



## Workshop-Dokumentation

Connect Workshop vom 23. Januar bis zum 29. Januar 2015 zum Thema:

*„Neue Wege für eine bewusste Ernährung in der Region.“*

Programmleitung: Laura Keders und Jörg Miller



GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung



## **Inhalt**

Was ist Connect? .....	4
Der Rahmen des Workshops .....	5
Die Projekte .....	6
Duisfood – Schmecken, fühlen, erleben – Essen verbindet .....	6
Smoothomat – Healthy 2 Go .....	8
Eat and meet – Hamborn kocht .....	10
Obst bewegt – Sei dabei!.....	12
I’m your foodie bag – please cook me.....	14
Lecker Schmecker – die FamilienApp für den Esstisch.....	16
Leibniz Snack – Das schnellste Fast Food der Welt .....	18

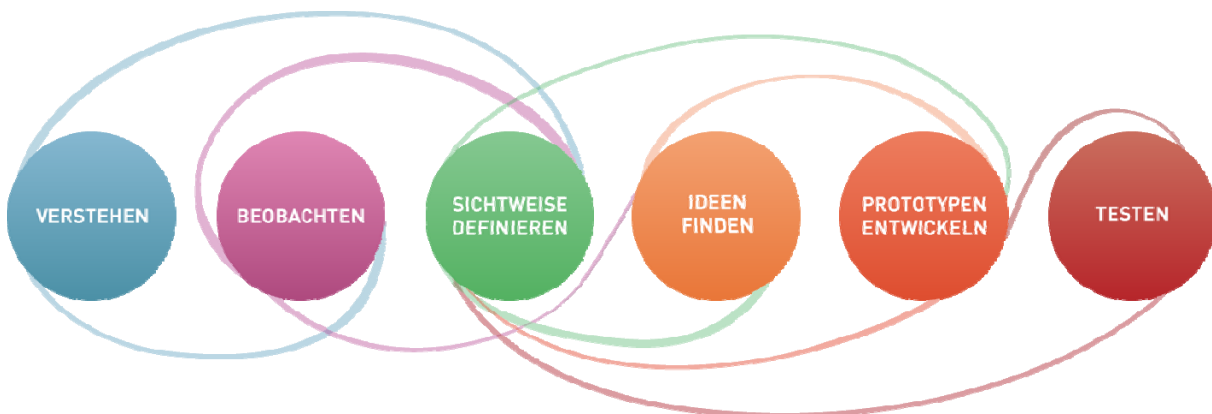
Die einzelnen Projektberichte wurden von Studierenden des Workshops verfasst und von der Projektleitung redigiert.

## Was ist Connect?

Connect vermittelt Schülern und Schülerinnen der Oberstufe und Studierenden in der ersten Studienphase einen erfahrungsorientierten und transdisziplinären Lern- und Innovationsansatz. Schüler und Schülerinnen, Studierende und Lehrende arbeiten gemeinsam an einer gesellschaftlich relevanten Fragestellung mit regionalem Bezug und entwickeln Lösungsideen. Die kooperative Arbeitsform und Durchführung an Schulen gewährleistet einen niedrigschwiligen Zugang zu wissenschaftlichem Denken, Methoden des forschenden Lernens sowie zur Universität als Organisation.

Das Programm findet im Rahmen eines einwöchigen Workshops statt. Die Schüler und Schülerinnen und Studierenden arbeiten in interdisziplinären Kleingruppen und werden jeweils von einem/einer Lehrenden gecoacht. Ergänzend finden im Rahmen des Workshops thematisch abgestimmte Exkursionen statt.

Connect arbeitet mit der Methode des Design Thinking<sup>1</sup>. Diese Innovationsmethode basiert auf den Phasen des Verstehens (mit theoretischem Input), des Beobachtens (Feldphasen), des Experimentierens und Anwendens, mit dem Ziel, ein marktfähiges Produkt bzw. einen Lösungsansatz zu entwickeln. Es ist ausdrücklich erwünscht und im Sinne der Nachhaltigkeitsstrategie der Universität Duisburg-Essen (UDE), dass der Prototyp bzw. der entwickelte Lösungsansatz auch nach Beendigung des Workshops weitergeführt wird.



### Der Design Thinking Prozess

Quelle: In Anlehnung an HPI School of Design Thinking

---

<sup>1</sup> Design Thinking hat seinen Ursprung im Produktdesign und geht davon aus, dass die Bearbeitung komplexer Probleme von Menschen unterschiedlicher Disziplinen zu innovativen und nutzerfreundlichen Lösungsansätzen führt. PLATTNER ET AL. (2009, 103) definieren Design Thinking als „[...] eine Heuristik, die ganz bestimmte Verfahrensschritte vorgibt, die sich in der Praxis in einer bestimmten Abfolge als zweckmäßig erwiesen haben und die unter ganz bestimmten Bedingungen, nämlich in einem multidisziplinären Team, ihr vollständiges Erfolgsspektrum entfalten können.“ Design Thinking findet zunehmend in der Schul- und Hochschuldidaktik Anwendung.

