

Thomas Ködelpeter / Katharina Fichtner (Hrsg.)

# Nachhaltige Ernährung

Handreichung  
zur schulischen und  
außerschulischen  
Bildungsarbeit



## Impressum

---

Ökologische Akademie e.V.

Baiernrainer Weg 17

D 83623 Dietramszell/Linden

Tel (08027) 17 85

Fax (08027) 90 41 16

E-Mail [oekologische-akademie@gmx.de](mailto:oekologische-akademie@gmx.de)

Interet [www.oeko-akademie.de](http://www.oeko-akademie.de)



gefördert durch  
Bayerisches Staatsministerium für  
Umwelt und Gesundheit



*Gscheit essen –  
mit Genuss und Verantwortung*

Umweltbildung  
.Bayern

Gestaltung: Hans Gärtner Kommunikation, Wolfratshausen

Druck: flyeralarm.com · Klimaneutral gedruckt auf 100% Recyclingpapier

Linden, April 2012

ISBN 978-3-00-038096-9

### Bildnachweis

Deckblatt	Slow Food, USA
S. 4	Grafik: Karl v. Koerber, Thomas Männle, Jürgen Leitzmann
S. 4	Grafik: Karl v. Koerber/Jürgen Kretschmer
S. 6	ACDIC
S. 10/11	Sarah Thullner
S. 12/13	Umweltschule Metsätähkli, Fi.
S. 14	Anke Schlehufner
S. 17/18	Dagmar Blacha
S. 20	Kate e.V.
S. 22	Jürgen Kretschmer
S. 24/25	istockphoto.com
S. 26	Grafik: eed
S. 26	istockphoto.com
S. 27	ACDIC
S. 27/29	Lucas Leander Nicolaisen
S. 30/31	Okka Hübner
S. 32/33	Katharina Fichner
S. 35	Riccarda Schamberger
S. 37/38/39	Edeltraud Prokop
S. 40/41	Jürgen Lutz
S. 42/43	Thomas Mitterer
S. 44/45	Birgit Eschenlohr
S. 46	Cornelia Rauscher

# Nachhaltige Ernährung

## Handreichung zur schulischen und außerschulischen Bildungsarbeit

<b>1 Grundlagen</b> (Thomas Ködelpeter)	<b>4</b>
1.1 Nachhaltige Entwicklung und Nachhaltige Ernährung	4
1.2 Herausforderungen im Handlungsfeld Ernährung	4
1.3 Grundsätze einer Nachhaltigen Ernährung	7
1.4 Bildung für eine Nachhaltige Ernährung	8
<b>2 Beispiele aus ausgewählten Handlungsfeldern</b>	<b>9</b>
2.1 Einführung (Katharina Fichtner)	9
2.2 Ernährung und Lebensstile	10
2.2.1 Eat-in (Sarah Thullner)	10
2.2.2 Sim-Shop (Katharina Fichtner)	12
2.2.3 Kochen mit Gruppen (Anke Schlehofer)	14
2.3 Ernährung und Klima	17
2.3.1 Weizen verheizen?! – eine energetische Reise um die Welt (Dagmar Blacha)	17
2.3.2 Klimafrühstück- Wie unser Essen das Klima beeinflusst (Daniela Clerc)	20
2.3.3 Ernährung und Klima (Jürgen Kretschmer)	22
2.4 Ernährung global	24
2.4.1 Planspiel zum globalen Huhn (Thomas Ködelpeter)	24
2.4.2 Interkulturelles Kochbuch (Lukas Leander Nikolaisen)	28
2.4.3 Tischlein Deck'Dich (Okka Hübner)	30
2.5 Ernährung mit ausgewählten Zielgruppen	32
2.5.1 Projektstage Ernährung mit FSJ/FÖJ (Katharina Fichtner)	32
2.5.2 Kann man Energie essen? – Schönbrunner Ernährungswoche (Riccarda Schamberger)	35
2.5.3 Mit Kindern pflanzen, einkaufen, kochen und gemeinsam essen (Edeltraud Prokop)	37
2.6 Ernährung in Kooperation mit Schulen	40
2.6.1 Der „Besser-Esser-Pass“ des Umweltbildungszentrums Licherode (Johannes Lutz)	40
2.6.2 Lernort Bauernhof (Thomas Mitterer)	42
2.6.3 McMöhre – mit dem Pausenladen fürs Leben lernen (Birgit Eschenlohr)	44
2.6.4 Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern (Cornelia Rauscher)	46

# 1. Grundlagen

Thomas Ködelpeter

## 1.1 Nachhaltige Entwicklung und Nachhaltige Ernährung

Im Rahmen der UN-Dekade Bildung für nachhaltige Entwicklung (2005-2014) stellt die Deutsche UNESCO-Kommission das Jahr 2012 unter den Schwerpunkt „Nachhaltige Ernährung“. \*(Peters 2007 zit.n. Koerber/Hoehler, 2012/ 128)

Und das aus gutem Grund: Ernährungsverhalten, landwirtschaftliche Produktion, Verarbeitung und Handel mit Lebensmitteln wirken sich in besonderer Weise auf Gesundheit, soziale Gerechtigkeit, Klima und Ressourcenverbrauch aus.

Koerber et al. (2004) betrachten „Nachhaltige Ernährung“ in der Schnittmenge von vier Dimensionen nachhaltiger Entwicklung:



Quelle: v. Koerber, Männle, Leitzmann (2004): Vollwert-Ernährung – Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung, 11. Aufl., Stuttgart

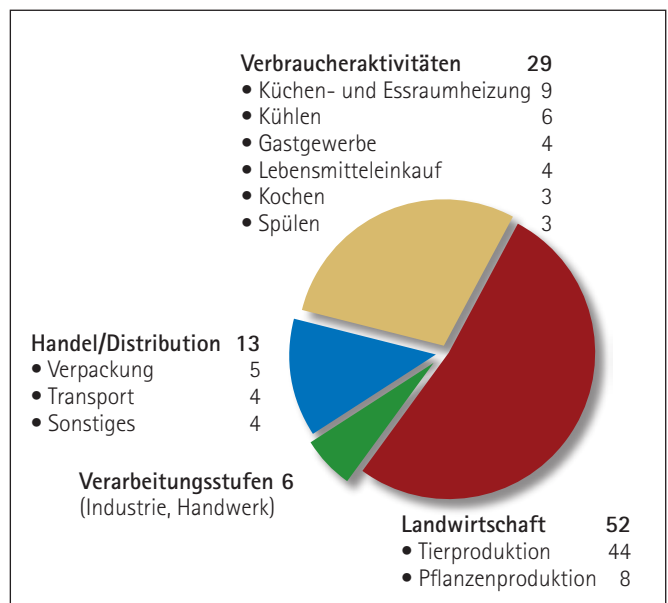
Den klassischen drei Dimensionen nachhaltiger Entwicklung fügen Koerber et al. mit der „Gesundheitsverträglichkeit“ eine vierte Dimension hinzu. Koerber begründet dies an anderer Stelle (2012, 17) mit dem Argument „Art und Menge unserer Nahrung haben erhebliche Einflüsse auf unseren eigenen Körper sowie auf die Natur, auf andere Menschen und auf die Situation der Beteiligten“, weshalb die Gesundheit eine eigenständige Dimension sein sollte. Umgekehrt würden in der Ernährungsberatung und Ernährungswissenschaft häufig nur die gesundheitlichen Aspekte einbezogen.

## 1.2 Herausforderungen im Handlungsfeld Nachhaltige Ernährung

### Ernährung und Umwelt

#### Ernährung und Klima

Rund 20 % aller in Deutschland ausgestoßenen Treibhausgase gehen auf das Konto Ernährung. Splittet man den Sektor Ernährung auf in die Bereiche Verbraucheraktivitäten, Handel und Distribution, Verarbeitung sowie Landwirtschaft, dann entfallen knapp die Hälfte (44 %) der Treibhausgas-Emissionen aus der Ernährung auf die Produktion tierischer Lebensmittel, lediglich 8 % auf die Produktion pflanzlicher Lebensmittel. Und das, obwohl nur etwa ein Drittel der Nahrungsenergie aus tierischen Quellen stammt.



Beitrag der Ernährung zum Treibhauseffekt in Deutschland (1991, in % der emittierten CO<sub>2</sub>-Äquivalente pro Jahr innerhalb des Bereichs Landwirtschaft und Ernährung; dieser produziert insgesamt 260 Millionen t/Jahr, entsprechend ca. 20 % der gesamtgesellschaftlichen Treibhausgas-Emissionen); (nach Enquete-Kommission „Schutz der Erdatmosphäre“, 1994, S.165, z.T. eigene Weiterberechnungen, gerundet)

Quelle: Koerber/Kretschmer, 2005, 3

#### Ernährung und Virtueller Wasserverbrauch

Vergleicht man den virtuellen Wasserverbrauch, also die für die Erzeugung und Verarbeitung eines Produkts benötigte Wassermenge, eines Kilogramms Rindfleisch mit der gleichen Menge Kartoffeln, fällt auf: für Rindfleisch sind

15.000 Liter erforderlich, für die Kartoffeln dagegen nur 260 Liter. Mehr zum virtuellen Wasser in Lebensmitteln findet der Leser unter: [www.virtuelles-wasser.de](http://www.virtuelles-wasser.de)

### **Flächenverbrauch unterschiedlicher Ernährungsstile**

Stellt man die zur Erzeugung von 1000 kcal in Form von Rindfleisch (ca. 900 g) benötigte landwirtschaftliche Nutzfläche der für 1000 kcal in Form von Gemüse erforderlichen Fläche gegenüber, ergibt sich ein Verhältnis von 31,2 qm zu 1,7 qm (Peters 2007 zitiert in Koerber/Hohler, 2012,128). Global dient etwa ein Drittel der weltweit zur Verfügung stehenden Ackerflächen dem Anbau von Futtermitteln und steht so nicht mehr in ausreichendem Maße dem für die Ernährung der Weltbevölkerung benötigten Flächen zum Anbau von Getreide, Kartoffeln oder Hülsenfrüchten zur Verfügung.

### **Weltweit steigender Fleischverzehr**

Ein Blick in die Geschichte und in Trends verdeutlicht die zunehmende Brisanz des Fleischverbrauchs: dieser stieg in den Industrieländern zwischen 1963 und 2003 von 78 auf 250 Millionen Tonnen pro Jahr. Etwa 90 kg Fleisch verbraucht jeder Deutsche pro Jahr, in den ärmsten Ländern stehen den Menschen nur 9 kg pro Jahr zur Verfügung. Da sich die wachsenden Mittelschichten in den großen Schwellenländern, wie China und Brasilien, am westlichen Ernährungsstil orientieren, werden Treibhausgas-Emissionen, Wasserverbrauch und die Konkurrenz um die Ackerflächen die ökologische Krise und Ernährungsnöte in den ärmsten Ländern weiter drastisch zuspitzen.

Für Benny Haerlin (Wege aus der Hungerkrise, 2009, 25), deutscher Vertreter in der Erstellung des Weltagrарberichts, trägt nur eine drastische Reduzierung des Fleisch- und Milchverbrauchs in den Industriestaaten und eine Begrenzung in den Schwellenländern zur Sicherung der Ernährung, der natürlichen Ressourcen und des Klimas bei.

### **Ernährung und Ökonomie**

Den Ernährungsbereich, Deutschlands drittgrößter Wirtschaftssektor, charakterisiert, so v.Koerber/Kretschmer, 2007, 177 ff):

- ein ruinöser Preiskampf, in dem die industrialisierte Landwirtschaft, große Verarbeitungsbetriebe und Handelsstrukturen mittlere und kleinere Betriebe zur Aufgabe zwingt
- Lebensmittelpreise die sozialen und ökologischen Folgekosten ausblenden und somit keine „ehrlichen“ Preise wiedergeben
- hohe gesundheitliche Folgekosten: die ernährungsbe-

dingter Krankheiten machen rund ein Drittel der Kosten des Gesundheitswesens aus.

Ein Blick auf die globalisierte Welt zeigt uns, wie eng wirtschaftliche Interessen, Macht, soziale Ungerechtigkeit, landwirtschaftliche Produktion, Lebensstile und Ernährungsweisen verflochten sind.

### **Ernährungs-Souveränität contra Globaler Agrarhandel**

Die terms of trade, die Regeln des globalen Weltmarktes, und das Agieren der Welthandelsorganisation (WTO) führten nicht nur zur Steigerung und Liberalisierung des internationalen Handels, sondern auch zum Abbau von Zöllen und Handelsbeschränkungen in vielen Ländern, vor allem den so genannten Entwicklungsländern. Ein Ergebnis dieser Entwicklung: die Kleinbauern aus den Ländern der Dritten Welt zogen mit ihren Produkten gegen die global agierenden Agrarmultis stets den Kürzeren und verarmten. Mit der „Ernährungs-Souveränität“ greift der Weltagrарbericht nun ein von der internationalen Kleinbauernorganisation „Via Campesina“ entwickeltes Konzept auf, das auf dem „Recht der Menschen und souveränen Staaten beruht, auf demokratische Weise ihre eigenen Agrar- und Ernährungspolitiken zu bestimmen“ (Wege aus der Hungerkrise, 2009, 15).

### **Tank statt Teller**

Biotreibstoffe sollen in den Industrieländern die ausgehenden fossilen Brennstoffe ersetzen. Produkte wie Mais, Zuckerrohr, Palmöl und Sojabohnen kommen weniger auf den Teller, sondern zunehmend als Agrartreibstoffe in den Tank. Regenwälder werden abgeholzt, Kleinbauern von ihren Feldern vertrieben und großflächige, industrialisierte landwirtschaftliche Monokulturen entstehen.

### **Land Grabbing**

Unter „Land Grabbing“, Landraub, versteht man die Veräußerung landwirtschaftlicher Nutzflächen an Finanzinvestoren, transnationale Konzerne und Regierungen anderer Staaten, darunter China aber auch Länder der EU. Die Folgen vor allem in Afrika sind verheerend: Landkonflikte verschärfen sich, Kleinbauern, Fischer und Nomaden werden vertrieben, Hunger und Unterernährung werden nicht beseitigt, sondern verstärkt und die Ernährungssicherheit ganzer Staaten ist bedroht.

### **Spekulationen auf Nahrungsmittel**

Getreide und Sojabohnen wurden ab 2007 zum Objekt von Spekulanten. Banken und Fondsgesellschaften suchten in Folge zusammenbrechender Immobilien- und Kreditmärkte neue Anlagemöglichkeiten im Handel mit Agrarrohstoffen.

fen. Die Weizenpreise stiegen allein von 2007 auf 2008 um 32 %, bis 2009 stiegen sie nochmals massiv an. In einigen Ländern, wie in Ägypten, führte diese Verteuerung zu Hungeraufständen.

## Soziale Dimension der Ernährung

### Armut und Lebensmittelüberproduktion

Die ärmsten 20 % der Weltbevölkerung verfügen nur über 1,4 % des Welteinkommens, die reichsten 20 % dagegen über 83%. Den in absoluter Armut lebenden 1,2 Mrd. Menschen stehen weniger als 1 US-Dollar pro Person und Tag zur Verfügung. Sie sind zu arm, um sich die durchaus vorhandenen Lebensmittel zu kaufen. Armut, fehlende Bildung und Unterernährung bilden einen Teufelskreis. Während die Länder des Südens ihre wertvollen Rohstoffe in den reichen Norden exportieren und die Flächen für den Anbau der „wertvolleren“ Export-Produkte wie Futtermittel, Südfrüchte, Kaffee, Kakao, Tabak, Tee, Baumwolle, Soja oder Blumen ständig ausweiten, fehlen ihnen andererseits die für eine ausreichende Ernährung der heimischen Bevölkerung erforderlichen Anbauflächen für die Produktion pflanzlicher Lebensmittel. Verschärft wird diese Situation durch die Lebensmittelüberproduktion in der EU. Exportsubventionen fördern die Überproduktion und den Export. In den Ländern des Südens führen diese Importe zu einer Verdrängung heimisch produzierter Lebensmittel, wie man beispielhaft am Export überschüssiger EU Hähnchen und Hühnerteile in die zentralafrikanischen Länder sehen kann.

Billige EU-Hähnchen zerstörten z. B. in Kamerun die kleinteilige einheimische Geflügelwirtschaft und führten zur Verarmung von 100.000 Kleinbauern.

Das Welternährungsproblem liegt nicht in der zu geringen Menge produzierter Lebensmittel sondern in deren ungerechten Verteilung. Die industrialisierten Länder nehmen sich durch ihren überhöhten Fleischverzehr von den insgesamt produzierten Lebensmitteln mehr als ihnen nach Aspekten der Gerechtigkeit zusteht (v.Koerber/Kretschmer, 2007, 180).

### Vernichtung von Lebensmitteln

Stefan Kreuzberger und Valentin Thurn zeigen in ihrem Film „Taste The Waste“ (2010), dass weltweit rund ein Drittel der produzierten Lebensmittel aus unterschiedlichen Gründen vernichtet werden: auf dem Acker, weil die Produkte zum Beispiel nicht EU-Normen entsprechen; in den Supermärkten, wenn das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten oder Brot, Obst und Gemüse ständig „frisch“ sein müssen und beim Verbraucher, wenn große Anteile als Essensreste, ungenutzte oder verdorbene Lebensmittel in der Tonne landen.

Das Ineinandergreifen von industrieller Lebensmittel-(über)produktion, Einkaufs- und Verkaufspolitik der Supermärkte und Konsumentenverhalten führt dazu, dass allein in den Industriestaaten pro Jahr 222 Millionen Tonnen Lebensmittel auf dem Müll landen. „Würden wir (die Industriegesellschaften) weniger wegwerfen, fielen die Weltmarktpreise und es stünde genug für die Hungrigen der Welt zur Verfügung“, heißt es im Klappentext des zum Film erschienen Buches „Die Essensvernichter“.



„Der Export der gefrorenen Hühnerteile ist ein Angriff auf die Bauern, auf die Gesundheit unserer Bevölkerung und auf unsere Volkswirtschaft“, sagt Bernard Njonga, Präsident der Bürgervereinigung ACDIC (Bürger/innen Bewegung zur Verteidigung kollektiver Interessen) auf einer Demonstration.

