



PROJEKTWOCHE gesunder Boden -
gesunde Lebensmittel
2024

EIN PROJEKT DER

**STIPTUNG
CHRISTOPH
SONNTAG**

in Kooperation mit **Green
Spoons**

Ein Projekt von  Slow Food
Deutschland

FINANZIERT VON DER

**Stiftung
Bildung und Soziales
der Sparda-Bank Baden-Württemberg**

Sparda-Bank

PROJEKTBSCHREIBUNG



HINTERGRUND

Tiefkühl- und Fertigprodukte, statt eigenhändig zubereiteter Mahlzeiten, bestimmen zunehmend die Esskultur in Deutschland. Viele Kinder kommen ohne Frühstück zur Schule und das Mittagessen zu Hause fällt vielfach aus. Da ist der Griff in die Tiefkühltruhe vorprogrammiert. Laut RKI (2018) steigt die Zahl übergewichtiger Kinder und Jugendlicher in Deutschland kontinuierlich an und liegt mittlerweile bei über 26,3 Prozent. Besonders hoch ist diese Zahl bei Kindern aus Familien mit niedrigem sozioökonomischem Status (SES). Besorgniserregend ist, dass bereits im Kindesalter die Weichen für die Ernährung und Gesundheit im Erwachsenenalter gestellt werden.

Das Thema Ernährung findet in Schulen nur begrenzt Platz im Lehrplan, insbesondere das praktische Erleben und Verstehen kommt oft zu kurz. Die Bedeutung einer gesunden Ernährung wird die Schülerinnen und Schüler jedoch auch in den kommenden Jahrzehnten begleiten. Daher sollte dieser essentielle Aspekt, der ein Leben lang von Bedeutung ist und zu einem gesunden Lebensstil beiträgt, im Schulalltag unbedingt integriert werden, wobei besonderes Augenmerk auf eine praxisnahe Vermittlung gelegt werden sollte.

Um Schulen als „Orte des Lebens und Lernens“ zu begreifen, setzt das Büro Christoph Sonntag mit der Unterstützung der **Sparda-Bank Baden-Württemberg eG** mit dem Projekt **Ernährungswochen** genau an diesem Punkt an.

DAS PROJEKT

Ziel der **Ernährungswochen** ist es, Kinder und Jugendliche schon früh zu motivieren, Mahlzeiten selbst zuzubereiten. Sie sollen für die Lebensmittelherstellung, Verwertung und damit einhergehende ausgewogene Ernährung praxisnah begeistert und sensibilisiert werden. Zudem sollen dabei gute Umgangsformen und Rücksichtnahme vermittelt werden.

Ausgewählte Produzent:Innen, Händler:Innen sowie Köch:Innen sind Teil der Umsetzung des Projektes und werden im Laufe der Ernährungswoche den Kindern und Jugendlichen Wissen über die Qualität von Nahrungsmitteln, verantwortliche Landwirtschaft, artgerechte Viehzucht, traditionelles Lebensmittelhandwerk und die Bewahrung der regionalen Geschmacksvielfalt vermitteln. Den Abschluss der Woche bildet ein kleiner „Knigge-Kurs“ im Kellertheater der Stiftung, der gute und moderne Umgangsformen thematisiert. Als Highlight trägt Christoph Sonntag persönlich seine für die Ernährungswoche entworfene Tischrede vor.

PROJEKTWOCHE gesunder Boden - gesunde Lebensmittel 2024

Die diesjährigen Ernährungswochen setzen das Motto „gesunder Boden - gesunde Lebensmittel“ in den Fokus. In diesem Zusammenhang fungiert das Projekt „Green Spoons“ der Organisation Slow Food Deutschland als Kooperationspartner für die Stipftung Christoph Sonntag. Die Projektinhalte werden gezielt auf die Ernährungswochen abgestimmt und bilden einen roten Faden, der sich durch die gesamte Projektwoche zieht.

Green Spoons vermittelt den Zusammenhang zwischen Ernährung, biologischer Vielfalt und Boden. In ihrer Lebenswelt Smartphone abgeholt, widmen sich die Schüler:Innen Fragen wie „Was ist Boden? Wer lebt im Boden? Was ist gesunder Boden? Welche Rolle spielen Hülsenfrüchte für den Boden?“. Die Projekteigene Webseite bietet Wissenswertes, Experimente, Rezepte, Podcast, Videos und Quizze, welche die Jugendlichen als Take-Away jeder Zeit nachlesen und erfahren können.

Infos zum Projekt: <https://greenspoons.slowfood.de>



PROJEKT BESCHREIBUNG



ABLAUF DER ERNÄHRUNGSWOCH(E) gesunder Boden - gesunde Lebensmittel

TAG 1 (Schulintern)

VORBEREITUNG / EINFÜHRUNG

Die Klassenlehrerin / der Klassenlehrer (Projektlehrer:In) bereitet die Schulklasse inhaltlich auf die bevorstehenden Projektstage vor. Dabei werden zum Beispiel die unterschiedlichen Orte (Bauernhof, Theater, Restaurant) mit ihren Besonderheiten und Merkmalen sowie die jeweils angepasste Kleidung besprochen. Es sollten mindestens 4 Schulstunden eingeplant werden.

Zur Vorbereitung auf die Thematik „gesunder Boden - gesunde Lebensmittel“ werden den Lehrkräften Materialien zur Verfügung gestellt.