## Der Rahmen des Workshops

Der *Connect* Workshop fand vom 23. Januar bis zum 29. Januar 2015 an der Gottfried-Wilhelm-Leibniz-Gesamtschule in Duisburg Hamborn zu dem Thema „Neue Wege für eine bewusste Ernährung in der Region“ statt. Die teilnehmenden Schüler und Schülerinnen besuchten die 11. Klasse der Oberstufe.



Die Schüler und Schülerinnen und die UDE-Studierenden entwickelten in einer Woche gemeinsam Lösungen für eine bewusste Ernährung in der Region. Ein Vortrag von Dr. Philip Stierand, Autor des Buches *Speiseräume* und des gleichnamigen Blogs und eine parallel stattfindende Exkursion zum Urban Gardening Projekt Rheinhausen der *gebag*, wurden als Einstieg genutzt, um sich dem Thema zu nähern.

Um die Problemdefinition möglichst offen und individuell zu gestalten, wurde das Thema nicht weiter eingegrenzt. Ein Dozententeam aus verschiedenen Fachbereichen der UDE (Anglophone Studies, Bildungswissenschaften, Betriebswirtschaftslehre, Design mit dem Schwerpunkt Urbanistik, Industrie-/Kommunikationsdesign und Politikwissenschaften) begleitete den Innovationsprozesse in den Gruppen, vor dem Hintergrund ihrer jeweiligen Disziplinen.

Zum Abschluss des Workshops wurden die Ideen von den Jurymitgliedern Frau Brigitte Grandt (Entwicklungsgesellschaft Duisburg mbH), Frau Dr. Lisa Mense (Universität Duisburg-Essen), Herrn Volker Mosblech (2. Bürgermeister der Stadt Duisburg) sowie Herrn Christian Folgner (Wirtschaftsförderung Duisburg) prämiert.

## Die Projekte

### Duisfood – Schmecken, fühlen, erleben – Essen verbindet

Essen soll schnell, günstig, einfach und geschmackvoll sein. Viele Kriterien, die erfüllt werden sollen, die Frage ist nur wie?!

Eine durchgeführte, nicht repräsentative Umfrage, hat ergeben, dass der Großteil der Befragten in Hamborn beim Discounter und auf dem türkischen Markt einkaufen, um beispielsweise typische Gewürze aus der Heimat erhalten zu können. Oft werden Gerichte aus dem Herkunftsland gekocht, typisch für Bürger mit türkischem Migrationshintergrund ist, dass sie "Helal<sup>2</sup>" essen.



Es stellt sich folglich die Frage: Wie kann das große kulturelle Potenzial im Stadtteil Hamborn ausgeschöpft werden?<sup>3</sup>

Mit der Organisation *Duisfood – Schmecken, fühlen, erleben – Essen verbindet*, ist es möglich Kultur und Essen zu kombinieren. Durch mehrere Aktivitäten sollen Bürger, vorrangig des Stadtteils Hamborn, Zusammenkommen um durch gemeinsames Essen Integration zu schaffen. Die ersten Vorhaben um die Organisation bekannt zu machen, sind ein Foodfestival und eine Foodbox.

Für das *Interkulturelle Geschmacksfestival* ist geplant, verschiedene Stände mit typischen Gerichten aus zahlreichen Kulturen, anzubieten. Es soll möglich sein, die Speisen zu probieren, sich darüber zu unterhalten und gemeinsam neue Dinge zu erleben.

Doch die Erlebnisse und Erfahrungen sollen nicht nur für den kurzen Moment auf dem *Interkulturellen Geschmacksfestival* währen, sondern darüber hinaus anhalten. Deshalb soll jeder Besucher mit der *Foodbox* die Möglichkeit haben, Geschmackserlebnisse mit nach Hause zu nehmen.

Die Foodbox, bzw. die *Home of multiplicity-Box*, soll neu entdeckte Lebensmittel mit Rezepten und zusätzlichen Informationen, wie Anbauregionen und weiteren spannenden Facts, enthalten. So wäre beispielsweise eine *Home of multiplicity-Box* der Türkei möglich, in der ein Rezept für Mercimek Corbasi (Rote Linsensuppe) und Aci Biber (Chiliflocken) mit Informationen zu Herkunft und Verwendung zu finden wären.

---

<sup>2</sup> „Der aus dem Arabischen stammende Begriff (auf Türkisch: „helal“) umfasst alle Dinge und Handlungen des täglichen Lebens, die aus islamischer Sicht gestattet sind – unter anderem in Bezug auf das, was gegessen und getrunken werden darf.“ aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V. URL: <http://www.aid.de/verbraucher/halal-ernaehrung.php>, Stand: 17.03.2015.

<sup>3</sup> Neben den bereits angesprochenen Bürgern und Bürgerinnen mit Migrationshintergrund erweitert sich das kulturelle Potenzial auch durch die 17 021 dort beheimateten nicht deutscher Staatsangehörigkeit (vgl. Duisburger Bevölkerungsstatistik, URL: [http://www.duisburg.de/vv/l-03/medien/Einwohner\\_nach\\_Deutschen\\_und\\_Auslaendern\\_am\\_31122014.pdf](http://www.duisburg.de/vv/l-03/medien/Einwohner_nach_Deutschen_und_Auslaendern_am_31122014.pdf), Stand: 18.03.15).

