

# Nachhaltige Ernährung

## Lehrangebot im Wintersemester 2014/15 an der Hochschule für nachhaltige Entwicklung Eberswalde

**Lehrbeauftragter: Dr. Karl von Koerber (Dr. oec. troph.)**  
**Mitarbeiter/in: Nadine Bader (Stud. oec. troph.)**  
**Arbeitsgruppe Nachhaltige Ernährung**  
**Beratungsbüro für Ernährungsökologie, München**

### Inhalte

- Konzeptionelle Basis der Nachhaltigen Ernährung
- Die erweiterten Dimensionen, in denen Ernährung vor dem Hintergrund der Nachhaltigkeit betrachtet wird: Umwelt, Wirtschaft, Gesellschaft, Gesundheit, Kultur
- Die wichtigsten globalen Herausforderungen in diesen Bereichen und die jeweiligen Zusammenhänge mit der Lebensmittelerzeugung, -verarbeitung, -vermarktung und -zubereitung bzw. des Ernährungsstils
- Sieben Grundsätze für eine Nachhaltige Ernährung, deren komplexe Begründungen aus den fünf Dimensionen der Nachhaltigkeit und deren Umsetzbarkeit

**Ort:** Hochschule für nachhaltige Entwicklung Eberswalde, Raum 05.305

**Anmeldung:** online

**Zahl der Teilnehmenden:** max. 30

**Rückfragen:** *Dr. Karl v. Koerber, 089/65102131 bzw. Nadine Bader*

**E-Mail:** [koerber@nachhaltigeernaehrung.de](mailto:koerber@nachhaltigeernaehrung.de) bzw. [bader@nachhaltigeernaehrung.de](mailto:bader@nachhaltigeernaehrung.de)

**Homepage:** [www.nachhaltigeernaehrung.de](http://www.nachhaltigeernaehrung.de) (hier bitte ggf. Änderungen beachten (unter Lehre)!

# 1. Wochenend-Blockseminar

## Freitag, 10. 10. 2014, 14.15 Uhr bis ca. 19 Uhr

Start	Inhalt
14.15	Begrüßung, Vorstellung, Zeitplan, Organisatorisches
14.35	Kennenlernen der Gruppe
15.05	<i>Pause</i>
15.15	<b>Einführung in die Konzeption Nachhaltige Ernährung</b> - Fünf Dimensionen der Nachhaltigen Ernährung: ökologisch, ökonomisch, sozial, gesundheitlich, kulturell - Globale Herausforderungen im Zusammenhang mit Ernährung - Sieben Grundsätze für eine Nachhaltige Ernährung
16.15	<i>Pause</i>
16.30	<b>Klimafreundliche Ernährung – ein wichtiger Beitrag zum globalen Klimaschutz</b> (inkl. Gruppenarbeit)
18.30	<i>Pause</i>
18.40	Einschätzung des eigenen Ernährungsverhaltens (Fragebogen) Tagesabschluss

## Samstag, 11. 10. 2014, 8.30 Uhr bis ca. 18 Uhr

Start	Inhalt
8.30	Begrüßung, Tagesablauf, Organisatorisches
8.40	Diskussion des Fragebogens zum eigenen Ernährungsverhalten
9.10	<b>Grundsatz: Bevorzugung pflanzlicher Lebensmittel (überwiegend lakto-vegetabile Kost)</b>
9.40	Gesundheitliche und kulturelle Aspekte verschiedener Ernährungsstile
10.40	<i>Pause</i>
11.00	<b>Grundsatz: Ökologisch erzeugte Lebensmittel</b>
12.00	<i>Pause</i>
12.15	<b>Grundsatz: Regionale und saisonale Erzeugnisse</b> Transporte im Ernährungsbereich ( <i>Referat 1</i> ) Regionale und saisonale Auswahl von Lebensmitteln ( <i>Referat 2</i> )
13.15	<i>Pause – Mittagessen</i>
14.30	<b>Grundsatz: Bevorzugung gering verarbeiteter Lebensmittel</b>
15.30	Weltweiter Wassermangel – Virtuelles Wasser ( <i>Referat 3</i> )
16.00	<i>Pause</i>
16.15	Film „Die Zukunft pflanzen – Wie können wir die Welt ernähren?“
17.00	Zeit zur freien Verfügung
17.45	Abschlussdiskussion des 1. Wochenendes, Feedback

**Änderungen vorbehalten**

## 2. Wochenend-Blockseminar

**Freitag, 7. 11. 2014, 14.15 Uhr bis ca. 19 Uhr**

Beginn	Inhalt
14.15	Begrüßung, Zeitplan, Organisatorisches
14.25	Wiederholung bisheriger Themen/Rückschau
14.55	<b>Grundsatz: Ressourcenschonendes Haushalten (Referat 7)</b> Lebensmittel im Müll – Verschwenden beenden (Referat 8)
15.55	<i>Pause</i>
16.10	<b>Welthungersituation – Ausmaß, Ursachen und Folgen der Unterernährung</b>
17.30	<i>Pause</i>
17.45	Film zur Welternährung („Die Welthungerkrise“, 16')
18.15	Kinderarbeit in Entwicklungsländern (Referat 4)
18.45	Tagesabschluss

**Samstag, 8. 11. 2014, 8.30 bis ca. 18 Uhr**

Beginn	Inhalt
8.30	Begrüßung, Tagesablauf, Organisatorisches
8.40	<b>Lösungsansätze für die Welthungersituation</b> (Überblick) Stärkung der Bildung und Verbesserung des Status von Frauen
9.40	<i>Pause</i>
9.55	Erkenntnisse des Weltagrарberichts (Referat 5) Umsetzung des Weltagrарberichts
10.55	<i>Pause</i>
11.10	<b>Grundsatz: Fair gehandelte Lebensmittel</b>
11.40	Akteure und Siegel im Fairen Handel (Referat 6)
12.10	<i>Pause</i>
12.20	Praktische Beispiele des Fairen Handels (Gruppenarbeit)
13.05	<i>Pause – Mittagessen</i>
14.20	Fakten zu Preisen für Lebensmittel (Referat 9) Hemmende und fördernde Faktoren bei der Umsetzung einer Nachhaltigen Ernährung (Referat 10)
15.20	<i>Pause</i>
15.30	<b>Kultur der Nachhaltigkeit – Menschenrechte – SDG, Bildung für nachhaltige Entwicklung</b>
16.30	Zeit zur freien Verfügung
17.15	Feedback, Evaluierung

**Änderungen vorbehalten**