Bildquelle:  
[www.eed.de/meatexport](http://www.eed.de/meatexport)

## 1.3 Grundsätze einer nachhaltigen Ernährung

Ein nachhaltiger Ernährungsstil ist ein wichtiger Schlüssel für eine Agrar-, Ernährungs- und Konsumwende. Karl von Koerber (2004, 110 ff; 2006; 2012, 126 ff) formuliert sieben Grundsätze eines nachhaltigen Ernährungsstils:

### 1. Bevorzugung pflanzlicher Lebensmittel – geringerer Verzehr von Fleisch- und Wurstwaren

Pflanzliche Lebensmittel enthalten reichlich lebensnotwendige Inhaltsstoffe wie Vitamine, Mineralien, Ballaststoffe und sekundäre Pflanzenstoffe. Eine überwiegend pflanzliche Ernährungsweise beugt ernährungsabhängigen Erkrankungen vor (wie Übergewicht, Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen). Bei tierischen Lebensmitteln gilt es, auf gute Qualität zu achten. Wert gelegt werden sollte auf artgerechte bzw. ökologische Tierhaltung und Fütterung.

### 2. Ökologisch erzeugte Lebensmittel

Lebensmittel aus ökologischer Landwirtschaft sind unter Berücksichtigung verschiedener Umweltaspekte verträglicher als Erzeugnisse aus konventionellem Anbau. Der ökologische Landbau verzichtet auf Gentechnik, sichert Existenzen und Arbeitsplätze (vor allem in der Region). Durch den bewussten Verzicht vieler Bio-Anbauverbände auf Futtermittelimporte aus Entwicklungsländern wird in diesen Ländern der Konflikt um die Flächennutzung entschärft.

### 3. Regionale und saisonale Produkte

Für regionale und saisonale Lebensmittel sprechen eine Reihe von Argumenten:

- kürzere Transportwege verbrauchen weniger Energie und belasten die Umwelt weniger stark als lange Transportwege (außer wenn kleine Mengen in kleinen Lieferwagen transportiert werden)
- Produkte aus der Region stärken mittlere und kleinere Betriebe, sichern Arbeitsplätze vor Ort und tragen zur Kooperation von Verarbeitern, Händlern und Verbrauchern bei
- überschaubare, regionale Strukturen schaffen bei allen Beteiligten Transparenz und Vertrauen
- regionales Obst und Gemüse ist ausgereift und schmackhafter. Ein Saisonkalender kann wertvolle Hilfe bei der Auswahl des richtigen Obstes und Gemüses leisten (siehe: [www.verbraucherzentrale.de](http://www.verbraucherzentrale.de))

### 4. Bevorzugung gering verarbeiteter Lebensmittel

Stark verarbeitete Lebensmittel, besonders Fertigprodukte, enthalten oft viel Fett, Zucker, Salz und Nahrungsenergie. Gering oder mäßig verarbeitete Lebensmittel enthalten dagegen mehr lebensnotwendige und gesundheitsfördernde Inhaltsstoffe. Stärker verarbeitete Lebensmittel verbrauchen bei Herstellung und Transport mehr Energie und verursachen mehr Treibhausgase. Außerdem ist Einkaufen, Kochen und gemeinsam Essen ein sinnliches, genussorientiertes Erlebnis, das die Wertschätzung gegenüber den Lebensmitteln und den Menschen stärkt.

### 5. Umweltverträglich verpackte Produkte

Knapp die Hälfte unseres Hausmüllaufkommens stammt aus Lebensmittelverpackungen. Gesundheitlich empfehlenswerte Lebensmittel, wie Gemüse, Obst, Hülsenfrüchte und Kartoffeln, können auch unverpackt bzw. gering verpackt gehandelt werden. Mit einem veränderten Konsumverhalten kann Verpackungsmüll vermindert und der Rohstoff- und Energieverbrauch reduziert werden.

### 6. Fair gehandelte Lebensmittel

Die niedrigen Lebensmittelpreise geben nicht die wahren Produktionskosten wieder. Viele Landwirte (z. B. Milchbauern), Verarbeiter und Händler können durch die sinkenden Erlöse nicht kostendeckend arbeiten. Faire Erzeugerpreise für heimische Produkte unterstützen dagegen kleinere und mittlere Betriebe und helfen zugleich, die kleinbäuerlich geprägte Kulturlandschaften zu erhalten. Fair gehandelte Produkte aus Entwicklungsländern kommen meist den demokratisch organisierten Bauern-Genossenschaften zugute, die über die Verwendung des Mehreinkommens selbst entscheiden können.

### 7. Genussvolle und bekömmliche Speisen

Genuss, Spaß und Lebensfreude gehören auch beim Essen dazu. Aber Genuss braucht Zeit: für die Zubereitung, beim Essen und Trinken. Genuss, so Carlo Petrini, der Gründer der Slow-Food-Bewegung, besteht aus Geschmack und Bildung.

## 1.4. Bildung für eine nachhaltige Ernährung

Mit der Problematik, wie es gelingen kann, in Schule und Gesellschaft die bisherige Ernährungspraxis zu thematisieren und eine Nachhaltige Ernährung im Kontext des Leitbildes der nachhaltigen Entwicklung alltagstauglich und milieu-orientiert umzusetzen, beschäftigte sich das Forschungsprojekt Ernährungswende des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF) und das Projekt REVIS (Reform der Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen) des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV).

Das bisherige Wissen über gesunde Ernährung reicht nicht aus, um sich im Alltagshandeln nachhaltig zu ernähren. Es fehlen nicht nur ein gesellschaftlicher Diskurs und Konsens über Nachhaltige Ernährung, sondern auch förderliche, unterstützende gesellschaftliche Strukturen. Außerdem fehlt bei vielen KonsumentInnen noch die Motivation, Bereitschaft und Kompetenz zur Ernährungswende. Hier liegen die Herausforderungen und Aufgaben der Bildung für eine Nachhaltige Ernährung.

Mit der Zuwendung zum Ernährungs-Alltag gilt es, so Ulrike Eberle (2006, 184), die Motive der KonsumentInnen zu verstehen: „Was sie essen, was und wo sie einkaufen, wie sie Mahlzeiten zubereiten, wo sie Kochen und Ernährungskompetenzen erlernt haben“. Auf der Folie dieses Wissens und des Verständnisses der Motive und Interessen kann Bildungsarbeit Möglichkeiten zum Austausch über den Ernährungs-Alltag von Familien, Jugendlichen und Erwachsenen sowie kreative Gelegenheiten zur Einübung neuer, nachhaltiger Ernährungsstile entwickeln.

Der Erwerb von Kompetenzen im schulischen Kontext bildet den Kern des REVIS-Curriculums. In seiner Orientierung am essenden und handelnden Schüler verbindet das 2003-2005 entwickelte Reformkonzept die Ernährungs- und Verbraucherbildung mit einem salutogenetisch-orientierten Lernverständnis. Unter einer salutogenetischen Orientierung versteht man „eine Ausrichtung auf attraktive Gesundheitsziele und Erschließen bzw. Schaffen hilfreicher Ressourcen“ (Wikipedia, Salutogenese, 25.3.2012).

REVIS integriert Kultur und Gesundheit in die Dimensionen nachhaltiger Entwicklung. Im Unterschied zur bisher gängigen Unterrichtspraxis in allen Bundesländern, die die Ernährungs- und Verbraucherbildung punktuell und nicht handlungs- und kompetenzorientiert aufgreifen, bündelt das übergreifende REVIS-Curriculum

Bildungsziele, Kompetenzen, Lehrinhalte, Themen und didaktische Orientierung. Es ist schularten- und fächerübergreifend und bezieht in den Lernprozess die gesamte Schule, Lehrer und Eltern, Umfeld sowie unterstützende Dritte, wie Umweltbildungseinrichtungen, ein.

### Literatur/ Links / Medien

- Eberle, Hayn, Rehaag, Simshäuser (Hrsg.) (2006): Ernährungswende. Eine Herausforderung für Politik, Unternehmen und Gesellschaft, München
- Kreutzberger/Thurn (2011): Die Essensvernichter. Warum die Hälfte aller Lebensmittel im Müll landet und wer dafür verantwortlich ist, Köln
- Land Grabbing. Moderne Landnahme und das Recht auf Nahrung, FIAN Fact Sheet 2010/1, download unter: fian\_fact\_sheet2010-1\_landgrabbing.screen.pdf (Zugriff: 8.3.2012)
- REVIS – Moderne Ernährungs- und Verbraucherbildung in Schulen, Heft 3925/2008, aid infodienst Verbraucherschutz, Ernährung, Landwirtschaft e.V., Bonn
- Vereinigung Deutscher Gewässerschutz e.V.: Produktgalerie: Virtueller Wasserverbrauch ausgewählter Produkte  
Download: [www.virtuelles-wasser.de/372.html](http://www.virtuelles-wasser.de/372.html) (Zugriff: 11.3.2012)
- v. Koerber, Männle, Leitzmann (2004): Vollwert-Ernährung – Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung. 10. Aufl., Stuttgart
- v. Koerber, Hohler (2012): Nachhaltig genießen: Rezeptbuch für unsere Zukunft, Stuttgart
- v. Koerber, Kretschmer: Ernährung nach den vier Dimensionen – Wechselwirkungen zwischen Ernährung und Umwelt, Wirtschaft, Gesellschaft und Gesundheit, Ernährung & Medizin, He. 21, 2006, S. 178 – 185
- Wege aus der Hungerkrise. Die Erkenntnisse des Weltagrarberichtes und seine Vorschläge für eine Landwirtschaft von morgen (2009): GLS Treuhand Zukunftsstiftung Landwirtschaft (Hrsg.), Bochum/Löhne/Berlin

[www.evb-online.de](http://www.evb-online.de)

Internetportal der Universitäten Paderborn und der Pädagogischen Hochschule Heidelberg mit Informationen und aktuellen Forschungsergebnisse zur Ernährungs- und Verbraucherbildung (EVB)

[www.slowfood.de](http://www.slowfood.de)

Das Internetportal von Slowfood Deutschland e.V.

<http://bfeoe.de>

Die Webseite des „Beratungsbüro für Ernährungsökologie“ bietet aktuelle Informationen über Ernährungsökologie und Veröffentlichungen von Karl von Koerber.

### Kontakt

Ökologische Akademie e.V.  
Thomas Ködelpeter  
Baiernrainer Weg 17  
83623 Dietramszell/Linden  
oekologische-akademie@gmx.de  
[www.oeko-akademie.de](http://www.oeko-akademie.de)

---

## 2. Beispiele aus ausgewählten Handlungsfeldern

### 2.1 Einführung

Katharina Fichtner

*„Es kann als gesichert angesehen werden und dazu bedarf es keiner Aufklärung: Ernährung ist tödlich! Denn jeder, der sich lange genug ernährt hat, ist bislang gestorben. Wer hingegen aufhört, sich zu ernähren, kann zumindest nicht an den Folgen der Ernährung sterben.“*

(Harald Förster, Universität Frankfurt)

Mit der Macht der Gewohnheit ist beim Thema Ernährung eine besonders harte Nuss zu knacken. Jetzt soll die Ernährung also nicht nur gesund sein, sondern auch noch nachhaltig! Kann Bildung Alltagsverhaltens verändern?

Ja. – Jedoch sollten einige Dinge beachtet werden: Bildung für eine nachhaltige Ernährung darf Spaß machen, sollte erlebnisorientiert sein, Freude am Tun, an der Gemeinschaft und guten Geschmack einbeziehen. Bildungsarbeit sollte Themen und Methoden berücksichtigen, die für die Alters-, Zielgruppe und Milieu interessant und anschlussfähig an die Erfahrungen der TeilnehmerInnen sind. Lernprozesse sollten nicht an der Komplexität der Verhältnisse, einer häufig empfundenen mehr Ohnmacht gegenüber globalen Entwicklungszusammenhängen scheitern. Bildung für nachhaltige Entwicklung öffnet Räume, in denen Menschen im Austausch mit anderen Verhalten reflektieren, erproben und verändern können.

Bildung für eine nachhaltige Ernährung will Handlungsalternativen aufzeigen und partizipativ so gestalten, dass sie im Alltag der Menschen Sinn und Lust machen. So bliebe nicht schlechtes Gewissen Antrieb für einen verändertes Konsumverhalten, sondern die Einsicht und Erkenntnis, dass durch Lernprozesse Lebensqualität gewonnen wird: Lebensqualität für uns, wenn wir die Langsamkeit beim Essen neu entdecken; Lebensqualität durch den Geschmack von frischen saisonalen und biologisch erzeugtem Obst und Gemüse. Oder die Entdeckung, dass reduzierter Fleischkonsum Platz schafft für neue, kreative vegetarische Gerichte. Und für die Einsicht, dass Essen auch ein Beitrag für Klima und Gerechtigkeit ist. Bildung für eine nachhaltige Entwicklung ist ein Beitrag zur Aneignung von Wissen, Kompetenzen und Fähigkeiten unter Einbezug von Lebensfreude. Eine solcherart gelungene Bildung ist keine vernunftgesteuerte Last, die ertragen werden muss, sondern sie bringt Zugewinne für alle Beteiligten. Sie ist keine vergeudete Zeit für Schule und Freizeit, sondern ein

wertvoller roter Faden, der sich durch das ganze Leben ziehen kann. Sie ist Wertevermittlung und Lebensqualität, Wegweiser für Lebensentwürfe, Übungs- und Praxisfeld für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

In dem folgenden Praxisteil zeigen Akteure, wie das gehen kann. Die Praxisprojekte sind unterteilt in 5 Themenschwerpunkte und verschiedene Zielgruppen.

In Ernährung und Lebensstile bringt das Beispiel eines von Jugendlichen initiierten „Eat-Ins“ nachhaltige Esskultur in den öffentlichen Raum; der „SimShop“ kann als virtuelles Instrument eingesetzt werden. In „Kochen mit Gruppen“ wird aufgezeigt, wie sich Know how zum nachhaltigen Kochen umsetzen lässt. Dem Thema Ernährung und Klima widmet sich der zweite Schwerpunkt. In Ernährung global geht es um interkulturelle Ansätze, um den Möglichkeiten den internationalen Agrarhandel zu be-greifen und um „Das Globale Huhn“, ein Planspiel über Ernährung, Macht und Lebensmittelproduktion. Ausgewählten Zielgruppen nimmt der vierte Schwerpunkt in den Blick: junge Erwachsene im FSJ / FÖJ, Menschen mit Behinderung und ganz junge Menschen im Kindergarten. In Ernährung in Kooperation mit Schulen, dem abschließenden Schwerpunkt, stellen wir den „Besser-Esser-Pass“ vor; laden ein zu einem Aufenthalt auf einem Bauernhof; zeigen, wie Schülerinnen Schülerfirmen für nachhaltige Ernährung gründen oder was die Vernetzungsstelle Schulverpflegung des bayerischen Landwirtschaftsministeriums leistet.

Viel Spaß beim Lesen und beim Tun!

## 2.2 Ernährung und Lebensstile

### 2.2.1 Eat-in – genussvoller ProtESST auf dem Traunsteiner Maxplatz

*Sarah Thullner*

#### Projektbeschreibung

Gemeinsam aus regionalen, saisonalen, biologischen und fairen Lebensmitteln kochen und zusammen mit Passanten und eingeladenen Gästen an einer schönen Tafel an einem öffentlichen Platz genießen, Zeichen setzen, Bewusstsein schaffen und protestieren: für eine Esskultur mit Zukunft!

#### Ablauf

Ein Eat-in ist eine genussvolle Aktions- und ProtESSTform mit viel Potential und individuell gestaltbar. Es ist im Umfang und Ort sehr flexibel und möglich mit 5 oder auch 500 Menschen auf einem Stadtplatz, einer Wiese oder auch vor einer Fastfoodfiliale. Die einfachste Form, ein Eat-In auf die Beine zu stellen, wäre, mit ein paar Leuten die wichtigsten Aufgaben (Genehmigung einholen, Tische und Tischdecken, Schilder und Plakate, Infomaterial, Einladungen) zu teilen und dann unter Freunden, Gruppen den Termin bekannt zu machen und einzuladen, etwas Essen und eigenes Geschirr mitzubringen, um gemeinsam zu genießen und zu protestieren. Wichtig ist ein Plan B für schlechtes Wetter (z.B. Ausweichtermin/e).

Wir, eine Gruppe von Jugendlichen der Grünen Jugend Süd – Ost, hatten den Entschluss gefasst, die Aktionsform der Jugendorganisation von Slow Food, Food Youth Movement, in unserer Stadt Traunstein umzusetzen. Am Stadtplatz in Traunstein sollte eine genussvolle ProtESST-Zone errichtet werden. Mit Passanten wollten wir durch die Einladung, mit uns zu essen, ins Gespräch kommen und über Plakate und unseren Infotisch zu einem bewuss-

teren Umgang mit Lebensmitteln anregen. Einige besonders engagierte Menschen aus unserer Region, z.B. Bauern oder Politiker, die sich für ökologische Landwirtschaft, für Regionalität und gegen Gentechnik einsetzen, wollten wir zum Essen einladen, um ihnen auf diese Weise Danke zu sagen. Ein Anliegen war auch, als Gruppe eine schöne Aktion zu gestalten, uns dadurch besser kennen zu lernen und eine schöne Zeit miteinander zu verbringen. Da sich unsere Grüne Jugend erst vor kurzem gegründet hatte, wollten wir mit einer eigenen kreativen Aktion zudem erstmalig an die Öffentlichkeit treten und auf uns aufmerksam machen. Außerdem reizte uns die Vorstellung, zum genussvollen ProtESST einzuladen.

In mehreren Vorbereitungstreffen entwickelten wir Ideen zu unserer Aktion und legten Grundpfeiler wie Termin, Umfang und Herangehensweise fest. Wir erkundigten uns nach einer möglichen Genehmigung und knüpften Kontakte zu potentiellen Unterstützern und Sponsoren wie Bauern, Bioläden, bewussten Unternehmen. Vom Ordnungsamt der Stadt bekamen wir die Genehmigung, von einem Bioladen eine kleine Lebensmittelspende und von einem ökologischem Unternehmen in unserer Stadt eine Spende von 100 Chiemgauern (Regiogeld). Das war unsere finanzielle Basis. Wir überlegten, wo und wie wir kochen können und bekamen schließlich das Tennisheim zur Verfügung gestellt. Bei einem netten und engagierten Biogärtner mit Bioladen kauften wir ein. Er schenkte uns, da er von unserem Vorhaben begeistert war, eigenes Gemüse. Auf seinem Bioblumenfeld durften wir zudem blühenden Tischschmuck schneiden. Geschirr, Töpfe und Schüsseln liehen wir bei einer Biobäuerin und einer Wirtschaft aus. Ein Hofbesuch bei einem Demeter – Bauern mit anschließendem Brot backen und Käse selber machen sowie der Besuch einer Ausstellung des Forum Ökologie in Traunstein zur nachhaltigen Ernährung motivierte uns und fundierte unsere gemeinsame Arbeit.

