



# Weltweite Ernährung

---

*Bausteine zum Thema*

## **Baustein: „Essen bei uns“**

### **Zeit**

ca. 10-15 min.

### **Material**

gebräuchliche Nahrungsmittel bzw. deren Verpackungen

### **Absicht**

über die real vorhandenen Nahrungsmittel soll ein direkter Bezug zu eigenen Erfahrungen entstehen. Dies soll es erleichtern, sich über die eigenen Essgewohnheiten bewusst werden (als Hintergrund zum Umgang mit Nahrungsmitteln und als Kontrast zur Ernährungssituation in Entwicklungsländern.)

### **Arbeitsform**

Gruppengespräch im Stuhlkreis

### **Ablauf**

Die Konfis sitzen im Kreis. In der Mitte liegen alltägliche Nahrungsmittel bzw. deren Verpackungen, z.B. Äpfel, Bananen, Cornflakes, Brötchen oder Brot, Nudeln, Tomaten-Ketchup, TK-Pizza-Umverpackung, Netz mit Kartoffeln, Mini-Salami, Käsepackung, grüne Gurke, Joghurtbecher, Milchreispackung...

Gesprächsimpuls: „Schaut euch die Sachen zum Essen hier mal an. Sind welche drunter, die ihr gern mögt? – Nehmt euch etwas aus der Mitte und erzählt, was euch schmeckt und wann und mit wem ihr es esst.... Was ist nötig, um das Gefühl zu haben: ich bin satt? “ – Gruppengespräch über Lieblingsgerichte und Essgewohnheiten.

## **Baustein: „Mein Tagesmenü“**

### **Zeit**

ca. 15 min

### **Material**

gebräuchliche Nahrungsmittel bzw. deren Verpackungen

### **Absicht**

die eigenen Ernährungsgewohnheiten sollen bewusst werden, im Hinblick auf die folgende Thematisierung des Umgangs mit Nahrungsmitteln bzw. mit der anderen Ernährungssituation in Entwicklungsländern

### **Arbeitsform**

Gruppengespräch im Stuhlkreis und Partnerarbeit



### **Ablauf**

Die Konfis sitzen im Kreis. In der Mitte liegen alltägliche Nahrungsmittel bzw. deren Verpackungen, z.B. Äpfel, Bananen, Cornflakes, Brötchen oder Brot, Nudeln, Tomaten-Ketchup, TK-Pizza-Umverpackung, Netz mit Kartoffeln, Mini-Salami, Käsepackung, grüne Gurke, Joghurtbecher, Milchreispackung...

„Könnt ihr aus den Dingen, die hier in der Mitte liegen, für euch ein typisches Menü mit Frühstück, Mittag- und Abendessen zusammenstellen? Was fehlt dazu? ... Was esst ihr sonst normalerweise noch zwischendurch? ...“

Tauscht euch zu zweit darüber aus und schreibt ein Beispiel für ein Tagesmenü und die Zwischenmahlzeiten auf. Ihr habt dazu 5 min. Zeit.“

Anschließend: Vorstellen der Ergebnisse im Plenum.

Bei der Besprechung kann sich die Frage anschließen: „Wer bestimmt, was gegessen wird? Was sucht ihr selbst aus, was eure Familie? Wer kauft was ein?“

### **Baustein: „Wir spielen Welt“**

(nach einem Entwurf von Dr. U. Greifenstein, ZÖ der EKHN, überarbeitet von A. Knoche, RPI der EKHN)

#### **Zeit**

20-30 min.

#### **Gruppe**

mindestens 10 Personen

#### **Absicht**

die Konfirmandinnen und Konfirmanden sollen eine Einschätzung für die statistischen Größen von Weltbevölkerung, Welteinkommen, Energieverbrauch und Wasservorkommen entwickeln. -

Es ist ein ausgezeichnetes Spiel, um in alle sogenannten Eine-Welt-Themen einzusteigen. Es zeigt sehr schön, wie groß die Fläche der Kontinente ist, wo die meisten Menschen leben, wer am meisten Energie verbraucht, wo das meiste Geld verdient wird, wer am meisten Essen zur Verfügung hat und wo es die größten Wasservorräte gibt.

#### **Material**

Kontinente, jeweils umrisshaft auf einen großen Papierbogen (Flip-Chart) gemalt oder deren Namen groß auf Papierbögen geschrieben (es genügen: Amerika, geteilt in Nord- und Mittel-/Süd-amerika, Asien, Europa, Afrika und Ozeanien), Luftballone, Stühle oder Süßigkeiten

#### **Ablauf**

Geschätzt werden können: Bevölkerung, Einkommen und Energieverbrauch



„Stellt euch bitte so auf oder neben die Umriss der Kontinente, wie ihr meint, dass sich die Weltbevölkerung darauf verteilt. Also: wo leben die meisten Menschen? Wohin müssten die meisten von euch gehen?... Welcher Kontinent hat die zweitgrößte Bevölkerung? ... Welche kommen danach?... Wo leben die wenigsten Menschen?“

Lösung: Asien: 60,3%, Afrika: 15 %, Europa + Russland: 10,6%, Lateinamerika: 8,5 %, Nordamerika: 5%, Ozeanien inkl. Australien: 0,5%.

