

# Kulturaufgabe Ernährung

40. Fachtagung für Ernährung und Hauswirtschaft - Info-Blatt

Wir sind zu Gast bei der **Windrather Talschule**, Freie Waldorfschule und Berufskollege!

<https://www.windrather-talschule.de/>

## Kurz-Beschreibungen

Eröffnungsvortrag und Ringtausch-Einheiten, S.1.

Arbeitsgruppen, S.1 und S.2.

Ausflüge zu 3 Höfen und weitere Tagungspunkte, S.3.

Vorstellung unserer Vortagsrednerin und Referenten\*innen der Ringtausch-Gruppen, S.4.

## Eröffnungsvortrag

### **Vom Hof zur Schulmensa**

Die politischen Weichenstellungen zu einer besseren Ernährungsumgebung für Kinder und Jugendliche.

Vortragende: Bundestagabgeordnete **Dr. Ophelia Nick**

Ringtausch Einheiten (Alle Teilnehmer\*innen dürfen an allen 3 Ringtausch-Gruppen teilnehmen)

#### **1. Unser Beitrag zur Ernährung als Kulturaufgabe**

Eine Kultur entsteht immer dort, wo schöpferische Tätigkeit ist. Wie zum Beispiel in der Kochkunst, in der Lebensmittel verwandelt und weiterentwickelt werden. Auch die Agri-Kultur ist die Kultivierung der Erde und nicht eine Fortführung der Natur. Wir Menschen brauchen Kultur für unsere gesunde Entwicklung. Dazu können wir beitragen.

**Mit Dr. Jasmin Peschke**

#### **2. Wirkensorik – Lebensmittelqualität bewusster wahrnehmen**

Als Wirkensorik wird die Beobachtung der seelisch-körperlichen Wirkung von Lebensmitteln bezeichnet. Diese Effekte lassen sich unterscheiden von kurzfristigen Geschmackseindrücken. Wirkensorik schafft eine Möglichkeit, sich mit Lebensmitteln zu verbinden und in Beziehung mit unserem Körper zu kommen, um die Wirkungen auf diesen wahrzunehmen. Im Ringtausch werden wir Lebensmittel wirkensorisch verkosten und uns in der Methode und Wahrnehmung schulen.

**Mit Ulrich Quendt**

#### **3. Ernährung im Spannungsfeld – Wie gelingt Balance und was braucht es dazu?**

Leistbarkeit - Ideal, Elternwünsche - Kinderwünsche, Gesundheit - Geschmack, vegan - tierisch, Kopf - Bauch, ... das alles sind Spannungsfelder, in denen wir uns im Bereich der Ernährung bewegen. Wie gelingt die Verbindung der Polaritäten, welche Kultur müssen wir dafür entwickeln und welche Handlungsoptionen haben wir im täglichen Tun? Diese Fragen bewegen wir gemeinsam und finden individuelle Lösungsansätze dazu.

**Mit Pamela Wieckmann**

# Kulturaufgabe Ernährung

## 40. Fachtagung für Ernährung und Hauswirtschaft - Info-Blatt

**Arbeitsgruppen/AG** Bei Tagungs-Anmeldung kann sich jede/r Teilnehmer\*in zwei Arbeitsgruppen einwählen! Beachtet bitte, an welchem Tag und wie oft die einzelnen AGs angeboten werden.

AGs. 1, 2 und 3: werden jeweils am Freitag (AG 1a, 2a u. 3a) und nochmal am Samstag (AG 1b, 2b und 3b) angeboten.

AGs. 4 und 5: **nur am** Freitag angeboten. AGs. 6 und 7: **nur am** Samstag angeboten.

1. **Pädagogisches Mitkochen – so kochen wir mit Jugendlichen.** Praktischer Teil mit gemeinsamem Kochen eines einfachen Mittagessens. Ihr erlebt direkt, wie mit den Schüler\*innen an der Windrather Talschule gearbeitet wird: Aufgaben verteilen, Verantwortung wachsen lassen, im Team zum Ergebnis kommen. Kurzer Austausch, was davon an euren Schulen gut passen kann. Bitte Kochkleidung/Schürze und festes Schuhwerk mitbringen. Teilnehmendenzahl 8 Personen.

**Leitung:** Ruben von Schwanenflügel, Küchenleiter Windrather Talschule, Initiative Küche BILDET.

2. **Aroma malen – Qualität erfahren** Die sinnliche Wahrnehmung des Aromas eines Lebensmittels oder einer Substanz wird mittels Pastellkreiden in ein Bild verwandelt, ohne darüber nachzudenken. Das Aroma prägt den Charakter des Bildes auf einzigartige Weise und man kann so die Qualität erfahren.