An unserem Aktionswochenende kauften wir am Freitag nach der Schule ein und starteten mit einer Koch-, Vorbereitungs- und Mal-Session am Abend und am nächsten Vormittag. Wir gestalteten ein großes Banner aus Bettlaken und mehrere Plakate mit schlagkräftigen, erschütternden Informationen, ermunternden Statements, unserem Menü



und unserem Dank gegenüber unseren Unterstützern und Sponsoren. Um halb zwölf kamen die ersten Gäste.

Als Vorspeise gab es feldfrischen Salat mit selbst gemachtem Käse und selbst gebackenem Brot, als Hauptgericht eine farbkraftige, gut gewürzte und köstliche Kürbissuppe, und zuletzt Apfelkompott und Kuchen. Jugendliche, Bauern, Politiker und Passanten bildeten die Tischgemeinschaft. Es war eine schöne und gelungene Aktion und ein wirklich genussvoller Protest. Ein informativer Presseartikel mit Foto, den wir selbst verfassten, erschien bald darauf in der Lokalzeitung. Ein paar Tage später trafen wir uns zu einem genussvollen Reflexionstreffen mit frischem Zwetschgendatschi.

## Ziele

In unserem selbstorganisierten Eat-In lernten wir selbstständig zu planen und zu handeln, um unsere Idee zu verwirklichen, uns immer wieder selbst zu motivieren, wenn sich etwas als schwierig und zäh gestaltete.

## Geförderte Kompetenzen

Verlangt und gefördert wurden Personalkompetenzen, Sach- und Methodenkompetenzen und auch Sozialkompetenzen. Informationspolitik nach innen und nach außen gestalten, mit unbekanntem Menschen in Kontakt und ins Gespräch zu kommen wurde ebenso gefördert wie Kooperationsfähigkeit und Konfliktfähigkeit untereinander. Auch in der Koordination, Organisation und Gruppenleitung konnten wir uns neue Fähigkeiten aneignen.

## Zielgruppe

Unsere Zielgruppen waren einerseits Menschen, die noch nicht unbedingt Bio kaufen, und andererseits Personen, die wir mit unserem Essen würdigen wollten.

## Rahmenbedingungen

10 Jugendliche wirkten bei der Vorbereitung, dem Kochen und der Aktionsdurchführung mit. An der Tafel bewirteten wir über 30 Personen. Die Aktion an sich dauerte ca. 3 Stunden, davor und danach waren es auch noch einige Stunden des Kochens, Aufbaus und Abbaus. Die Vorbereitung nahm viele zusätzliche Stunden in Anspruch.

Wichtige Materialien sind

- Lebensmittel
- (Bier-)Tische und Bänke, Geschirr und Besteck
- weiße Tischdecken und Blumen
- Plakate und ein Banner sowie ein Infotisch mit Informationen zur ökologischen Landwirtschaft, gegen Gentechnik und über regionale Direktvermarkter.



Benötigt werden außerdem

- ein Transportmittel (Auto oder auch Fahrräder mit Anhänger)
- Kochmöglichkeit(en)

## Literatur/links/Medien

Broschüre „Ökolandbau“ (2011): Umweltinstitut München e.V.

Ratgeber „Der nachhaltige Warenkorb“ (2010), Rat für Nachhaltige Entwicklung (Hrsg.)

Dossier Nr. 3. Agrogentechnik „Selbst bestimmen, was auf den Teller kommt“, Schrot & Korn, 2007

Heft „Essen Spezial“, Greenpeace Magazin, 5.11.2011 und 4.10.2011  
Download unter: [www.greenpeace-magazin.de](http://www.greenpeace-magazin.de)

[www.slowfood.de/youth\\_food\\_movement/yfm\\_projekte/eat\\_in/](http://www.slowfood.de/youth_food_movement/yfm_projekte/eat_in/)

Thullner (2012): „Bewusstsein, Engagement und Lebensfreude – in Bezug auf nachhaltig leben“, 12. Klassenarbeit mit praktischem Teil zum Eat-in – Projekt, 70 Seiten, Kosten: Euro 10.- plus Porto

## Kontakt

Sarah Thullner  
Bahnhofstr. 58  
83236 Übersee  
[sarah.thullner@web.de](mailto:sarah.thullner@web.de)

## 2.2.2 Der Simshop – ein Computerprogramm zum nachhaltigen Einkaufsverhalten

*Katharina Fichtner*

### Projektbeschreibung

Der SimShop ist ein Computerprogramm, das unser Einkaufsverhalten von Lebensmitteln beleuchtet. Das Programm ermöglicht durch einen virtuellen Einkauf einen Vergleich verschiedener Lebensmittel anhand ihrer Umweltbilanz (CO<sub>2</sub>-Emissionen, Verbrauch an Naturressourcen).

### Ablauf

Das Computerprogramm wurde von Experten in Finnland entwickelt und an deutsche Produkte angepasst. Es eignet sich gut zum Einsatz in Projekten zur nachhaltiger Ernährung oder zum ökologischen Fußabdruck. So wurde es bei einer Gruppe junger Erwachsener während eines Seminars zum Freiwilligen Sozialen Jahr erprobt. Eine oder mehrere Kleingruppen überlegen sich ein Gericht, das sie für die ganze Gruppe kochen möchten. Sie erstellen eine Liste von Lebensmitteln mit genauen Mengenangaben. Nun gehen sie mit dem SimShop virtuell einkaufen. Dabei können entweder auf dem Bildschirm die entsprechenden Lebensmittel angeklickt, oder ausgerüstet mit einem handelsüblichen Handscanner von einer ausgedruckten Lebensmittelliste mit Barcode das gewünschte Produkt eingescannt werden.

Dabei geht es zu wie an der Kasse eines Supermarktes: die ausgewählten Produkte werden auf einer entsprechenden Quittung angezeigt. Doch im Unterschied zu einer regulären Quittung sind nicht die Kosten in Geldangaben zu sehen. Vielmehr werden statt der Einkaufskosten der Verbrauch an Naturressourcen, die Kohlendioxid-Emission und die für die Verpackung benötigten Naturressourcen ausgewiesen.

Diese Quittung lässt sich nun ausdrucken und mit anderen Einkäufen vergleichen. Hintergrundinformationen zu jedem Produkt machen die Ergebnisse anschaulich. Mit so eingesammelten Informationen kann gut projektorientiert in verschiedenen Perspektiven weiter gearbeitet werden.

Um zu veranschaulichen, wie hoch die CO<sub>2</sub>-Emission ist, verrät eine weitere Funktion, wie weit ein Auto für dieselbe Emission fahren kann.

Das simulierte Einkaufsverhalten kann hochgerechnet werden auf eine beliebige Anzahl von Personen. Wie hoch ist der Verbrauch, wenn die gesamte Klasse, die ganze Schule, die ganze Stadt oder die ganze Welt so einkaufen würde?

Bei einer weiteren Funktion ist erkennbar, ob der eigene Einkaufsstil verallgemeinerbar ist. Kann die Erde mit dem Ressourcenverbrauch meines Einkaufs verhaltens Stand



1 SimShop Pro Öko		2 SimShop Quittung 2	
1 x Falafelhamburger 200g		1 x Hamburger 200g	
Naturressourcen	3 kg	Naturressourcen	8 kg
Kohlendioxid Emissionen	0,2 kg	Kohlendioxid Emissionen	1,6 kg
Naturressourcen Verpackung	0,1 kg	Naturressourcen Verpackung	0,1 kg
1 x Kartoffeln 1 kg,		1 x Hühnerfleisch 1 kg,	
Naturressourcen	2,1 kg	Kunststoffverpackung	
Kohlendioxid Emissionen	0,2 kg	Naturressourcen	12,8 kg
Naturressourcen Verpackung	0,2 kg	Kohlendioxid Emissionen	3,6 kg
1 x Saftkonzentrat aus Beeren 0,5 l,		Naturressourcen Verpackung	0,3 kg
1+5 (=3 Liter)		2 x Reis im Beutel 4x 125g, 500 g	
Naturressourcen	0,9 kg	Kartonverpackung	
Kohlendioxid Emissionen	0,1 kg	Naturressourcen	11,1 kg
Naturressourcen Verpackung	0,2 kg	Kohlendioxid Emissionen	3 kg
1 x Heringe 1 kg, Kunststoffverpackung		Naturressourcen Verpackung	0,8 kg
Naturressourcen	5,5 kg	15 x Saft , 2 dl-Einwegpackung, Tetra	
Kohlendioxid Emissionen	1,1 kg	Pak	
Naturressourcen Verpackung	0,3 kg	Naturressourcen	15,6 kg
<b>GESAMTERGEBNIS</b>		Kohlendioxid Emissionen	4,5 kg
Naturressourcen	11,5 kg	Naturressourcen Verpackung	1,2 kg
Kohlendioxid Emissionen	1,6 kg	<b>GESAMTERGEBNIS</b>	
Naturressourcen Verpackung	0,8 kg	Naturressourcen	47,5 kg
SimShop - www.SimShop.fi		Kohlendioxid Emissionen	12,7 kg
		Naturressourcen Verpackung	2,4 kg
		SimShop - www.SimShop.fi	

halten? Dies ist mit eindrücklichen Bildern erkennbar.

Wer die Produktpalette oder –informationen erweitern möchte, kann dies über den Programmeditor tun. So wächst der SimShop und das Wissen um den Zusammenhang von Einkauf und Ressourcenverbrauch weiter an.

Noch anschaulicher ist die Wirkung des SimShops, wie das Beispiel in Finnland zeigt, wenn ein kleiner Laden mit den Produkten des SimShops zur Verfügung steht. Hier können Kinder, Jugendliche und Erwachsene „anfassbare“ Lebensmittel(-verpackungen) einkaufen und bekommen an der Kasse dieselbe Rechnung, die auch bei der Computersimulation ausgestellt wird. Diese Variante ist vor allem für jüngere Menschen geeignet, für die die Computersimulation noch zu abstrakt ist.

## Zielsetzung

Ziel von SimShop ist eine Sensibilisierung für den ökologischen Fußabdruck von Lebensmittel durch die Simulation eines Einkaufs.

## Geförderte BNE – Kompetenzen

Vorausschauend denken und handeln, interdisziplinäre Erkenntnisse gewinnen, Partizipation an Entscheidungsprozessen, die eigenen Leitbilder reflektieren.

## Zielgruppe

Der SimShop ist geeignet für Jugendliche ab 7. Klasse bis ins Erwachsenenalter.

Für Jüngere ist, begleitet von weiteren Erklärungen, das Ladensystem mit der SimShop – Kasse geeignet.

## Rahmenbedingungen

Teilnehmer	2 – 4 Teilnehmer pro Computer, ggf. auch als Präsentation für eine große Gruppe geeignet
Zeitraumen	je nach Aufgabenstellung 1 – 4 Stunden
Technik	SimShop Software; Computer; gegebenenfalls: Handscanner; bei Präsentation:
Beamer	
Vorbereitung	nach Einarbeitung ins Computerprogramm gering
Personal	1 Person

## Kontakt

SimShop – Umweltschule Metsätähti  
Tommi Lankatu 16  
Fi- 20300 Turku, Finnland  
info@simshop.fi  
www.simshop.fi  
Ansprechpartner in Bayern:  
Ökologische Akademie e.V.  
Baiernrainer Weg 17  
83623 Dietramszell / Linden  
oekologische-akademie@gmx.de  
www.oeko-akademie.de

## 2.2.3 Kochen mit Gruppen – lecker und gesund

Anke Schlehofer

### Projektbeschreibung

Diese 2011 erstmalig durchgeführte Fortbildung für ehren- und hauptamtliche MitarbeiterInnen der Kinder und Jugendarbeit vermittelt in 1,5 Tagen ganz praktisch, wie man günstige und gesunde frische Mahlzeiten sowie Snacks und Leckereien zubereiten kann, die auch Kindern und Jugendlichen schmecken. Dabei erfahren die TeilnehmerInnen Wesentliches über gesunde und klimafreundliche Ernährung, richtige Mengen und den günstigen Bezug regionaler Bio-Lebensmittel und erproben methodische Zugänge für die Kinder und Jugendarbeit auch im integrativen und interkulturellen Kontext. Die nötige Gesundheitsbelehrung wird ins Seminar integriert.

### Ablauf des Seminars

Zum Ankommen und lockeren Kennenlernen stehen am frühen Freitag Nachmittag Tee und Kaffee, Kekse und Obst bereit. Wie alle Lebensmittel bei diesem Seminar sind sie selbstverständlich aus ökologischem Anbau und fairem Handel. Nachdem alle TeilnehmerInnen eingetroffen sind, beginnen wir im Stuhlkreis mit einer „Anke-Apfel-Erwartungsrunde“, um Namen und Erwartungen an das Seminar zu klären. Dann wird mit Hilfe eines Flipcharts der geplante Seminarablauf vorgestellt sowie alternative Möglichkeiten und Änderungswünsche besprochen.

Als Einstieg ins Thema „Nachhaltige Ernährung“ hat sich unser „Lecker-Schmecker-Reporterspiel“ bewährt: jede/r bekommt ein Klemmbrett mit einem Reporterbogen mit 20 Fragen, die mit „finde jemand der...“ beginnen und sucht dann aus der Gruppe jeweils eine andere Person, die „...sich vegetarisch ernährt“...oder „...ihre Einkäufe meist mit dem Radl erledigt“ oder „...schon mal ihr Brot selbst gebacken hat“ und bittet sie um eine Unterschrift.



Damit sind viele Aspekte einer klimafreundlichen Ernährungsweise schon mal im Bewusstsein und Gespräch miteinander präsent, ohne dass jemand bloßgestellt wird, manches (noch) nicht zu tun.

Danach gibt es erst mal eine Hausführung und die Zimmer können bezogen werden.

In der darauf folgenden 2-stündigen Kocheinheit weicht uns der im Kochen für Gruppen erfahrene Vollwertkoch Stefan Gayando in die Grundlagen guter Kochkunst ein: wie organisiere ich eine Kocheinheit mit 15 unterschiedlichen TeilnehmerInnen so, dass alle sich in der Küche und mit den Utensilien zurechtfinden, die Hygienegrundsätze einhalten, wissen, wie sie vorgehen müssen, damit die Gerichte gelingen? Welche Lebensmittel verwenden wir, wo kommen sie her, wo wurden sie eingekauft, zu welchem Preis, worauf sollte beim Einkauf geachtet werden? Wichtig ist uns, möglichst viele Lebensmittel aus der Region zu beziehen und damit saisonal und frisch zu kochen. Jede Jahreszeit bietet neue Alternativen an Salaten, Suppen, Hauptgerichten und Süßspeisen und das macht das Kochen übers Jahr hinweg erst wirklich spannend. Im März ist das allerdings nicht ganz so einfach und wir müssen auch auf Lagerware, Getreide und Hülsenfrüchte zurückgreifen.

Alle Gerichte, die im Seminar zubereitet werden, sind einzeln beschrieben ausgedruckt und laminiert und der Koch stellt der gesamten Gruppe erstmal das Wesentliche im Umgang mit Gemüse, Getreide, Hülsenfrüchten, Gewürzen und Milchprodukten vor. Wir kochen vegetarisch, aber nicht vegan und besprechen Vor- und Nachteile verschiedener Ansätze. Dann übernimmt je eine Kleingruppe selbstständig die Zubereitung eines Rezeptes und der Koch steht allen für Tipps und Tricks zur Verfügung. Es werden auch noch Brotteig und Frischkornmüsli für das kommende Frühstück angesetzt sowie die Tische für das Abendessen liebevoll hergerichtet und dekoriert.

Nach dem gemeinsamen Abendessen gibt es eine zertifizierte Gesundheitsbelehrung durch unseren Betriebsarzt, die über eine Stunde dauert. Es gibt im Anschluss die Möglichkeit einen Film rund um Ernährung anzuschauen (z.B. „Good food – bad food“) oder gemütlich zusammen zu sitzen, um über unsere Esserfahrungen im letzten Jahr zu reden.

Am Samstag wird das gemeinsame Zubereiten der Mahlzeiten ergänzt durch Gruppenarbeit zu „klimafreundlicher Ernährung“, einem Stationenparcours mit Aufgaben zu den Aspekten regional, saisonal, Biolandbau, Fleischkonsum und fairer Handel sowie gemeinsamen umweltpäda-

## Freitag 16. März 2012

Zeit	Ziele	Inhalte/Methoden	Wer	Material
14.00	Ankommen Kennenlernen und Erwartungen klären Einstieg ins Thema Orientierung	Begrüßung „Anke-Äpfel-Erwartungsrunde“ „Lecker-schmecker-Reporter-spiel“, Seminarablauf Hausführung/ Regeln /Zimmer	Anke	Tee, Kaffee, Kekse Kopien und Stifte  Flipchart mit Ablaufplan
15.30	Zuhause fühlen – Pause	Einführung / Grundsätze	Anke	Schlüssel
16.00	Abendessen zubereiten Tipps, Tricks und Rezepte kennen lernen sowie Vorbereitungen für Frühstück (Korn malen, Brotteig ansetzen...)	Stationen mit laminierten Rezepten (Suppe, Salat, ... (Frischkornmüsli, ...)	Gayando	Essen kauft Gayando ein Laminierte Rezepte Getreidemühle
18.00	Esskultur erleben und genießen	Gemeinsames Abendessen	Alle	Tischdeko, Tischsprüche, Sansula,
19.00	Ordnung, Hygiene	Küche aufräumen, spülen	Alle	
19.30	Rechtliche Absicherung	Gesundheitsbelehrung	Dr. Bernlochner	Liste, Zertifikate
20.30	Freiwilliges Abendangebot	Film "good food – bad food"	Anke	Filme zu Ernährung

## Samstag, 17. März 2012

Zeit	Ziele	Inhalte/Methoden	Wer	Material
7.45	Frühstück zubereiten neue Rezepte kennen lernen	Müsli, Brot, Aufstriche, Obst etc.	Gayando	Zutaten, Rezepte laminiert
9.00	Esskultur erleben und genießen	Frühstück	Alle	Sansula/ Gitarre, Lieder
10.00	Ordnung, Hygiene	Aufräumen/Spülen	Alle	
10.30	TN soll bewusst werden warum Lebensmittel möglichst frisch, regional, saisonal, bio und fair gehandelt sein sollten Offene Fragen sammeln	In Kleingruppen: Erarbeitung von Kriterien für den Einkauf der Lebensmittel sowie offene Fragen formulieren!	Anke und Gayando	Plakate auf Pinnwände Büchertisch Plakatausstellung vom STELF, Kopien und TN-Mappen
11.00	Gemeinsame Zubereitung des Mittagessens + Kuchen, Snacks für Nachmittags . Tipps , Tricks und Rezepte kennenlernen	Gemeinsame Einführung in Wesentliches Stationen mit laminierten Rezepten	Gayando	
13.00	Esskultur erleben und genießen, Aufräumen – Pause	Mittagessen	Alle	Tischdeko, Sansula/ Gitarre, Liederbücher
15.00	Anregungen für pädagogische Einbettungen bekommen und austauschen  Bewusstsein für Zusammenhänge im Sinne der BNE	- Bamboleo zu ausgewogener Ernährung", - Riech-/ Schmeckrätsel - Saisonuhr, - Bioland-bauspiel, - Ernährungsquiz, - --Fleischkonsum, - fairer Handel	Anke	Bamboleo, Gewürze und Getreide in Döschen, Saisonuhr, Bio-Spiel, Quizkarten, Fleischkonsumspiel, Schoko- und Bananenmappe
16.30	Offene Fragen beantworten	Erfahrungsaustausch	Alle	Flipcharts, TN-Mappen, Büchertisch
17.00	Abschlusskaffee/ Feedback bekommen	Auswertungsbögen und Feedbackrunde	Anke	Kaffee, Tee, Kuchen, Auswertungsbögen Gefühlsmonsterkarten

gogischen Spielen zu gesunder und fairer Ernährung. Als Umweltpädagogin mit langjähriger Erfahrung in ökologischen Selbstversorger-Freizeiten mit Kindern und Jugendlichen ergänze ich Stefan Gayandos Rezepte mit weiteren Anregungen.

