

# Seminar „Ernährungsökologie - Zukunftsfähiger Ernährungsstil“

## Lehrangebot im WS 2002/03 für Studierende der Ökotrophologie an der Fachhochschule Münster

Lehrbeauftragter: Dr. oec. troph. Karl von Koerber,  
Beratungsbüro für Ernährungsökologie, München,  
Lehrbeauftragter der TU-München/Weihenstephan  
Assistentin: Dipl. Ernährungswissenschaftlerin Sonja Grundnig

### Freitag, 11. 10. 2002, 10.00 (s. t.) – 18.30 Uhr

10.00 - 11.30 Begrüßung, Ablauf des Seminars, Persönliches Kennenlernen,  
(s. t.) Inhaltliches Näheren ans Thema (Arbeits-Spiel)

#### **11.30 – 13.00 Mittagspause**

13.00 – 14.30 **Die Konzeption der Ernährungsökologie**  
- Vier Dimensionen der Nachhaltigkeit: ökologische, soziale,  
ökonomische und gesundheitliche Dimension  
- Aktuelle Problematik in den vier Dimensionen und  
- Zusammenhang mit der Ernährung  
- Ergebnisse aus Studien zur Nachhaltigen Ernährung  
- Grundsätze für einen zukunftsfähigen/nachhaltigen Ernährungsstil

15.00 - 16.30 **Grundsatz: Überwiegend lakto-vegetabile Ernährung**  
- Begründungen  
- Die Gießener Vollwert-Ernährungs-Studie (**Referat 1**)

17.00 - 18.30 **Einschätzung des eigenen Ernährungsverhaltens**  
(Arbeitsgruppen)

## **Samstag, 12. 10. 2002, 9.00 – 18.00 Uhr**

- 9.00 - 10.30 (s. t.)     **Grundsatz: Gering verarbeitete Lebensmittel**  
- Begründungen  
**Grundsatz: Regionale und saisonale Produkte (Referat 2)**
- 11.00 - 12.30     **Grundsatz: Sozialverträgliche Produkte**  
- Begründungen  
- Fairer Handel mit Entwicklungsländern (**Referat 3**)
- 12.30 - 14.15     Gemeinsames Brunch** mit selbst mitgebrachten Gerichten (?)  
**Grundsatz: Genuss beim Essen**
- 14.15 – 16.00     **Grundsatz: Ökologisch erzeugte Lebensmittel**  
- Motive und Richtlinien des Öko-Landbaus (**Referat 4**)  
- Video über ökologische Landwirtschaft
- 16.30 – 18.00     **Die „Preis-Frage“:** Warum können konventionelle Erzeugnisse so billig sein? Öko-Lebensmittel dürfen uns mehr wert sein!  
- Fakten zu Preisen für Lebensmittel (**Referat 5**)  
- Diskussion
- anschl.             **Gemeinsames Abendessen (?)**

## **Sonntag, 13. 10. 2002, 8.30 – 14.00 Uhr**

- 8.30 – 9.00 (s. t.)     **Aspekte der Esskultur**
- 9.00 - 10.30     Erarbeitung eines „**Ernährungsökologischen Einkaufsführers**“  
(Arbeitsgruppen)
- 11.00 - 12.30     Vorstellung der Ergebnisse der Arbeitsgruppen  
**Empfehlungen für die Lebensmittelauswahl**  
(Diskussion, Fragen)
- 13.00 - 14.00     **Abschlussrunde** und Evaluierung des Seminars

**Ort:** Raum 218

**Höchsteilnehmerzahl:** 20

**Rückfragen:** Karl v. Koerber, 089/65102131, E-Mail: koerber@wzw.tum.de

**Homepage:** [www.wzw.tum.de/ernaehrungsoekologie](http://www.wzw.tum.de/ernaehrungsoekologie)

**Anmeldung:** bei Prof. Groneuer