Bei einer Anzahl von 20 Mitspielenden stehen (gerundet!) bei Asien 12 Personen, bei Afrika 3, bei Europa 2 und bei Lateinamerika 2 Personen, bei Nordamerika 1 Person, bei Ozeanien niemand.

„Jetzt schauen wir mal nach dem Einkommen. Was meint ihr: Welcher Kontinent hat das die größte Wirtschaftskraft (BIP)? Welcher Kontinent kommt als nächster? Welche folgen danach?...“

Lösung: Asien: 32,3%, Europa + Russland: 30,6%, Nordamerika: 24,1%, Lateinamerika: 8,%, Afrika: 2,6%, Ozeanien: 2,4.

20 Stühle oder Süßigkeiten verteilen sich wie folgt (gerundet!): bei Asien 6, bei Europa 6, bei Nordamerika 5, bei Lateinamerika 2 und bei Afrika und Asien jeweils 0,5.

„Wie sieht es beim Energieverbrauch aus? Was meint ihr: welcher Kontinent hat den höchsten? ...“

Lösung: Asien: 38%, Europa + Russland: 26%, Nordamerika: 24,5%, Lateinamerika: 7%, Afrika: 3, Ozeanien: 1,5%.

20 Luftballone verteilen sich wie folgt (gerundet!): bei Asien 8, bei Europa 5, bei Nordamerika 5, bei Lateinamerika 1, bei Afrika 1, bei Ozeanien deutlich weniger als 1.

## **Baustein: Powerpointpräsentationen „Welternährungskrise – woher kommt der Hunger?“**

### **Zeit**

20 min.

### **Material**

Laptop, Beamer, M1 Folien „Welternährungskrise – woher kommt der Hunger?“, M1 Zusatztext mit Erläuterung zu den Folien

### **Absicht**

Informationen vermitteln, speziell zu Ursachen des Hungers in der Welt

### **Arbeitsform**

Vortrag und Auswertungsgespräch

PPT „Welternährungskrise – woher kommt der Hunger?“ stellt in 17 Folien Informationen zum Hunger in der Welt dar, mit dem Schwerpunkt auf der Konfigerechten Darstellung von Ursachen der Welternährungskrise



## **Baustein: Rollenspiel „Einem Kind erklären, wie das mit dem Hunger ist...“**

### **Zeit**

ca. 15 min.

### **Absicht**

durch diese Aufgabe vertiefen die Konfirmandinnen und Konfirmanden ihr Verständnis der Entstehung von Hunger, das sie durch die Powerpoint-Präsentation gewonnen haben

### **Arbeitsform**

Partnerarbeit und Rollenspiel

### **Ablauf**

„Stellt euch vor: eure sieben- oder achtjährige Cousine hat gehört, dass viele Kinder auf der Welt hungern und fragt euch, ob das stimmt und wie so etwas kommt. Überlegt euch zu zweit, was ihr dem Kind dazu erzählen könnt. Ihr habt 5 min. Zeit dafür. - Anschließend spielen Zwei das mal durch.“

Ein Paar spielt das Gespräch vor; andere ergänzen anschließend, was sie noch dazu sagen wollen.

## **Baustein: Plakatgestaltung „Was wir gegen den Hunger in der Welt tun können“**

### **Zeit**

ca. 30 min.

### **Material**

Plakatkarton, Kleber, Scheren, Filzstifte; Zeitschriften, Gemeindebriefe, „Brot-für die-Welt“-Materialien ([www.brot-fuer-die-welt.de/shop](http://www.brot-fuer-die-welt.de/shop)); Info-Materialien des Bundesministeriums für Verbraucherschutz: <http://www.zugutfuerdietonne.de/presse/infomaterial>

### **Absicht**

die Konfirmandinnen und Konfirmanden klären, welche Handlungsmöglichkeit gegen Hunger sie für umsetzbar halten und überlegen sich selbständig eine Gestaltung dazu

### **Arbeitsform**

Partner- oder Kleingruppenarbeit

### **Ablauf**

„Am Schluss der Präsentation haben wir gesehen, was sich gegen den Hunger in der Welt tun lässt und was ‚Brot für die Welt‘ macht. Könnt Ihr euch noch dran erinnern?“ – Kurze Wiederholung dazu, Stichworte an der Tafel oder auf einem Flip-Chart-Papier anschreiben.

Sucht euch zu zweit oder zu dritt ein Stichwort aus und gestaltet dazu ein Plakat. Ihr findet Bilder zum Ausschneiden in den Zeitschriften, im Gemeindebrief und im „Brot-für die-Welt“-Material. Schreibt auch einen kurzen Erklärungstext dazu, mit der Überschrift: „Was wir gegen den Hunger in der Welt tun können: ....“.



Die Plakate können anschließend im Gottesdienst mit einbezogen oder im Schaukasten oder Gemeindehaus ausgestellt werden.