Genau zugeschnitten auf den Stadtteil Duisburg-Hamborn, ermöglicht *Duisfood* allen gesellschaftlichen Schichten und Kulturen zu kommunizieren, gemeinsam zu erleben und zu entdecken.

Es gibt bereits einige Ansätze, um in kulturell vielfältigen Städten wie Duisburg Integration zu schaffen. Diese finden allerdings oft keinen Anklang und werden von den anvisierten Zielgruppen nicht wahrgenommen.

*Duisfood* könnte das Vorläufermodell für viele andere Stadtteile beziehungsweise Städte sein. Bedingt durch den hohen Anteil an Einwohnern mit Migrationshintergrund, bieten viele Städte in Deutschland die richtigen Voraussetzungen um Foodfestivals, Kochabende und Ähnliches zu organisieren.

Die Umsetzung von Foodfestivals ist im Verhältnis zu der Wirkung mit recht geringem Aufwand und Kosten verbunden. Ein wichtiger Aspekt ist, dass alle Vorhaben freiwillig geschehen sollen. Die Integration aller liegt jedem am Herzen und wird bereits mit öffentlichen Programmen gefördert. So könnten, auch in diesem Fall, die geringen Kosten beispielsweise durch Unterstützungen der Stadt Duisburg<sup>4</sup> oder des Bundesministeriums für Migration und Flüchtlinge<sup>5</sup> gedeckt werden. Eine Location ist bereits ausgesucht, der Landschaftspark Nord ist ein bewährter Austragungsort für Festivals und bietet durch seine Lage gute Voraussetzungen für ein *Interkulturelles Geschmacksfestival*. So ist die Organisation *Duisfood* lediglich für die Rahmenbedingungen zuständig, um *Schmecken, fühlen, erleben – Essen verbindet* –, umzusetzen.



**Projektteam:** Pierre Kramann Musculus (Dozent), Daniel Busse, Marcel Gurk, Michele Kowalczyk, Sema Öztürk, Kevin Werth, Marie Zimmermann

**Bericht:** Dora Jelena Kerdic

---

<sup>4</sup> Vgl.: Kommunales Integrationszentrum: [http://www.duisburg.de/vv/ob\\_6/](http://www.duisburg.de/vv/ob_6/)

<sup>5</sup> Vgl.: Integrationsprojekte vor Ort, BAMF, URL:

[http://www.bamf.de/DE/Willkommen/Integrationsprojekte/Engagement/engagement-node.html;jsessionid=D8C480641F0044CF4040AB4D2512CAFC.1\\_cid286](http://www.bamf.de/DE/Willkommen/Integrationsprojekte/Engagement/engagement-node.html;jsessionid=D8C480641F0044CF4040AB4D2512CAFC.1_cid286), Stand:03.03.15.

## Smoothomat – Healthy 2 Go

Sich gesund zu ernähren stellt in der modernen Gesellschaft eine immer größere Herausforderung dar. Zeitdruck, mangelnde Angebote oder der unschlagbare Preis von Fastfood sind einige der Gründe, weshalb sich immer mehr Menschen immer ungesünder ernähren.

Diese Fehlernährung führt langfristig zu einem immer größeren Anstieg sogenannter „Wohlstandskrankheiten“, also solchen Krankheiten, die durch eine über längere Zeit stattfindende, falsche Nährstoffaufnahme entstehen oder zumindest begünstigt werden.

Eine nähere Betrachtung dieses Problems lässt einen schnell feststellen, dass es sich hierbei keineswegs um eine bewusste Fehlernährung handelt, sondern vielmehr um Unwissenheit und Bequemlichkeit.

Um dieser Entwicklung etwas entgegensetzen zu können, gibt es unterschiedliche Möglichkeiten. Eine naheliegende ist, dass der Verbraucher stärker aufgeklärt werden muss. Die Lösung des Problems kann aber auch wo anders liegen, so können beispielsweise die sich ändernden Essgewohnheiten aufgegriffen und im Sinne der Gesundheitserziehung genutzt werden.

Die Entwickler des *Smoothomat* sind diesen Schritt gegangen. Der Name des Produktes lässt den Verbraucher schon ahnen, worum es hierbei geht. Der *Smoothomat* ist ein Automat, der Smoothie frisch herstellt. Das Ausgefallene an dieser Erfindung ist, dass dies auf möglichst nachhaltige Art und Weise geschieht. Beispielsweise werden die Smoothies aus tiefgefrorenen Früchten, aus der Überproduktion regionaler Landwirtschaftsbetriebe, produziert. So können gleich mehrere Nachhaltigkeitsaspekte miteinander verbunden werden. Die Verwendung von Produkten der umliegenden landwirtschaftlichen Betriebe leistet einen Beitrag zur Regionalität und fördert die örtliche Wirtschaft. Gleichzeitig bedeutet die Verwendung regionaler Erzeugnisse, dass keine großen Transportwege benötigt werden. Auf diese Weise leistet der *Smoothomat* auch einen Beitrag zum Klimaschutz.

