in Berlin

Vår tankekarta fokuserade på frågan: Vad kan jag göra för att öka min egen sociala /ekonomiska situation? Vi hade bjudit in olika personer som drabbas av diskriminering på flera grunder och som bodde nära vår trädgård. Denna workshop genomfördes i ett mycket informellt sammanhang, eftersom det var en önskan från målgruppen.

Vi använde metoden vi fick i Rotterdam i syfte att generera idéer för framtida gemensamma aktiviteter. Efter personliga idéer bildades grupper med i gemensamma mål som arbetades ihop tillsammans i mindre grupper. Genom att göra detta stod min idé ut: Att utveckla projekt med de personernas ursprungsländer. Ett antal av de inblandade personerna var motiverade att träffas igen och börja arbeta på att utveckla examensarbeten. För nästa möte vi planerar att använda sig av Open Space-metoden. •

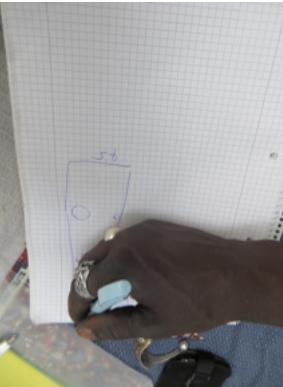


## 5.1 Uitvoering Mindmap

### 5.1.1 ... in Berlin

Onze Mindmaosessie was gericht op de vraag: Wat kan ik doen om mijn eigen sociaal/economische situatie te verbeteren? We hebben hierbij een (doel)groep mensen uitgenodigd die vaak in een park bij de tuin zijn. Deze mensen hebben last van verschillende vormen van discriminatie. Op verzoek van de groep is de sessie uitgevoerd op een zeer informele manier.

We hebben gebruik gemaakt van de Mindmapmethode die we hebben geleerd in Rotterdam. Dit met als doel om ideeën voor toekomstige gemeenschappelijke activiteiten te genereren. Nadat ieders persoonlijke ideeën werden verwerkt tot gemeenschappelijke doelen, werkten de mensen samen in kleinere groepen. Hieruit ontstond het volgende idee: Projecten ontwikkelen in relatie met het land van herkomst van de deelnemers. Een aantal mensen wil weer bijeen komen en dit plan verder uitwerken. Bij de volgende bijeenkomst willen we gebruik maken van de Open Space methode.



### 5.1.2. ... in Zurich

The Mind mapping Method we applied in the community garden 'Dandelion' in Kloten. The aim of the workshop was to define the tasks of the core team and to distribute those tasks.

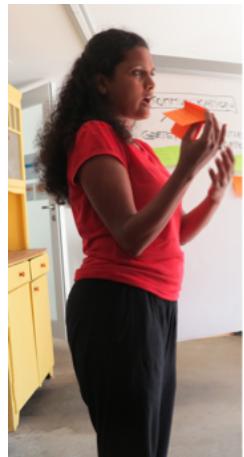
In doing so, we applied the following procedure: At first the participants had to write tasks for themselves on post-its and after that they had to stick these on a flip-chart without comment. Thus everyone made a contribute with equal right. Then ideas could be added and after that the post-its were grouped and judged. It was interesting to watch how the judgements of the individuals approached each other very much. As a result the core team could finally define the task clearly.

The method provided in very short time stunningly clear results and helped the core team to exactly define the tasks and also to attribute a part of the tasks within the team.



### 5.1.2 ... in Zürich

Die Mindmapping Methode haben wir im Gemeinschaftsgarten „Dandelion“ in Kloten durchgeführt. Ziel des Workshops war es, die Aufgaben des Kernteams zu definieren und diese Aufgaben zu verteilen.



