



CUISINE SANS
FRONTIÈRES

20 JAHRE

FRIEDEN
IN ALLER
MUNDE

Kochen für den Frieden

Von Zürich bis Nepal - wie Cuisine sans frontières
mit Kochen Begegnung und Bildung ermöglicht.

Rückblick 2025 und Ausblick 2026
cuisinesansfrontieres.ch



Benedikt Schmitz-Hübsch,
Freiwilliger im El Fogón Projekt

«Besonders im El Fogón Projekt war für mich der Austausch mit jungen, indigenen Erwachsenen, der Einblick in einen Wald, der so gigantisch erscheint und diesen zu erleben. Beeindruckt hat mich auch die gesamte Logistik hinter diesem Projekt.»

Das ganze Interview findest du auf unserer Website.



nachlesen



Gemeinsam Kochen und Essen verbindet. Wer uns unterstützen will, kann sich aktiv in einem unserer Projekte engagieren – in der Schweiz oder für gezielte Einsätze im Ausland.

Ob beim Kochnachmittag im Asylzentrum, an der Kitchen Battle Tour, beim Bechersammeln am Open Air St. Gallen, in unserer freiwilligen Marketing-Gruppe, bei mehrmonatigen Freiwilligeneinsätzen als Fachperson im Ausland oder als Corporate Volunteer zusammen mit deinem Unternehmen.

Bei Cuisine sans frontières findest du vielfältige Möglichkeiten, dich für Gemeinschaft und Frieden einzusetzen.



mehr Infos



Gastronomieausbildung im Amazonas

El Fogón, Ecuador

El Fogón hat sich als Ausbildungsprogramm im ecuadorianischen Amazonas fest etabliert. Seit fünf Jahren bildet Cuisine sans frontières indigene Jugendliche aus. Diesen Frühling sind 26 Studierende aus fünf indigenen Gemeinschaften in das Programm aufgenommen worden. Im ersten Modul unterstützte der Zürcher Koch Benedikt Schmitz-Hübsch während mehr als zwei Monaten bei der Ausbildung vor Ort. Im Herbst begannen für die indigenen Auszubildenden die Praktika in Restaurantbetrieben in den grossen Städten Ecuadors. Auch dieses Jahr absolvierten die zwei besten Absolvent:innen aus dem Vorjahr ein dreimonatiges Praktikum im Hotel Ermitage in der Schweiz.



Mit **200 CHF** finanzierst
du die Schulmaterialien für
eine:n Studierende:n in einem Jahr.



jetzt spenden



Kochen baut Brücken

Mitrovica, Kosovo

Cuisine sans frontières organisiert in der geteilten Stadt Mitrovica kulinarische Workshops und Ferienlager für Jugendliche. Der Kosovo ist bis heute von politischen und ethnischen Spannungen geprägt. Besonders Jugendliche leiden unter Arbeitslosigkeit und der Perspektivlosigkeit. In Mitrovica trennt der Fluss Ibar die Stadt: Im Süden leben vorwiegend kosovarisch-albanische, im Norden kosovarisch-serbische Menschen. Genau hier setzt unser Projekt an: Rund um den Herd begegnen sich Jugendliche aus Nord und Süd, kochen gemeinsam, lachen, probieren voneinander und entdecken, dass sie mehr verbindet als trennt.



Mit **180 CHF** ermöglicht
du einem Jugendlichen die
Teilnahme an einem dreitägigen
Kochworkshop in Mitrovica.



jetzt spenden

Cuisine sans frontières in der Schweiz

Bundesasylzentren & Kollektivunterkünfte, Schweiz

Seit 2020 organisiert Cuisine sans frontières im Bundesasylzentrum Duttweiler in Zürich monatlich einen Kochnachmittag mit gemeinsamem Abendessen. Dabei kommen Bewohner:innen des Zentrums und Csf-Freiwillige in Kontakt. Gekocht wird: frisch, vielfältig und gemeinschaftlich. Ergänzend dazu startete 2025 ein neues Pilotprojekt: In Zusammenarbeit mit freiwilligen Gastro-Profis bietet Csf eine Reihe von Kochworkshops an, die geflüchteten Menschen niederschwellig Einblicke in die Gastronomie ermöglichen. Ein Höhepunkt war die Teilnahme an der langen Tafel der Food Zurich. Fünf Absolvent:innen werden nun im Rahmen eines Jobcoachings weiter begleitet.



Mit **40 CHF** finanzierst
du Spiel- und Bastelmaterial
für einen Kochnachmittag.



jetzt spenden



Der Anfang von Cuisine sans frontières

Alles begann 2003 im kolumbianischen Bürgerkriegsgebiet Putumayo. Der Journalist und Koch David Höner erlebte, wie Menschen dort ohne Schutz, Hoffnung oder Gemeinschaft lebten und fragte sich, wie man mit einfachen Mitteln etwas verändern könnte.

Zurück in der Schweiz entstand beim gemeinsamen Treberwurst-Essen mit Freund:innen die Idee einer Organisation, die mit Kochen Frieden stiftet: Orte zu schaffen, wo Menschen trotz Krieg oder Armut zusammenkommen, essen und sich austauschen können.

Ein Jahr später, 2005, wurde Cuisine sans frontières gegründet, in einer Zürcher Küche, von David Höner, Monique Zumbrunn und Charles Leuthold. Das erste Projekt entstand kurz darauf in San Josecito, Kolumbien, wo eine einfache Dorfgaststätte half, Vertrauen und Hoffnung zurückzubringen.