### **Baustein: DVD „Essen im Eimer“ – Film von Valentin Thurn, 2011; 30 min.**

#### **Zeit:**

30 min. + 10 min. Nachbesprechung

#### **Material**

Film, DVD-Player, Fernseher oder Beamer, Laptop und Lautsprecher; DVD „Essen im Eimer – Die große Lebensmittelverschwendung“ von Valentin Thurn vom „Evangelischen Zentrum für entwicklungsbezogene Filmarbeit“, bestellbar bei [vertrieb@diakonie.de](mailto:vertrieb@diakonie.de), ausleihbar bei der landeskirchlichen Medienzentrale oder als download unter: <http://www.planet-schule.de/sf/filme-online.php?film=8459>

#### **Absicht**

sensibilisieren für das Ausmaß an Lebensmittelverschwendung und den Zusammenhang mit Hunger in Entwicklungsländern

#### **Arbeitsform**

Filmvorführung + Nachgespräch

#### **Ablauf**

„Essen im Eimer“: Der Filmemacher Valentin Thurn zeigt, dass mehr als die Hälfte unserer Lebensmittel im Müll landen, davon das meiste schon auf dem Feld. Dass die Hälfte der bereits produzierten Lebensmittel zu Abfall wird, wirkt sich verheerend auf das Weltklima aus. Die Landwirtschaft verschlingt riesige Mengen an Energie, Wasser, Dünger, Pestiziden und rodet den Regenwald. Indirekt ist diese Produktionsweise auch eine der Ursachen für weltweiten Hunger. – Der Film zeigt Zusammenhänge, Ursachen und Ansätze zur Veränderung.

### **Baustein: „Wo kann ich Lebensmittelverschwendung vermeiden?“**

#### **Zeit**

15 – 25 min.

#### **Material**

Notizen mit Tagesmenüs, die Konfis für sich zusammengestellt haben, aus vorausgehendem Baustein „Mein Tagesmenü“; Flip-Chart-Bogen, Filzstift

#### **Absicht**

sensibilisieren für eigene Lebensmittelverschwendung und Entwicklung von Handlungsmöglichkeiten

#### **Arbeitsform**

Partnerarbeit und Plenum



### **Ablauf**

„Vorhin haben wir gesehen, was so alles am Tag gegessen wird. Wo passiert es denn dabei, dass öfters Lebensmittel weggeworfen werden? Wie lässt sich das vermeiden? Wo könnt ihr selbst was dazu tun, dass nicht so viel Essen im Müll landet? – Nehmt euch jetzt nochmal zu zweit eure Tagesmenüs vor und markiert, wo wahrscheinlich öfter etwas weggeworfen wird und schreibt auf, was ihr selbst zur Müllvermeidung tun könnt.“

Anschließend werden die Ergebnisse vorgestellt und die Ideen zur Müllvermeidung groß auf einem Flip-Chart-Papier notiert

### **Baustein: „Einkaufszettel für unsere Konfi-Gruppe“**

#### **Zeit**

15 min.

#### **Material**

Flip-Chart-Bogen, Filzstift

#### **Absicht**

die Konfirmandinnen und Konfirmanden sollen wahrnehmen, wie viel an Nahrungsmitteln für eine Mahlzeit gebraucht wird

#### **Arbeitsform**

Plenum

#### **Ablauf**

„Damit nicht zu viel eingekauft wird, muss man wissen: wie viel an Zutaten wird denn tatsächlich für eine Mahlzeit gebraucht? – Das können wir jetzt gleich mal zusammen ausprobieren, denn nachher gibt es ja Mittag/Abendessen. Heute essen wir ..... – Was meint ihr: wie viel brauchen wir da pro Person an ... (hier werden die wesentlichen Zutaten und Nahrungsmittel angeschrieben und dazu die Schätzung für den pro Kopf-Verbrauch notiert, auf die sich die Gruppe geeinigt hat). – Dann werden diejenigen dazu gebeten, die das Essen vorbereiten und befragt, ob die Schätzungen mit ihren Planungen übereinstimmen. – Nach dem Essen sehen alle nach, wie viel übrig geblieben ist und beraten, was mit den Resten passiert.“

### **Baustein: Essen gemeinsam planen, einkaufen und zubereiten**

#### **Zeit**

ca. 60 – 120 min.

#### **Material**

Alles, was zum Einkaufen und für die Zubereitung des Essens gebraucht wird;

**Absicht**

durch praktische Erfahrung und Übung die Wahrnehmung für den tatsächlichen Bedarf an Lebensmitteln fördern

**Ablauf**

Wo es möglich ist gemeinsam eine ganze Mahlzeit oder einen Obstsalat als Nachtisch zuzubereiten, wird abgeschätzt, wie viel pro Person gebraucht wird. Anschließend kaufen die Konfis in Gruppen ein und bereiten mit Hilfe von weiteren Erwachsenen oder älteren Jugendlichen das Essen zu.

**Autor**

A. Knoche, RPI EKHN

Tel. 06074

E-Mail: [andrea.knoche\(at\)rpi-ekhn.de](mailto:andrea.knoche@rpi-ekhn.de)