Die Smoothies sollen in verschiedenen Größen verfügbar sein und so den individuellen Anforderungen der Verbraucher gerecht werden.

In einem zweiten Schritt könnte über die Einrichtung von „Flagshipstores“ nachgedacht werden. In diesen Geschäften könnte dann eine noch breitere Auswahl an Zutaten angeboten werden. Auch eine allgemeine Erweiterung der Produktpalette wäre denkbar, so könnte man auch über ein Angebot von Müsli oder anderen Produkten auf Getreidebasis nachdenken.

Es handelt sich beim *Smoothomat* also um eine innovative Idee mit großem Potential. Zur Realisierung der Idee ist es natürlich noch ein weiter Weg. Es müssen Investoren gefunden werden und die genaue technische Umsetzung muss erarbeitet werden. Es ist geplant, dass die Entwicklung des *Smoothomat* an der Universität Duisburg-Essen stattfinden soll. So haben die Studierenden auf der einen Seite einen starken Praxisbezug während ihres Studiums, da sie ein Produkt mitentwickeln können, welches später





tatsächlich auf den Markt gebracht wird. Auf der anderen Seite können so die Kosten für die Entwicklung relativ gering gehalten werden.

Die Entwickler sind davon überzeugt, dass in Zukunft an jeder Ecke ein *Smoothomat* stehen wird und einen Beitrag zur gesunden Ernährung, zur Förderung der regionalen Landwirtschaft und zum Umweltschutz leisten wird.



**Projektteam:** Sylke Lützenkirchen (Dozentin), Hatice Aytaskin, Hasret Dogan, Leonie Lambertz, Doreen Liebelt, Melina Stiefelhagen,

**Bericht:** Nils Sotmann und Marcel Jechoreck



## Eat and meet – Hamborn kocht

Das Thema Ernährung scheint auf den ersten Blick simpel zu sein. Doch bei genauerer Betrachtung wird jedem klar, wie viele Problematiken sich dahinter verbergen. Was ist gesundes Essen? Wie koche ich richtig? Wo kaufe ich ein? Was bedeutet das für mich und meine Umgebung? Diese und noch viele Fragen ergeben sich.

Eine tiefgehende Analyse des Themas Ernährung verdeutlicht dessen Komplexität und Ambivalenzen. Auf der Grundlage nichtrepräsentativer Interviews ließen sich für die Bewohner des Duisburger Stadtteils Hamborn folgende Problematiken feststellen: geringe Kenntnisse und Kompetenzen im Themenfeld, kein Spaß am Thema, mangelnde Zeit und Möglichkeiten, fehlende Anreize.



Eine Hierarchisierung der Problematiken zeigt die herausragende Bedeutung der Motivation für eine bewusste Ernährung. Dies führt zu der Frage: „Wie können wir Spaß und Interesse für eine langfristige Verbesserung, hin zu einer gesunden und ausgewogenen Ernährung wecken, die Jugendliche im Alter von 16-25 auf das Leben vorbereitet?“

Die Zielgruppe wurde ausgewählt, da eine langfristige Wirkung angestrebt wird. Ebenso wichtig ist, dass der Lernerfolg mit Spaß und nicht mit Zwang erzielt werden soll. Personen der Zielgruppe sollten sich dem Thema freiwillig und gerne öffnen.

Aus dieser Fragestellung heraus und um einen Lösungsansatz für die Problematik zu entwickeln, wurde eine App mit dem Namen *eat and meet* konzipiert. Da es um den Standort Hamborn ging, wird diese App zunächst lokal für Hamborn entwickelt. Sie hat aber definitiv das Potenzial auf andere Städte übertragen zu werden.

Die App hat verschiedenste Funktionen, die über Menüpunkte verwaltet werden können. Es werden News angezeigt, wie beispielsweise: Wo findet etwas statt und was gibt es Neues? Um möglichst breite Teile der Zielgruppe zu erreichen, bedarf es einer strategischen Produkteinführung.

Als zielführend wird hier eine Doppelstrategie, zum einen per social media und zum anderen über ein „Street-Food-Festival“, auf dem die Nutzer gleich die erste große Neuerung kennen lernen kann, eingeschätzt.

Die App versucht darüber hinaus mit Kooperationspartnern offene Küchen zu schaffen. Offene Küchen sind Küchen von beispielsweise Schulen, die in der Nachmittags- und Abendzeit nicht genutzt werden. Hier sollen neue Treffpunkte geschaffen werden, an denen zusammen gekocht und der persönliche Kontakt zu anderen gepflegt werden kann. Die Jugendlichen sollen lernen für sich selbst zu sorgen.

Der nächste Menüpunkt der App ist das Kochbuch. Hier werden je nach gewünschten Auswahlkriterien Rezepte vorgeschlagen, die zu den Bedürfnissen des jeweiligen Nutzers passen.