Ein Erfahrungsaustausch zur Beantwortung offener Fragen sowie eine Auswertungsrunde beim Abschlusskaffee mit Kuchen runden das Seminar ab. Die TeilnehmerInnen bekommen eine umfangreiche Seminarmappe mit Handouts zu Rezepten und Spielen sowie vielen Hintergrundinfos, Adressen und Literaturhinweisen zur nachhaltiger Ernährung.

Das Seminar wird im März 2012 wegen längerer Warteliste in 2011 nochmal angeboten.

### Ziele der Fortbildung

- Lecker, gesund und zugleich günstig mit Kinder und Jugendgruppen kochen lernen
- Frisch, regional, saisonal, bio und fair gehandelt als wichtige Kriterien kennenlernen
- Tipps und Tricks sowie bewährte Rezepte praktisch erproben – aus verschiedenen Kulturen, aber mit möglichst regionalen Lebensmitteln
- Infos über günstigen Bezug von Bio,- regionalen und fairen Lebensmitteln, richtige Mengen und nötige Ausstattung
- Anregungen zur pädagogischen Einbettung des Themas „gesunde und klimafreundliche Ernährung“
- Gesundheitserstbelehrung zur rechtlichen Absicherung des Trägers

### Geförderte BNE-Kompetenzen

- Gemeinsam kommunizieren, planen und handeln
- Austausch über Werte und Lebensstile, kulturelle und regionale Unterschiede
- Wissen aufbauen über Zusammenhänge von Ernährung, Gesundheit, Kultur, soziale (Un-)Gerechtigkeit, wirtschaftliche Verflechtungen und Klimawandel
- Methoden der Umweltbildung kennenlernen, um andere zu motivieren, aktiv zu werden

### Zielgruppen

Zielgruppe sind haupt- und ehrenamtliche MitarbeiterInnen aus der Kinder- und Jugendarbeit

### Rahmenbedingungen

Teilnehmerzahl	von 8 bis 15 MitarbeiterInnen
Zeitraumen	1,5 Tage – wenn möglich mit 1 Übernachtung
Material	Umweltpädagogische Materialien für Spiele zu Bio, Fair, saisonal, Fleischkonsum, Ernährungspyramide, Reporterspiel, Ausstellung zu Ernährung und Klimaschutz, Fachliteratur und Filme,
Technik	große Küche zum gemeinsamen Kochen
Vorbereitung	Rezepte (Koch/Köchin), Lebensmitteleinkäufe
Personal	1 Umweltpädagoge/in, 1 VollwertKoch/ Köchin

### Literatur/links/Medien

NaturfreundeJugend (Hrsg.) (2009): Reiseproviand, das Kochbuch für Gruppen, Berlin

Goldner (2009): umweltfreundlich vegetarisch, Weil der Stadt

Schwäbische Jugendbildungs- und Begegnungsstätte (o.J.): Gerührt, gelöffelt: lecker, Babenhausen

Transfair e.V. (Hrsg.) (1998): Rezepte für den fairen Handel, Aachen

Erckenbrecht (2009). So schmeckts Kindern vegetarisch, Darmstadt

Caldicott Carolyn & Chris (2011): World food Café, Stuttgart

### Kontakt

Anke Schlehofer  
Naturerlebniszentrum Burg Schwaneck  
Burgweg 10  
82049 Pullach  
a.schlehofer@kjr-muenchen-land.de  
www.naturerlebniszentrum.org

## 2.3 Ernährung und Klima

### 2.3.1 Weizen verheizen?! – eine energetische Reise um die Welt

*Dagmar Blacha*

#### Projektbeschreibung

Im Rahmen von „Weizen verheizen?!“ wollte die LBV-Umweltstation Altmühlsee bei Schülern der 3./4. bzw. 5./6. Klasse in einem schuljahrübergreifenden Projekt Bewusstsein für die globalen, ökonomischen, ökologischen, sozialen und kulturellen Zusammenhänge von Energie und Ernährung schärfen sowie Handlungsmöglichkeiten erarbeiten.

Das Projekt fand 2009 als Modellprojekt statt und wird 2012 als Basisprojekt in leicht abgeänderter Variante wiederholt.

#### Ablauf

„Weizen verheizen“ wurde in sechs unterschiedlichen, aufeinander aufbauenden Modulen mit den Schülern durchgeführt. Um auf die unterschiedlichen Altersgruppen der Schüler eingehen zu können, wurden die einzelnen Module teilweise variiert und an die Bedürfnisse und die Voraussetzung der Örtlichkeiten angepasst. Auch die Witterungsverhältnisse spielten dabei eine Rolle.

Es wurde darauf geachtet, den Schülern durch die Verschiedenartigkeiten von Methoden und einem ausgewogenen Verhältnis von Theorie und Praxis abwechslungsreiche Projekteinheiten zu bieten. Dabei kamen handlungs- und erlebnisorientierte sowie partizipative Methoden einer Bildung für nachhaltige Entwicklung und des globalen Lernens zum Einsatz.

Die Methoden und Inhalte zum Themenkomplex Energie und Ernährung versetzten die Schüler in die Lage, vorausschauend zu denken und nachhaltig zu handeln, um mit ihrem Wissen neue Lösungsansätze zu finden. Motiviert und gemeinsam mit den anderen Schülern partizipierten sie an Entscheidungsprozessen. Das eigene Leitbild, der eigene Lebensstil, das eigene Konsumverhalten und das der anderen wurde reflektiert, wobei Emotionen geschaffen, sowie Empathie und Solidarität für Benachteiligte und arme Menschen gefördert wurden. Dabei konnte die Kompetenz für selbstständiges, aktives und nachhaltiges Handeln geschult werden. Komplexe Zusammenhänge von Energie und Ernährung und eigenem Handeln konnten erschlossen und globale Verflechtungen erkannt werden.



Bei der Konzeption der sechs Module wurde darauf geachtet, dass zu Beginn jeder Einheit die Grundlagen vermittelt wurden und diese dann spielerisch vertieft werden konnten. Jedes Modul wurde so aufgebaut, dass es in einer Doppelstunde durchführbar war.

#### Folgende Module wurden thematisiert:

Im 1. Modul wurde der Klimawandel als Herausforderung für innovative Lösungsansätze mit einer Einführung ins Thema Energie erarbeitet. Dabei kamen fossile Energieträger, atomare Energie und erneuerbare Energien zur Sprache. Ihre eigene Erfahrung mit Energie konnten die Schüler mit Hilfe eines Energiefahrrades und Spielen zum Thema Energiesparen machen. In der nächsten Doppelstunde konnte eine Biogasanlage und in Weißenburg auch ein Windpark besichtigt werden.

Das 2. Modul beschäftigte sich mit dem Kennen lernen von Getreidesorten. Hierbei wurden die gängigen Getreidesorten wie Mais, Reis, Weizen, Roggen, Gerste, Hafer



und Hirse besprochen. Doch ein besonderes Augenmerk lag auf alten Getreidesorten wie Dinkel, Einkorn, Emmer, Amaranth und Kamut.

Das 3. Modul beschäftigte sich damit, Bewusstsein zu schaffen für globale Zusammenhänge zwischen Gerechtigkeit, Ökonomie und Ökologie. Erntedank- und die Welt hat Hunger war ein provokanter Einstiegsgedanke ins Thema. Mit dem Spiel „Die Welt als Klassenzimmer“, konnte den Schülern eine Orientierung gegeben werden, wie die Bevölkerung, die Nahrungsmittel, der Reichtum, die Bildung, die Religionen und vieles mehr auf der Welt verteilt sind.

Während eines „Stationen-Laufes“ sollten die Schüler Einblick in globale Zusammenhänge bekommen und ihren Sinn für Gerechtigkeit, Ökonomie und Ökologie schärfen.

Aktionen im Schulhof wie beispielsweise der Klimaaktionstag während der Bayerischen Klimawoche, ein Besuch des Weltladens in der Innenstadt, eine Aktion auf dem Marktplatz mit selbst gemalten Plakaten und Vorstellung eines Solarmobiles, der Besuch einer Bäckerei, der Besuch eines Supermarktes mit einer Umwelt-Checkliste, ein Brief der Schüler an die Bundeskanzlerin im Vorfeld des Weltklimagipfels in Kopenhagen, eine Waffelbackaktion mit selbst gemahlenem Mehl und eine Brotbackaktion sowie das Basteln eines Aufwindkraftwerkes und eines Solarbackofens trugen dazu bei, das Projekt für die Schüler bunt, anschaulich und geschmackvoll zu gestalten.

### Zielsetzung

Ziel des Projektes war es, bei Schülerinnen und Schülern unterschiedlicher Jahrgangsstufen Bewusstsein für die globalen, ökonomischen, ökologischen, sozialen und kulturellen Zusammenhänge von Energie und Ernährung zu schärfen sowie Handlungsmöglichkeiten zu erarbeiten.

Dabei wurde der globale Zusammenhang zwischen Klimawandel, Energieverbrauch, Energieversorgung und Ernährungsproblematik nachvollziehbar gemacht. Der eigene Lebensstil und das eigene Konsumverhalten, wie beispielsweise Energieverbrauch, Energiesparen, Energieeffizienz, sowie der Anbau von nachwachsenden Rohstoffen, sorgsamer Umgang mit Ressourcen, Konsumgüter und Nahrungsmitteln wurde diskutiert.

Für die unterstützende und weiterführende thematische Arbeit während des Schulprojektes konnten Impulse in den Fächern Kunst, Musik, Religion, Heimat- und Sachkunde, Mathematik und Deutsch gesetzt werden. Dabei konnte Interesse für die Verbindung von Lehrplanthemen mit Bildung für nachhaltige Entwicklung geweckt werden.

### Geförderte BNE – Kompetenzen

Aufgrund der vielfältigen Methoden und des interdisziplinären und partizipativen Ansatzes konnten alle Teilkompetenzen der Gestaltungskompetenz angesprochen werden.

## Zielgruppe

Das Projekt wurde mit Schülerinnen und Schülern durchgeführt, die bereits altersgemäß in der Lage sind, vernetztes Denken umzusetzen. Doch vor allem sollte das Projekt die Schülerinnen und Schüler sensibilisieren, das eigene Konsumverhalten zu reflektieren und Bewusstsein zu schaffen für eine gerechte Welt. Aus diesen Gründen wurden die Alterstufen von 9 – 12 Jahren gewählt.

An dem Projekt nahmen folgende Schulklassen teil:

- 24 Schüler der 3./4. Jahrgangsstufe der Grundschule Weißenburg
- 26 Schüler der 3./4. Jahrgangsstufe der Grundschule Ansbach
- 24 Schüler der 3./4. Jahrgangsstufe der Grundschule Wassertrüdingen
- 21 Schüler der 5./6. Jahrgangsstufe der Volksschule Heidenheim

Die Grundschulen nahmen im Rahmen des Faches Heimat- und Sachunterricht (HSU) an dem Projekt teil.

## Rahmenbedingungen

Teilnehmer	für ca. 25 SchülerInnen pro Klasse geeignet
Zeitraumen	Die Vorbereitungszeit erstreckte sich im Zeitraum von Januar 2009 bis April 2009. Die Umsetzung des Projektes an den Schulen sowie die Nachbereitung erfolgte von Mai 2009 bis Dezember 2009.
Durchführung	6 Module á 90 Minuten
Material	Für das Projekt war keinerlei außergewöhnliches Material erforderlich, da viel mit den Kindern gebastelt oder gekocht wurde. Das benötigte Material war über den Einzelhandel beziehbar. Sehr positiv kam bei den Teilnehmern der Einsatz eines Getreide- sowie eines Energiefahrrads an, das bei anderen Umweltbildungseinrichtungen entliehen wurde. Gelungen war auch das gemeinsame Kochen mit dem selbst gebauten Solarkocher (Bausätze im Internet bestellbar).

## Vorbereitung

konzeptionelle Vorbereitung der Module: 200 Stunden

Vorbereitungsaufwand für die Unterrichtseinheiten:

2-3 Stunden

## Personal

eine umweltpädagogische Fachkraft mit ca. 500 Stunden und fallweise eine Praktikantin

## Literatur/links/Medien

Der Projektbericht „Weizen verheizen?! – Eine energetische Reise um die Welt“ ist an der LBV-Umweltstation Altmühlsee für Multiplikatoren kostenfrei (gegen Übernahme der Portokosten) beziehbar.

## Kontakt

LBV-Umweltstation Altmühlsee

Dagmar Blacha

Schlossstr. 2,

91735 Muhr am See,

d-blacha@lbv.de

www.lbv.de/altmuehlsee

## 2.3.2 Das Klimafrühstück – Wie unser Essen das Klima beeinflusst

Daniela Clerc

### Projektbeschreibung

Frühstücken und Klima schützen? Was hat das miteinander zu tun? Mit dem Projekt „Das Klimafrühstück – Wie unser Essen das Klima beeinflusst“ hat es sich KATE e.V. zur Aufgabe gemacht diesen Zusammenhang Kindern und Jugendlichen näher zu bringen.

### Ablauf

„Das Klimafrühstück“ ist eine altersgerechte Methode, die über das Frühstück einen Einstieg in die komplexe Thematik des Klimawandels ermöglicht. Alltägliche Lebensmittel werden dabei in zwei unterschiedlichen Ausführungen gegenüber gestellt – zum Beispiel Bio-Brot und konventionelles Brot – und so in einen neuen Kontext gestellt, wodurch ein Perspektivenwechsel angeregt wird.

KATE e.V. bietet drei verschiedene, auf die jeweilige Zielgruppe zugeschnittene Module für „Das Klimafrühstück“ an:

#### Modul 1: Kindergarten

Dieses Modul ist im Zuge eines einjährigen Prozesses für Kinder im Alter zwischen 4 und 6 Jahren entwickelt worden und beinhaltet vielfältige altersgerechte Methoden:



vom einfachen Erklären, über gemeinsame Diskussionen und Gespräche bis hin zum aktiven Spielen, Malen, Singen und eigenem Erkunden. Die Kinder entwickeln hierüber ein erstes Gespür für naturwissenschaftliche Phänomene, wie beispielsweise die Wirkungsweise des CO<sub>2</sub>. Sie lernen verschiedene Großregionen der Erde und das dort vorherrschende Klima kennen und verstehen, dass das Klima überall auf der Welt anders ist. Zudem bringen sie in Erfahrung, dass sich das Klima ändert und bekommen eine erste Idee zu Ursachen und Wirkungsweisen. Das Kindergarten-Modul ist ein konkreter Vorschlag, der je nach den Bedürfnissen der Kinder und ErzieherInnen sowie den Gegebenheiten in der Einrichtung gut angepasst werden kann. Zur Durchführung dieses Moduls sind 3 Termine á 40 Minuten vorgesehen.

#### Modul 2: Grundschule

Dieses Modul ist für Kinder im Alter von 8-12 Jahren konzipiert und thematisiert den Zusammenhang Klimawandel und Ernährungsgewohnheiten anhand der Aspekte Anbauart, Saisonalität, Verpackung und tierische Produkte. Neben dem Frühstück stehen hier Kleingruppenarbeit und -präsentationen sowie eine zusammenfassende Erklärung mithilfe von Spielmaterialien methodisch im Vordergrund. Zur Durchführung des Grundschul-Moduls werden 2 x 90 Minuten benötigt.

#### Modul 3: Sekundarstufe I

Im Rahmen eines Stationenlernens setzen sich die Jugendlichen mit den fünf Kriterien Anbauart, Saisonalität, Verpackung, tierische Produkte und Verarbeitungsintensität auseinander. Das Modul hält darüber hinaus weitere spannende, interaktive Materialien bereit, sodass sich die



Jugendlichen Wahlmöglichkeiten bei den Lebensmitteln und auf das Klima bezogene Unterschiede eigenständig erschließen können.

Die TeilnehmerInnen werden dabei begleitet, individuelle Bewertungsgrundlagen zu entwickeln, nach denen sie sich ein zukünftiges Handeln vorstellen können. Mit dem Klimafrühstück werden die Jugendlichen ermutigt, Eigenverantwortung zu übernehmen und sich als aktive TeilnehmerInnen der Gesellschaft zu verstehen. Gemeinsam wird erörtert, dass es eine Vielzahl von Handlungsoptionen gibt, die zum Klimaschutz beitragen: JedeR kann KlimaschützerIn sein!

Das Modul 3 Sekundarstufe I richtet sich insbesondere an Jugendliche im Alter von 13-16 Jahren. Für dieses Modul des Klimafrühstücks werden 5 x 45 Minuten benötigt, die in der Regel zusammenhängend durchgeführt werden.

