

**Bezeichnung:**

Mein Essen – unser Klima

**Zielstellung:**

Die Teilnehmer/-innen kennen durch den Problemaufriss „Essen und Klima“ grundlegende Zusammenhänge zwischen Ernährung und Nachhaltigkeit und haben diese auch kontrovers diskutiert. Die Teilnehmer/-innen wissen durch die Veranstaltung mehr über regionale Angebote einer nachhaltigen Ernährung und haben sich mit regionalen Warenkörben beschäftigt. Durch das gemeinsame Herstellen nachhaltiger Gerichte ist die Machbarkeit einer Umstellung beispielhaft erprobt.

**Veranstaltungsform:**

Workshop mit Aktionslernen

**Zeitlicher Umfang:**

3 Stunden

**Ablauf:**

	<b>Inhalte</b>	<b>Methoden</b>
<b>Auftakt Problemaufriss</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dozent 1 beschreibt anhand der Herstellung/Transportwegs eines Joghurts, die Problematik nachhaltiger Produkte</li><li>• Die Teilnehmer*innen diskutieren die Themen kontrovers</li><li>• Anregungen, was der Verbraucher bei seinem Konsumverhalten berücksichtigen sollte</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Input und Diskussion</li></ul>
<b>Der Zusammenhang zwischen Ernährung und Nachhaltigkeit</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Input Fleischproduktion und Auswirkungen auf das Klima</li><li>• Alternativen, Komplexität des Themas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Erarbeiten am Flipchart</li><li>• Diskussion</li></ul>
<b>Vorstellen eines regionalen Warenkorbs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vorstellen eines Warenkorbs (Einkauf), in dem alle Produkte aus der Region oder Bioprodukte sind</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gesprächsrunde</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorstellen der Erzeuger, Läden und Preise und Zugang zu diesen Anbietern</li> </ul>	
<b>Gruppenbildung und gemeinsames Kochen von nachhaltigen Gerichten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufteilung des Warenkorbes und der verschiedenen Gerichte</li> <li>• Vorbereiten und Zubereitung in Gruppen und gemeinsame Arbeit in der Küche</li> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Übung</li> <li>• Experiment</li> </ul>
<b>Präsentation Essen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein aus 4 verschiedenen Gerichten bestehendes Essen wird getestet und verglichen mit herkömmlichen Zutaten oder Rezepturen</li> <li>• Verteilen der Rezepte, Verweis auf websites und Literatur zum nachhaltigen Kochen</li> </ul>	