Das zugrunde liegende Selektionskonzept heißt: 2 aus 6 und es stehen folgende Kategorien zur Auswahl:

1. AUSGEWOGEN 2. REGIONAL 3. EINFACH 4. SCHNELL 5. LECKER 6. GÜNSTIG.

Alle 6 Kategorien zu vereinen würde das Rezeptspektrum sehr einschränken, deswegen muss eine Auswahl getroffen werden.

Da das Thema Ernährung mit Spaß angegangen werden soll, ist eine Registrierung in der App möglich um die Funktion Map zu nutzen. Die Map zeigt registrierte Mitglieder an und man kann sich über die Chatfunktion zum Kochen in den Offenen Küchen verabreden. So soll den Jugendlichen gezeigt werden, dass sie nicht alleine gelassen werden mit diesem schwierigen Thema. Dieser Zusammenhalt soll langfristig ihr Bewusstsein für das Thema Ernährung stärken. Es wird gehofft, dass neue Mitglieder Hilfe von denjenigen bekommen, die schon länger dabei sind (Peeransatz) und das so Ernährung kein Thema mehr ist, das einem langweilig und nutzlos erscheint.

Eine vergleichbare App ist auf dem Markt nicht vorzufinden und das Prinzip der Offenen Küche gibt es bis jetzt auch noch nicht in dieser Form. Es gibt viele Kochbücher, die für junge Menschen geschrieben sind, doch der Gruppen- und Gemeinschaftsansatz wird dabei nicht berücksichtigt. Es ist signifikant das alles was bereits vorhanden ist voraussetzt, dass sich die Jugendlichen sowieso schon mit dem Thema auseinandersetzen und Lust darauf haben. Das innovative an dieser App ist, dass sie versucht die Freude zu wecken und dafür mit den offenen Küchen reale Räume schafft.

App's sind im heutigen Zeitalter gut umzusetzen in der Entwicklung sowie in der Nutzung, da ein Großteil aller Sechzehn- bis Fünfundzwanzigjährigen ein Smartphone besitzt.

Da für die offene Küche auf bereits bestehende Küchen zurückgegriffen werden soll, minimiert sich das zu investierende Startkapital, sowie die schwierige Suche nach einem geeigneten Standort. Denn wo eine Schule ist, sind auch Jugendliche. Die Finanzierung könnte des Weiteren über ausgewählte Lebensmittelhersteller erfolgen, diese haben die Möglichkeit in der App Werbung zu schalten. Denkbar wären auch regionale Bauern, die ihre saisonalen Produkte gegen Bezahlung bewerben.

**Projektteam:** Ariane Moellmann (Dozentin), Elvan Emir, Patrick Hettenberge, Mike Margciok, Larissa Michalik, Lena Reidick und Thilip Sritharan

**Bericht:** Pia Klappert



## Obst bewegt – Sei dabei!

Grundschulen sollen Basiswissen vermitteln, von dem junge Menschen in ihrem weiteren Leben profitieren können. Hierbei handelt es sich um Grundkenntnisse wie z.B. Lesen, Schreiben und Rechnen. Allerdings sind die Schüler auch darauf angewiesen, sich bewusst zu ernähren.

Schüler ernähren sich jedoch meist so, wie ihre Eltern es für sie vorsehen und können damit zunächst kein eigenes Bewusstsein dafür entwickeln was ihrem Körper Energie liefert und was nicht. Die Frage ist nun: „Wie kann man den Grundschulern ein solches Bewusstsein näher bringen?“

Ein wichtiger Aspekt zur Beantwortung dieser Frage ist sicherlich eine klare Definition davon, was bewusste Ernährung überhaupt ausmacht. Nach wissenschaftlichen Erkenntnissen ist eine ausgewogene und vitaminreiche Ernährung besonders für Kinder förderlich.

Ein großer Vitaminlieferant für den menschlichen Körper kann in Obst gesehen werden, dessen Konsum von Wissenschaftlern und Ernährungsexperten stets empfohlen wird<sup>6</sup>. Das Projekt *Obst bewegt* soll Grundschüler daher spielerisch dazu motivieren mehr Obst zu essen. Ergebnis einer nicht repräsentativen Umfrage im Stadtteil Hamborn, bei der unter anderem eine Lehrerin der Abtei Grundschule in Hamborn befragt wurde, war, dass viele Kinder heutzutage nicht mehr alle regional üblichen Obstsorten kennen. An dieser Erkenntnis setzt das Projekt *Obst bewegt* an.

Ziel des Projektes ist es, Grundschulern in einer Obstolympiade<sup>7</sup> den Bezug zu Obst als Energielieferant spielerisch erkennen zu lassen. Der Aufbau soll hier ähnlich wie bei den Bundesjugendspielen oder einer Olympiade verwirklicht werden. Es gibt 4 Disziplinen die jedoch nach Belieben austauschbar und oder erweiterbar sind. Disziplinen könnten ein Bananen-Staffellauf sein, bei dem die Kinder in ihrer jeweiligen Staffel eine Banane als Staffelstab<sup>8</sup> verwenden. Auf diese Weise würden die Kinder motiviert sich zu bewegen und könnten anschließend die verwendete Banane essen um die verbrauchte Energie des Laufes wieder aufzutanken. Eine weitere Disziplin könnte das Kirschkernelweitspucken sein und eine andere ein Obstquiz bei dem man zwischen verschiedenen Beerensorten unterscheiden muss. Eine letzte Disziplin könnte das Orangenpressen sein. Hierbei würden sich die Grundschüler frischen Orangensaft pressen und direkt den Zusammenhang zwischen Energieaufwand und Energierückgewinn erkennen.



<sup>6</sup> Vgl. u.a. <http://www.dge.de/ernaehrungspraxis/vollwertige-ernaehrung/10-regeln-der-dge/> und [https://campus.tum.de/tumonline/LV\\_TX.wbDisplayTerminDoc?pTerminDocNr=4493](https://campus.tum.de/tumonline/LV_TX.wbDisplayTerminDoc?pTerminDocNr=4493) beide Stand 05.02.2015.

<sup>7</sup> Der Begriff Obstolympiade bindet sich hierbei nicht zwangsläufig an die olympischen Disziplinen und kann nach Belieben ersetzt werden.

<sup>8</sup> Z.B. die Bananenboxen von tupperware verhindern das Entstehen von Druckstellen (vgl.: [http://www.amazon.de/Tupperware-Bananen-Box/dp/B00140F4RO/ref=sr\\_1\\_fkmr1\\_3?ie=UTF8&qid=1424185388&sr=8-3-fkmr1&keywords=Tupperware+Bananen+Tupperbeh%C3%A4lter](http://www.amazon.de/Tupperware-Bananen-Box/dp/B00140F4RO/ref=sr_1_fkmr1_3?ie=UTF8&qid=1424185388&sr=8-3-fkmr1&keywords=Tupperware+Bananen+Tupperbeh%C3%A4lter), Stand: 17.03.15).

Die Innovation dieses Projekts ist die spielerische Verankerung eines gesunden Ernährungsbewusstseins. Etabliert wird diese Innovation durch die Vermischung sportlicher Betätigung, inspiriert durch bestehende Konzepte wie z.B. die Bundesjugendspiele und einem ambitionierten Lehrkonzept, welches ein Bewusstsein für die Verbindung zwischen Obst und der daraus gewonnenen Energie sowie zur möglichen Nutzung dieser Energie schafft.

Ähnliche Konzepte gibt es bereits in Form von Apps<sup>9</sup>, die durch Erinnerungsfunktionen und durch Rechenbeispiele den Nutzer darüber informieren, wie der Tagesbedarf an Obst aussieht und wie viel Bewegung der Mensch braucht. Jedoch sind diese Modelle eher für ältere Zielgruppen relevant und machen die Nutzung von technischen Geräten erforderlich, welche wiederum mit Kosten verbunden sind. Das Konzept hinter dem Projekt *Obst bewegt* setzt im Gegensatz dazu bei einer viel jüngeren Zielgruppe an und ist im Kostenaufwand viel geringer als das vorgestellte Konzept der App.

Denn der Kostenfaktor ist ein weiterer Punkt der eindeutig für das Projekt *Obst bewegt* spricht. Im günstigsten Fall beschränkt sich der Kostenaufwand auf die Beschaffung des Obstes, wenn es keine freiwillige Unterstützung gibt kämen noch Personalkosten für die Betreuung der Obstolympiade hinzu. In einem Interview mit der Konrektorin der Abtei Grundschule stellte sich heraus, dass es das Konzept einer Obstkiste<sup>10</sup> gibt, welches für das Projekt *Obst bewegt* genutzt werden könnte.

Oberstufenschüler der Gottfried-Wilhelm-Leibniz-Gesamtschule würden sich aktuell bereit erklären die Olympiade zu betreuen, was seitens der Konrektorin der Abtei Grundschule sehr erfreut aufgenommen wurde. Nach einer Pilotphase ist es darüber hinaus möglich das Projekt überregional auszubreiten, da es auf jedem Schulhof und in nahezu jedem Stadtpark durchgeführt werden kann.

Die Erweiterung für andere Zielgruppen, beispielsweise für Schüler weiterführender Schulen, kann als Potential dieses Projektes gesehen werden, welches noch nutzbar wäre.

**Projektteam:** Jana Trumann (Dozentin), Christian Gehlhaar, Finn Olav Kenklies, Christian Ludwig, Cindy Raack und Merve Rencher

**Projektbericht:** Konstantin Busch



<sup>9</sup> Vgl. u.a. <http://www.foodkomm.de/apps-ernaehrung/> Stand 05.02.2015.

<sup>10</sup> Die Obstkiste ist nach einem halbjährigen Genehmigungsprozess wieder als Projekt an die Abtei Grundschule zurückgekehrt und sieht vor, einzelne Klassen mit einer Kiste Obst zu versorgen um eine gesunde Ernährung zu fördern.



Ein einfaches, schnelles, leicht zuzubereitendes Produkt, was sich mit einem Griff aus der Kühltheke mit nach Hause nehmen lässt. Einfacher können junge Leute nicht animiert werden, selber frisch zu kochen, um ein Grundlagenwissen über Ernährung zu erhalten.