Dabei erwies es sich als sehr hilfreich, zuerst alle Teilnehmenden für sich selbst auf Post-its die Aufgaben aufzuschreiben und diese in einer nächsten Runde kommentarlos auf ein Flip-Chart zu kleben. So konnten alle gleichberechtigt dazu beitragen. Nachdem alle ihre Ideen kommuniziert haben konnten noch Ergänzungen gemacht werden, danach wurden die Post-its sortiert und bewertet. Dabei war es interessant zu beobachten, dass die Bewertung der Einzelnen sich stark annäherten. Dies führte dazu, dass das Kernteam zum Schluss die Aufgaben aufgrund der Bewertung eindeutig identifizieren konnte.

Die Methode lieferte in sehr kurzer Zeit erstaunlich klare Ergebnisse und hat dem Kernteam geholfen, die Aufgaben klar zu benennen und auch bereits einen Teil der Aufgaben innerhalb des Teams zu verteilen.

### 5.1.2 ... in Zurich

Tankekartsövningen tillämpades i trädgården "Maskros" i Kloten. Syftet med workshoppen var att definiera kärngruppens uppgifter och fördela dessa.

Vi har tillämpat följande förfarande: först skrev deltagarna uppgifter för sig själva på post-its och sedan sätta upp dessa på ett blädderblock utan att kommentara. Således bidrog alla lika mycket. Idéer kunde sedan läggas till efter att grupperats och bedömts. Det var intressant att se hur de olika personernas åsikter liknade varandra väldigt mycket. Som ett resultat av sessionen kunde kärngruppen äntligen definiera sina uppgifter tydligt.



Metoden gav på mycket kort tid förbluffande tydliga resultat och hjälpte kärngrupp för att definiera sina uppgifter och därmed exakt fördela dem inom gruppen.

### 5.1.2 ... in Zurich

The Mindmapmethode hebben we toegepast in de gemeenschappelijke tuin 'Dandelion' in Kloten. Het doel van de workshop was om de taken van het kernteam te beschrijven en deze te verdelen.

Hierbij hebben we de volgende aanpak gebruikt: Om te beginnen moesten deelnemers taken voor zichzelf op een post-it noteren, daarna werden deze, zonder verdere opmerkingen, op een flipover geplakt.

Iedereen kon hierbij een bijdrage leveren met dezelfde rechten. Vervolgens konden ideeën worden toegevoegd en werden post-its gegroepeerd. Het was opvallend om te zien dat de uitspraken van iedereen veel overeenkomsten hadden. Daardoor bleek het erg eenvoudig om tot een duidelijk takenoverzicht te komen. De werkwijze leverde in zeer korte tijd duidelijke resultaten en hielp het kernteam de taken precies te bepalen en deze binnen het team te verdelen.

### 5.1.3 .... in Stockholm

The mind mapping session was organized into a brainstorming on how to become more active together with our neighboring urban gardener-groups. This was a topic the whole group was interested in and yielded a great deal of good suggestions that will be put in to action this coming year and the next.

The structure of the mind mapping session, much like the Open Space-method, encourages everyone to participate on their terms. The first steps are acted out in silence which makes it possible for all ideas to really speak for themselves, instead of the person with the greatest experience in presenting an idea getting more attention. It also gives more structure to the process of creating suggestions



which can make it easier to overview and give a clearer picture of what idea is most likely to be put into action. Our hope is that this method will be used during future meetings and planning days.

### 5.1.3 ... in Stockholm

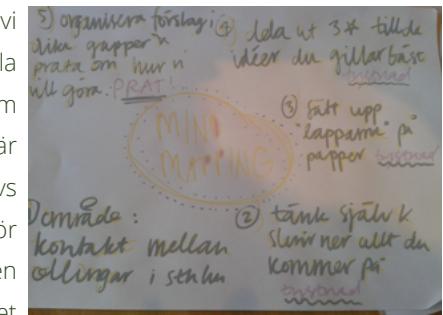
Das Ziel der Sitzung war es, Ideen zu generieren, wie wir mit unseren urban gardening Gruppen in der Nachbarschaft aktiver werden können. Dieses Thema war für alle Teilnehmer interessant, brachte eine Menge guter Vorschläge und Ideen hervor, die in diesem und im kommenden Jahr umgesetzt werden.

