

„Nachhaltigkeits-Workshop“

Einleitung

Zum diesjährigen Welthauswirtschaftstag (21.03.2025) unter dem Motto „Tackling Overconsumption“ der sogenannten Überproduktion, habe ich im Rahmen des GerDa-Projektes, diesen Workshop entwickelt, nachhaltig zu agieren und Müll zu reduzieren oder gar zu vermeiden.

Die TeilnehmerInnen lernen, wenn sie regionales Gemüse verarbeiten und die „Ganze Pflanze“ verwenden können.

Viele Teile des Gemüses, die bei den meisten buchstäblich in dem Müll landen, können noch für andere Speisen weiterverwertet werden.

Das Seminar wird auch in den Kontext der Beruflichen Bildung für nachhaltige Entwicklung (BBNE) gestellt, um das Bewusstsein für eine nachhaltige Ernährung zu fördern.

Die Projektidee kann beliebig ergänzt und erweitert werden und dient als erster Einstieg.

Workshop Stationen

- Station 1 (Möhrenschalen Muffins)
- Station 2 (Möhrengrün Pesto)

Um vorhandene Ressourcen zu nutzen, haben wir im Internatsbetrieb Altglas gesammelt. Die Pesto-Gläser sind ideal, um sie weiterzuverwenden und das Möhren Pesto darin abzufüllen.

Zielgruppe

Die aktuelle Zielgruppe sind die Auszubildenden in der Hauswirtschaft. Der Berufsschulunterricht findet am BBZ Schleswig statt. Gleichzeitig findet in den schuleigenen Betrieben des BBZ Schleswig die betriebliche Ausbildung der FachpraktikerInnen in der Hauswirtschaft und HauswirtschaftlerInnen statt.

Unser Klientel wird in zwei Gruppen unterteilt

- FachpraktikerInnen in der Hauswirtschaft
- HauswirtschaftlerInnen

Im FachpraktikerInnen-Bereich zeigen sich oft verschiedene Beeinträchtigungen oder Behinderungen, die einen individuellen Lernstil erfordern.

Um alle gleichermaßen aktiv ins Lernen zu bekommen, soll eine möglichst praktische, aktive und theoriereduzierte Lernmethode angewendet werden.

Lerndreieck

Das Lerndreieck besteht aus drei Dimensionen, die für ein effektives Lernen alle vorhanden sein müssen:

- Der Inhalt - Das fachliche Material, das gelernt werden soll und das Anschauungsmaterial in der Praxis.
- Die Antriebskraft - Entwickelt sich im Zusammenhang mit der Arbeit und dem Lernen, in dem Verknüpfungen wahrgenommen und verstanden werden.
Das Experimentieren in praktischen Einheiten schafft neue Motivation und Anreize.
- Die Interaktion - Zusammenarbeit und Austausch im Lernprozess.

Aktives Lernen

Durch das Lösen und Anwenden von praktischen Aufgaben wird das Verständnis vertieft.

Das „Aktive Lernen“ fördert aktive Beteiligung und das kritische Denken für das Thema der Nachhaltigkeit.

Es erhöht die Motivation und das Engagement der SchülerInnen und fördert die Ideen sowie die Kreativität für neue Anreize.

Integration der UN-Nachhaltigkeitsziele

Von den 17 UN-Zielen für nachhaltige Entwicklung werden einzelne abgestimmt und in dem Unterricht integriert.

Die UN-Ziele 3 (Gesundheit und Wohlergehen), 4 (hochwertige Bildung), 12 (Verantwortungsvoller Konsum und Produktion) und 13 (Maßnahmen zum Klimaschutz) werden in den Unterricht integriert.

Die Lernenden erhalten Hintergrundwissen über die ganzheitliche Verwendung von pflanzlichen Lebensmitteln.

Sie verstehen die Vorteile für unsere Umwelt und Gesundheit und entwickeln kreative Rezepte, die nachhaltige, regionale und saisonale Zutaten berücksichtigen.