TAG 2 (Projekttag 1)

VOM FELD UND STALL IN DIE KÜCHE

Unter dem Motto "Alles Bio!" erkunden die Schüler:Innen gemeinsam mit heimischen Biobauern, Gärtnereien und Imkereien die Bedeutung des Begriffs auf Supermarktverpackungen. An diesem Tag tauchen sie in die Welt der verantwortungsbewussten und nachhaltigen Landwirtschaft ein, lernen alles über die Kartoffel, entdecken verborgene Kräuterwelten im Dialog mit dem/der Landwirt:In und unterstützen aktiv die Abläufe eines Bauernhofs. Dabei wird der Fokus auf die regionale Produktvielfalt gelegt.

An diesem Tag werden die zuvor erarbeiteten Inhalte zum Thema Boden praktisch umgesetzt. Es wird der Zusammenhang hergestellt, warum gesunde Böden die Grundlage für gesunde Lebensmittel sind.

(Programm von 9.00-12.00 Uhr, zzgl. An- und Abfahrtszeit)

TAG 3 (Projekttag 2)

KINDER AM KOCHTOPF

Über die Herkunft der Produkte und die riesige geschmackliche Vielfalt konnten sich die Schüler:Innen am Vortag informieren; jetzt geht es an die Verarbeitungs-Praxis.

Unter fachkundiger Anleitung werden Gerichte wie Maultaschen und Kartoffelsalat zubereitet: Maultaschenteig wird ausgewellt, die Füllungen werden zusammengestellt und gewürzt, Maultaschen werden gefüllt und geformt, Kartoffeln gekocht und geschält... Oder wie man beispielsweise eine gesunde Pizza, einfach und schnell zubereitet, wird an diesem Tag vermittelt. | Die Zubereitung erfolgt idealerweise mit am Vortag erworbenen Produkten vom besuchten Hof.

Hülsenfrüchte sind wahre Superhelden für die Boden- und Menschengesundheit. Green Spoons bietet spannende Hintergrundinformationen, welche die Köch:Innen in kulinarische Erlebnisse zur Weckung der Neugierde auf Hülsenfrüchte umsetzen.

Bei der Zubereitung werden kulturelle Besonderheiten (schweinefleischfreie Zutaten) ebenso berücksichtigt wie eventuelle Allergien. Anschließend wird gemeinsam gegessen.

(Programm von 9.00-12.00 Uhr)



ABLAUF DER ERNÄHRUNGSWOCH(E) gesunder Boden - gesunde Lebensmittel

TAG 4 (Projekttag 3)

ETIKETTE & TISCHKULTUR

Wie wird ein Tisch festlich eingedeckt? Wie wird an einer Tafel serviert? Wie lauten Benimmregeln am Tisch? Und wie formuliert man eigentlich eine Tischrede? Im TiK (Theater im Keller) erhalten die Schüler:Innen von Kniggekursleiterin Marina Martin Antworten auf all ihre Fragen. Ein interaktiver Kurzvortrag über vegane und vegetarische Ernährung rundet die Programmwoche ab. Abschließend zeigt Christoph Sonntag, wie man eine unterhaltsame Tischrede formuliert und vorträgt.

Hülsenfrüchte sind ein wichtiger Baustein der zukünftigen Ernährung. Green Spoons hält leckere Rezepte bereit, welche die Schüler:Innen an diesem Tag verkosten und zu Hause nachkochen können.

(Programm ca. von 9.00-13.00 Uhr, zzgl. An- und Abfahrtszeit)

TAG 5 (Schulintern)

ERLEBTES REFLEKTIEREN / NACHARBEIT

Zum Abschluss der Projektwoche erhalten die Schüler:Innen eine Aufgabe zur Reflexion der vermittelten Inhalte. Anhand bereitgestellter Aufgaben und Leitfragen sollen sie Plakate, Gedichte, Erlebnisberichte, Bilder, Videos oder ähnliches gestalten, welche in den Schulen ausgehängt werden können. Diese sollen als Wissenstransfer für die anderen Klassen dienen. Bei der Gestaltung sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt, die Klassen entscheiden selbst, wie sie diese Aufgabe umsetzen möchten.

Die Lehrkräfte werden gebeten, uns Feedback zur Projektwoche zu geben. Die Stipftung freut sich sehr über die Zusendung der Reflexionsarbeiten per Post oder per Mail. Die Impressionen werden dann auszugsweise auf unsere Homepage und Social-Media-Kanäle gestellt.

Green Spoons eröffnet die Möglichkeit, sich auch nach der Projektwoche weiterhin mit dem Themenbereich auseinander zusetzen und so das Erlernte langfristig zu vertiefen.

<https://greenspoons.slowfood.de>



Eindrücke aus den vergangenen Jahren finden Sie auf unserem Instagramkanal @stipftung.tv unter dem Story-Highlight „Ernährungswochen“

Kontakt

Annelie Speckmaier - Stiftungsleitung
STIPFTUNG CHRISTOPH SONNTAG GmbH

Postfach 50 09 80

70339 Stuttgart

T (0711) 550 86 86

F (0711) 550 86 87

E annelie@sonntag.tv, mitmachen@sonntag.tv

Weitere Informationen unter
<https://stipftung.tv>

Programmänderungen sind vorbehalten.

PROJEKT BESCHREIBUNG

STIPFTUNG CHRISTOPH SONNTAG GmbH | Postfach 500 980 | 70339 Stuttgart | mitmachen@sonntag.tv | stipftung.tv