

Angebot für weiterführende allgemeinbildende Schulen

## ESS-KULT-TOUR ENTDECKE DIE WELT DER LEBENSMITTEL



### HINTERGRUND

Im Alltag greifen Jugendliche und Erwachsene oft zu Fertiggerichten und Fast Food. Gleichzeitig fehlt es häufig an Wissen, um Produktinformationen einordnen und bewerten zu können.



### ZIELGRUPPE

Klassenstufen 8 bis 12



### ZIELSETZUNG

Die Schüler

- erweitern ihre Konsumkompetenz im Lebensmittelbereich
- werden zu einem bewussten Einkaufs- und Essverhalten motiviert



### KONZEPT

An verschiedenen Stationen stehen die Aspekte Zusatzstoffe, Nährstoffe, Werbung und Umwelteigenschaften von Lebensmitteln sowie das eigene Essverhalten im Mittelpunkt.

**Je nach Interesse der Teilnehmer können verschiedene Stationen ausgewählt werden (max. 5):**

#### **Station Snackchecker**

Erarbeiten des Zusammenhanges von Lebensweise und Energie- und Nährstoffbedarf eines Menschen; Kennenlernen der Nährstoff- und Kalorienmengen in verschiedenen Lebensmitteln

#### **Station Spurensucher**

Identifizierung von Zusatzstoffen in Zutatenlisten verarbeiteter Lebensmittel sowie Kennenlernen ihrer Funktion; Bewertung von Zusatzstoffen anhand der Broschüre „Was bedeuten die E-Nummern?“

#### **Station Selbsterkenner**

Reflektieren des eigenen Ess-Verhaltens mit Hilfe des „Selbsterkenner-Tests“

#### **Station Werbefrofi**

Analysieren verschiedener Werbeclips zu Getreideprodukten; kritisches Hinterfragen von Werbeaussagen sowie Erstellung eines eigenen Werbeplakates



Foto: VZ MV

### Station Chefkoch

Zubereitung eines Pestos mit Hilfe eines Grundrezeptes; Vergleich der Zusammensetzung des selbstgemachten mit der eines handelsüblichen Pestos

### Station Regionalspezialist

Bewertung von Werbeaussagen zur „Regionalität“; Erkennen irreführender Herkunftsangaben; Wissen testen beim Würfelspiel „Wer wird Regio-Fuchs?“

### Station Lebensmittelretter

Einblick in die Problematik „Lebensmittelwertschätzung“ und die Kennzeichnung mit Mindesthaltbarkeits- bzw. Verbrauchsdatum; Abwägen, welche Lebensmittel bei richtiger Lagerung auch nach Ablauf dieser Daten noch verzehrt werden können und welche unbedingt weggeworfen werden müssen



#### ZEITBEDARF

3 x 45 min

#### VORAUSSETZUNGEN

Raum im Erdgeschoss oder am Fahrstuhl  
5 Tischgruppen á 2 Tische und je 4-5 Stühle  
warme Abwaschmöglichkeit im Raum oder in der Nähe  
Tafel und mind. 1 Stellwand oder eine andere Möglichkeit zum Anbringen von Plakaten  
zwei Stromanschlüsse



#### KOSTEN

60,00 €

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:

Verbraucherzentrale M-V e.V. | Fachbereich Lebensmittel und Ernährung | Strandstraße 98 | 18055 Rostock

Tel.: (03 81) 208 70 17 | E-Mail: [ernaehrung@verbraucherzentrale-mv.eu](mailto:ernaehrung@verbraucherzentrale-mv.eu)



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages