



U. NEUMANN, KOCHEN ALS BEITRAG ZUR GESUNDHEITSFÖRDERUNG UND PRÄVENTION

06.12.2009

Seminarbegleitender Kochkurs im Kontext von
Ernährungslehre, Krankheitslehre Prävention und
Gesundheitsförderung

Konzeptpapier mit der Zielvorgabe eine Präsentation anzufertigen zur
Vorstellung des Projektes und zur Einwerbung von Drittmitteln (Fundraising)

U. Neumann, Kochen als Beitrag zur Gesundheitsförderung und Prävention

SEMINARBEGLEITENDER KOCHKURS IM KONTEXT VON ERNÄHRUNGSLEHRE, KRANKHEITSLEHRE PRÄVENTION UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG

LEITIDEEN

Nachhaltige und positive Beeinflussung der Gesundheit (insbesondere Kinder, Familien) durch gute Ernährung

Essen als kulturverbindendes Element

Beitrag zum interkulturellen, migrationsförderndem Zusammenleben.

Gesunde Ernährung gelingt auch mit begrenzten finanziellen Budgets

Gesunde Ernährung trägt zur Kostensenkung im Gesundheitswesen bei

Förderung der Health Literacy

Essen ist Kultur

i

Lerntheoretische (neurowissenschaftliche) Überlegung 'Lehr-/Lerninhalte mit positiven Emotionen, Rahmenbedingungen (Lernumgebung), Gerüchen und Geschmücken verbinden' schafft eine nachhaltige Wissensbasis, kortikale Repräsentationen und fördert die intrinsische Motivation dieses Wissen anzuwenden und weiterzugeben

Gutes Essen macht glücklich!

Alternativen aufzeigen zu Fast-Food (Systemgastronomie)

Frische Zubereitung statt Convenience Food

Gesunde Nahrungszubereitung muss nicht zeitaufwendig sein.

Gesunde Ernährung darf nicht nur Thema der Medien sein

Universität XXXX setzt in Kooperationen mit Zeichen für gesunde Ernährung als Thema der Lehrerbildung Gesundheitswissenschaften

Schaffung von gesundheitsspezifischen Multiplikatoren.

VORSCHLAG BETEILIGTE PERSONEN (FB HUMANWISSENSCHAFT) /

FACHGEBIETE

N.N. ' Mikrobiologie, Hygiene, Konservierung, Probiotika

N.N. ' Anatomie, Physiologie

N.N. ' Ernährungswissenschaft, Diätetik, Nahrungsergänzungen

N.N. ' Chemie und Physiologische Chemie von Nahrungsmitteln und deren Zubereitung, Aromatisierung

N.N. ' Inhaltsstoffe und Wirkung von Nahrungsmitteln und Nutzpflanzen, medizinische Bedeutung

N.N. ' Erkrankungsorientierte Ernährung, Ernährung in Schwangerschaft, Senium

N.N. ' Ernährung und Gesundheit, Gesundheitsförderung und Prävention, gesundes Körperbewusstsein
Studentische Mitarbeiter des Fachbereiches

Vertreter FB Sozialwissenschaften ' Soziologie der Ernährung, Nahrungszubereitung, interkulturelle Aspekte der Ernährung und des Essens.

Vertreter FB Erziehungswissenschaften/ZLB/BWP ' Gesunde Ernährung aus pädagogischer Verantwortung

Vertreter FG Psychologie ' N.N. 'Pädagogische Psychologie, Psychologie des Geschmacks, Ernährungspsychologie

Vertreter FG Institut für Kognitionswissenschaften ' N.N. ' Philosophie der Ernährung und der Nahrungszubereitung, Ethik und Ernährung

Vertreter Studienseminar bbS ' Potenzierungseffekte zur nachhaltigen Gesundheitsförderung durch curriculare Einbindung in bbS/Kollegs/Sek II

Referentenpool

Gastköche (sehr engagiert und interessiert an der Thematik sind z.b. Tim Mälzer, Alfons Schubeck, Claudia Poletto)

Gastwissenschaftler

AUSSTATTUNG

Geeigneter Seminar- und Übungsraum ' Uni

4 Küchenblöcke mit Geräten inkl. Kochgeschirr und Hygieneausstattungen ' Industrie

2 Side-by-Side Kühlschränke ' Industrie

6 Essgruppen inkl. Eindeckung ' Industrie/Uni

Tafelgedecke und Besteck für 36 Personen ' Industrie/Uni

Multimediaeinrichtung ' Präsentationswand-/Tafel, 2 Notebooks, Beamer, 2 LCD TV (auch als PC-Monitor verwendbar), 2 Kameras ' Lehrereinheit

