

# Netzwerk Bildung Ökolandbau Ernährung

Programm / Angebote 2019



# Inhalt

<b>Vorwort / Idee des Netzwerkes</b>	S. 3
<b>Gemeinsame Leitlinien</b>	S. 4
<b>Die Partner</b>	S. 5
<b>Übersicht der Angebote und Zielgruppen</b>	S. 6
<b>Angebote / Programm im Detail</b>	S. 8

## **Beratung**

1. Ernährungsberatung und Ernährungstherapie	S. 11
2. Ernährungsberatung und Ernährungstherapie	S. 16
3. Gemeinsames „Einkaufen, Kochen, Essen“	S. 14
4. Ernährungsberatung – selbstbestimmtes Essen mit Genuss und Lebensfreude	S. 15
5. Einkaufsberatung im Bioladen	S. 15
6. Bio ist besser! Methoden, Praxisbeispiele und Materialien für den Unterricht	S. 16
7. Ernährungsberatung und Ernährungsumstellung	S. 17

## **Workshops**

1. Ernährung und Bio-Produkte	S. 9
2. Bio-Lebensmittel an Schulen	S. 13
3. Essen und Trinken – ein Erlebnis für alle Sinne	S. 10
4. Täfelein deck dich! Verträglich, gesund, nachhaltig, bio & lecker!	S. 17
5. Ökolandbau, Bio-Lebensmittel	S. 13

## **Exkursionen, Führungen, außerschulische Lernorte**

1. Schüler erkunden Bio-Betriebe	S. 8
2. „Erlebnis Bauernhof“: Bio-Rundweg Rüsselbacher Feldfrüchte, Hofführungen, Hofladen, „Nudelbude“, Bio-Gockel-Projekt Zweinutzungshuhn u.v.m.	S. 12
3. Bio-Läden, Wochenmarkt	S. 14

## **Theater**

1. Puppentheater: Ernährungsmärchen „Die schlaraffisketische Traumhochzeit“	S. 10
---	-------

## **Ausleihe Bildungsmaterialien**

1. Bildungskoffer zum Verleih	S. 9
2. Kater Krümel auf dem Bauernhof	S. 11
3. Du bist was du isst?! – Informationen rund um das Thema Ernährung	S. 11

## **Sonderveranstaltung**

<b>Anmeldung, Entgelt, Stornierung, Datenschutz und Sonstiges</b>	S. 19
<b>Kontakte Partner*innen</b>	S. 20
<b>Impressum</b>	S. 21

# Vorwort / Idee des Netzwerkes

Nach intensiver Vorbereitung und ersten gemeinsamen Aktionen wie „Bauernhof erleben, Lebensmittel erforschen, Schlaraffenland entdecken“ in der Kulturwerkstatt „Auf AEG“ startet das Netzwerk „Bildung-Ökolandbau-Ernährung“ (BÖE) mit einem ersten Programm, das die Partner\*innen gemeinsam erstellt haben. Die Angebote sind für Kinder, Jugendliche und Erwachsene und richten sich insbesondere auch an Erzieher\*innen, Lehrer\*innen und Eltern.

Gesunde Ernährung bedeutet nicht nur die Ernährungsstandards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) einzuhalten. Die beteiligten Partner nehmen zusätzlich in den Blick, wie die Lebensmittel erzeugt werden und welche Art von Landwirtschaft dahintersteckt. Dies fördert die Wertschätzung für Lebensmittel und das Verständnis für Umwelt und Natur. Bei den gemeinsamen Maßnahmen und Angeboten



zur Ernährungsbildung und Ernährungsberatung orientieren sich die Partner des Netzwerkes am Standard des zertifizierten Ökolandbaus.

Das Netzwerk „Bildung-Ernährung-Ökolandbau“ hat zum Ziel, die Qualität der Ernährungsbildung, Ernährungsberatung und der durchgeführten Ernährungsaktionen zu verbessern und zu vernetzen. Ein weiteres Ziel ist es, insbesondere Kindern außerschulisches Lernen in authentischer Umgebung zu ermöglichen und wichtige Kompetenzen zu fördern. Die Projektpartner vereinbaren eine feste Zusammenarbeit im Netzwerk auf Basis gemeinsam erarbeiteter Leitlinien.