UNESCO-Kompetenzen

Zur Förderung von kritischem Denken, Kreativität, Zusammenarbeit und Kommunikation werden folgende Methoden genutzt:

Systemdenkerkompetenz

Die Weiterverwendung von vermeintlichem Müll und pflanzlicher Ernährung bzw. die Verwendung der ganzheitlichen Gemüsepflanze werden analysiert und die Umweltauswirkung wird diskutiert.

Durch die Darstellung wird das Systemdenken angeregt und Zusammenhänge dargestellt und verknüpft.

Selbstwahrnehmungskompetenz

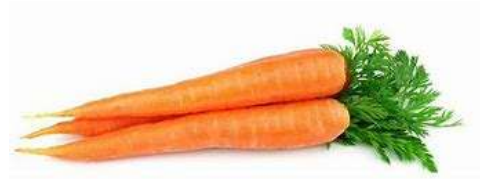
Die Nachhaltigkeitsaspekte und die verwendeten Zutaten werden reflektiert, in der Gruppe vorgestellt und besprochen.

Problemlösungskompetenz

Bewusste und nachhaltige Konsumententscheidungen zu treffen, sich Themen entsprechend neue zu Ziele setzen, die auch mit kleinen Mitteln und Schritten erreicht werden können, wird thematisiert.

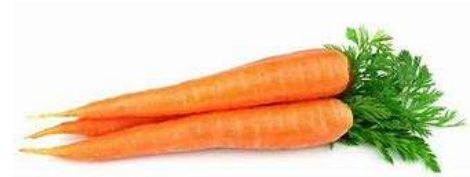
Der Unterricht wird in einer Kombination aus fachlichen Inhalten und der Integration der UN-Ziele und UNESCO-Kompetenzen durchgeführt.

Möhren-Schalen Küchlein (6 Stück)



Zutaten	Zubereitung
75g Karottenschalen	
50g Apfelschalen	Mit der Küchenmaschine häckseln.
	Den Backofen auf 170°C Umluft vorheizen.
40g Butter	
40g Honig	
1 Eier	In einer Schüssel verrühren.
75g Dinkelvollkornmehl	
25g Haferflocken	
1 TL Backpulver	
1 Pr. Salz	zugeben und vermengen
	Die Karotten-Apfelmischung unter den Teig heben.
	Den Teig auf 6 Muffin-Förmchen gleichmäßig verteilen.
	20 min auf mittlerer Schiene backen.

Möhrengrün Pesto (2 Gläser)



Zutaten	Zubereitung
100g Möhrengrün	Gründlich waschen und in der Salatschleuder trockenschleudern.
	grob hacken
50g Pinienkerne	In der Pfanne rösten.
80g Parmesan	
Salz & Pfeffer	
2 Knoblauchzehen	schälen
150ml Olivenöl	Alle Zutaten in den Thermomix geben und auf höchster Stufe pürieren.
	Das Pesto in Gläsern abfüllen und kühl lagern.

Frischkäse-Topping Bärlauch (6 Muffins)

Zutaten	Zubereitung
20g Bärlauch	Waschen und grob hacken.
100g Butter	Gib den Bärlauch zur Butter und püriere alles gründlich in einem hohen Gefäß.
150g Frischkäse, natur	Die Kräuterbutter mit dem Frischkäse vermischen. Und mit
Salz	abschmecken.
	Fülle das grüne Frischkäse-Frosting in einen Spritzbeutel und verteile es auf den ausgekühlten Muffins.

Zeitplan für ein Unterricht Nachhaltigkeit_ HW 18.03.2025 _ 5.-8. Std.

