



**Ausschreibungstext für
Schule des Essens-Fortbildung
für Pädagog*innen
im Rahmen des Projektes
«Besser essen,
schlau konsumieren»
des Klimabündnis OÖ**

Kontakt:

Dr.ⁱⁿ Theres Rathmanner
Projektleitung Schule des Essens
hallo@schuledesessens.at

16. Mai 2024

© Schule des Essens

Die Rechte am Konzept, an Namen und Bildern insbesondere das Recht auf eigene Verwendung, Verarbeitung, Bearbeitung, Vervielfältigung, Verbreitung bleiben vorbehalten. Die Urheber- und Werknutzungsrechte (Copyright) liegen bei Theres Rathmanner und FiBL Österreich. Das *Schule des Essens*-Logo ist gemäß Markenschutzgesetz als Wort-Bild-Marke unter der Nummer 293112 beim Österreichischen Patentamt registriert.

Fortbildung für Pädagog*innen: Zwei Tage *Schule des Essens* in Theorie und Praxis

Termin

Voraussichtlich:

Do, 10. 4. 2025: 10:00–18:00 Uhr (inkl. Pausen)

Fr, 11. 4. 2025: 9:00–17:00 (inkl. Pausen)

Ort

Voraussichtlich:

Wissensturm, Kärntnerstraße 26, 4020 Linz

Ziel der Fortbildung

Ausbildung von Pädagog*innen zur selbstständigen Durchführung des ernährungsökologischen Bildungsprogramms *Schule des Essens*.

Teilnahmevoraussetzungen

Diese Fortbildung wendet sich grundsätzlich an Pädagog*innen, die sich zutrauen, künftig *Schule des Essens*-Einheiten in ihren Unterricht zu integrieren. Die Zielgruppe sind idealerweise Schüler*innen der **3./4. Volksschule bis 1./2. Mittelstufe**, die Aktivitäten lassen sich aber auch für jüngere oder ältere Kinder/Jugendliche und für Erwachsene adaptieren.

Interesse und eine gewissen Vorinformiertheit in Sachen Ernährung, Kochkenntnisse (wichtig!), Freude am Kochen und Essen sind nötig.

Vor der Teilnahme an der Fortbildung ist eine Registrierung auf www.schuledesessens.at/registrierung/ nötig.

Max. 12 Teilnehmer*innen

Unser Service für Sie

Fortbildung auf Basis der *Schule-des-Essens*-Unterlagen, das sind das Pädagog*innen-Handbuch und die zusätzlichen Workshopanleitungen.

Alle Teilnehmer*innen der SdE-Fortbildung erhalten ein persönliches Exemplar dieser **SdE-Unterlagen** und eine Lizenz, sie für SdE-Workshops (schulisch oder außerschulisch) zu verwenden.

Darüber hinaus bekommen sie zeitlich uneingeschränkten **Zugang zum passwortgeschützten Multiplikator*innen-Bereich** auf der **SdE-Website**.

Inhalte der Fortbildung (Änderungen bzw. Aktualisierungen vorbehalten)

1. **Vorstellen der Veranstalter*innen:** Klimabündnis OÖ, Bio Austria und PH OÖ
2. **Vorstellung der Schule des Essens:** Das Konzept Ernährungsökologie/Nachhaltige Ernährung als inhaltliche Basis, das pädagogische Konzept, Dos & Don'ts für die Umsetzung
3. **Vorstellen der *Schule des Essens*-Unterlagen:**
 - **SdE-Pädagog*innen-Handbuch** (15 Einheiten, für den Einsatz in der Schule, 3./4. VS oder 1./2. NMS/AHS)
 - **SdE-Workshop-Anleitungen** (14 Einheiten, auch für außerschulischen Einsatz geeignet, für die Zielgruppen Kinder, Jugendliche und Erwachsene, jeweils mit Umsetzungs-Hinweisen für die einzelnen Zielgruppen)
 - **Passwortgeschützter Multiplikator*innen-Bereich auf schuledesessens.at**
4. Wir arbeiten die Unterlagen gemeinsam durch und erarbeiten uns in Theorie und Praxis **eine Auswahl folgender Themen** aus den Unterlagen:
 - **Individuelle und planetare Gesundheit:** Wie sieht eine Ernährungsweise aus, die gesund für alle Menschen und gleichzeitig gesund für den Planeten Erde ist? Wie können wir die in der Praxis umsetzen? Und vor allem: Wie können wir das unserer Zielgruppe vermitteln?
Praxis: Diskussion und Visualisierungen
 - **Fleisch und Vegetarismus:** Vegetarismus boomt, aber die meisten essen nach wie vor gerne Fleisch. Warum ist bei dieser Lebensmittelgruppe das wichtigste Motto «Gut statt viel!»? Wie erkennen wir gutes Fleisch? Welche fleischlosen Alternativen haben wir? Wie sensibilisieren wir unsere Zielgruppen für «Gut statt viel»?
Praxis: Gütezeichen beim Fleisch. Wir verkosten zahlreiche Fleischalternativen.
 - **Esskultur:** Wir essen Schwein, aber keine Schlangen, mit Besteck, aber selten mit den Händen. Das ist für uns normal. Aber es gibt viele andere Normalitäten! In einige tauchen wir ein.
Praxis: Bilderstrecken. Wir kochen das mosambikanische Nationalgericht Matapa, und wir kochen es «mosambikanisch»: auf einer «Feuerstelle», das Wasser holen wir vom «Brunnen», und essen werden wir es mit den Händen.
 - **Lebensmittelverschwendung und Nose to Tail:** Warum landet gut ein Drittel der produzierten Lebensmittel im Müll? Wie kann man das verhindern? Was kann man aus Restln alles kochen? Und warum ist es sinnvoll und gleichzeitig respektvoll, von Schwein, Rind und Hendl nicht nur Schnitzel, Burger und Brust zu essen, sondern auch die «unedlen» Teile?
Praxis: Wir kochen Hendleinmachsuppe.