**Projektteam:** Carolin Hoehlein (Dozentin), Dilan Askin,, Rabea Brandt, Simon Finke, Saskia Lülisdorf, Ranjith Surendran und Tim Tatjana Timafeeff

**Bericht:** Tim Semleit

## Lecker Schmecker – die FamilienApp für den Esstisch

Politiker schlagen Alarm, Krankenkassen bieten Bonusprämien für die Teilnahme an Ernährungsberatungen und finanzieren Magenverkleinerungen. Was läuft hier schief? Seit Beginn der Menschheit war Ernährung problembehaftet – um Übergewicht und Nährstoffmangel durch Fast Food<sup>11</sup> ging es dabei selten.

Gerade durch die evolutionär stark von Mängeln geprägte Nahrungssituation ergibt sich, dass gesunde Ernährung nicht unbedingt zum Spektrum der menschlichen Reflexe gehört und in der modernen Überflussesgesellschaft vielmehr mit Prägung, Kompetenzen, Bildung sowie finanziellen und zeitlichen Ressourcen zusammenhängt<sup>12</sup>.

Sowohl Internetrecherchen als auch eine nicht-repräsentative Bevölkerungsbefragung im Duisburger Stadtteil Hamborn ergaben, dass mittlerweile nicht nur Single-Haushalte, sondern auch Familien vermehrt auf Fast Food Angebote zurückgreifen. Als Grund nannten die Befragten häufig Zeitmangel und den Wunsch „Ruhe am Tisch“ zu haben.

Doch dieses Verhalten zeitigt katastrophale Folgen für die Zukunft, in der die jungen Generationen mit immer geringeren Ernährungskompetenzen ausgestattet sein werden. Es stellt sich also die Frage: Gibt es eine positive Alternative? Oder genauer: Wie kann man junge Eltern langfristig dazu bringen, frisch und ausgewogen zu kochen und sie dabei unterstützen?

*Lecker Schmecker – die FamilienApp für den Esstisch* verbindet durch innovative Funktionen Motivation statt Resignation mit dem Thema Ernährung.

Mit der erweiterten Rezeptsuche können Gerichte gefunden werden, die allen Familienmitgliedern schmecken, indem Rezepte mit ungeliebten Zutaten sofort aussortiert werden. Um nicht zum „Zeitfresser“ zu werden, können diese Zutaten permanent in dem eigenen Profil gespeichert werden. Die Lust auf Neues wird mit dem Rezept des Tages angeregt, das saisonale Produkte aufgreift. Und in Situationen, in denen man nicht weiter weiß, stehen einem in der Community sowohl andere User als auch Ernährungsexperten zur Seite. Außerdem bietet die *FamilienApp* eine Übersicht über aktuelle Angebote und Veranstaltungen zum Thema Ernährung.



<sup>11</sup> Vgl. das Selbstexperiment von Dr. Daryl Isaacs in dem Dokumentarfilm *Super Size Me* (2004). Verfügbar unter URL: <https://www.youtube.com/watch?v=vOrYpSm-Vzk>, Stand: 18.03.15.

<sup>12</sup> Vgl. u.a. Techniker Krankenkasse (2013): *Iss was, Deutschland?* URL: [https://www.tk.de/centaurus/servlet/contentblob/498464/Datei/64173/TK\\_Studienband\\_zur\\_Ernaehrungsumfrage.pdf](https://www.tk.de/centaurus/servlet/contentblob/498464/Datei/64173/TK_Studienband_zur_Ernaehrungsumfrage.pdf), Stand: 18.03.2015.



Im Gegensatz zu den bereits existierenden Apps in diesem Bereich, die sich größtenteils an Singles richten und Diät- oder Kalorienkontrollfunktionen haben, ist die *Lecker Schmecker FamilienApp* eine App für die ganze Familie. Sie bildet das Herzstück des gemeinsamen Glücks am Esstisch und kommt ganz ohne negative und beschränkende Funktionen aus.

Die Entwicklung der App ist ohne große finanzielle Aufwendungen möglich. Es empfiehlt sich die Zielgruppe bereits bei der Konzeption zu beteiligen, damit das wertvolle Alltagswissen und die Bedürfnisse der Zielgruppe in besonderer Weise integriert werden können. Die Softwareumsetzung könnte im Rahmen des Praxismoduls im Studiengang *Angewandte Informatik* an der UDE erfolgen.



**Projektteam:** Laura Keders und Jörg Miller (Dozenten) Yvette Bernick, Marius Großarth, David Müller, Anika Veenstra, Helena Wichmann-Baumgart und Olcaytug Soydan,

## Leibniz Snack – Das schnellste Fast Food der Welt

Das Thema gesunde Ernährung verliert zunehmend an Bedeutung. Vor allem die heutige Jugend ist sich nicht mehr bewusst, was sie da genau isst, woher die Lebensmittel kommen und welche Konsequenzen ihr Konsum verursacht. Obst und Gemüse werden immer fremder für Schüler und heranwachsende Jugendliche, sodass immer häufiger zum „einfachen“ Junkfood gegriffen wird. Der gefühlte Zeitmangel ist darüber hinaus auch ein wichtiger Faktor für die Ernährungsverlagerung zum Junkfood.