Dr. Peter Pluschke  
Stadt Nürnberg,  
Referent für Umwelt und Gesundheit

# Gemeinsame Leitlinien

Bei gemeinsamen Maßnahmen und Angeboten über das Netzwerk orientieren sich die Partnerinnen und Partner am Ziel einer gesunden Ernährung und am Ökolandbau.

**Gesunde Ernährung ist naturbelassen, ausgewogen, bewusst.**

Konkret bedeutet dies naturbelassene Bio-Lebensmittel zu verwenden. Weiter wichtig sind faire Beziehungen zu den Erzeugern, hohe regionale Wertschöpfung, Saisonalität oder auch möglichst unverpackte Lebensmittel. Die Partner legen Wert auf Lebensmittel, die mit ausreichend Nährstoffen versorgen und die die Erhaltung einer gesunden Mikrobiota fördern. Beim Essen kommt es darauf an, intuitiv zu spüren, was gut tut, sich bewusst Zeit zum Essen nehmen oder auch abwechslungsreich zu essen.

**Ökolandbau ist ressourcenschonend, wertschätzend, ursprünglich.**

Der Ökolandbau setzt keine erdölbasierten chemischen Düngemittel und synthetischen Herbizide, Pestizide und Fungizide ein. Er legt großen Wert auf gesunde Böden und fördert den Humusaufbau. Dementsprechend sind die Folgekosten geringer im Vergleich zum konventionellen Landbau. Der Ökolandbau ist wertschätzend gegenüber der Natur, den Tieren (Tierwohl- und artgerechte Tierhaltung sind wichtig), den Pflanzen und den Menschen. Ursprünglichkeit trägt in hohem Maße zur Artenvielfalt (Biodiversität) bei. Es geht u. a. darum, „alte“ Sorten zu erhalten oder Zutaten naturbelassen (im Hinblick auf Zusatzstoffe, Gentechnik) handwerklich zu verarbeiten.

**Ökolandbau ist  
ressourcenschonend,  
wertschätzend,  
ursprünglich.**



# Die Partner



EAT Praxis,  
Andrea Louzil



Bio-Verbraucher e.V.,  
Ute Blümlein



Geflügelhof Schubert,  
Harald Konzok



ess cetera,  
Dr. Evelyn Back



Natürlich.Ess.Ich, Ernährungsberatung,  
Jana Lechler



LaViaVerde - Praxis für  
Ernährungstherapie, Karolin Kremitzl



NÜRNBERG - DIE BIOMETROPOLE,  
Dr. Werner Ebert



Ökomodellregion Nürnberg,  
Nürnberger Land, Roth, Daniel Mettke



Stadt Nürnberg,  
Bildungszentrum, Fachteam Gesundheit,  
Sabine Gentner  
Gesundheitsamt, Inken Wöhrle  
Jugendamt, Petra Torscher  
Umweltstation Nürnberg, Birgit Paulsen



Viva la Eat!, Kerstin Biß, Potenzial-  
entfaltung für Ernährung & Gesundheit

# Übersicht der Angebote und Zielgruppen



## Beratung

Angebot	Leitung	Alter
Ernährungsberatung und Ernährungstherapie	LaViaVerde	0-18 Jahre
Ernährungsberatung und Ernährungstherapie	EAT Praxis	6-18 Jahre
Gemeinsames „Einkaufen, Kochen, Essen“	Bio-Verbraucher e.V.	> 18 Jahre
Ernährungsberatung – Selbstbestimmt essen mit Genuss und Lebensfreude	Viva la Eat!	> 18 Jahre
Einkaufsberatung im Bioladen – Entdecken Sie Vielfalt und Möglichkeiten	Viva la Eat!	> 18 Jahre
Bio ist besser! Methoden, Praxisbeispiele und Materialien für den Unterricht	Viva la Eat!	> 18 Jahre
Ernährungsberatung und Ernährungsumstellung	Natürlich.Ess.Ich.	> 18 Jahre