### Zielsetzung

Alltägliche Lebensmittel werden in einen neuen Kontext gestellt, wodurch ein Perspektivwechsel angeregt wird. Die Kinder und Jugendlichen erkennen Wahlmöglichkeiten beim Lebensmittelkauf und erarbeiten sich individuell eine Bewertungsgrundlage, nach der sie sich ein zukünftiges Handeln vorstellen können. Dabei lernen die Kinder und Jugendlichen ihre eigene Rolle als KonsumentIn innerhalb eines globalen Marktes zu reflektieren und entdecken Möglichkeiten zur Übernahme von Eigenverantwortung. Mit dem Klimafrühstück werden die Kinder und Jugendlichen ermutigt, sich als aktive TeilnehmerInnen der Gesellschaft zu verstehen. Gemeinsam wird erörtert, dass es eine Vielzahl von Handlungsoptionen gibt, die zum Klimaschutz beitragen: JedeR kann mit seinem Essen KlimaschützerIn sein!

### Geförderte BNE – Kompetenzen

Mit dem Klimafrühstück werden insbesondere folgende Kompetenzen gefördert:

- An Entscheidungsprozessen partizipieren können
- Interdisziplinär Erkenntnisse gewinnen und handeln
- Weltoffen und neue Perspektiven integrierend Wissen aufbauen
- Vorausschauend denken und handeln
- Sich motivieren können, aktiv zu werden
- Die eigenen Leitbilder und die anderer reflektieren können
- Selbstständig planen und handeln können
- Empathie und Solidarität für Benachteiligte zeigen können
- Andere motivieren können, aktiv zu werden

### Zielgruppe

„Das Klimafrühstück“ wurde für drei Altersgruppen entwickelt:

- Modul 1: Kindergarten – für Kinder im Alter von 4-6 Jahren.
- Modul 2: Grundschule – für Kinder der Jahrgangsstufen 3-6.
- Modul 3: Sekundarstufe I – für Jugendliche der Jahrgangsstufen 7-10.

### Rahmenbedingungen

Teilnehmer	minimal: 8, optimal: 16 (KiGa 12), maximal: 30 (KiGa 18)
Zeitraumen	Kindergarten: 3 x 40 Min. Grundschule: 2 x 90 Min. Sekundarstufe I: 5 x 45 Min.
Material	der dazugehörige Klimakoffer beinhaltet alles (jeweils) benötigte Material.
Technik	Kindergarten, Grundschule: keine Sekundarstufe I: Beamer, 1-2 Notebooks
Vorbereitung	ca. eine Stunde Bevor das Klimafrühstück beginnt, sollte der Raum gestaltet werden (z.B. Gruppentische stellen für Modul 2 + 3), außerdem muss das Frühstücksbuffet vorbereitet werden.
Personal	KATE e.V. führt das Klimafrühstück in Kindergärten mit einer/einem und in der Schule mit zwei ReferentInnen durch.

### Literatur/links/Medien

Broschüre: Das Klimafrühstück – Wie unser Essen das Klima beeinflusst (2006), Berlin

Leitfaden Grundschule, Leitfaden Sekundarstufe I. (erhältlich bei KATE e.V., Berlin)

Video [http://www.prenzlauerberg-nachrichten.de/alltag/\\_/klimafruehstueck-erklart-kindern-das-klima-3011.html](http://www.prenzlauerberg-nachrichten.de/alltag/_/klimafruehstueck-erklart-kindern-das-klima-3011.html)

### Kontakt

KATE – Kontaktstelle für Umwelt und Entwicklung e.V.  
Daniela Clerc  
Greifswalder Straße 4  
10405 Berlin  
[klimafruehstueck@kateberlin.de](mailto:klimafruehstueck@kateberlin.de)  
[www.kate-berlin.de](http://www.kate-berlin.de)

## 2.3.3 Klimabewusste Ernährung mit Grundschulkindern

Jürgen Kretschmer

### Projektbeschreibung

Kinder im Grundschulalter erfahren die Zusammenhänge zwischen dem täglichen Essen und dem Klimawandel. Das Projekt beinhaltet eine thematische Einführung in der Schule, anschließend einen Aktionstag auf einem Bauernhof und zuletzt einen Memory-Tag in der Klasse. Die Kinder eignen sich die wesentlichen Inhalte eines klimabewussten Ernährungsstils an und entwickeln ihr individuelles Klimaziel beim Essen.

### Ablauf

Am Beginn steht die Kontaktaufnahme und die Gewinnung der Grundschulklassen. Ein Elternabend in den beteiligten Klassen schließt sich an. Das Projekt und die wesentlichen Inhalte zu Ernährung und Klimaschutz werden den Eltern vorgestellt. Der Einbezug der Eltern dient einerseits der Transparenz des Projekts und führt andererseits zur Unterstützung durch die Familien.



In der Einführungsstunde in der Klasse werden altersgerecht und spielerisch die Grundlagen zu Klima, Klimawandel und deren Ursachen vermittelt. Essenz dieser Stunde: „was wir essen hat einen Einfluss auf das Klima“. Die Gründe dafür liegen in der Lebensmittelauswahl und in den Produktionsmethoden der Lebensmittel. So folgt unserer Einführung ein Aktionstag auf einem Bauernhof. Hier erfahren die Kinder auf vielfältige Art und Weise das Leben und Arbeiten in der Landwirtschaft. Sie werden selbst tätig, zum Beispiel im Ansäen von Getreide oder Kresse, im Entmisten des Stalls, beim Füttern der Kühe oder beim Reinigen von Obst und Gemüse, und dem Zubereiten und Essen einer gemeinsamen Mahlzeit. Am Ende des Besuchs erhält die Klasse ein Erinnerungsmerkmal (zum Beispiel Kressesamen), das beim Memory-Tag die Erinnerung an die Erlebnisse auf dem Bauernhof erleichtert.

Etwa vier Wochen später gibt es einen Abschluss-/Memory-Tag in der Klasse, an dem das Thema Ernährung und Klimawandel vor dem gemeinsam erlebten Hintergrund der Eindrücke auf dem Bauernhof erinnert und reflektiert wird. Mit diesem „Erfahrungs-Rucksack“ eignen sich die Kinder selbsttätig und ko-konstruktiv begleitet in den vier Themengruppen – tierisch / pflanzlich, bio / konventionell, regional / saisonal, frisch / verarbeitet – die wichtigsten Erkenntnisse einer klimabewussten Ernährung an. Zuletzt gestaltet jedes Kind sein individuelles Klima-Ernährungsziel als Stütze für einen veränderten alltäglichen Ernährungsstil.

### Zielsetzung

Überragendes Ziel ist die Vermittlung der Werte einer nachhaltigen Entwicklung. Zu einer klimabewussten Ernährung kommen wir über vier Teilziele:

- Sensibilisierung und Schaffung von Bewusstsein über den Zusammenhang zwischen dem „täglich Brot“ und dem Geschehen Klimawandel
- Der Förderung von Gestaltungskompetenz für eine klimabewusste Ernährung
- Der Erfahrung der Selbstwirksamkeit bei Veränderungen im Ernährungsstil
- Ausstrahlungseffekte des Projekts über das soziale Umfeld (Eltern und Schule) in die Alltagsbezüge der SchülerInnen

In der inhaltlichen Gestaltung berücksichtigen wir:

- einen ganzheitlicher Bildungsansatz: emotional, kognitiv, aktional. Es gibt interaktive Bewegungsspiele, Rätselspiele und Quiz;
- eine vielgestaltige Sinnesansprache: sehen, spüren, schmecken. Auf dem Bauernhof wird Gemüse eigenhändig geerntet, gewaschen und später gemeinsam gegessen;
- das selbsttätige, entdeckende Lernen: Angeleitete Such- und Bewegungsspiele lassen bei den Kindern das zu vermittelnde Wissen zu etwas selbst Erfahrenen werden.

### Geförderte BNE – Kompetenzen

- Selbstständiges Denken und wertorientiertes Handeln
- Umweltgerechtes Denken und Handeln erkennen, ausprobieren und in ihren Alltagsbezügen umsetzen
- Auseinandersetzung mit dem eigenen Ernährungsstil und seinen Folgen für die Umwelt und Mitwelt
- Übernahme der Verantwortung für das eigenen Handeln (Essen)

### Zielgruppe

Zielgruppe sind Grundschul Kinder – und erweitert: Eltern

### Rahmenbedingungen (pro Klasse)

Teilnehmer	25-27 Kinder
Zeitraumen	Elternabend: 1,5 h Einführungsstunde: 1,5 h (2 Schulstunden) Aktionstag Bauernhof: 5 h (inkl. An- und Abreise) Memorytag: 3 h (4 Schulstunden)
Material	Elternabend: Vortrag zu Ernährung und Klimawandel Einführungsstunde: Moderationskarten, kleines Zelt für Klima und Treibhauseffekt Memorytag: Schreibtischlampe, 2 Gläser + Thermometer für Klimalexperiment, großer Globus-Gymnastikball, Mannschaftsbänder für Treibhausspiel, Moderationskarten, Plakate, Scheren, Klebstoff, Magnetpinns, Filzstifte, verschiedene Lebensmittel als Anschauungsobjekte.
Technik	Laptop, Beamer, Ballpumpe
Vorbereitung	42 Stunden pro Klasse inkl. Konzepterstellung

Vorbereitung

Einarbeitung ins Thema Klimawandel und Ernährung  
Kontaktaufnahme und Absprache mit Kooperationspartnern (Schulen und Bauernhof)  
Konzeption und inhaltliche Gestaltung des Elternabends, Aktionstages und des Memory-Tages  
Vorbereiten der Module, wie Besorgen der Materialien, Beschriften der Plakate, Organisation des Transfers zum Bauernhof

Personal

Projektleitung 20 h/ Woche  
PädagogIn 20 h /Woche

### Literatur/links/Medien

Buggisch, C. und W. (2008): Was ist Was? Band 125 Klima, Nürnberg  
Laux (2009): Sonne, Wind & Wasserkraft, Münster  
Balz, Blekker, Demrovski und Keller (2009): Das Klimakochbuch: Klimafreundlich einkaufen, kochen und genießen, Stuttgart  
v. Kober/Kretschmer (2007): Bewusst Essen – Klima schützen, UGB-Forum Heft 5, 2007, S. 214-217  
[www.verbraucherfuersklima.de](http://www.verbraucherfuersklima.de) (Klimakampagne des vzbv)  
Klimagericht (2010): Kurzfilm, Germanwatch und Brot für die Welt

### Kontakt

VerbraucherService Bayern im KDFB e. V.  
Jürgen Kretschmer  
Dachauer Str. 5  
80335 München  
[info@verbraucherservice-bayern.de](mailto:info@verbraucherservice-bayern.de)  
[www.verbraucherservice-bayern.de](http://www.verbraucherservice-bayern.de)

## 2.4 Ernährung global

### 2.4.1 Das globale Huhn – ein Planspiel über Ernährungsstile, Produktionsweisen und Gerechtigkeit

Thomas Ködelpeter

#### Projektbeschreibung

Im Planspiel „Das Globale Huhn“ erwerben die TeilnehmerInnen durch zwei miteinander verschränkte Praxissituationen in Deutschland und Kamerun realistische, praxisbezogene Einblicke in den Zusammenhang zwischen Ernährungsstilen in Deutschland, Produktionsinteressen und deren Auswirkungen auf lokale und globale Lebens- und Arbeitsverhältnisse.

Das Spiel ermöglicht einerseits eigene Entscheidungen zu treffen und die Konsequenzen des Handelns zu erfahren und andererseits in der Auswertung des Spiels, eingenommene Rollen und eigenes Handeln zu reflektieren.

Mit Klippert (2002,20) kann das Planspiel beschrieben werden als „eine relativ offene politische oder ökonomische – sowie ökologische – Problemsituation, die pädagogisch-didaktisch vereinfacht ist und nach einer irgendwie gearbeteten Lösung verlangt“.



#### Ablauf

Das Planspiel zum „Globale Huhn“ gliedert sich in sechs Phasen:

1. Spieleinführung
2. Informations- und Lesephase
3. Meinungsbildung, Interaktion und Strategieplanung
4. Vorbereitung der Spielsituationen
5. Durchführung der Spielsituationen
6. Spielauswertung

In der Einführung wird der Aufbau und Ablauf des Planspiels vorgestellt. Eine Fallstudie schildert den Kontext in knapper Form.

Im Mittelpunkt stehen die vier Spielsituationen:

- |                  |   |
|------------------|---|
| Spielsituation 1 | Ernährungsstile prallen aufeinander   |
| Spielsituation 2 | Verkaufsgespräch in der Metzgerei   |
| Spielsituation 3 | Ein Protestplakat gegen die „Hähnchen des Todes“ (Kamerun) wird entworfen   |
| Spielsituation 4 | Öffentliche Veranstaltung über die geplante Geflügelschlachthanlage und die Chancen der Bauern als Geflügelmastbetriebe |

Das Spiel setzt sich aus 11 Rollen für MitspielerInnen und 2-3 Rollen für BeobachterInnen zusammen.

Eine Sonderrolle hat die Spielleitung. Sie ist verantwortlich für den Rahmen, den Gesamtprozess, ist Zeit- und Regelwächter, vergibt die Rollen, unterstützt und berät die SpielerInnen beim Einnehmen ihrer Rollen, entlässt die SpielerInnen aus ihren Rollen und moderiert die Auswertung.

JedeR Mitspielende erhält:

- eine Rollenkarte
- eine oder zwei Aufgabenkarten
- sowie Hintergrundinformationen“

Die Materialien ermöglichen es, den Kontext der jeweiligen Rolle besser zu verstehen und die Spielaufgabe mit Hintergrundinformationen auszugestalten. Alle Mitspielenden können darüber hinaus ihre Rolle mit eigenen Ideen und Erfahrungen anreichern.

Nehmen mehr als 14 Personen teil, lassen sich einzelne Rollen auch von zwei Personen besetzen.

## Ziele

In dem sich TeilnehmerInnen handelnd auf Entscheidungs- und Konfliktsituationen einlassen, entstehen Erlebnisse und Erfahrungen über die eingenommenen Rollen, über eigene und fremde Interessen, über Machtverhältnisse und über den komplexen Zusammenhang zwischen Ernährung, Geflügelmast und den Auswirkungen des Exports.

TeilnehmerInnen werden motiviert sich mit dem Zusammenhang von Ernährungsstilen, industriell betriebener Geflügelmast und -verarbeitung in Deutschland und kleinbäuerlicher Geflügelmast in Kamerun sowie den Folgen des Exports von Deutschland nicht verwertbarer Hähnchen und Geflügelresten nach Kamerun auseinanderzusetzen.

Das spielerische Einnehmen von und Interagieren in divergenten Rollen ermöglicht „Differenzerfahrungen“ und verknüpft in selbst gestalteter, anschaulicher Weise die soziale, ökologische und ökonomische Entwicklung in Deutschland mit der sozialen, wirtschaftlichen und politischen Situation in Kamerun.

Über diese Erfahrungen hinaus lernen die Teilnehmenden eine Methode kennen, wie sie sich Wissen und neue Erfahrungen spielerisch aneignen können.

## Geförderte BNE-Kompetenzen

Durch das Verhandeln im Vorfeld und das Agieren in den Spielsituationen üben sich die TeilnehmerInnen in Kommunikation und kooperatives Verhalten ein. Im Spiel aufgetretene Kontroversen und Interessenskonflikte sind Themen der reflexiven Auswertungsphase. Das Planspiel fördert die Durchsetzungsfähigkeit, die Bereitschaft zur Toleranz, die

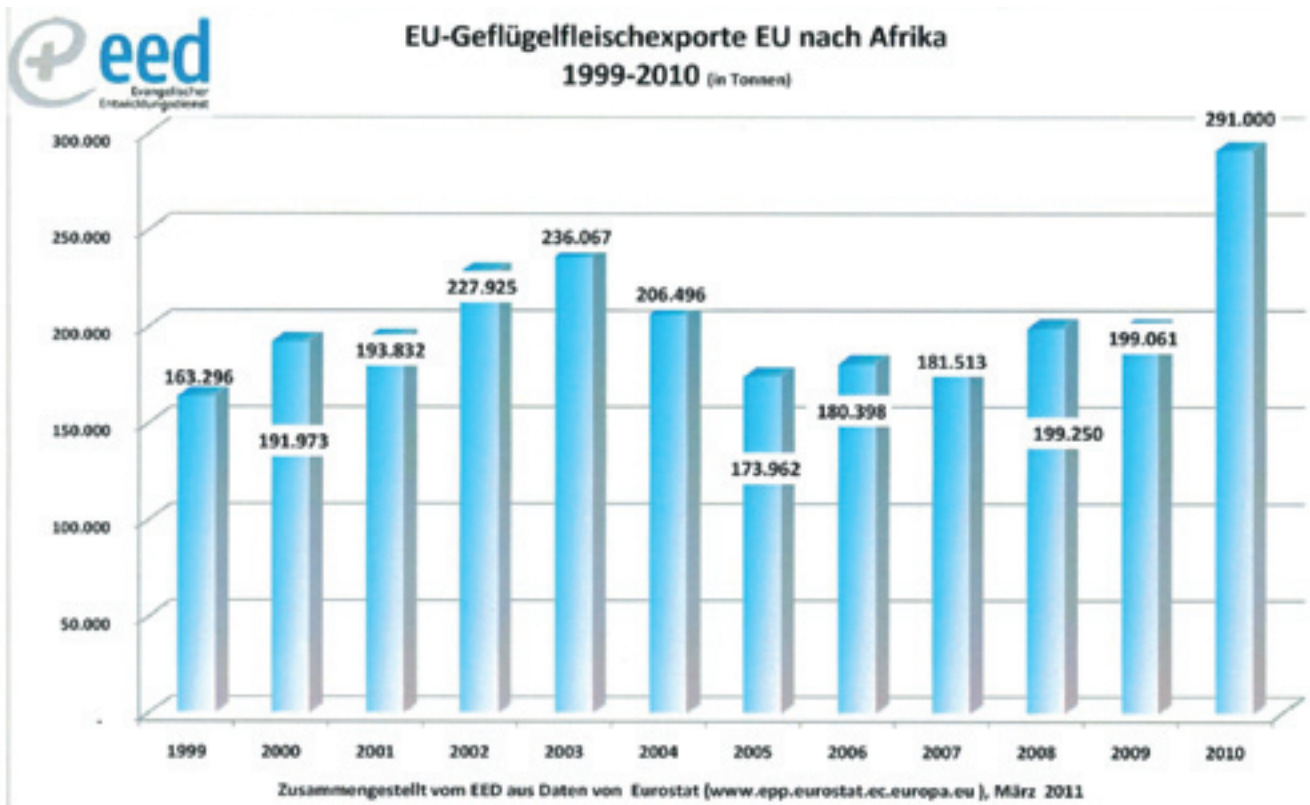


Fähigkeit Kritik zu üben und mit ihr umzugehen und führt ein in systemisches Denken.