Doch ist Junkfood das einzige Fast Food? Nein! Auch Obst und Gemüse können Fast Food sein! Also wie kann Schülern Obst und Gemüse näher gebracht werden? Wie kann ihnen das Verständnis einer gesunden Ernährung vermittelt werden, damit sie zu einem Apfel greifen, anstatt zum Burger?

Die Innovation umfasst einen Obst- und Gemüsegarten, der an der Gottfried-Wilhelm-Leibniz-Gesamtschule eingeführt werden soll. Die Schüler lernen Pflichtbewusstsein und Verantwortung für den Garten und seine natürlichen Produkte zu übernehmen. Zusätzlich können andere Schulfächer, wie Hauswirtschaftslehre profitieren, von diesem langfristig gesicherten Projekt. Ein Teil des geernteten Obst und Gemüses steht dem Kurs für die Auf-/Zubereitung zur Verfügung. Des Weiteren sollen diese Lebensmittel dann in der Mensa oder Schulkantine angeboten werden. So werden Obst und Gemüse den Schülern wieder näher gebracht.

Der Garten ist jedoch nicht nur ein Platz der verantwortungsvollen und pflichtbewussten Arbeit, sondern auch ein Ort der Ruhe und Ausgelassenheit. Schüler dürfen die Pausenzeit im Garten verbringen und wenn es ihnen beliebt „auch mal zum Apfel greifen.“ An vielen Schulen wird bereits das Projekt eines Obst- und Gemüsegartens durchgeführt, aber leider zu selten mit Erfolg.

Oft mangelt es an langfristig interessierten Teilnehmern, Organisatoren, Finanzierungsmöglichkeiten und passenden Umsetzungsorten. Ob das fehlende Interesse eventuell aus der Unkenntnis gegenüber bestimmten Obstsorten resultiert oder welche Faktoren und Fehler das Projekt Obstgarten allgemein schwächen, waren wegweisende Fragen und Problemstellungen an denen es sich zu orientieren galt, bei der Entwicklung der Innovation. Aus dem allgemeinen, bereits bestehenden Konzept „Obstgarten“ machen wir eine neue, erfolgreiche Innovation.

Es wird eine entsprechende AG an der Gottfried-Wilhelm-Leibniz-Gesamtschule angeboten, welche den Garten unter Aufsicht pflegt und bewirtschaftet. In der AG werden Kenntnisse von Obst und Gemüse vermittelt, die den Schülern fremd geworden sind oder sogar nie bekannt waren. Des Weiteren ist eines

der wichtigen Themen, die es zu behandeln gilt, die Aufklärung der negativen Langzeitwirkungen von Fastfood. Zusätzlich ist die Einführung eines „Nahrungsinfo-Tages“ in der Schule möglich.

An unterschiedlichen Ständen, die die jeweiligen Klassenlehrer und Schüler organisieren, werden verschiedene Obst- und Gemüsearten und zum Beispiel mögliche Rezeptvorschläge spielerisch, ansprechend vorgestellt. Eine Kombination mit der Eröffnungsfeier des Gartens zusammen mit den Eltern wäre hierbei das Highlight der Veranstaltung, womit zudem das Engagement des Projektes unterstrichen wird.

Die Finanzierung erfolgt zum einen Teil über einen regelmäßigen Beitrag, den die Eltern der Schüler jährlich an die Schule zahlen, um den Garten intakt zu halten. Gartengeräte und Obst-sowie Gemüse-samen erhält die Schule durch Spenden regionaler Bauern und/oder Kleingärtnern.

Die lokalen Implementierungsmöglichkeiten belaufen sich zum einen auf eine Rasenfläche zwischen Laufbahn und Fußballplatz an der Leibniz'er Gesamtschule, zum anderen steht der Schule eine Anbaumöglichkeit im örtlichen botanischen Garten zur Verfügung.

Verfügbarkeit, Beliebtheit, Kompetenzaufbau - Das sind die großen Schlagwörter, welche die Innovation in ihrem Vorhaben verfolgt und die es zu erfüllen gilt. Damit Obst und Gemüse ihren Stellenwert als gesunder und schmackhafter Snack und vor allem als schnellstes Fast Food der Welt wieder erlangt.



**Projektteam:** Anne Stieger (Dozentin), Charlyn Garcia-Domingo, Thurhasini Kanagalingam, Nelli Neufeld, Marcel Schmuck, Nina Schreiber und Lars Stoltenow.

**Projektbericht:** Marian Wallbaum

Berichte und Fotos des Workshops sind online verfügbar unter [www.uni-aktiv.org/connect](http://www.uni-aktiv.org/connect).

Fotos: Eva Czaya

Projektleitung: Laura Keders und Jörg Miller

Universität Duisburg-Essen  
UNIAKTIV – Zentrum für gesellschaftliches Lernen und soziale Verantwortung  
Programm *Connect*  
Universitätsstr. 12  
45141 Essen  
0201 - 183-27 24  
[www.uni-aktiv.org/connect](http://www.uni-aktiv.org/connect)  
[info@uniaktiv.org](mailto:info@uniaktiv.org)