



## Die Stationen

### Snackchecker (Modul A und B)

Das „Snackchecker-Spiel“ vermittelt, wie viele und welche Nährstoffe in Lebensmitteln stecken und wie der Tagesbedarf je nach Geschlecht, Alter und Beruf variieren kann.

### Spurensucher (Modul A und B)

Anhand von Zutatenlisten wird herausgefunden, welche Zusatzstoffe in Lebensmitteln stecken und was ihre Funktionen sind.

### Umweltexperte (Modul A und B)

Mit Hilfe eines Ökobilanzrechners werden die Faktoren ermittelt, die von der Herstellung bis zum Verzehr eines Lebensmittels die Umwelt besonders belasten.

### Selbsterkenner (Modul A)

Welcher Esstyp bin ich? Mittels eines Fragebogens wird das eigene Essverhalten reflektiert.

### Werbeprofi (Modul A)

An dieser Station setzen sich die Jugendlichen kritisch mit verschiedenen Werbeclips auseinander und stellen anschließend ein eigenes Werbeplakat her.

### Chefkoch (Modul B)

Aus frischen Zutaten werden selbsterdachte Pesto-Kreationen zubereitet und anschließend zum Probieren angeboten.

Dieses Projekt wird im Rahmen des Nationalen Aktionsplans IN FORM, Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung, durch das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) gefördert.

Ansprechpartner:

Bei Interesse können Sie sich gerne an die Verbraucherzentrale in Ihrem Bundesland wenden:



Oder an:

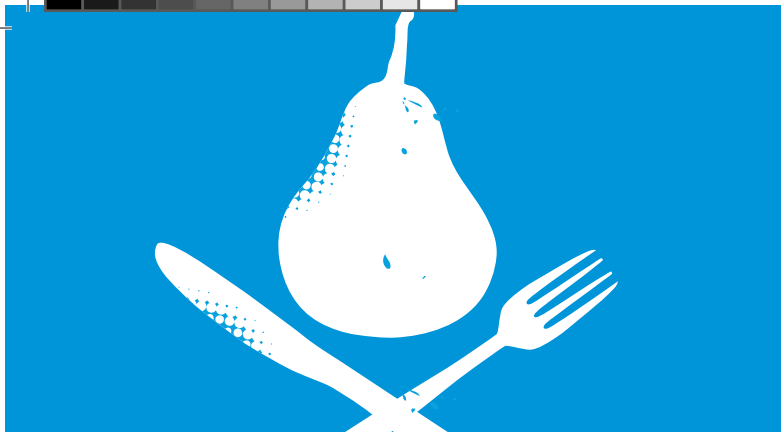
**Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen**  
Gruppe Ernährung · Mintropstr. 27 · 40215 Düsseldorf  
Tel.: 0211 3809-121 · E-Mail: ernaeahrung@vz-nrw.de



# Ess-Kult-Tour

Entdecke die Welt der Lebensmittel!

Ein interaktives Lernangebot für  
Jugendliche und junge Erwachsene



## Ess-Kult-Tour

Zum Frühstück das überbackene Käsebrötchen vom Bäcker, mittags das Menü vom Imbiss, abends Nudeln mit Fertig-Tomatensauce und zwischendurch Snacks aus dem Supermarkt: Im Alltag greifen immer mehr Jugendliche und Erwachsene zu Fertiggerichten und Fast-Food.

Doch vor allem jungen Menschen fehlt es an ausreichender Konsumkompetenz, um Produktinformationen bewerten und Kaufentscheidungen abwägen zu können. Die Folgen: Übergewicht, Fehlernährung und eine zunehmend umweltbelastende Lebensmittelproduktion.

Mit der Ess-Kult-Tour entdecken Jugendliche durch ein interaktives Stationenlernen die Welt der Lebensmittel und werden motiviert, ihr Einkaufs- und Essverhalten zu reflektieren. Dabei knüpfen die Themen des Parcours an die Lebensrealität der Jugendlichen an und vermitteln praxisnahes Alltagswissen.

## Zielgruppen

Die Ess-Kult-Tour bietet für verschiedene Schul- bzw. Altersstufen zwei zielgruppengerechte Varianten an:

### Modul A

für Jugendliche der Klasse 7 bis 10 sowie für höhere lernschwache Klassen.

### Modul B

für Jugendliche der Klasse 11 bis 13 sowie für junge Erwachsene an Berufsschulen, -kollegs und weiterführenden Schulen.

Das Lernangebot kann für den fächerübergreifenden Unterricht und für Projektwochen eingesetzt werden. Es eignet sich besonders für Bildungsträger mit einem hohen Anteil an sozial- und lernbenachteiligten Jugendlichen und jungen Erwachsenen.

## Konzept

**Modul A** besteht aus fünf Stationen, die im Rotationsprinzip und in Kleingruppen durchlaufen werden. Die Stationen sind inhaltlich voneinander unabhängig, so dass sie auch einzeln bearbeitet werden können.

**Modul B** bietet vier Stationen, an denen Kleingruppen über die gesamte Veranstaltungsdauer arbeiten.

## Zeitaufwand

Die Durchführung von Modul A dauert drei Schulstunden à 45 Minuten. Bei Modul B müssen zwei Schulstunden à 45 Minuten eingeplant werden.

## Raumbedarf

Für die Veranstaltung wird ein Raum von ca. 50 m<sup>2</sup> mit zwei Stromanschlüssen und einer nah gelegenen Spülmöglichkeit benötigt.

## Durchführung

Interessierte Lehrkräfte können, nach Absprache, gemeinsam mit einer geschulten Ernährungs-Fachkraft der Verbraucherzentralen die Veranstaltung an ihrer Schule durchführen. Die Anwesenheit und Begleitung der Lehrkraft ist bei der gesamten Veranstaltung erforderlich.