Planspiele eignen sich zur Aneignung von Schlüsselkompetenzen. Geweckt wird die Bereitschaft zur Verantwortungsübernahme, die Fähigkeit eigene und fremde Rollen, Interessen und Lebensstile zu erkennen und zu reflektieren sowie die Empathie, das Vermögen sich in Lebensbedingungen anderer Menschen einzufühlen.

## Zielgruppe

Zielgruppen sind SchülerInnen aller Schularten ab der 8.Klasse, Jugendliche, Erwachsene  
Teilnehmergröße: 12-20 Personen



## Rahmenbedingungen

Dem Einsatz des Planspiels sollte eine relative freie Ziel- und Zeitvorgabe zugrunde liegen. Planspiele setzen auf freiwillige, kreative Mitwirkung der Teilnehmenden. Eine Vorgabe inhaltlich zu erreichender Ergebnisse ist für den offenen Charakter des Lernprozesses eher hinderlich.

Für die sechs Phasen sollten mindestens 3 – 4 Zeitstunden zur Verfügung stehen.

Erfahrungen mit Rollenspielen und in der Moderation sind erforderliche Voraussetzungen für die Übernahme der Spielleitung.

Die Spielleitung benötigt für die Vorbereitung unter Verwendung der Planspielunterlagen ca. 1 Tag.





**Der Bayerische Bauernverband  
lädt ein  
zur  
öffentlichen Veranstaltung**

**Die industrielle Geflügelmast -  
eine einmalige Chance für  
Bauern, Verbraucher und die  
Zukunft der Gemeinden**

**am 2. Februar 2011  
20.00 – 22.00 Uhr  
Bürgerbräu, Landshut**

⇒ *Informationen für den Landwirt aus erster Hand*  
**Fritz Wirbel**  
Vertriebsleiter, Rasenhof GmbH

⇒ *Nachfragen und Aussprache*

**Literatur/links/Medien**

Billige Hähnchen. Die Machenschaften der Mäster, Download unter: <http://frontal21.zdf.de/ZDFde/druckansicht/7/0,6911,809341> (Zugriff: 27.10.2010)

keine chicken schicken. Wie Hühnerfleisch aus Europa Kleinbauern in Westafrika ruiniert und eine starke Bürgerbewegung in Kamerun sich erfolgreich wehrt, Evangelischer Entwicklungsdienst e.V. (EED) und ACDIC, 3. Ausgabe Sept. 2010

v.Koerber/Kretschmer/Prinz/Dasch (2009): Globale Nahrungssicherung für eine wachsende Weltbevölkerung – Flächenbedarf und Klimarelevanz sich wandelnder Ernährungsgewohnheiten, Basel

Mari, Buntzel (2007): Das globale Huhn. Hühnerbrust und Chicken Wings – Wer isst den Rest? Frankfurt/Main

Reich (Hg.): Planspiel in: Methodenpool, in URL: <http://methodenpool.uni-koeln.de>

Hühnerwahnsinn (Film) – Wie Europas Exporte Afrika schaden, Marcello Faraggi (Autor), DVD, Bestellung: Evangelisches Zentrum für entwicklungsbezogene Filmarbeit, Stuttgart

**Kontakt**

Ökologische Akademie e.V.  
Thomas Ködelpeter  
Baiernrainer Weg 17  
83623 Dietramszell/Linden  
[oekologische-akademie@gmx.de](mailto:oekologische-akademie@gmx.de)  
[www.oeko-akademie.de](http://www.oeko-akademie.de)

## 2.4.2 Reiseproviant – Essen über den Tellerrand hinaus

Lukas Leander Nikolaisen

### Projektbeschreibung

Reiseproviant – Essen über den Tellerrand ist ein Projekt der Naturfreundejugend Deutschland. Dabei werden Methoden des interkulturellen Lernens und der nachhaltigen Entwicklung in die alltägliche Praxis der Jugendverbandsarbeit integriert.

### Ablauf

Im Rahmen des Projektes „Reiseproviant – Essen über den Tellerrand“ wurden Methoden und Spiele zum Thema Interkulturelles Lernen und Ernährung entwickelt, die in einer Pilotphase im Sommer 2009 von TeamerInnen der Naturfreundejugend erprobt und im weiteren Verlauf mittels MultiplikatorInnenschulungen fest im Verband implementiert wurden.

Die erprobten Methoden wurden schließlich in einem Methodenhandbuch veröffentlicht und verbandsintern wie extern zur Verfügung gestellt. Seit 2010 finden regelmäßig Fortbildungen für TeamerInnen von Jugendfreizeiten der Naturfreundejugend Deutschland (NFJD) unter dem Motto „Kochen für Viele“ statt, wo die Methoden und Materialien des Projektes vermittelt werden.

Zentrales Element des Projektes war die Erstellung der Homepage [www.reiseproviant.info](http://www.reiseproviant.info). Die Seite enthält eine Rezeptdatenbank, mit geeigneten Rezepten aus aller Welt

für große Gruppen, Informationen und Tipps zum Thema Kochen und Ernährung auf Gruppenreisen sowie zum nachhaltigen Konsum und Einkauf von Lebensmitteln.

### Zielsetzung

Ziel des Projektes ist es, Esskultur und Ernährung als Medium für interkulturelles Lernen und nachhaltige Entwicklung auf Kinder- und Jugendreisen und internationalen Jugendbegegnungen aufzubereiten und für pädagogisches Arbeiten nutzbar zu machen. Der Zugang über das alltagsnahe Thema „Ernährung“ soll Kindern und Jugendlichen interkulturelle Erfahrungen und Lernprozesse ermöglichen sowie einen niederschweligen Einstieg in die Auseinandersetzung mit nachhaltigem und bewussten Ernährungsverhalten schaffen. Im Vordergrund steht hierbei eine sinnlich-spielerische Auseinandersetzung, die es ermöglicht das eigene Essverhalten zu reflektieren und kulturelle Unterschiede in der Ernährung genauer zu betrachten.

### Geförderte BNE – Kompetenzen

Durch die entwickelten Methoden und Materialien werden sowohl TeamerInnen als auch TeilnehmerInnen von Kinder- und Jugendreisen und internationalen Begegnungen dazu angeregt, das eigene Essverhalten aus einer anderen Perspektive heraus zu betrachten. Im Blick dieses Perspek-





tivenwechsels stehen ökologische und soziale Fragen von Ernährung, das eigene Essverhalten und die Nahrungsmittelproduktion.

Zusammenhänge zwischen dem eigenen Essverhalten, global ungleich verteilten Ressourcenzugängen und ökologischen Konsequenzen wie Klimawandel, Boden-Erosion und Verwüstung werden thematisiert. Darüber hinaus wird aber auch bewusst gemacht, dass Essen ein kultureller Akt ist, der dazu genutzt werden kann, mehr über die eigene aber auch über die Geschichte und Tradition anderer zu erfahren. Essen wird so für alle Beteiligten zu mehr als der bloßen Einverleibung von Lebensmitteln. Erfahren wird, dass Essen immer auch ökologisch, sozial, ökonomisch und politisch eingebunden ist. Die Teilnehmenden lernen eigenes Handeln zu überdenken und haben Gelegenheit neue Ernährungsstile zu erproben.

### Zielgruppe

Zielgruppe sind Kinder und Jugendliche zwischen 7 und 27 Jahren

### Rahmenbedingungen

Teilnehmer	5 bis 50 Teilnehmer
Zeitraumen	Je nach eingesetzter Methode zwischen 15 Minuten und 1 Tag
Material	Abgesehen vom Reiseproviant-Methodenhandbuch werden je nach eingesetzter Methode recht unterschiedliche Materialien benötigt. Für einige Methoden braucht man nicht mehr als einen Zettel und einen Stift. Für andere Methoden werden frische Lebensmittel, Kochutensilien, Landkarten und vieles mehr benötigt.
Technik	Einige Methoden können nur durchgeführt werden, wenn die Teilnehmenden Zugang zu einem Herd haben. Weitere technische Ausstattungen werden nicht benötigt.
Vorbereitung	Je nach Methode zwischen 15 Minuten und 2 Stunden Von Methode zu Methode unterschiedlich
Personal	Je nach Gruppengröße und eingesetzter Methode sind zwischen 1 und 3 TeamerInnen vorgesehen.

### Literatur/links/Medien

Khalli: Das Reiseproviant Kochbuch, Hrsg. Naturfreundejugend Deutschland (Hrsg.) sowie das dazugehörige Methodenhandbuch. Beide Materialien können über den Shop der Naturfreundejugend online bestellt werden: <http://www.naturfreundejugend.de/shop>

### Kontakt

Naturfreundejugend Deutschlands  
Lukas Leander Nikolaisen  
Warschauerstraße 59 a  
10243 Berlin  
[info@naturfreundejugend.de](mailto:info@naturfreundejugend.de)  
[www.naturfreundejugend.de](http://www.naturfreundejugend.de)  
[www.reiseproviant.info](http://www.reiseproviant.info)

## 2.4.3 Tischlein deck´dich – Die Geschichte der globalen Ernährung

Okka Hübner

### Projektbeschreibung

„Tischlein deck dich – Die Geschichte der globalen Ernährung“ ist ein Schulprojekttag zum globalen Agrarhandel. Wer sind die Gewinner und Verlierer im internationalen Agrarhandel?

Welche Auswirkungen hat die europäische Agrarpolitik auf den globalen Agrarmarkt? Und wie hängt der lokale Konsum mit der globalen Produktion von Lebensmitteln zusammen?

Ein von JANUN Göttingen e.V. konzipierter Schulprojekttag veranschaulicht mit Hilfe der interaktiven Methode des Planspiels die Grundprinzipien des globalen Agrarhandels und die sozialen und ökologischen Folgen der globalen Nahrungsmittelproduktion (Modul1). Im Anschluss an das Planspiel zum Agrarhandel wägen die SchülerInnen mögliche individuelle Handlungsalternativen im Bereich der globalen Landwirtschaft und Ernährung mit Hilfe einer Soziometrie-Diskussion ab (Modul 2) und wagen mit der kreativen Schreibaufgabe „unser Zukunfts Menü für 2050“ (Modul 3) einen Blick in die Zukunft.

### Ablauf

Aufbau (30 Minuten)

Einleitung: Globaler Agrarhandel und Welternährung (10 Minuten)



Modul 1:

- Erklärung der Spielregeln vom Planspiel zum Agrarhandel (20 Minuten)
- Planspiel zum Agrarhandel spielen (90 Minuten)
- Spielauswertung I (30 Minuten)
- Pause
- Spielauswertung II (30 Minuten)

Modul 2:

Soziometrie – Diskussion (30 Minuten)

Modul 3:

Zukunfts Menü für 2030 (30-45 Minuten)

Zusatzmodul:

- Kleingruppenarbeit zu einzelnen Themenbereichen: Saatgut & Gentechnik, ökologische Folgen der industriellen Landwirtschaft, Preisschwankungen für Nahrungsmittel auf dem Weltmarkt, Alternativen und Lösungsansätze (30-45 Minuten)
- Worldcafé mit dem thematischen Fokus auf der GAP (30 Minuten)

### Zielsetzung

Die SchülerInnen erwerben grundlegende Kenntnisse über die globale Nahrungsmittelproduktion und erkennen die komplexen Zusammenhänge zwischen Welthandel, Welternährung, Klimawandel und Landwirtschaft.

Die Funktionsweise des globalen Agrarhandels wird veranschaulicht und die sozialen, ökologischen und ökonomischen Folgen der globalen Landwirtschaft werden deutlich. Auch die Auswirkungen der gemeinsamen Agrarpolitik der EU auf den globalen Agrarhandel und auf die Landwirtschaft in Ländern des Globalen Südens wird nachvollziehbar.

Durch die Methode des Planspiels versetzen sich die SchülerInnen in die verschiedenen Rollen der Akteure des globalen Agrarhandels und agieren aus diesen Rollen heraus. Das Planspiel ermöglicht damit die Perspektivenübernahme. Die Sicht der „Entwicklungsländer“ auf europäische Agrarpolitik ist im Planspiel genauso vertreten, wie die europäische Sichtweise auf den globalen Agrarhandel. Gerade bei der Beurteilung des globalen Agrarhandels und der europäischen Agrarpolitik steht die eigene Standortgebundenheit oft einer global fairen Perspektive im Weg.



## Zielgruppe

Zielgruppen sind Schulklassen ab Jahrgangsstufe 10

## Rahmenbedingungen

Teilnehmer	15 bis 30 Teilnehmer
Zeitraumen	5 Unterrichtsstunden
Material	Reader zum Schulprojekttag und CD mit Materialien
Technik	Beamer, Laptop
Personal	2 TeamerInnen

## Literatur/links/Medien

Die Materialien zu „Tischlein deck dich“ können als CD für 10,-€ bei JANUN Göttingen bestellt werden

## Kontakt

JANUN-Göttingen e.V.  
Okka Hübner  
mail@janun-goettingen.de  
www.janun-goettingen.de

Durch das Nachstellen des globalen Agrarhandels im Klassenzimmer werden die komplexen Zusammenhänge des globalen Agrarmarktes anschaulich und begreifbar. Das abstrakte Thema Weltwirtschaft wird damit für die SchülerInnen konkretisiert und verständlich.

Die Auswirkungen von Agrarsubventionen der EU und USA auf den globalen Agrarhandel werden dargestellt. Ebenso wird gezeigt, wie die Gewinne entlang der Wertschöpfungskette von Nahrungsmitteln verteilt und wie die einzelnen Glieder der Kette, vom Konsumenten bis zum Bauern, miteinander verknüpft sind.

Des Weiteren werden die SchülerInnen aufgefordert, ihre eigenen Konsumgewohnheiten unter Einbezug der ökologischen, ökonomischen und sozialen Folgen der Nahrungsmittelproduktion zu reflektieren und daraus mögliche Handlungsoptionen bzw. einen verantwortlichen Umgang mit Nahrungsmitteln abzuleiten.

## Geförderte BNE – Kompetenzen

Die Module entsprechen inhaltlich dem Orientierungsrahmen für den Lernbereich globale Entwicklung im Rahmen einer Bildung für nachhaltige Entwicklung.

Durch die Methodenauswahl wird handlungsorientiertes und ganzheitliches Lernen gefördert. Durch das Planspiel lernen die SchülerInnen außerdem die Perspektivenübernahme, womit die eigene Standortgebundenheit überwunden und der Weg zu einer global fairen Perspektive aufgezeigt wird.

Inhaltlich steht der Zusammenhang zwischen lokalem Handeln und globalen Folgen im Fokus. Die SchülerInnen sollen ermutigt werden, ihr eigenes Handeln in Bezug auf die globalen Konsequenzen zu analysieren und eventuell zu verändern.

## 2.5 Ernährung mit ausgewählten Zielgruppen

### 2.5.1 Der Mensch ist, was er isst – Ernährungsprojekt mit jungen Erwachsenen im Freiwilligem Sozialem Jahr (FSJ)

Katharina Fichtner

#### Projektbeschreibung

Während eines FSJ Seminars findet ein Projekttag Ernährung statt. Es gibt mehrere Projektgruppen, die verschiedene Themen recherchieren und anschließend im Plenum präsentieren. Zum Ausklang kocht die ganze Gruppe gemeinsam ein nachhaltiges, einfaches, kostengünstiges und gesundes Abendessen.

#### Ablauf

Die Idee für einen Projekttag entstand aus der Beobachtung, dass junge Erwachsene immer weniger selbst kochen und immer mehr Fertigprodukte für das gemeinsame Essen auf den Seminaren zubereiten. Daraus entwickelte sich die Idee, einen Tag lang an verschiedenen Aspekten des Themas „Ernährung“ zu arbeiten.

Unsere Vorüberlegung war,

- nicht zu moralisieren
- in Kleingruppen eine intensive Auseinandersetzung mit dem Thema anzubieten
- einen positiven, stimmungsfördernden Abschluss zu finden.

Seit 2006 findet einmal pro Jahr während der FSJ Seminare ein Projekttag Ernährung statt. Der ideale Zeitpunkt ist das 2. Seminar. Zu diesem Zeitpunkt sind die Teilnehmenden bereits miteinander vertraut und arbeitsfähig für die Projektarbeit.

Der Tag wird folgendermaßen untergliedert:

- kurze Einführung ins Thema mit Erläuterung der Arbeitsgruppen (30 Minuten)
- Arbeit im Projektgruppen (3 – 4 Stunden)
- Plenum: Vorstellung der Ergebnisse mit moderierter Diskussion (1 – 1,5 Stunden)
- gemeinsames Kochen (1,5 Stunden)
- gemeinsames Essen als Projektabschluss

Nach Erläuterung der Kleingruppenthemens und des Materials werden die Gruppen aufgeteilt. Dabei ist uns das Prinzip der Freiwilligkeit wichtig, das für diese Zielgruppe angemessen ist. Es müssen nicht alle Arbeitsgruppen besetzt werden. Die Gruppen müssen auch nicht gleich groß sein, sollten jedoch eine Gruppengröße von nicht mehr als 6 Personen haben.

Die Gruppenthemen sind:

#### Gruppe 1: Umfrage zu Ernährungsgewohnheiten

Aufgabe: Macht eine Umfrage zu den Essgewohnheiten der Menschen in der Nähe des Seminarhauses.

#### Gruppe 2: Ein Joghurt auf Reisen

Aufgabe: Recherchiert, wie viel Kilometer ein Erdbeeryoghurt schon gereist ist, bis er im Supermarktregal steht.





### Gruppe 3: Überlegt ein Gericht für 30 Personen.

Geht zum Supermarkt und berechnet, was das Gericht kostet

- als Fertigprodukt
- mit „echten“ Grundnahrungsmitteln
- mit Bio-Lebensmitteln.

### Gruppe 4: E-Nummern-Analyse

Aufgabe: Analysiert die mitgebrachten Lebensmittel bezüglich ihrer Inhaltsstoffe.

### Gruppe 5: Grenzwertiges Obst und Gemüse

Aufgabe: Überlegt Euch 10 Obst- und Gemüsesorten, die Ihr gern kaufen würdet und prüft anhand der Liste ihre Herkunft und Pestizidbelastung in verschiedenen Supermärkten.

### Gruppe 6: So isst der Mensch

Aufgabe: Sucht aus dem Buch „So isst der Mensch“ fünf Familien unterschiedlicher Länder und stellt anschaulich die Unterschiede gegenüber.

Nach der Aufteilung in Kleingruppen besprechen sich alle Gruppen in eigenen Räumen, sichten das Material, planen ihre Recherchen. Da ein paar Gruppen für ihre Recherchen das Haus verlassen, muss gut geplant werden, um anschließend auch noch Zeit für die Präsentation der Ergebnisse zu haben.