ABLAUF

2 Kurse Mo 18-22 und Do 18-22 oder am WE Sa 10-14

2 semestrig

Je Semester 6-8 Seminartage

Kostenbeitrag 60€/Semester (ggf. Zuschuss aus Studienbeiträgen)

4 SWS 2-3 + 3 ECTS (Ernährungslehre Seminar und praktische Übungen)

Max. 16 (4x4) Teilnehmer pro Veranstaltungstag plus 1-2 Dozenten und 2 Hiwis

45 min Seminar

30 min Referat Seminarteilnehmer

90 min Zubereitung

45 min Essen und Teambesprechung (Diskussion, Planung nächste Stunde, Einkaufszettel etc.)

THEMEN UND SEMINARINHALTE

Ethnologie des Kochens
Interkulturelle Soziologie der Ernährung
Ausgewogene und gesunde Ernährung als Grundrecht des Menschen
Physiologie der Ernährung
Psychologie des Geschmacks und des Essens
Produkt-Kunde
Garung und Konservierung
Aromatisierung
Ernährung in bestimmten Lebensabschnitten, -lagen und -phasen
Ernährung und Krankheit (Diätetik)
Mangelhafte Ernährung und ihre Folgen
Ernährung bei bestimmten Erkrankungen
Rezeption Gesundheit und Ernährung
Nahrungsergänzungen und Ihre Bedeutung für die Gesundheit
Functional Food
Convenience Food und Ihre Bedeutung für die Gesundheit
Bereitstellung als Pod-Cast, Web-Cast
Zusammenfassung als "Koch-Buch", e-learning Angebot

ZIELE

Bewusstsein für ausgewogene Ernährung fördern
Erkennen und Anwendung von wissenschaftlichen Grundlagen in Bezug auf Ernährung und Nahrungszubereitung
Kochen und Essen als soziale Interaktion erkennen
Kochen und Essen als kulturelles Gut erkennen
Erkennen von Ernährung als gesellschaftliches und gesundheitsrelevantes Handlungsfeld
Erkennen von Zusammenhang und Wechselwirkung Ernährung - Wohlbefinden -Erkrankungen
Erkennen von Nahrungszubereitung und Ernährung als gesundheitsfördernde und präventive Aktivität

START-UP & FUNDRAISING

Universität (N.N.) ' Verwendung von Studiengebühren zur Verbesserung der Lehre, Ziel ' 18.000,00 €/p.a.
Universität (Präsidium) ' Raum, Ausstattung, Facility-Management
Universität (Studentenwerk) ' Man-Power
Universität (Fachbereiche) ' Man-Power
Industrie ' Inventar, Facility-Management, Co-Funding, ' 36.000,00 €/p.a.
Beteiligte Institutionen und Interessenverbände ' Materialien, Co-Funding ' 18.000,00 €/p.a.
N.N. ' Co-Funding Referenten, Overhead, ' 3.000,00 €/p.a.
Stiftungen ' Co-Funding Referenten, Overhead, ' 6.000,00 €/p.a.
Studenten (Seminarteilnehmer) ' Kostenbeitrag je Teilnehmer max. 120,00 €/p.a. 14 Termine, ' 3.000,00 €/p.a.
Medien ' Vermarktung, Multimediale Aufbereitung, Verwertungsrechte, ' 36.000,00 €/p.a.
Summe ~ 120.000,00 €/p.a.

ZEITPLAN

Geplanter Beginn WS 2011/2012

Vorstellung in den Kommissionen und Beratung Februar 2011
Entscheidungsphase bis Februar 2011 bis März 2011
Aufgabenverteilung März 2011
Präsentationsphase und Fundraising Februar 2011 bis Mai 2011
Konzeption und Logistik Mai 2011 bis September 2011
Generalprobe Anfang Oktober 2010
Start Projekt Mitte Oktober 2011
Evaluation I. Februar 2012
Umsetzung Evaluation I. bis April 2012
Evaluation II. Juli 2012
Umsetzung Evaluation I. bis August 2012
Entscheidung wie geht es danach weiter..... August 2012

PERSPEKTIVEN

Probelauf über 4 Semester
Evaluation nach jedem Semester
Umsetzung der Evaluationsergebnisse
Wenn erfolgreich ' Spin-Off mit Erweiterung des Angebots und Kooperationen usw.