Die Organisation der Sitzung zur Ideensammlung, ähnlich wie die Open Space-Methode, ermutigt alle in ihren eigenen Worten teilzunehmen. Die ersten Schritte werden in Stille ausgeführt, was ermöglicht, dass Ideen für sich selbst sprechen. Andernfalls würden jene Ideen am meisten Beachtung erfahren, welche von der erfahrensten Person vorgetragen würden. Darüber hinaus ist es so einfacher einen klaren Überblick zu gewinnen, welche Ideen am ehesten umgesetzt werden sollten. Wir hoffen, dass diese Methode auch in zukünftigen Sitzungen und Planungssessionen verwendet wird.

### 5.1.3 ... in Stockholm

Vår tankekartsövning organiserades som en "brainstorming" kring hur vi kan bli mer aktiva tillsammans med våra stadsodlade grannar. Hela gruppen intresserade sig för detta ämne och övningen gav upphov till en mängd förslag som kommer att genomföras detta år eller nästa.

Strukturen i tankekartsövningen så som vi lärt oss och använde den uppmuntrar alla att delta på sina egna villkor, precis som Open Space. Under de första stegen är alla tysta och förslag och idéer som skrivs upp/presenteras diskuteras inte. Detta gör att idéerna så att säga fårstå på egna ben istället för att de personer med erfarenhet

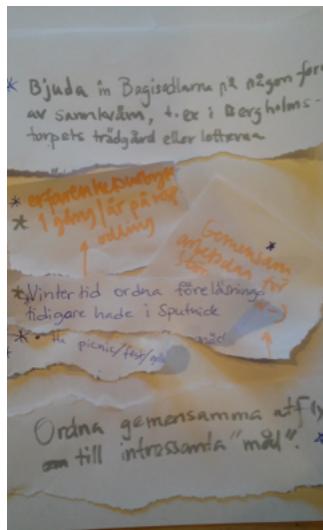


av att presentera och argumentera för sina förslag inte får all uppmärksamhet. Det tydliggör också processen av att skapa olika förslag vilket gör att det är lättare att få en överblick och då även en klar bild av vilka idéer som troligast kommer att genomföras. Förhoppningsvis blir detta en struktur som kommer att användas på framtida möten och planeringsdagar.

### 5.1.3 ... in Stockholm

De mindmapsessie is georganiseerd als brainstorm rondom de vraag hoe we meer actief kunnen samenwerken met tuingroepen in de buurt. De gehele groep was geïnteresseerd in dit onderwerp. Het leverde veel goede suggesties op die in het komende en volgende jaar in acties worden omgezet.

De structuur van de mindmapsessie, net als bij de Open Space methode, stimuleert mensen om mee te doen op hun eigen manier. De eerste stappen zijn uitgevoerd in stilte, waardoor het voor iedereen mogelijk werd gemaakt echt vanuit zichzelf te spreken, in plaats dat de persoon met de meeste ervaring in presenteren de meeste aandacht krijgt. Het geeft meer structuur aan het besluitvormingsproces en geeft beter beeld van de ideeën die tot uitvoering gebracht kunnen worden. We hopen de methode vaker te gebruiken bij toekomstige vergaderingen en bijeenkomsten.



## Contact persons

Lina Jukonytė  
Citizens of Europe e. V.  
[lina.jukonyte@citizens-of-europe.eu](mailto:lina.jukonyte@citizens-of-europe.eu)

Wanda Keller  
Interkulturelle Gärten Schweiz  
[wanda.keller@gmx.ch](mailto:wanda.keller@gmx.ch)

Mikaela Wallin  
Folkodlarna I skarpnäck  
[vi@folkodlarna.se](mailto:vi@folkodlarna.se)

Stefan van der Worm  
Stichting Abela  
[stefan@abela.nl](mailto:stefan@abela.nl)



Project code DE: 2013-1-DE2-GRU06-16241 1