



Workshop Nachhaltigkeit in der Gemeinschaftsverpflegung

Eine barrierefreie Küche erleichtert die Arbeit

Zweiter Workshop für Köch*innen und
Hauswirtschafter*innen
Do, 24.1.2019 bis Sa, 26.1.2019



Genuss und verantwortungsvolle Ernährung ergänzen sich. Zum Schutz unserer Lebensgrundlagen und um die Anforderungen der Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen (Sustainable Development Goals) und des Pariser Klimaabkommens zu erfüllen, muss die Nutzung tierischer Produkte in der Ernährung reduziert und umorganisiert werden. Speisepläne nach dem »Sonntagsbratenkonzept« weisen einen deutlich geringeren sozialen und ökologischen Fußabdruck auf als eine überwiegend Tierprodukt basierte Küche. [Die UNO prämiert diese Art des schmackhaften Kochens.](#)

In Deutschland macht sich bereits ein verändertes Bewusstsein im Umgang mit Lebensmitteln bemerkbar: Ein wachsender Anteil an Menschen möchte sich, auch auf Gruppenfahrten, vegetarisch oder vegan ernähren oder bevorzugt persönlich bedingte Kostformen. Dies stellt Gemeinschaftsküchen vor Herausforderungen. Andererseits können entsprechende Angebote aus der Gemeinschaftsküche Impulse in die Gruppen für eine nachhaltige Ernährung geben. So wird ein positiver Beitrag zu einer nachhaltigen Entwicklung aus der Küche auf den Tisch geliefert.

Dieser Workshop für Köche und Köchinnen aus Schullandheimen, Jugendherbergen, u.ä. bietet:

- ... **Wissen zu sozialen und ökologischen Aspekten bei der Herstellung und Verarbeitung tierischer und pflanzlicher Lebensmittel,**
- ... **praktische Planung und Zubereitung veganer und vegetarischer Speisen (inkl. gemeinsamem Verzehr), Praxis Menüs, bei denen alle das Passende finden – barrierefrei,**
- ... **Austausch positiver Erfahrungen bei der Präsentation und Kommunikation veganer und vegetarischer Menüs.**

Der Workshop wurde von Melanie Stahl, Hauswirtschaftsleiterin im Schullandheim Tellkampfschule, in Zusammenarbeit mit der Ökotrophologin Sabine Laaks und Martin Ladach, Bergwaldprojekt, entwickelt. Mehr Informationen zu den Referent*innen und Bilder vom ersten Workshop finden sie auf der [Webseite zum Workshop.](#)

Der Verband Deutscher Schullandheime unterstützt die Durchführung des Workshops ideell und empfiehlt die Teilnahme.

Programm

Donnerstag, 24. Januar 2019

Anreise ab 17:00 Uhr möglich
(18:00 Uhr Abendessen)

Freitag, 25. Januar 2019

07:30 Uhr	Gemeinsames Frühstück (vom Landheimteam zubereitet)
8:30 Uhr	Begrüßung und Vorstellungsrunde
10:00 Uhr	Einführung: Nachhaltigkeit auf dem Teller? (Paul Simons)
11:00 Uhr	Ernährungsphysiologische Aspekte veganer/vegetarischer Ernährung (Sabine Laaks)
11:30 Uhr	Praxis I: Gemeinsame Zubereitung des Mittagimbisses
12:30 Uhr	Mittagessen und Pause
14:00 Uhr	Konzeption eines vegetarisch-veganen Menüplans: Grundlagen, Notwendigkeiten und Möglichkeiten eines gelungenen Wochenplans unter Berücksichtigung von Aspekten von Saisonalität und Regionalität, Möglichkeiten und Sinnhaftigkeit des Einsatzes von Fleischersatzprodukten und küchentechnischer Ausstattung (Sabine Laaks)
16:00 Uhr	Praxis II: Gemeinsame Zubereitung des Abendessens
18:00 Uhr	Abendessen

Samstag, 26. Januar 2019

7:30 Uhr	Praxis III: Gemeinsame Zubereitung des Frühstücks
8:30 Uhr	Frühstück
9:30 Uhr	Erfahrungsbericht aus dem Schullandheim Tellkampfschule mit dem »Sonntagsbratenkonzept«. Hier werden seit drei Jahren nur vegane Mittagsmahl- zeiten geboten. Dargereichtes Fleisch zu den anderen Mahlzeiten kommt vom 5 km entfernten Naturlandhof. Es wird über die Umstellung und laufende Erfahrungen mit Gruppen berichtet. (Melanie Stahl)
10:00 Uhr	Erfahrungsbericht aus dem Naturfreundehaus Hannover. Das Haus ist seit einem Jahr Bio zertifiziert und bietet verstärkt pflanzlich basierte Gerichte an. (Alexander Thorn)
10:30 Uhr	Präsentation und Kommunikation eines vegetarisch- veganen Menüs (Erfahrungsaustausch, Tipps und Tricks, Beratung). (Sabine Laaks, Melanie Stahl, Alexander Thorn)
11:15 Uhr	Praxis IV: Gemeinsame Zubereitung und Fokus auf Präsentation des Mittagimbisses
12:30 Uhr	Mittagessen
13:30 Uhr	Abschlussrunde



Unterbringung

**Landheim Tellkampfschule
Im Papenwinkel 1
31832 Springe**

Das Haus hat einen einfachen Standard mit Mehrbettzimmern und gemeinschaftlichen sanitären Einrichtungen. Die Schlafräume werden mit zwei bis drei Personen belegt. Vier Räume mit eigenem Bad stehen gegen Aufpreis zur Verfügung.

Anreise: Bahnhof Springe, von dort ist Ihre Abholung für die restlichen zwei Kilometer organisiert. Eine ausreichende Anzahl Parkplätze steht auf dem Gelände zur Verfügung

Teilnahmegebühr: Bei Anmeldung bis zum 15. Dezember 2018 220,- €, danach 280,- € inkl. VP und Gemeinschaftsunterkunft

Anmeldung und Fragen

Formlos über Schullandheim@Tellkampfschule.eu oder telefonisch unter 05044/97531. Ihre Anfragen werden von Paul Simons bearbeitet.