

## Wörterverzeichnis

### *Consumer Citizenship*

<engl.> Verbraucherverhalten in der Schule

### *Consumer Literacy*

<engl.> Verbraucherkompetenz / Verbraucherbildung



### *Ernährungsbildung / Ernährungserziehung*

Ernährungsbildung und Ernährungserziehung sind nach unserem Verständnis nicht synonym zu verwenden. Vor allem im deutschen Sprachgebrauch steht der Begriff „Erziehung“ für Belehrung und Anleitung. Bezogen auf „Ernährungserziehung“ bedeutet das, dass vorrangig Konzepte der Aufklärung und Information sowie der Abschreckung angewendet werden. Im Verständnis von „Bildung“ also auch in der „Ernährungsbildung“ stehen die Persönlichkeits- und Kompetenzentwicklung der Schüler im Vordergrund, d.h. die individuelle Lebenssituation der Schüler rückt hierbei in den Mittelpunkt.

Ziel dieser Bildung ist es, den lebenslangen selbst bestimmten und verantwortlichen Umgang mit Essen, Ernährung und Nahrung zu gewährleisten und im Sinne von → **Nutrition Literacy** zu fördern. Dazu bedarf es der Vermittlung natur-, sozial- und kulturwissenschaftlichen Basiswissens sowie der Handlungskompetenzen für diese Aufgabenbereiche im Rahmen der Lebensführung. ([www.evb-online.de](http://www.evb-online.de))

### *Essgewohnheiten*

#### **Synonym: Nahrungsgewohnheiten / Ernährungsgewohnheiten**

Die Nahrungsaufnahme betreffende Verhaltensweisen (z.B. Vorlieben für bestimmte Speisen, Art der Zubereitung), Ernährungsgewohnheiten resultieren aus den Gegebenheiten der natürlichen Umgebung, sind anerzogen oder haben sich entwickelt. Zu den Umständen, die neben den verfügbaren Ressourcen die Ernährungsgewohnheiten bestimmen können, gehören z.B. Kultur, Religion, soziale Herkunft und Traditionen. (Brockhaus 2004, S. 183)

### *Esskultur*

[Sind] die auf das ernährungsbezogene Werte- und Normensystem ausgerichteten Einstellungen, Konventionen und die lebensstilbezogenen Eigenheiten einer Gesellschaft oder einer Gruppe. Die eigene Esskultur beeinflusst die Wahrnehmung und Interpretation der Ernährungsgewohnheiten anderer Kulturen, so dass sich Vorurteile, die nicht auf sachlichen Informationen oder Kenntnissen, sondern auf anerzogenen Denkschablonen beruhen, dadurch oft bestätigen. Die Esskultur ist über längere Zeiträume weitgehend konstant. Vor diesen seelischen und gesellschaftlichen Aspekten des Essens bzw. der Esskultur im Zusammenhang mit den aktuellen Trends der Körperkultur und des Schlankheitsideals in den technisierten Ländern ist auch die Ausbildung von Essstörungen zu sehen. Hervorzuheben ist die große Vielfalt von Esskulturen in verschiedenen Gesellschaften, insbesondere im Hinblick auf die Herausbildung von Nahrungsaversionen und Nahrungsvorlieben sowie von Nahrungstabus. (Lexikon der Ernährung, CD-ROM)

### *Genuss*

Genuss ist eine Bezeichnung für eine positive Sinnesempfindung, die mit körperlichem und / oder geistigem Wohlbehagen verbunden ist. Beim Genießen ist mindestens ein Sinnesorgan angesprochen. [...] Was als Genuss empfunden wird, ist subjektiv und damit individuell unterschiedlich. Voraussetzung ist die Genussfähigkeit [...]. (Wikipedia, <http://de.wikipedia.org/wiki/Genuss>).