Nach der Recherche-Phase werten die Kleingruppen ihre Ergebnisse aus. Gemeinsam wird eine attraktive Form der Präsentation überlegt: Darstellung auf Plakaten, ein improvisiertes Theaterstück, eine Powerpoint Präsentation oder andere kreative Formen.

Nachmittags kommen alle im Plenum zusammen und stellen ihre Ergebnisse vor. Dabei ist eine gute Moderation wichtig, um eine wirkungsvolle Diskussion in Gang zu setzen, Schlüsse zu ziehen und verschiedenen Meinungen und Erfahrungen Gehör zu verschaffen. Diese Runde dauert 1 – 1,5 Stunden und fordert starke Konzentration. Nach der Plenumsrunde tut eine längere Pause allen gut.

Während der Pause werden auf den Tischen im Speisesaal die eingekauften Lebensmittel dekorativ und nach Rezepten sortiert aufgebaut. Auf jedem Tisch liegt ein Rezept. So gibt es eine Salatgruppe, eine Suppengruppe, Nudel- und Saucengruppe, eine für Gemüsesticks, Dips und

für die Nachspeise. Auch eine Gruppe für Dekoration und Rahmen darf nicht fehlen.

Gemeinsam und mit viel Spaß entsteht in relativ kurzer Zeit ein schmackhaftes, gesundes, preiswertes Essen. Der Speisesaal wird von der Deko-Gruppe schön hergerichtet und so bekommt das Essen und der Ernährungstag einen würdigen Abschluss, der durch den Magen geht.

Da die Teilnehmenden ihre Ergebnisse selbst erarbeiten, wirken diese nicht moralisierend, sondern als Informationen von Gleich zu Gleich. Das gemeinsame Kochen wird als sehr positives Gruppenerlebnis wahrgenommen, das sie in weiteren Seminaren gern wiederholen möchten. Die Rezepte können die Teilnehmer mitnehmen. Da viele der Teilnehmenden gerade dabei sind ihren ersten Haushalt zu gründen, werden die Rezepte gerne als Anregung und als positive Erinnerung zuhause gerne weiter verwendet. In den zwei folgenden gemeinsamen Seminaren des Freiwilligen Sozialen Jahres kommen die erworbenen Kompetenzen immer wieder zum Vorschein.

### Ziele

Kennen lernen von verschiedenen Aspekten von Ernährung, Transport, Ernährungskultur, Inhaltsstoffen. Intensive Auseinandersetzung mit dem Thema durch kleine Projektgruppen. Gemeinsam kochen macht Spaß!

### Geförderte BNE – Kompetenzen

- Vorausschauend denken und handeln
- Interdisziplinäre Erkenntnisse gewinnen und handeln
- Gemeinsam mit anderen planen und handeln
- Die eigenen Leitbilder reflektieren können
- Selbständig planen und handeln

### Zielgruppe

Zielgruppe sind Jugendliche im Freiwilligen Sozialen Jahr und im Freiwilligen Ökologischen Jahr (FÖJ)

### Rahmenbedingungen

Teilnehmer	15 bis 30 Teilnehmer
Zeitrahmen	Ein ganzer Tag inklusive Abendessen
Material	Unterlagen für jede Projektgruppe (siehe Literatur) Moderationsmaterial für die Präsentation Lebensmittel und Rezepte zum Kochen
Technik	Küche mit Ausstattung gegebenenfalls: Laptop/ Beamer für Präsentation Pinwände

Vorbereitungszeit	1 Stunde Inputmaterial vorbereiten 1 – 2 Stunden für Einkauf von Lebensmitteln
Vorbereitung	Vorplanung: Wie kommen die Teilnehmer zu den Supermärkten/ Fußgängerzonen?
Personal:	1 – 2 Personen

### Literatur/links/Medien

- Grimm (2007): *Echt künstlich. Dr. Watson –Handbuch der Lebensmittel-Zusatzstoffe*, Stuttgart – Bad Cannstadt
- Greenpeace (2007): *Essen ohne Pestizide. Einkaufsratgeber und Supermarktvergleich für Obst und Gemüse* (zu beziehen bei: [www.greenpeace.de/pestizide](http://www.greenpeace.de/pestizide))
- Lechner (2004): *Wie man in Deutschland kocht und isst, Die Zeit* 04/2004
- Menzel, D' Aluisio (2005): *So isst der Mensch. Familien in aller Welt zeigen, was sie ernährt*, Hamburg
- Weinbrenner: *Ein Joghurt kommt in Fahrt*  
Download unter: [www.uni.kassel.de/beckebach/files/pdfs/lehre/stoffstromoekonomik/beispiel\\_joghurt.pdf](http://www.uni.kassel.de/beckebach/files/pdfs/lehre/stoffstromoekonomik/beispiel_joghurt.pdf) (Zugriff: 12.3.2012)
- Verbraucherzentrale Hamburg e.V.(2006): *Was bedeuten die E-Nummern?*, Hamburg

### Kontakt

Ökologische Akademie e.V.  
Katharina Fichtner  
Baiernrainer Weg 17  
83623 Dietramszell / Linden  
[oekologische-akademie@gmx.de](mailto:oekologische-akademie@gmx.de)  
[www.oeko-akademie.de](http://www.oeko-akademie.de)

## 2.5.2 Kann man Energie essen? – Schönbrunner Ernährungswoche 2009

Riccarda Schamberger

### Projektbeschreibung

In vier Projekttagen entdecken Menschen mit und ohne Behinderung den Ursprung unserer Nahrungsmittel wieder, lernen staunend was es mit den Zusammenhängen und Wechselwirkungen von Energie, Pflanze, Tier und Mensch auf sich hat. Einbezogen wird die Landwirtschaft, Gärtnerei und Großküche des Franziskuswerks Schönbrunn und das Wissen einer Ernährungsberaterin. Die Journalistengruppe „Tschipps“ begleitete und dokumentierte die Woche.

### Ablauf der Projektwoche

Der menschliche Körper kann als Kraftwerk verstanden werden, weil er bei der Verwertung von Lebensmitteln Energie erzeugt.

Der 1. Tag folgte dem Motto: „Energiezentrale Mensch“. In drei Schritten ging es darum, Lebensmittel zu schmecken und sie nach den Geschmacksrichtungen bitter, salzig, sauer und süß wahrzunehmen; den Weg des Essens in einem begehbaren Verdauungstrakt nachzuspüren und am Ende des Tages die Ernährungspyramide anhand der Ampelfarben Grün, Gelb und Rot kennenzulernen und mit Kärtchen, auf denen Lebensmitteln abgebildet waren, zuordnen zu können.

In „Anders essen – Esskulturen hier und anderswo“ brachte am zweiten Tag eine Bilderschau die Esskulturen von Ecuador (Südamerika), Mali (Afrika) und China näher. Kleidung, Wohnraum, Energieverbrauch und die Essgewohnheiten galt es zu begutachten. Die TeilnehmerInnen schlüpfen in die Haut der Anderen und luden zu exquisiten Gerichten aus der Küche der „besuchten“ Regionen ein.

Besuche in der Landwirtschaft, der Gärtnerei und der Großküche des Franziskuswerks Schönbrunn standen in der „Schnitzel- und Gemüsejagd“ am 3. Tag an.

Die Zutaten für den Festschmaus des vierten und letzten Tages der Projektwoche, Kartoffeln und Äpfel, mussten die Teilnehmer am 3. Tag selbst ernten.



In „Kartoffelrap mit Kräuterdip“, dem Thema des letzten Tages, stand die Kartoffel im Mittelpunkt. Während eine Gruppe vielfältige Kartoffel-Gerichte zubereitete, bereitete sich eine andere kreativ mit Theater, Songs und Tanz auf das Abschlussfest vor und die dritte Gruppe sorgte für die Deko. Krönender Abschluss des abendlichen Festes: die Journalistengruppe „Tschipps“ stellte in Bild und Ton Ablauf und Höhepunkt der Projektwoche vor.

### Zielsetzung der Projektwoche

- Das Thema Energie am Beispiel des eigenen Körpers verstehen lernen
- Ursprung und Wirkung bestimmter Lebensmittel neu entdecken
- Das eigene Verhalten im Umgang mit Nahrungsmitteln reflektieren

- Im integrativen Handeln und Austausch soziale Kompetenz entwickeln
- Bezug zur Alltagssituation herstellen
- Bedingungen und Nebenwirkungen bei der Bereitstellung unterschiedlicher Lebensmittel kritisch prüfen (z.B. Vergleich verschiedener Anbauweisen)
- Die Zusammenarbeit mit der Region zu ökologisch relevanten Themen stärken

### Geförderte Kompetenzen und Fähigkeiten

Viele Bezüge zu den Lebens-Mitteln sind verloren gegangen: Wir sähen nicht mehr und wir ernten nicht mehr. In der projektorientierten Wiederentdeckung des Ursprungs unserer Nahrungsmittel orientieren wir uns an den sieben Leitlinien des Franziskuswerks:

- Heimat haben (zur Wertschätzung für die umgebenden Naturräume beitragen)
- Sich wohl fühlen
- Sich entfalten
- Etwas tun – etwas können (Gelegenheit zur Selbsttätigkeit und Gestaltung geben, durch eigene Aufgaben Verantwortung für die Gemeinschaft übernehmen)
- Ich-sein-dürfen (Raum geben, um neue Erfahrungen zu machen und auszuprobieren)
- Gemeinsam sind wir stark
- Dem Leben Sinn geben

### Zielgruppe

Menschen mit und ohne Behinderung (Kinder, Jugendliche und Erwachsene)

### Rahmenbedingungen

Die TeilnehmerInnen konnten an der gesamten Projektwoche oder nur an einzelnen Tagen teilnehmen. Es nahmen zwischen 25 – 40 Personen teil.

Zeitraumen	Dienstag, 18.8. bis Donnerstag, 20.8.2009, jeweils von 14.00 – 17.30 Uhr, Freitag, 21.8.2009 von 14.00 – 20.00 Uhr
Material	In einem differenzierten Drehbuch wurde die Zeit der einzelnen Schritte, die Aktion, benötigte Materialien, die Aufgaben für das begleitende pädagogische Team, die jeweiligen Orte und die beteiligten Teammitglieder festgelegt.
Vorbereitung	Für die Vorbereitung der Projektwoche wurden 80 Stunden aufgewandt.
Personal	An der Projektwoche beteiligten sich insgesamt 8 ReferentInnen und ehrenamtliche HelferInnen.

### Literatur/links/Medien

Kann man Energie Essen? Schönbrunner Ernährungswoche 2009, Dokumentation von der Journalistengruppe „Tschippis“, Schönbrunn 2009 (Eigendruck)

### Kontakt

Franziskuswerk Schönbrunn  
Riccarda Schamberger  
Leitung, Fachdienst für Freizeit und kulturell Bildung  
riccarda.schamberger@schoenbrunn.de  
www.schoenbrunn.de

## 2.5.3 Mit Kindern pflanzen, einkaufen, kochen und gemeinsam essen

Edeltraud Prokop

Im städtischen Münchner Kinderhaus Felicitas-Füss-Straße wird das Essen täglich frisch zubereitet. Der Speiseplan entspricht den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) und den Vorgaben des Forschungsinstituts für Kinderernährung in Dortmund. Die Küche in unserem Haus ist für alle Mitbewohner ein sehr beliebter Ort. Er hat eine magische Anziehungskraft für alle Kinder, sie schauen neugierig unserem Koch bei der Speisenzubereitung zu, sie stellen viele Fragen und wünschen sich ihre Lieblingspeisen.

Durch die Frischküche werden die Kinder schon sehr früh mit einem guten Ernährungskonzept vertraut gemacht, denn ein gesundes Ernährungsbewusstsein wird schon in der frühen Kindheit geprägt. Kinder erhalten einmal gelernte Essgewohnheiten bis ins späte Erwachsenenalter hinein. Das gilt für gesunde Verhaltensweisen ebenso wie für ungesunde Essgewohnheiten, und gerade diese lassen sich später nur sehr schwer verändern.

Kinder an gesunde Ernährung heranzuführen, beginnt mit dem Kennenlernen der Bestandteile unserer Ernährung. Viele Kinder wissen heute viel zu wenig über die Herkunft und Verarbeitung von Lebensmitteln und nicht immer ist es möglich, Kinder direkt an den Anbau und die Kultur von Gemüse, Kräutern oder Obst heranzuführen. Einfacher ist es da schon, Kinder beim Einkauf stärker einzubeziehen und mit ihnen über das angebotene Sortiment zu sprechen.

### Vom Einkauf zur Salatzubereitung





### Mit Kindern draußen sein

Auf dem Land oder in Stadtrandlagen erhalten Kinder, die sich viel draußen aufhalten, wesentlich leichter und beinahe beiläufig Kenntnis von den Grundlagen unserer Ernährung. Ihnen ist der Anblick von Obstbäumen, Getreide-, Mais- und Kartoffelfeldern nicht fremd.

Außerdem belegen neue Studien gut und eindeutig, dass Kinder, die sich viel bewegen, lern- und leistungsfähiger, fröhlicher und ausgeglichener sind. Sie spüren schneller, was ihr Körper braucht und entwickeln eine Sensibilität hin zu einem gesunden Trink- und Essverhalten.

Mit unserem Konzept der Freilandpädagogik ist der Aufenthalt in den nahe gelegenen Naturräumen wie Feld, Wald und Wiese, für die von uns betreuten Kinder täglich und bei jedem Wetter möglich. Die Kinder können ganzjährig Obstbäume von der Blüte bis zur Apfelernte beobachten, sie verweilen mit großem Interesse an Getreide und Kartoffelfeldern und beobachten auch hier das Wachstum bis zur Ernte. Die Antworten auf ihre Fragen finden die Kinder in ko-konstruktiven Prozessen, die von den Erzieherinnen moderiert und begleitet werden.

Die folgenden Bildbeispiele zeigen, wie Kinder die Kette vom Anbau bis zur Verarbeitung und letztendlich bis zum Genuss der Lebensmittel direkt und aktiv erleben können.

### Vom Kartoffelbeet zur Kartoffelsuppe





## Fazit

Mit diesem Konzept können die Kinder durch direktes Erleben die Grundlagen unserer Ernährung kennen lernen. Sie werden mit dem Anbau und der Kultur von Gemüse, Korn, Kräuter und Obst vertraut gemacht und sie erhalten nachhaltige Impulse für eine gesunde Lebensweise und für ein gesundes Ernährungsbewusstsein.

## Literatur

Die pädagogische Rahmenkonzeption für Kinderkrippen, LH München, Sozialreferat, Jugendamt, Abteilung Kindertagesbetreuung, Neufassung, 2. Aufl., München 2006

## Vom Korn zum Brot



## Kontakt

Städtische Kinderkrippe/Kinderhaus Felicitas-Füss-Str.  
(Konsultationseinrichtung)  
Edeltraud Prokop  
Felicitas-Füss-Str. 14  
81827 München-Trudering  
edeltraud.prokop@muenchen.de



## 2.6 Ernährung in Kooperation mit Schulen

### 2.6.1 Der „Besser-Esser-Pass“ des Umweltbildungszentrums Licherode

Johannes Lutz

#### Projektbeschreibung

Das Licheröder „Besser-Esser-Konzept“ umfasst Fortbildungsveranstaltungen für Schulkollegien, Informationsabende für Eltern, betriebs- und hauswirtschaftliche Beratungsangebote für Schulleitung und Schulküche sowie als Kernstück eine Projektwoche zu den Themen gesunde Ernährung und ökologischer Landbau, mit der die Schulkinder mit einem ganzheitlichen Bildungskonzept auf eine neue Schulverpflegung vorbereitet werden.

#### Ablauf

Aus mehrjähriger Entwicklungsarbeit ist die so genannte „Besser-Esser-Woche“ für Kinder im Alter von 8-12 Jahren entstanden. Sie besteht aus den Einzelelementen Ernährungswerkstatt (Stationsarbeiten), Besuch auf einem ökologisch arbeitenden landwirtschaftlichen Betrieb, Kochaktion und Überreichung des „Besser-Esser-Passes“ mit Stationen zum Ökolandbau.

Die Ernährungswerkstatt ermöglicht den Kindern einen Einstieg ins Thema gesunde Ernährung. Kleingruppen von bis zu vier Kindern durchlaufen insgesamt 8 Stationen zu Aspekten wie Weißmehl/Vollkorn, Schokolade und Energie, Zucker, Apfelsaftgetränke, Roh- und verarbeitete Pro-

dukte. Nach der Auswertung der eigenständig erarbeiteten Ergebnisse haben die Kinder „Ahnung“ von Ernährung im sprichwörtlichen Sinne.

Mit dem zweiten Baustein Hofbesuch erfahren die Schulklassen, wo und wie ihre Nahrungsmittel erzeugt werden. Es handelt sich dabei keineswegs um eine bloße Hofführung. Die Klassen werden in Gruppen unterteilt, und die Kinder helfen mit: zum Beispiel bei der Ernte, beim Häufeln von Kartoffeln oder sie gehen zu den Tieren des Hofes.

Als dritter Baustein folgt die Kochaktion. Dabei werden auch die am Vortag vom Bauernhof mitgebrachten Produkte in Kleingruppen verarbeitet.

Mit der Überreichung des „Besser-Esser-Passes“ wird den Kindern die Mitarbeit an den durchgeführten Aktionen bescheinigt, und es erfolgt nochmal eine Vertiefung in das Wesen des ökologischen Landbaus.

#### Zielsetzung

Der sinnesorientierte Einstieg über Stationsarbeiten soll spielerisch in das Wochenthema einführen, Interesse wecken, Fragestellungen eröffnen und Wissen vermitteln. Der Besuch beim Kooperationspartner Bauernhof bietet die Chance, den Kindern authentische Hintergrundinformati-

onen und konkrete Lebenserfahrungen zu ermöglichen. Beim Herstellen des eigenen Produkts können die Kinder handwerklich und kreativ tätig werden und Stolz über das eigene Tun entwickeln. Die abschließende Überreichung des Passes bedeutet Anerkennung, aber auch Motivation für die weitere Auseinandersetzung mit dem Thema gesunde Ernährung und Ökolandbau. Darüber hinaus bietet die „Besser-Esser-Woche“ eine Menge Hinweise für das eigene Handeln im zukünftigen Alltag.



