

Pflanzformation – Ernährungskompetenz zwischen Klima, Politik und Beruf

Bildungsurlaub

Montag – Ernährung, Gesundheit und Gesellschaft

- 10:00 – 11:00** Begrüßung, Einführung in Ernährung als gesellschaftliches Thema
- 11:15 – 12:45** Ernährungsphysiologie, Gesundheit und Ernährung im Arbeitskontext, Ernährung als politische Aufgabe
- 14:00 – 15:30** Mikronährstoffe und pflanzenbasierte Ernährung, kognitive Leistungsfähigkeit und kultureller Wandel
- 15:45 – 18:00** Ernährungsmuster im Wandel – politische und gesellschaftliche Einflussfaktoren

Dienstag – Globale Ernährungssysteme und Verantwortung

- 09:00 – 10:30** Globale Ernährungssysteme, Machtverhältnisse und politische Zusammenhänge
- 10:45 – 12:15** Proteinquellen im internationalen Vergleich: Nachhaltigkeit, Ethik und Ressourceneffizienz
- 13:30 – 14:45** Meal Prep für den Berufsalltag – praktische Zubereitung gesunder Komponenten
- 15:00 – 17:30** Ernährung als soziale und politische Praxis, nachhaltiges Ernährungshandeln im Berufsalltag

Mittwoch – Nachhaltigkeit und Ernährung im politischen Raum

- 09:00 – 10:30** Regionale Ernährung, Klima und Konsumethik
- 10:45 – 12:15** Naturzugang, Ernährung und gesellschaftliche Verantwortung
- 13:30 – 15:00** Exkursion zu Biodiversität, Ernährungsgerechtigkeit und Ernährungssouveränität
- 15:15 – 17:30** Selbstversorgung, Konsum und politische Handlungsmöglichkeiten

Donnerstag – Ernährungskompetenz und politische Dimensionen

- 09:00 – 10:30** Lebensmittelpolitik und gesellschaftliche Steuerung
- 10:45 – 12:15** Entwicklung politischer Forderungen für eine gesunde und nachhaltige Ernährung
- 13:30 – 15:00** Alltagsgerichte analysieren und gesunde Alltagskomponenten praktisch zubereiten
- 15:15 – 18:00** Ernährung, Fairness und Gerechtigkeit, Verbraucher*innenrechte und demokratische Teilhabe

Freitag – Transfer, Reflexion und Wirkung

- 09:00 – 10:30** Ernährung als Hebel gesellschaftlicher Veränderung
- 10:45 – 12:15** Berufstaugliche Wochenplanung für eine gesunde und nachhaltige Ernährung
- 13:15 – 15:00** Abschlussreflexion, Transfer in den Alltag
- 15:00 – 15:15** Feedback, Evaluation und Verabschiedung

Alle nicht genannten Zeiten sind Pausenzeiten / freie Zeiten