## Workshops

Angebot	Leitung	Alter
Ernährung und Bio-Produkte	Natürlich.Ess.Ich.	6-18 Jahre
Bio-Lebensmittel an Schulen	Bio-Verbraucher e.V.	6-18 Jahre
Essen und Trinken – ein Erlebnis für alle Sinne	Gesundheitsamt	6-10 Jahre
Täfelein deck dich! Verträglich, gesund, nachhaltig, bio & lecker!	Umweltstation	Lehrer/innen
Ökolandbau, Bio-Lebensmittel	Biometropole	> 18 Jahre



## Exkursionen, Führungen, außerschulische Lernorte

Angebot	Leitung	Alter
Schüler erkunden Bio-Betriebe	Bio-Verbraucher e.V.	6-18 Jahre
„Erlebnis Bauernhof“, Bio-Rundweg Rüsselbacher Feldfrüchte, Hofführungen, Hofladen, „Nudelbude“, Bio-Gockelprojekt Zweinutzungshuhn u.v.m.	Demeter-Geflügelhof Schubert, Rüsselbacher Hofladen	3-99 Jahre
Bio-Läden, Wochenmarkt	Bio-Verbraucher e.V.	>18 Jahre



## Theater

Angebot	Leitung	Alter
Puppentheater / Ernährungsmärchen „Die schlaraffisketische Traumhochzeit“	ess cetera	3-10 Jahre



## Ausleihe Bildungsmaterialien

Angebot	Leitung	Alter
Bildungskoffer zum Verleih	Natürlich.Ess.Ich.	6-10 Jahre
Kater Krümel auf dem Bauernhof	Gesundheitsamt	3-6 Jahre
Du bist was du isst?! – Informationen rund um das Thema Ernährung	Gesundheitsamt	10-14 Jahre



## Sonderveranstaltung

Angebot	Inhalt
„Bauernhof erleben, Lebensmittel erforschen, Schlaraffenland entdecken“, Theater und Mitmachaktionen für Grundschülerinnen und Grundschüler 15. - 18. Oktober 2019, täglich von 8:30 – 12:30 Uhr, Kulturwerkstatt Auf AEG	Jedes Jahr ruft das Kultusministerium in Bayern die Schulen zur „Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit“ auf. Die Stadt Nürnberg sowie das Nürnberger Netzwerk „Bildung. Ökolandbau. Ernährung.“ greifen diese Idee auf und bieten für Grundschulen eine Aktionswoche an, zu der Lehrkräfte mit ihren Schulklassen kommen können. Das Programm wird im Sommer bekannt gegeben und kann über die Biometropole Nürnberg gebucht werden. 6-10 Jahre

# Angebote / Programm

Zielgruppe Kinder- und Jugendliche –  
Buchung über Lehrer\*innen und Erzieher\*innen



## Schüler erkunden Bio-Betriebe

Typ	Exkursion mit Vor- und Nachbereitung im Unterricht
Leitung	Bio-Verbraucher e.V. und beteiligte Betriebe
Veranstaltungsort	Beteiligte Betriebe
Termin	Nach Vereinbarung mit dem jeweiligen Betrieb
Zeit, Dauer	Nach Vereinbarung mit dem jeweiligen Betrieb
Plätze	Nach Vereinbarung mit dem jeweiligen Betrieb
Preis	Nach Vereinbarung mit dem jeweiligen Betrieb
Beschreibung	Exkursionen zu ausgewählten Betrieben, Vor- und Nachbereitung im Unterricht mit Unterrichtsmaterialien.
Betriebe	<ul style="list-style-type: none"><li>· Bio-Gemüsebau Hofmann</li><li>· Bio-KräuterGut Dworschak-Fleischmann</li><li>· Bioland-Gärtnerei Gartell und FleurEII</li><li>· Noris inklusion gGmbH/ noris bio</li><li>· Demeter-Hof Konrad Switalski</li><li>· Jürgen Würth, Lebensmittelgroßhandel, Bio-Käse und Bio-Feinkost</li><li>· Demeter-Geflügelhof Peter Schubert</li><li>· ebl-naturkost GmbH &amp; Co. KG</li></ul>
Weitere Hinweise	Es stehen spannende, vorbereitete Unterrichtseinheiten zur Verfügung: <ul style="list-style-type: none"><li>· Salat (Grundschule)</li><li>· Essbare Bio-Blüten und Bio-Kräuter (4. – 8. Klassen)</li><li>· Ernährung und Landwirtschaft (5. – 8. Klassen)</li><li>· Berufe in der Bio-Branche (ab Mittelstufe)</li><li>· Bewusster Fleischkonsum (7. – 12. Klassen)</li><li>· Ökologische Bienenhaltung (alle Altersstufen)</li></ul> Unterrichtsmaterialien siehe Materialien Im Bildungskoffer zur Ausleihe