(Umfang 4x45 Minuten)

30 Minuten: Einführung in das Thema

- Kurze Einweisung in das Thema
- Kurzer Einblick zu den UN-Zielen und UNESCO-Kompetenzen (Workshopziel: 3, 4, 12 & 13)
- Vorstellung der Aufgaben und die Ziele des Tages

120 Minuten: Stationsaufgaben in Einzelarbeit

Die TeilnehmerInnen werden aufgeteilt, arbeiten allein in den Arbeitsplätzen und erarbeiten die erste Aufgabe, bevor sie dann mit den weiteren Aufgaben der Reihe nach weitermachen.

- Station 1 (Möhrenschalen Muffins)
- Station 2 (Möhrengrün Pesto)

Sollten die Auszubildenden Schwierigkeiten beim Einstieg und bei der Umsetzung der Aufgaben haben, können die UN-Ziele 12 und 13 (Verantwortungsvoller Konsum und Produktion, Maßnahmen zum Klimaschutz) als Inspiration dienen.

15 Minuten: Präsentation

Die einzelnen TeilnehmerInnen präsentieren und stellen ihre Arbeit vor der Gruppe vor, gefolgt von anschließenden Fragen und Diskussion in der Gruppe.

15 Minuten: Feedback und Selbstreflexion

Wird von den TeilnehmerInnen und dem/der AnleiterIn an die einzelnen Gruppen gegeben. Die SchülerInnen reflektieren, was sie gelernt haben und wie sie es anwenden werden.

Im Rahmen dieses Workshops wurde eine Idee umgesetzt, Müll zu reduzieren oder gar zu vermeiden. Den Teilnehmenden wurde aufgezeigt, wie sie die „Ganze Pflanze“ verwenden können. Dieses soll zum weiteren Ideenaustausch anregen.

Was könnte in Zukunft umgesetzt werden? Welche Möglichkeiten und Alternativen gibt es dennoch? Wie kann eine Kleinigkeit nachhaltig im Alltag integriert werden?

Zeitplan für ein Unterricht Nachhaltigkeit_ FPHW 19.03.2025 _ 1.-6. Std.

(Umfang 6 x 45 Minuten)

45 Minuten: Einführung in das Thema

- Kurze Einweisung in das Thema
- Kurzer Einblick zu den UN-Zielen und UNESCO-Kompetenzen.
(Workshopziel: 3, 4, 12 & 13)
- Vorstellung der Aufgaben und der Ziele des Tages.

180 Minuten: Stationsaufgaben in Einzelarbeit

Die TeilnehmerInnen werden aufgeteilt, arbeiten allein in den Arbeitsplätzen und erarbeiten die erste Aufgabe bevor, sie dann mit den weiteren Aufgaben der Reihe nach weitermachen.

- Station 1 (Möhrenschalen Muffins)
- Station 2 (Möhrengrün Pesto)

Sollten die Auszubildenden Schwierigkeiten beim Einstieg und Umsetzung der Aufgaben haben, können die UN-Ziele 12 und 13 (Verantwortungsvoller Konsum und Produktion, Maßnahmen zum Klimaschutz) als Inspiration dienen.

30 Minuten: Präsentation

Die einzelnen TeilnehmerInnen präsentieren und stellen ihre Arbeit vor der Gruppe vor, gefolgt von anschließenden Fragen und Diskussion in der Gruppe.

15 Minuten: Feedback & Selbstreflexion

Wird von den TeilnehmerInnen und dem/der AnleiterIn an die einzelnen Gruppen gegeben.
Die SchülerInnen reflektieren, was sie gelernt haben und wie sie es anwenden werden.

Im Rahmen dieses Workshops wurde eine Idee umgesetzt, Müll zu reduzieren oder gar zu vermeiden.
Den TeilnehmerInnen wurde aufgezeigt wie sie die „Ganze Pflanze“ verwenden können und soll zum weiteren Ideenaustausch anregen.

Was könnte in Zukunft umgesetzt werden? Welche Möglichkeiten und Alternativen gibt es noch?
Wie kann eine Kleinigkeit nachhaltig im Alltag integriert werden?

Impressionen