### ***Gesundheit***

Gesundheit ist der Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen. (WHO 1948)

### ***Gesundheitsförderung***

Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen. Um ein umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden zu erlangen, ist es notwendig, dass sowohl einzelne als auch Gruppen ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Wünsche und Hoffnungen wahrnehmen und verwirklichen sowie ihre Umwelt meistern bzw. verändern können. In diesem Sinne ist die Gesundheit als ein wesentlicher Bestandteil des alltäglichen Lebens zu verstehen und nicht als vorrangiges Lebensziel. Gesundheit steht für ein positives Konzept, das in gleicher Weise die Bedeutung sozialer und individueller Ressourcen für die Gesundheit betont, wie die körperlichen Fähigkeiten. Die Verantwortung für die Gesundheitsförderung liegt deshalb nicht nur beim Gesundheitssektor, sondern bei allen Politikbereichen und zielt über die Entwicklung gesünderer Lebensweisen hinaus auf die Förderung von umfassendem Wohlbefinden hin. (Ottawa Charta, WHO 1986)

### ***grazing***

<engl.> nebenbei essen / herumnaschen

### ***Food Literacy***

<engl.> ...ist die Fähigkeit, den Ernährungsalltag selbstbestimmt, verantwortungsbewusst und genussvoll zu gestalten. (<http://food-literacy.org>)

### ***Konzept***

<lat.> erster Entwurf, Plan – Vorstufe der Konzeption

### ***Konzeption***

<lat.> klar umrissene Grundvorstellung, gedanklicher Entwurf

Eine Konzeption ist eine Festschreibung von Zielen und der daraus abgeleiteten Methoden und Maßnahmen zur Umsetzung eines Vorhabens.

Eine Konzeption im pädagogischen Bereich

- beschreibt eine gemeinsame pädagogische Zielstellung und deren Umsetzung,
- enthält Festlegungen zu Arbeitsschritten und zur Arbeitsorganisation, legt die pädagogischen Methoden der Umsetzung fest
- ermöglicht das aufeinander Aufbauen der thematischen Arbeit in verschiedenen Alters- bzw. Klassenstufen,
- schafft die Grundlage zur Überprüfung der geleisteten Arbeit im Sinne der Zielsetzung,
- ist Arbeitsgrundlage und -mittel für alle Beteiligten,
- erleichtert die Transparenz und Außendarstellung des eigenen Profils und der erreichten Ergebnisse. (LSJ, 2009)

**Lebensmittel, Nahrungsmittel**

... aus rechtlicher Sicht Stoffe, deren Bestimmung es ist, entweder in unverändertem oder zubereitetem Zustand vom Menschen verzehrt zu werden. Dies kann zum Zweck der Ernährung (Grundnahrungsmittel) oder zum Genuss sein. Dadurch grenzen sich Lebensmittel von Medikamenten (Pharmaka) ab. Unter dem Begriff „Ernährung“ wird die Versorgung des Organismus mit allen lebensnotwendigen Nährstoffen verstanden (Eiweiß, Kohlenhydrate, Fett, Vitamine, Mineralstoffe). Bei den Produkten, die zum → **Genuss** verzehrt werden, handelt es sich z. B. um Lebensmittel, die wegen ihrer anregenden Wirkung verzehrt werden. Hierzu zählen unter anderem z. B. Tee und Kaffee. Die Definition erfolgt in Deutschland im Lebensmittel- und Bedarfsgegenständegesetz [...]. Im europäischen Gemeinschaftsrecht gibt es keinen einheitlichen Begriff „Lebensmittel“, jedoch werden in der Regel entsprechende Erzeugnisse darunter verstanden, vgl. Lebensmittelbuch. (Lexikon der Ernährung)

**Nahrungsvorlieben****Synonym: Nahrungspräferenzen, Lebensmittelpräferenzen**

Bevorzugung bestimmter Nahrungsmittel. Nahrungsvorlieben werden durch genetische Faktoren und Umwelteinflüsse bestimmt. Die Vorliebe für Süßes ist stark genetisch determiniert (Süßpräferenz). [...] Eine Verstärkung der Vorliebe für Süßes erfolgt weiterhin durch Umweltzusammenhänge, wenn z. B. süße Lebensmittel als Belohnung gegeben werden oder mit Aufmerksamkeitszuwendung verbunden sind. Auch die Präferenz für Salziges scheint weitgehend vererbt zu sein, während bei der Vorliebe für Milch und Milchprodukte der genetische Einfluss weniger deutlich ist, aber dennoch vorhanden zu sein scheint. [...] Wesentlich für die Ausbildung von Nahrungsvorlieben ist der soziokulturelle Lernprozess, der sich durch große Verhaltenskontinuität über Generationen auszeichnet. Eine mehr oder minder ausgeprägte Geschmackspräferenz wird dabei allein durch das häufige Vorsetzen einer Speise erreicht (mere exposure effect <engl.>). Dadurch werden kulturelle und regionale Verzehrsgewohnheiten an Folgegenerationen weitergegeben (→ **Esskultur**). Auch individuelle Nahrungsvorlieben werden von Bezugspersonen an Kinder übertragen, wobei die Übereinstimmung zwischen Eltern und Kindern bei Präferenzen deutlich geringer ist als bei Aversionen. (Lexikon der Ernährung)