## Ernährung und Bio-Produkte

Typ	Workshop
Leitung	Jana Lechler
Veranstaltungsort	An der Schule vor Ort
Termin	Nach Vereinbarung
Zeit, Dauer	Kann individuell geplant werden
Plätze	10 - 30 Kinder
Preis	Auf Anfrage
Beschreibung	Es sind verschiedene Workshops möglich wie z.B. „Mein guter Start in den Tag – regional und saisonales Bio-Frühstück“ oder „Die Reise meines Pausenbrottes durch meinen Körper“. Möglich sind auch Projekte zu den Themen Ernährung, Gesundheit und Nachhaltigkeit, um so vielen Schülerinnen und Schülern wie möglich, eine leckere und gesunde Ernährungsweise näher zu bringen.
Weitere Hinweise	Kinder / Jugendliche von 6 – 18 Jahren
Beschreibung	Ganzjährig & individuell durchführbar
Weitere Hinweise	Alle Jahrgangsstufen



## Bildungskoffer zum Verleih

Typ	Unterrichtsmaterial zum Verleih oder als Workshop möglich
Leitung	Natürlich. Ess. Ich., Jana Lechler; Ökomodellregion Nürnberg, Nürnberger Land, Roth
Veranstaltungsort	Vor Ort an der Schule
Termin	Nach Vereinbarung
Zeit, Dauer	Nach Vereinbarung
Preis	20,- € Pfand
Beschreibung	Wo kommen unsere Lebensmittel her? Was hat es mit saisonalem Obst und Gemüse auf sich? Wie leben die Tiere auf einem Biobauernhof? Und was ist eigentlich ein Nützling? Diese und andere Fragen können Sie mit Hilfe unserer Materialkiste in Schule und Freizeit mit Kindern in der Grundschule auf spielerische Art und Weise bearbeiten. Durch einen ganzheitlichen Zugang wird die Neugier der Kinder für Ernährungsthemen und den ökologischen Landbau gefördert.



## Essen und Trinken – ein Erlebnis für alle Sinne

Typ	Workshop, Unterrichtseinheit
Leitung	Gesundheitsamt Nürnberg
Veranstaltungsort	Gesundheitsstudio im Gesundheitsamt, Burgstr. 4, 90403 Nürnberg
Termin	Bekanntgabe zum Schuljahresbeginn
Zeit, Dauer	90 Minuten
Plätze	18 Termine für Schulklassen der 2. Jahrgangsstufe
Preis	Kostenlos für Nürnberger Schulen
Beschreibung	Informationen und Sinneserfahrungen rund um die Ernährung. Jeden Tag aufs Neue essen wir. Essen ist lebenswichtig und trägt entscheidend zu unserem körperlichen und geistigen Wohlbefinden bei. Spielerisch entdecken die Kinder, woher die Nahrung kommt, wo sie wächst und unterscheiden Nahrungsmittel von Pflanze und Tier. Des Weiteren erforschen die SchülerInnen gemeinsam, welche Rolle die Körperwahrnehmung und Achtsamkeit in der Ernährung spielt.
Weitere Hinweise	2. Jahrgangsstufe