**Leitung:** Dr. Jasmin Peschke

3. **Eine lebendige Kultur für eine lebendige Schule**

Wir streben eine Schulkultur an, in der die Ernährung Vitalität und Lebenskraft vermittelt! In dieser Arbeitsgruppe entdecken wir, wie Enzyme, Vitamine, Mikronährstoffe und Phytonährstoffe in einer lebendigen Kochpraxis wirken und zur Gesundheit beitragen. Gemeinsam entwickeln wir Wege, wie diese Erfahrungen aus der Schulküche praxisnah in den Lehrplan einfließen können.

**Leitung:** Dr. Cecilia Eyssartier und Luis Monterubianesi

4. **Das Küchenpraktikum in der 7. Klasse**

Wie kann dies in der Unterrichtsplanung und in der Schulküche praktisch umgesetzt werden? Welchen Gewinn bringt das Praktikum für die Schüler\*innen?

**Leitung:** Elias Bouldjediane, Küchenleiter der FWS Leipzig

5. **Fermentiertes Gemüse – ein uraltes Kulturgut**

Wir lernen, wie wir einfach und praktisch fermentierte Gemüse selber herstellen können.

**Leitung:** Heidi Leonhard

6. **Wie kann die Schulküche nach außen dargestellt werden?** Anregungen und Anleitungen zur Erstellung einer Chart-/Powerpoint-Präsentation. Aufzeigen von Möglichkeiten, wie diese in der Schulgemeinschaft eingesetzt werden können. Eine erweiterte anschauliche und unterhaltsame Methode, um über die Schulküche informieren zu können.

**Leitung:** Barbara Horwedel, Küchenleiterin der FWS Freiburg St. Georgen

7. **Sauerteig-Vollkornbrot in der Talbäckerei backen** In der Profi-Bäckerei am Hof Fahrengscheidt lernen wir mit Dinkel und Roggen Vollkorn Sauerteigbrot zu backen. Teilnehmendenzahl 14. Bitte Kochkleidung/Schürze und feste Schuhwerk mitbringen. Abfahrt Schule 10:15 bis 13 Uhr Rückkehr.

**Leitung:** Bio-Bäcker Baptiste Marchand

# Kulturaufgabe Ernährung

## 40. Fachtagung für Ernährung und Hauswirtschaft - Info-Blatt

**Freitag um 14:30:** Zwei verschiedene Impulsvorträge und eine Verkostung geben uns die Möglichkeit zu hören und zu schmecken, wie der Handel Ernährungsqualität und Kultur unterstützen kann!

- **Getreideernährung als Kulturimpuls - Die kulturelle Bedeutung des Getreides und seine grenzenlosen kulinarischen Möglichkeiten**  
Claudine Bonnefoit-Jahn, Assistenz der Geschäftsleitung ErmannHAUSER
- **Handel und die Bedeutung unserer Einkaufsentscheidungen - Qualität, Kultur und Strukturen – die Bedeutung unserer Entscheidung**  
Stefan Rahm, Talhandel, Demeter Gärtner seit 25 Jahren.

**Samstag um 14:30:** AUSFLÜGE zu 3 ausgewählten Bio-Dynamischer Höfen mit hofeigenen Schwerpunkten und Hofführungen. Wähle im Anmeldeformular einen Hof-Ausflug aus und kreuze ihn in der Anmeldung an.

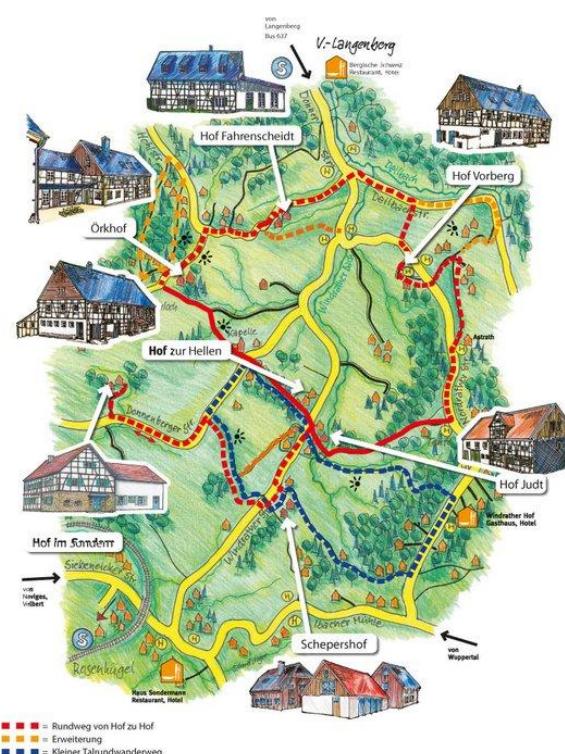
<https://biohoefewindrathertal.de/>

1. **Schepershof**, ein kleinbäuerlicher biodynamischer Betrieb mit sozialer Gemeinschaft, aktiv in der Kulturlandschaftspflege durch muttergebundene Kälberaufzucht. Als Gras fressende Wiederkäuer sind unsere Rinder enorm wichtig für die Bodenfruchtbarkeit! Nach dem Stall- und Weidebesuch gibt es eine Verkostung der nachhaltigen Fleischprodukte aus ethisch vertretbarer, regionaler Schlachtung und Verarbeitung.

