

# Kebab+



**Kebab+**

[www.kebabplus.ch](http://www.kebabplus.ch)

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprojekt

**DOJ**  
AFAJ

**Kebab+** steht für: kochen – essen – begegnen –  
ausspannen – bewegen

## Ausgangslage

Seit Ende 2007 unterstützt das Gesundheitsförderungsprojekt Kebab+ Jugendarbeitsstellen und Jugendliche bei der Umsetzung innovativer Projektideen.

Kebab+ wird vom Migros-Kulturprozent realisiert und in enger Zusammenarbeit mit dem Dachverband offene Kinder- und Jugendarbeit Schweiz (DOJ) durchgeführt.

## Was möchte Kebab+?

lustvoll, nachhaltig und partizipativ die Auseinandersetzung mit gesundem Essen, Bewegung, Entspannung und Begegnung im Alltag fördern.

**Kebab+**

[www.kebabplus.ch](http://www.kebabplus.ch)

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprojekt

**DOJ**  
AFAJ

## Kebab+ in Zahlen

- 2008 angefangen mit 10 Projekten...
- ...sind es jetzt jährlich ca. 100 Projekte
- Mehr als 25'000 Kinder und Jugendliche realisierten mehrere hundert Projekte

**Kebab+**

[www.kebabplus.ch](http://www.kebabplus.ch)

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprojekt

**DOJ**  
AFAJ

## Teilnahmebedingungen

### Wer kann mitmachen?

- Lokale Jugendarbeitsstellen oder Jugendliche mit einer Projektidee

### Welche Kriterien muss ein Projekt erfüllen?

- 3 der Kebab+-Grundelemente (kochen – essen – begegnen – ausspannen – bewegen). Bei Lager-Projekten alle 5 Elemente.
- Einbezug der Jugendlichen, Nachhaltigkeit
- Fördert gesunde Ernährung, Bewegung, Entspannung und Begegnung von Jugendlichen

**Kebab+**

[www.kebabplus.ch](http://www.kebabplus.ch)

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprojekt

**DOJ**  
AFAJ

## Teilnahmebedingungen

- Ist möglichst nachhaltig wirksam
- Partizipation der Jugendlichen erfüllt
- Keine Wiederholungsprojekte, zumindest ein Aspekt neu konzipiert
- Anmeldung spätestens 4 Wochen vor Projektstart
- Keine rückwirkende Projektfinanzierung

**Kebab+**

[www.kebabplus.ch](http://www.kebabplus.ch)

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprojekt

**DOJ**  
AFAJ

## Ablauf

- Projektidee, die die Teilnahmebedingungen von Kebab+ erfüllt
- Anmeldeformular: [www.kebabplus.ch](http://www.kebabplus.ch)
- Fragen an die Kebab+-Steuergruppe?
- Prüfung der Eingabe, evtl. Rückfragen
- Vorbereitung und Durchführung des Projektes
- Schlussbericht (wird auf der Homepage aufgeschaltet)-> Auszahlung der Kostengutsprache

**Kebab+**

[www.kebabplus.ch](http://www.kebabplus.ch)

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprojekt

**DOJ**  
AFAJ

## Kebab+-Award

Auf der Homepage sind alle bisherigen Gewinner ersichtlich:  
„Jugend-Begegnungs-Platz“, „Kafi zum Gärtli“, „Sprechtisch“,  
„Spielmobil“, „Jetzt nehmen Sie Platz“, „Au SainFood“,  
„Kinderkafi“, „Jugend überwindet“

Berücksichtigt werden Projekte, deren Doku bis Ende Jahr eingereicht wird.

**Kebab+**

www.kebabplus.ch

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprogramm

DOJ Donnerstag Offener Abend und Jugendtreff  
AFAJ

## Kebab+-Award



**Kebab+**

www.kebabplus.ch

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprogramm

DOJ Donnerstag Offener Abend und Jugendtreff  
AFAJ

## Donnerstag 24. Mai 2018 in Zürich



**Kebab+**

www.kebabplus.ch

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprogramm

DOJ Donnerstag Offener Abend und Jugendtreff  
AFAJ

## Kebab+-Veranstaltungen

Zürich, Romandie, Tessin

- Peercoaching
- Kochen und Essen
- Erlebnispädagogik und Motivation
- Leistungsdruck
- Gender
- 2018: wird bald bekannt gegeben...

**Kebab+**

www.kebabplus.ch

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprogramm

DOJ Donnerstag Offener Abend und Jugendtreff  
AFAJ

## Gesunde Ernährung – langweilig. Oder doch nicht?

**Kebab+**

www.kebabplus.ch

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprogramm

DOJ Donnerstag Offener Abend und Jugendtreff  
AFAJ

## Was ist gesunde Ernährung?

**Kebab+**

www.kebabplus.ch

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturprogramm

DOJ Donnerstag Offener Abend und Jugendtreff  
AFAJ



## Ideen

- Contests, Promi dinner
- Lieblingsessen
- Treff-Kiosk
- Beauty-Tag und Muskel-Tag
- Sommer: selber Glace machen
- Winter: Feuertag

## Einfach bis üppig 1

- Pizza mit frischen Zutaten belegen.
- Pizzateig und Tomatensauce selber machen.
- In einer Mühle Korn zu Mehl mahlen, Pizzaofen bauen.

## Einfach bis üppig 2

- Hamburger aus frischem Fleisch formen.
- Ofenfrites backen, Ketchup selber herstellen.
- In Kistchen Cherry-Tomaten und Salat ziehen und für ein Salatbuffet zubereiten.

## Einfach bis üppig 3

- Einen Brunch für die Nachbarschaft organisieren.
- Zopf backen.
- Auf dem Feld Erdbeeren pflücken und Konfi kochen.