## Puppentheater: Ernährungsmärchen „Die schlaraffisketische Traumhochzeit“

Typ	Theater
Leitung	ess cetera, Dr. Evelyn Back
Veranstaltungsort	In der Einrichtung (Kindergarten, Schule)
Termin	Nach Vereinbarung
Zeit, Dauer	45 Minuten
Plätze	Je nach Veranstaltungsort, max. 3 Klassen/Kindergartengruppen pro Vorstellung
Preis	250 € pro Vorstellung zzgl. Anfahrt (0,30 €/km)
Beschreibung	Prinzessin Athletika aus Asketien, Prinz Schlemmer aus Schlaraffien – die beiden könnten unterschiedlicher nicht sein und sind doch unsterblich ineinander verliebt. Bevor die beiden eine schlaraffisketische Traumhochzeit feiern können, muss Prinz Schlemmer jedoch die drei Aufgaben bewältigen, die Athleticas Vater ihm stellt. König Marathon glaubt nämlich nicht, dass Prinz Schlemmer ein guter asketischer König werden kann. Weitere Informationen unter: <a href="http://www.ess-cetera.de/schlaraffisket-traumhochzeit/puppentheater">www.ess-cetera.de/schlaraffisket-traumhochzeit/puppentheater</a>
Weitere Hinweise	Kinder 3 – 9 Jahre



### Kater Krümel auf dem Bauernhof

Typ	Medienpaket zum Verleih
Leitung	Gesundheitsamt Nürnberg
Termin, Dauer	Nach Vereinbarung
Preis	Kostenlos für Nürnberger Einrichtungen
Beschreibung	Die bunte Spielekiste wurde für den Einsatz im Kindergarten vom Bundesministerium für Verbraucherschutz entwickelt. Ziel ist es, Kindern das vielfältige Leben auf einem Öko-Bauernhof nahe zu bringen und ihnen gleichzeitig spielerisch Wissen über die Herkunft unserer Nahrungsmittel zu vermitteln.
Weitere Hinweise	<a href="http://www.nuernberg.de/internet/gesundheitsamt/gf.html">www.nuernberg.de/internet/gesundheitsamt/gf.html</a>



### Du bist was du isst?! – Informationen rund um das Thema Ernährung

Typ	Medienpaket zum Verleih
Leitung	Gesundheitsamt Nürnberg
Termin, Dauer	Nach Vereinbarung
Preis	Kostenlos für Nürnberger Einrichtungen
Beschreibung	Sechs Stationen zu den Themen verarbeitete Lebensmittel und deren Inhaltsstoffe, funktionelle Getränke, Vermarktung und Körperwahrnehmung. Das Medienpaket verknüpft die Wahrnehmung des eigenen Körpers im Kontext Essen mit Sachinformationen zu häufig konsumierten Lebensmitteln. Es können Anregungen bis hin zu ganzen Stationen entnommen werden. Darüber hinaus stehen Infomaterialien und Anregungen für den Alltag zur Verfügung.
Weitere Hinweise	<a href="http://www.nuernberg.de/internet/gesundheitsamt/gf.html">www.nuernberg.de/internet/gesundheitsamt/gf.html</a>



### Ernährungsberatung und Ernährungstherapie

Typ	Beratung
Leitung	LaViaVerde, Karolin Kremitzl
Termin, Dauer	Nach Vereinbarung
Preis	Je nach Krankenkasse Bezuschussung bis zu 80-100 % (nicht jedoch AOK)
Beschreibung	Präventive Beratung für alle (beginnend mit der Beratung in der Schwangerschaft und im ersten Lebensjahr bis ca. 70 J.) Ernährungstherapie bei vielen Krankheiten, auch speziell für Kinder und Jugendliche
Weitere Hinweise	<a href="http://www.laviaverde.de">www.laviaverde.de</a>



**„Erlebnis Bauernhof“: Bio-Rundweg Rüsselbacher Feldfrüchte, Hofführungen, Hofladen, „Nudelbude“, Bio-Gockelprojekt Zweinutzungshuhn u.v.m.**