Seither hat Cuisine sans frontières in über 25 Projekten weltweit Brücken gebaut – von Kolumbien bis Libanon, von Burkina Faso bis Kosovo. Mit Kochen als Werkzeug für Dialog, Ausbildung und Solidarität.





Soufra Cafeteria

Beirut, Libanon

Die Soufra Cafeteria ist der einzige Ort im Flüchtlingscamp Burj el Barajneh im Süden von Beirut, an dem sich die syrischen und palästinensischen Frauen ausserhalb ihrer Häuser treffen und austauschen können. Nach dem Kriegsausbruch Ende 2024 konnte die Soufra Cafeteria dieses Jahr den regulären Betrieb wieder aufnehmen. Neben regelmässigen Events für die Frauen des Camps erhielten sie auch wieder mehr Cateringaufträge und konnten so über 30 Frauen in der Küche beschäftigen. Dank euren Spenden konnten wir auch den palästinensisch-syrischen Soufra-Kindergarten weiterführen und die Betreuung der Kinder im Camp sichern.



Mit **80 CHF** sicherst du
einer Frau in der Soufra Cafeteria
zwei Wochen lang ein Einkommen.



jetzt spenden



2025 stand ganz im Zeichen unseres 20-jährigen Jubiläums. Wir haben gefeiert, reflektiert und neue Pläne geschmiedet. Einige besondere Momente möchten wir mit dir teilen. Begegnungen, die zeigen, wie viel Gemeinschaft und Engagement in Cuisine sans frontières stecken.

Über 300 Gäste feierten mit uns im Haus am Fluss 20 Jahre Cuisine sans frontières – mit einer Rede von Alt-Bundesrätin Micheline Calmy-Rey, gutem Essen und vielen schönen Begegnungen.

An einer langen Tafel auf der Brücke in Mitrovica kochten Jugendliche aus beiden Stadtteilen gemeinsam, ein symbolisches Fest des Dialogs und der Begegnung unter dem Motto «Kochen baut Brücken».

Schokoladenproduktion

Choco Samona, Ecuador

Seit 2020 werden Mitglieder der Kooperative Choco Samona im ecuadorianischen Amazonas von Schweizer Freiwilligen und lokalen Expert:innen in der Schokoladenherstellung ausgebildet. So können die indigenen Produzent:innen ihre eigenen Ressourcen nutzen und eine nachhaltige Einkommensquelle aufbauen.

Heute entstehen daraus vier verschiedene Schokoladensorten, darunter eine neue Kreation mit Kaffeegeschmack zum 20-jährigen Jubiläum von Cuisine sans frontières.



Suchst du ein sinnvolles
Geschenk
oder möchtest du unsere
Schokolade probieren?



online bestellen





Frauenhaus Foyer Fama

Ouagadougou, Burkina Faso

Das Foyer Fama ist ein Haus in Ouagadougou, wo binnengeflüchtete Frauen und ihre Kinder Zuflucht finden. 2025 beherbergte das Foyer Fama insgesamt 62 Personen. Die Frauen erhalten eine gastronomische Praxisausbildung und verkaufen die mit selbst angebautem Gemüse zubereiteten Gerichte auf dem lokalen Markt. Ihre Kinder besuchen dank unseren Spender:innen die Schule im Quartier. Seit diesem Jahr haben die Frauen zudem die Möglichkeit, einen Mikrokredit zu beziehen, um sich eine eigenständige Zukunft aufzubauen.



Mit **80 CHF** ermöglichst du einem Kind aus dem Foyer die Einschulung.



jetzt spenden

WOZ

Nr. 42 - 16. Oktober 2025

Durch den Monat mit Mariam Al-Shaar (Teil 3)

Reden Sie auch über Tabuthemen?

Rund vierzig Frauen arbeiten im Team der Cafégründerin Mariam Al-Shaar. Fast alle haben eine Fluchtgeschichte - und die Arbeit ist ihr Anker.

Von **Ciprian Aysel** (Interview) und **Tanya Traboulsi** (Foto)

► Diesen Artikel hören (5:55)



nachlesen

WOZ - Im Gespräch mit Mariam Al-Shaar

Ein eindrückliches Porträt über die Leiterin der Soufra Cafeteria im Flüchtlingscamp Burj el Barajneh.

Über uns wurde im Jubiläumsjahr viel berichtet in den Medien

SRF Schweiz aktuell - Kitchen Battle live

Ein Blick hinter die Kulissen unserer Benefizveranstaltung



Beitrag anschauen

Schweizer Familie - Reportage aus Mitrovica

Eine Reportage über unser Projekt im Kosovo, wo junge Menschen über das gemeinsame Kochen Brücken bauen.



nachlesen



Werde Mitglied und trage dazu bei, dass wir unsere Projekte langfristig auf stabile Beine stellen können.

Cuisine sans frontières bringt seit 20 Jahren Menschen weltweit an einen Tisch, um Frieden zu fördern. Über gastronomische Treffpunkte und praxisnahe Ausbildungsprogramme bietet der Verein konkrete Zukunftsperspektiven in Konflikt- und Krisengebieten.



Mit **100 CHF**
bist du Privatmitglied bei
Cuisine sans frontières

Mit **300 CHF** seid
ihr Gastro- oder Firmenmitglied
bei Cuisine sans frontières



Mitglied werden

Gastgeberin der Hoffnung - weltweit engagiert

Seit 2005 hat Cuisine sans frontières 26 Projekte in 15 Ländern auf 4 Kontinenten für 1.5 Mio Beneficiaries umgesetzt.