## Geförderte BNE – Kompetenzen

Im Rahmen der vielseitigen und themenverbindend angelegten „Besser-Esser-Woche“ werden eine große Zahl der nach de Haan angeführten Gestaltungskompetenzen im Sinne der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) gefördert. Für vorausschauendes und interdisziplinäres Denken und Agieren ist die Verbindung von Ernährung und Ökolandbau mit den sich daraus ergebenden Folgeerscheinungen ebenso geeignet wie die Eigenmotivation und die Fähigkeit, andere anregen zu können. Das Zeigen von Empathie und Solidarität hat einen hohen Stellenwert, da es bei BNE letzten Endes auch um Gerechtigkeit und zukünftige Formen des Zusammenlebens geht. Dafür werden die Kinder ermuntert, Risiken und Gefahren verschiedener Wirtschaftsweisen und Handlungen erkennen zu können.



## Zielgruppe

Zielgruppen sind Schulklassen von der 3. bis zur 6. Jahrgangsstufe

## Rahmenbedingungen

Teilnehmer	Von 5 - 30 Teilnehmer mit mindestens 2 festen Betreuern Bei der Hofexkursion kommt die Unterstützung vom Hofpersonal dazu Bei größeren Gruppen sind mehrere Räume und mehr BetreuerInnen nötig
Zeitraumen	4 Vormittage
Material	Stationen Ernährungswerkstatt
Technik	Küchenausstattung
Vorbereitungszeit	Unterschiedlich, je nach Wissen und Können des Betreuungspersonals Sie hängt auch davon ab, ob Erstausrüstungen vorhanden sind oder nicht
Personal	Mindestens 2 BetreuerInnen pro Gruppe, bei der Kochaktion 3-4 BetreuerInnen

## Literatur/links/Medien

Projekt Das Besser-Esser-Konzept, Hessisches Kultusministerium (Hrsg.), ohne Jahr, Wiesbaden

Die Besser-Esser-Woche- ein neues Bildungsangebot zum Thema Gesunde Ernährung. Umweltlernen in Licherode, DVD Laufzeit: 8 min.

## Kontakt

Umweltbildungszentrum Licherode  
Johannes Lutz  
Lindenstr. 14  
36211 Alheim  
oekonetz.licherode@t-online.de

## 2.6.2 Lernort Bauernhof – Nachhaltige Ernährung auf dem Seiml-Hof

Thomas Mitterer

### Projektbeschreibung

Der Seiml-Hof ist ein Lernort-Bauernhof mit landwirtschaftlichem Vollerwerbsbetrieb sowie einem eigenen Gruppenhaus. Er beherbergt Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Die Kinder und Jugendlichen sind in die täglichen Arbeiten auf dem Hof mit eingebunden, helfen bei der Fütterung und Pflege der Tiere (Kühe, Kälber, Hühner) und erhalten einen Einblick in die Haltung von Nutztvieh.

Außerdem bietet der Seiml-Hof verschiedene Umweltbildungsprogramme und -projekte in den Bereichen Umwelt, Ernährung und Landwirtschaft an.

### Ablauf

Die Umweltbildungsprogramme setzen sich aus einem Theorie- und Praxisteil zusammen. Das Wissen wird im Zusammenspiel mit den Teilnehmern erarbeitet. Der Einstieg

in die Thematik erfolgt meist über die persönliche Betroffenheit der Teilnehmer. Zum Beispiel führt die Abfrage der Lieblingspeise zu Beginn des Programms „Vom Korn zum Brot“ schnell zu der Erkenntnis, dass in sehr vielen unserer (Lieblings-) Speisen Getreide enthalten ist. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass es jemanden gibt, der es anbaut. Dies führt dann zu den Fragen: Wie wird das Getreide angebaut? Was braucht das Getreide zum Wachsen, wann kann man es ernten und wie funktioniert das? Die Teilnehmer sind dann aufgefordert, selbst Hand anzulegen. Sie sollen Körner zu Mehl mahlen und den Unterschied zwischen Vollkorn- und Weißmehl erkennen. Informationen über ernährungsphysiologischen Wert gehören auch dazu. Das von den Kindern unter Anleitung gebackene eigene Brot darf im Anschluss gleich verspeist werden.

Die Umweltbildungsprojekte gehen über einen längeren Zeitraum. So wurde im Jahr 2011 das Projekt „Die Hecke





– ein lebendiger Zaun“ mit rund 200 Kindern aus verschiedenen Kindergärten und Schulen durchgeführt. Die Kinder und Jugendlichen legten von Februar bis Oktober einen Umweltbildungsgarten an. In der Folge pflanzten, ernteten und verarbeiteten sie die Heckenfrüchte. Das Projekt wurde von der UNESCO als UN-Dekade ausgezeichnet. 2012 startet das Projekt „Nachhaltige Ernährung is(s)t geschmackvolles Essen – Gutes vom Bauernhof“.

### Zielsetzung

Mit den Erlebnissen auf dem Hof, durch die Erfahrungen in den Bildungsangeboten wächst das Interesse der Teilnehmenden an der Art der Landwirtschaft und an regionalen Wirtschaftskreisläufen. Lebensmittel können in ihrem „Lebens-Wert“ erkannt, das Verständnis für den achtsamen Umgang mit der Natur und den Erhalt der Ressourcen geweckt werden.

Auf dem Seiml-Hof gemachte Erfahrungen, das Wissen über gesunde Lebensmittel und praktische landwirtschaftliche Kompetenzen können die Kinder und Jugendlichen auf ihren eigenen Alltag übertragen. Sie erkennen, dass sie als Verbraucher mitentscheiden, wie und welche Lebensmittel produziert, ob Ressourcen und die Qualität der Böden dauerhaft erhalten werden.

### Geförderte BNE-Kompetenzen

Die teilnehmenden Kinder und Jugendliche werden unterstützt Kompetenzen wie Kompromissfähigkeit, Toleranz, Reflexionsvermögen, Eigeninitiative sowie weitsichtiges Denken zu erwerben und zu festigen. Das Zusammenstellen einer Mahlzeit für eine Kuh, das Sammeln und Verarbeiten von Äpfeln oder die selbst organisierte Arbeit mit den Tieren im Stall fördert die Teambildung und die Fähigkeit auf seine Mitmenschen einzugehen, sich ihre Ideen anzuhören, eigene Vorschläge zu entwickeln und sich im Sinne gemeinsamer Lösungen zu verständigen.

### Zielgruppe

- Schulklassen und Kindergartengruppe
- Familien (Eltern mit Kindern, Großeltern mit Enkeln)
- Kinder- und Jugendgruppen
- Erwachsene
- Vereinsgruppen
- Touristen

### Rahmenbedingungen

Teilnehmerzahl	10 bis 15 Teilnehmer pro Programm
Zeitraumen	für einen Aufenthalt Zwei bis sieben Tage für ein Programm ca. 2,5 Stunden

### Kontakt

Seiml-Hof  
Thomas Mitterer  
Ilzham 17  
83119 Obing  
info@seiml-hof.de  
www.seiml-hof.de

## 2.6.3 McMöhre – mit dem Pausenladen fürs Leben lernen

Birgit Eschenlohr

### Projektbeschreibung

Das Projekt „McMöhre - Die PowerPause“ wird seit Dezember 2007 als eigenständiges Projekt in Baden-Württemberg durchgeführt. Die Schülerfirmen, die während des Projekts gegründet werden, sind langfristige, unabhängige Einrichtungen, die durch ihr Angebot einer Verstärkung des Angebots einer gesunden, nachhaltigen Ernährung an den jeweiligen Schulen beitragen.

### Ablauf

Um die Hürden für die Einrichtung einer Schülerfirma seitens der Schule so gering wie möglich zu halten, werden die Schulen von den ersten Überlegungen bis zum tatsächlichen Betrieb intensiv und persönlich durch die BUND-Projektstelle und in einigen Gebieten zusätzlich durch McMöhre RegionalberaterInnen betreut. In Gesprächen mit den verantwortlichen und handelnden Personen (Schulleitung, LehrerInnen, ElternvertreterInnen, SchülerInnen) werden die Möglichkeiten einer McMöhre-Schülerfirma aufgezeigt, organisatorische und rechtliche Hilfestellungen gegeben.

Durch die Vermittlung von Kontakten, insbesondere durch BUND-Aktive vor Ort, binden wir die Schülerfirma

in die lokalen Netzwerke ein. Auf diese Weise entstehen direkte Beziehungen zu den Erzeugern der verkauften Lebensmittel, aus denen zum Beispiel Besuche beim Biobäcker oder dem Biolandwirt hervorgehen.

Den Schulen erhalten unterstützende Materialien für die Einrichtung der Schülerfirma.

Sie enthalten aber auch weitergehende Informationen zur gesunden, nachhaltigen Ernährung. Neben der direkten Arbeit in den Schülerfirmen tragen Vernetzungstreffen dazu bei, den Austausch zwischen den beteiligten SchülerInnen zu fördern. Mit dem Einbezug von „Europaminiköchen“ gelingt es positive Bezüge zur gesunden Ernährung herzustellen.

Momentan bestehen 11 Schülerfirmen, fünf befinden sich in der Gründungsphase und vier weitere haben Beratungsinteressen angemeldet.

### Zielsetzung

Ziel des Projekts ist es, an weiterführenden Schulen in Baden-Württemberg -insbesondere an Haupt- und Realschulen - Schülerfirmen zu initiieren, die eigenverantwortlich den Pausenladen übernehmen und eine nachhaltige und attraktive Pausenvesper anbieten. Damit richtet sich das





Projekt an eine Zielgruppe, die bislang noch wenig im Fokus nachhaltiger Ernährungsinitiativen liegt. Die SchülerInnen können durch partizipatives Lernen Gestaltungskompetenzen entwickeln und haben die Chance, Verantwortung zu übernehmen. Innovativ und undogmatisch begeistern wir Jugendliche für eine nachhaltige Ernährung.

Die Schülerfirma vor Ort bietet sich hervorragend als Kristallisationspunkt an, um weitere Aktivitäten und Kontakte zu regionalen Einrichtungen und Unternehmen aufzubauen und die Schülerfirma in lokale Netzwerke einzubinden. Zu den Zielen des Projekts zählt auch die Förderung ehrenamtlichen Engagements, beispielsweise von Eltern oder BUND-Aktiven, zugunsten der Schülerfirma.

Durch die Arbeit in der Schülerfirma entstehen Anreize und Anlässe, Aspekte von Nachhaltigkeit, wie die öko-logische und regionale Landwirtschaft, nachhaltiges Wirtschaften, fairer Handel und gesunde Ernährung zu vertiefen und erfahrbar zu machen.

### Geförderte BNE –Kompetenzen

Gefördert werden folgende Kompetenzen

- Vorausschauendes, vernetztes Denken
- Die Fähigkeit, sich Ziele zu setzen, die umgesetzt werden
- Der Aufbau und die Pflege von Team-geist
- Die Förderung von Kooperations- und Kritikfähigkeit
- Die Fähigkeit zur Reflexion bislang typischer Handlungsweisen (Ernährung mit Fastfood) und Einstellungen (nicht-nachhaltige Lebensweise)

### Zielgruppe

Zielgruppen sind weiterführende Schulen in Baden-Württemberg ab der 7. Klasse

### Rahmenbedingungen

Es braucht einige engagierte Lehrkräfte und einen Rektor oder Rektorin, die hinter dem Projekt stehen. Eine Lehrkü-

che ist vorteilhaft. Wir haben aber auch schon andere Lösungen gefunden. Nur durch die finanzielle Unterstützung durch die SWR Herzessache, die Schwenninger Krankenkasse und durch die Sparkasse Schwarzwald - Baar kann die Schule vor Ort beraten, unterstützt und mit einem Gründungszuschuss in der anspruchsvollen Gründungsphase gefördert werden.

### Literatur/links/Medien

McMöhre Handbuch (über Birgit Eschenlohr- siehe Kontaktadresse)

[www.mcmoehre-bawue.de](http://www.mcmoehre-bawue.de)

### Kontakt

BUND für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND)  
Landesverband Baden-Württemberg e.V.

Birgit Eschenlohr, Projektleiterin

Marienstr. 28

70178 Stuttgart

[birgit.eschenlohr@bund.net](mailto:birgit.eschenlohr@bund.net)

## 2.6.4 Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern

Cornelia Rauscher

### Projektbeschreibung

Mit der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern sollen Voraussetzungen für eine gesundheitsförderliche Schulverpflegung geschaffen und vorhandene Strukturen verbessert werden. Nach den Grundanforderungen von „INFORM - Nationaler Aktionsplan zur Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängende Krankheiten“ des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz geht es konkret um die Umsetzung des Qualitätsstandards für die Schulverpflegung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE), den Aufbau und die Verstärkung der Beratung zur Schulverpflegung sowie die Vernetzung der Schulen und weiterer Akteure. Damit sollen übergeordnete und dauerhafte Strukturen, die eine gesunde und nachhaltige Ernährung der Kinder und Jugendlichen unterstützen, etabliert werden.

### Angebote

Allgemein bildende und berufliche Schulen unterstützt die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern mit folgendem Angebot:

- **Internetportal [www.schulverpflegung.bayern.de](http://www.schulverpflegung.bayern.de)**  
Die Internetseite der Vernetzungsstelle bietet neben aktuellen Terminen und Veranstaltungen auch Materialien für die Praxis (Checklisten, Musterspeisepläne etc.) sowie

Fachinformationen zur Schulverpflegung, darunter auch die Themen einer nachhaltigen Ernährung bzw. Verpflegung.

- **Online-Hilfen**

Eine der Online-Hilfen ist der sog. „Leistungsverzeichnis-Generator“, der die Möglichkeit bietet, schnell und unkompliziert ein Leistungsverzeichnis auf der Grundlage des Qualitätsstandards für die Schulverpflegung der DGE zu erstellen.

- **Modellprojekt „Coaching in der Schulverpflegung“**

Bei dem Projekt werden ausgewählte Schulen ein Schuljahr lang von ausgebildeten Coaches begleitet, um die Verpflegung vor Ort gesundheitsförderlicher, akzeptierter und bezahlbarer zu gestalten, ganz nach dem Motto „individuelles Coaching führt zu kreativen Lösungswegen“

- **Landesweite und regionale Tagungen**

Jährlich wird auf Landes- und Regierungsbezirksebene eine Fachtagung für die Verantwortlichen in der Schulverpflegung angeboten.

- **„RegioTreff“**

Der RegioTreff ist eine Plattform zum regionalen Erfahrungsaustausch, in der sich Verantwortliche und Multiplikatoren wie Schulleitungen, Lehrer, Anbieter, Träger, Elternvertreter, Coaches regelmäßig treffen. Die RegioTreffs finden in der Regel vor Ort in Schulen statt, wodurch es auch möglich ist, die Schulküche und -mensa zu besichtigen, was von allen Teilnehmern sehr geschätzt wird.

- **Förderprogramm Schülerunternehmen**

- **„Essen was uns schmeckt“**

Ziel des Projekts Schülerunternehmen „Essen was uns schmeckt“ ist die Unterstützung von Schulen mit Klassen von 7 bis 13 mit bis zu 4.500 €, wenn sie ein Schülercafé aufbauen oder erweitern, um dort regelmäßig eine gesundheitsförderliche Verpflegung anzubieten.



### • EU-Schulfrucht- und Schulmilchprogramm

Beim Schulfruchtprogramm können Grundschulen mit saisonalem und regionalem Obst und Gemüse einmal pro Woche kostenlos beliefert werden. Durch die Schulmilchbeihilfe sollen Kindertageseinrichtungen und Schulen finanziell unterstützt werden, damit Kinder mit Milch und Milchprodukten gut versorgt werden. Beide Programme dienen dazu, gesündere Ess- und Ernährungsgewohnheiten zu fördern und das Wissen im Bereich Ernährung zu steigern. Die regionalen Vernetzungsstellen sind Ansprechpartner für die beiden in Bayern durchgeführten EU-Förderprojekte.

### • Tag der Schulverpflegung

Im Oktober findet seit 2011 der „Tag der Schulverpflegung“ statt, bei dem Schulen ihre Pausen- und Mittagsverpflegung auf vielfältige Art und Weise erlebbar machen können. 110 Schulen haben im Jahr 2011 daran teilgenommen und so ihren Schülerinnen und Schülern eine gesundheitsförderliche Ernährung praxisnah an ihrer Schule nähergebracht. 2012 steht der Tag der Schulverpflegung unter dem Schwerpunkt der nachhaltigen Ernährung.

### • Forum Schulverpflegung – Sachaufwandsträger unter sich

Das Angebot richtet sich ganz exklusiv an die bayerischen Sachaufwandsträger und bietet diesen eine zweimal jährlich stattfindende Plattform, sich zum Thema „Schulverpflegung“ zu informieren und auszutauschen.

## Zielsetzung

Ziel der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern ist es, Schulen bei der Entwicklung und Qualitätsverbesserung von Schulverpflegung so zu unterstützen und zu motivieren, dass sie eine gesundheitsförderliche, schmackhafte, akzeptierte und bezahlbare Verpflegung anbieten können. Darüber hinaus sollen Schülerinnen und Schülern einen verantwortungsvollen und nachhaltigen Ernährungsstil erwerben.

## Zielgruppen

Die Zielgruppen sind Verantwortliche für die Schulverpflegung in Bayern:

- Schulleiter
- Lehrer
- Schulträger
- Eltern
- Schüler
- Anbieter
- Multiplikatoren
- Schulverpflegungs-Coachs.

## Rahmenbedingungen

Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern startete im Oktober 2008. Das Projekt läuft vorerst fünf Jahre bis 2013. Finanziert wird die Vernetzungsstelle vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz und dem Bayerischen Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten.

Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern hat ihren Sitz zentral am Bayerischen Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten und dezentral in allen bayerischen Regierungsbezirken (aufgrund der Schuldichte in Oberbayern gibt es dort zwei Anlaufstellen). Die sogenannten regionalen Vernetzungsstellen sind Ansprechpartner für den Regierungsbezirk und haben ihren Sitz an acht Ämtern für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten in Fürstfeldbruck, Ebersberg, Landshut, Regensburg, Bayreuth, Fürth, Würzburg, Augsburg.

### Literatur/links/Medien

Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern: [www.schulverpflegung.bayern.de](http://www.schulverpflegung.bayern.de)

Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (Hrsg.) (2009): Qualitätsstandard für die Schulverpflegung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V., Bonn

[www.schuleplusessen.de](http://www.schuleplusessen.de)

### Kontakt

Vernetzungsstelle Schulverpflegung Bayern

Bayerisches Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

Dr. Cornelia Rauscher

Ludwigstraße 2

80539 München

[schulverpflegung@stmelf.bayern.de](mailto:schulverpflegung@stmelf.bayern.de)

[www.schulverpflegung.bayern.de](http://www.schulverpflegung.bayern.de)

ISBN 978-3-00-038096-9