Typ	Demeter-Geflügelhof, Exkursion, Führung, Unterrichtseinheit, Hofladen u.v.m.
Leitung	Geflügelhof Schubert, Ansprechpartner: Harald Konzok
Veranstaltungsort	Unterrüsselbach, Ebacher Str. 1, 91338 Igensdorf
Termin	Nach Vereinbarung
Zeit, Dauer	je nach Angebot zwischen 2 bis maximal 4 Stunden
Plätze	ausreichend vorhanden
Preis	Finanzierung teilweise über Förderprogramme möglich, veranstaltungsabhängig
Beschreibung	Bio-Rundweg: Rund um Rüsselbach bauen wir andere Feldfrüchte an, als man sie hier für gewöhnlich kennt. Gründe: Die durchdachte Fruchtfolge im Wechsel zwischen anspruchsvollen und bodenverbessernden Kulturen, also Getreide, proteinreichen Hülsenfrüchten (Leguminosen) als Zwischenfrüchte und Untersaaten, ist Voraussetzung für den biologischen Landbau bei Verzicht auf künstliche Düngung und Pflanzenschutzmittel. Diese Zusammenhänge soll der Rundweg deutlich machen. Mehr als 15 Pflanzenkulturen umfasst der Rüsselbacher Feldfrüchte-Rundweg rund um Unterrüsselbach auf einer Strecke von 3,9 Kilometern – Flyer gerne auf Anfrage. <a href="http://www.gefluegelhof-schubert.de">www.gefluegelhof-schubert.de</a>
Weitere Hinweise	„Erlebnis Bauernhof“ bietet: ein Lernprogramm mit Lehrplanbezug, außerschulisches Lernen in authentischer Umgebung, Förderung wichtiger Kompetenzen, Erleben mit allen Sinnen, aktive Mitarbeit der Kinder u.v.m.. Wer kann kostenfrei teilnehmen? Das Programm „Erlebnis Bauernhof“ ermöglicht jedem Grundschulkind der zweiten bis vierten Jahrgangsstufe, Förderschulklassen aller Jahrgangsstufen und Übergangsklassen aus Bayern die kostenlose Teilnahme am Programm, Fahrkosten werden nicht erstattet – Informationen finden Sie unter <a href="http://www.erlebnis-bauernhof.bayern.de">www.erlebnis-bauernhof.bayern.de</a>



**Sonderveranstaltung**

Typ	Theater und Mitmachaktionen
Leitung	Netzwerk „Bildung. Ökolandbau. Ernährung“
Veranstaltungsort	Kulturwerkstatt Auf AEG
Beschreibung	Jedes Jahr ruft das Kultusministerium in Bayern die Schulen zur „Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit“ auf. Die Stadt Nürnberg sowie das Nürnberger Netzwerk „Bildung. Ökolandbau. Ernährung.“ greifen diese Idee auf und bieten für Grundschulen eine Aktionswoche an, zu der Lehrkräfte mit ihren Schulklassen kommen können. Das Programm wird im Sommer bekannt gegeben und kann über die Biometropole Nürnberg gebucht werden.



## Ökolandbau, Bio-Lebensmittel

Typ	Fortbildung, Workshop
Leitung	Biometropole Nürnberg, Öko-Modellregion Nürnberg, Nürnberger Land, Roth
Termin	Nach Vereinbarung
Zeit, Dauer	Nach Vereinbarung
Preis	Kostenlos für alle Einrichtungen der Öko-Modellregion Nürnberg, Nürnberger Land Roth
Beschreibung	Info-Vortrag, Workshop oder geführte Exkursion zum Thema Öko-Landbau und Bio-Lebensmittel mit individueller Schwerpunkt-Setzung, z.B. Boden, Nachhaltigkeit, Klimaschutz, Tierschutz, Bio-(Verbands-) Richtlinien, Kontrolle und Inspektion, Prinzipien und Geschichte des Ökolandbaus, Regenerative/Aufbauende Landwirtschaft, Verarbeitung, Vermarktung, alternative Produktions- und Vermarktungsformen (z.B. Solidarische Landwirtschaft), Bio-Qualität, Bio in der Gastronomie etc.
Weitere Hinweise	<a href="http://www.oekomodellregionen.bayern/oko-modellregion/nurnberg-stadtland-roth">www.oekomodellregionen.bayern/oko-modellregion/nurnberg-stadtland-roth</a>