2. Ernährungsbildung auf dem biodynamischen **Hof zur Hellen** – wir stellen den Hoforganismus vor, und seine ganzheitliche handlungspädagogische Vielfalt. Wir arbeiten lernend und ernähren uns ganzheitlich. Wie können sich Schule, Schulküche und Bauernhof gut verknüpfen?

3. **Örkhof**: Wie tragen die Elemente des Hoforganismus zur Lebensmittelqualität bei und durch welche Methoden (z.B. Eurythmie und Saatgut, Düngung, Präparate, innere Haltung) kann sie weiter gesteigert werden? In angeleiteten Übungen lernen wir, die Qualität der Lebenskräfte der Nahrung wahrzunehmen und zu beurteilen (Vorkenntnisse sind nicht erforderlich).

Der Örkhof Hof wird von einer jungen Betriebsgemeinschaft biologisch-dynamisch bewirtschaftet. Wir haben einen vielfältigen Gemüseanbau, eine Milchviehherde und eine Backstube.



### Austausch BAR – Abendrunde zum Weiterreden

Freitag und Samstag treffen wir uns abends in der Austausch BAR. Es gibt etwas zu trinken, lockere Atmosphäre mit Zeit, um ins Gespräch zu kommen, Fragen loszuwerden oder den Tag einfach gemeinsam ausklingen zu lassen. Ein offenes Ende, wie bei guten Begegnungen.

# Kulturaufgabe Ernährung

## 40. Fachtagung für Ernährung und Hauswirtschaft - Info-Blatt

### Vorstellung unserer Vortagsrednerin und Referenten\*innen der Ringtausch-Gruppen

**Dr. Ophelia Nick**, wohnhaft in Wülfrath (neben Velbert) ist

Bundestagsabgeordnete für den Kreis Mettmann Nord. Sie ist Sprecherin für Landwirtschaft der grünen Bundestagsfraktion und Mitglied im Ausschuss für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat sowie im Ausschuss für Sport und Ehrenamt. Sie ist Tierärztin, und ihrer Familie gehören zwei Demeterhöfe in Baden-Württemberg.

„Kinder, die den ganzen Tag in Kita oder Schule sind, sollten leckeres, gesundes Essen erhalten. Genauso sollten sie Angebote zur Bewegung bekommen. Dafür setze ich mich politisch ein, z.B. mit der Ernährungsstrategie der Bundesregierung

„Gut Essen in Deutschland“. [https://www.bundestag.de/abgeordnete/biografien/N/nick\\_ophelia-1046332](https://www.bundestag.de/abgeordnete/biografien/N/nick_ophelia-1046332)



**Dr. Jasmin Peschke**, Diplom-Oecotrophologin mit Promotion zu einem Thema der Lagerfähigkeit von Gemüse aus unterschiedlichem Anbau. Seit über 30 Jahren Beschäftigung mit der Qualität von Lebensmitteln und Naturprodukten, im Anbau, in der Verarbeitung, bei der Untersuchung im Labor und in der Ernährung. Qualität ist der rote Faden in ihrem Leben. Berufserfahrung vor allem in den Bereichen Qualitätsmanagement, Qualitätsentwicklung und Verarbeitung von Lebensmitteln sowie Naturkosmetik. Seit 2016 verantwortlich für den Fachbereich Ernährung an der Sektion für Landwirtschaft am Goetheanum, Dornach, CH. Zertifizierte Wirksensorik®- Trainerin sowie Vorständin im Demeter Verband Schweiz.



**Ulrich Quendt** begann 1998 die freie biologisch-dynamische Ausbildung zum Landwirt in Norddeutschland. Nach einigen Jahren der praktischen Tätigkeit im Ackerbau, Gemüse- und Kräuteranbau nahm er das Studium der Ökologischen Landwirtschaft mit Schwerpunkt biologisch-dynamische Pflanzenzüchtung auf. Seine Wahrnehmung, dass biologisch-dynamisch erzeugte Lebensmittel - neben dem vordergründigen Geschmack und den Inhaltsstoffen - den Menschen seelisch ernähren und beleben können, ist eine Hauptmotivation für seine Arbeit.



**Pamela Wieckmann**, Diplom Ökotrophologin und Wirksensorik®- Trainerin, Geschäftsführerin von lichthus consulting, ein Institut für ganzheitliche Ernährung und Gesundheit. Themenschwerpunkte sind Ernährungsbildung und -coaching, Forschung im Bereich Lebensmittelqualität (insbesondere im Bereich tierische Produkte) sowie systemische Beratung. „Mein Anliegen ist es, das eigene Wahrnehmungsspektrum zu erweitern, das Bewusstsein für die Qualität von Lebensmitteln zu erhöhen und damit die individuelle Ernährungskompetenz auszubauen.“