**Nutrition Literacy**

<engl.> Ernährungskompetenz / Ernährungsbildung

**Projekt**

<lat.> Plan, Unternehmung, Entwurf, Vorhaben

Von einem Projekt kann gesprochen werden, wenn...

- es klar formulierte, konkrete Projektziele gibt.
- das Projekt an einem festen Termin beginnt und an einem geplanten Termin endet.
- das Budget (Kosten, aufzuwendende Arbeitszeit) zu Beginn des Projektes geplant wird.
- es für das Projekt eine eigenständige Projektorganisation gibt.
- im Projekt planmäßig und systematisch vorgegangen wird.
- Es keine Routinetätigkeit von geringem Aufwand, sondern eine neuartige, komplexe Aufgabe ist. (Friedrich Ebert Stiftung 1998, S. 11)

**Regalhaltbarkeit**

Unter Regalhaltbarkeit versteht man das lange Haltbarmachen von Nahrungsmitteln (z.B. Fertigprodukte, Margarine, Frittiertes) durch Zugabe von gehärteten pflanzlichen Fetten. Diese Fette haben in der Regel keinen zusätzlichen Nährwert sondern sind eher gesundheitsschädlich.

### **Verbraucherbildung**

...in Schulen, ist zentraler Bestandteil einer Grundbildung für die alltägliche Lebensgestaltung in der modernen Konsumgesellschaft. Ziel dieser Bildung ist die Vermittlung von → **Consumer Literacy** (Verbraucherkompetenzen). Das heißt Verbraucherbildung soll den lebenslangen reflektierten und selbstbestimmten Umgang mit der individuellen Konsumentenrolle ebenso ermöglichen wie die Übernahme von Verantwortung für das eigene Konsumhandeln im Sinne von → **Consumer Citizenship** (Verbraucherverhalten). Schüler sollen also motiviert und befähigt werden, Rahmenbedingungen selbst aktiv zu gestalten. Dazu bedarf es der Vermittlung von Kompetenzen für die Ausgestaltung des individuellen Ressourcenmanagements, für die Gewährleistung der individuellen Beiträge zur ökonomischen und sozialen Sicherung und für die Entwicklung und Umsetzung nachhaltiger Lebensstile. ([www.evb-online.de](http://www.evb-online.de))

### *Literatur- und Quellennachweis*

Ernährungs- und Verbraucherbildung im Internet. <<http://www.evb-online.de>>, 25.11.2009

Food Literacy. Schmackhafte Angebote für die Erwachsenenbildung und Beratung. <<http://food-literacy.org>>, 25.11.2009

Friedrich Ebert Stiftung (Hrsg.): *Projektmanagement. Verfahren und Instrumente für erfolgreiche Projektarbeit in Vereinen und Verbänden*. Bonn 1998.

Lexikonredaktion des Verlages F.A. Brockhaus (Hrsg.): *Der Brockhaus Ernährung. Gesund essen, bewusst leben*. 2. überarb. Auflage. Mannheim 2004.

Maid-Kohnert, U. u.a.: *Lexikon der Ernährung*. CD-ROM-Ausgabe. Spektrum Verlag 2002.

Landesarbeitsstelle Schule - Jugendhilfe Sachsen e.V. (Hrsg.): *Fit mit Genuss – Ernährungsbildung in Schulen. Ein Leitfaden für Lehrerinnen und Lehrer*. Dresden 2009.

Weltgesundheitsorganisation (WHO): *Definition Gesundheit*. 1948. <<http://www.who.dk>>

Weltgesundheitsorganisation (WHO): *Ottawa Charta*. 1986. <<http://www.who.dk>>

Wikipedia: *Definition Genuss*. <<http://de.wikipedia.org/wiki/Genuss>>, 25.11.2009