- **Lebensmittelqualität:** Fragt man Konsument*innen, was Qualität von Lebensmitteln bedeutet, sagen die meisten: Frische und guter Geschmack. Es gibt aber noch viel mehr Aspekte von Qualität, und man kann darüber streiten, welche die wichtigsten sind.
Praxis: Qualität definieren, erkennen und erschmecken (Jogurt-Experimente)
- **Verpackungsinfos:** Auf Lebensmittelverpackungen sind viele Informationen zu finden, die mündige Esser*innen kennen sollten: Was ist drin? Wo kommt es her? Wie wurde es produziert? Erfüllt es meine Anforderungen an die Qualität?
Praxis: Gütesiegelquiz und Einkaufsrallye
- **Weitere Inhalte:** Küchenhygiene und Küchenregeln, Vorbereitungen, Basics, Frühstück, gesunde Ernährung, Sensorik, Fairer Genuss, Bio, Nutztierhaltung, Brot Backen, Salate, Süßes und Kuchen Backen, Zusatzstoffe, Haltbar Machen, diverse Warenkunde (Milch, Milchprodukte, Ei, Obst, Gemüse, Erdäpfel etc.), Festmenü, Urkunde

Fortbildungsleitung

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Theres Rathmanner, Ernährungs- und Gesundheitswissenschaftlerin,
Leiterin *Schule des Essens*

Hintergrundinfos *Schule des Essens*

Die *Schule des Essens* (SdE) ist ein **wissenschaftsbasiertes Programm für freudvolle Ernährungs- und Verbraucher*innenbildung mit Schwerpunkt Ernährungsökologie/nachhaltige Ernährung**. Sie wurde 2013 von Dr.ⁱⁿ Theres Rathmanner initiiert, lief von 2014–2022 am Forschungsinstitut für biologischen Landbau FiBL Österreich und seit 2023 als gemeinsame Initiative von Theres Rathmanner und FiBL.

Hauptziel der SdE ist es, dazu beizutragen, dass Menschen **mündige Konsument*innen** werden, die gut informiert und selbstbestimmt die für sie richtigen Essentscheidungen treffen und diese dann auch umsetzen, also zubereiten, können. Hauptzielgruppe sind Kinder und Jugendliche, das Programm ist aber auch für Erwachsene geeignet.

Inhaltliche Basis der SdE ist das wissenschaftliche Konzept der **Ernährungsökologie** mit den fünf Dimensionen Umwelt, Gesellschaft, Wirtschaft, Gesundheit und Kultur und den vielen, vielen Thematiken, die sich in den fünf Dimensionen bündeln.

Methodisch arbeitet die SdE **mit Hirn, Herz und Händen**. **Zentraler Lernort** ist die **Küche**, die wichtigste Methodik ist die Beschäftigung mit Lebensmitteln, die unter die Lupe genommen, verkostet und zu Gerichten verkocht werden. Im Zuge dieser lustvollen Beschäftigung findet die Wissensvermittlung statt. Dass das Freude macht, ist nicht nur schön, sondern erhöht auch den Lernerfolg.

Weiterführende Informationen zur SdE finden Sie auf **schuledesessens.at**.