## Bio-Lebensmittel an Schulen

Typ	Workshop
Leitung	Bio-Verbraucher e.V.
Veranstaltungsort	An der jeweiligen Schule
Termin, Dauer	Nach Vereinbarung
Plätze	Nach Vereinbarung
Preis	Nach Vereinbarung
Beschreibung	Ganzjährig & individuell durchführbar
Weitere Hinweise	Alle Jahrgangsstufen

# Angebote / Programm

Zielgruppe Erwachsene



## Gemeinsames „Einkaufen, Kochen, Essen“

Typ	Beratung (Einzel- oder Gruppenberatung)
Leitung	Bio-Verbraucher e.V.
Veranstaltungsort	Bio-Verbraucher e. V., Rieterstr. 20, 90419 Nürnberg
Termin	07. März 2019, 13. Juni 2019, 12. September 2019 und 05. Dezember, sowie zusätzlich nach Vereinbarung
Zeit, Dauer	16:00 bis 20:00 Uhr
Plätze	Kleingruppen (max. 10 Personen)
Preis	15,- € pro Teilnehmer und Veranstaltung
Beschreibung	Bio-Beraterinnen leiten und beraten Gruppen zum Thema Bio-Lebensmittel mit den Schwerpunkten saisonal und regional vom Prozess des Einkaufens über gemeinschaftliches Kochen bis hin zum gemeinsamen Essen. Grundsätzlich 4 x im Jahr (jahreszeitliches Angebot) und auf Anfrage (beispielsweise speziell zur Unterstützung und Schulung von ErzieherInnen, ...)



## Bio-Läden, Wochenmarkt

Typ	Exkursion, Führung
Leitung	Bio-Verbraucher e. V. und weitere Partner
Veranstaltungsort	Nach Vereinbarung
Termin	Nach Vereinbarung
Zeit, Dauer	Nach Vereinbarung
Plätze	Nach Vereinbarung
Preis	Nach Vereinbarung
Beschreibung	Ganzjährig & individuell plan- und durchführbar



### Ernährungsberatung – selbstbestimmtes Essen mit Genuss und Lebensfreude

Typ	Beratung (Einzelberatung)
Leitung	Viva la Eat! Kerstin Biß
Veranstaltungsort	Praxis Viva la Eat! Äußere Sulzbacher Straße 123,90491 Nürnberg
Termin	Nach Vereinbarung
Zeit, Dauer	60 – 90 Minuten
Preis	85,- € inkl. MwSt.
Beschreibung	Für alle die Ihre Ernährung und Ihr Ernährungsverhalten reflektieren und nachhaltig verändern möchten. Gesunde, ausgewogene, vitalstoffreiche Ernährung. Darmgesundheit, Alltag mit Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten (Hilfe zur Selbsthilfe)
Weitere Hinweise	Privatpraxis, keine Kassenleistung



### Einkaufsberatung im Bioladen

Typ	Beratung (Einzel- oder Gruppenberatung)
Leitung	Viva la Eat!, Kerstin Biß
Veranstaltungsort	Bioladen ebl / denns' in der Äußeren Sulzbacher Straße
Termin	Nach Vereinbarung
Zeit, Dauer	1x 30 Minuten pro Person
Plätze	Das Angebot ist für Einzelpersonen, aber auch für Kleingruppe von 4 Personen möglich
Preis	kostenfrei
Beschreibung	Beratung im Bereich gesunde, ausgewogene, vitalstoffreiche Ernährung. Darmgesundheit, Alltag mit Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten Entdecken Sie die Möglichkeiten



### Ernährungsberatung und Ernährungstherapie

Typ	Beratung (Einzel- und Gruppenberatung)
Leitung	EAT-Ernährungspraxis, Andrea Louzil Diplomökotrophologin und Diabetesberaterin
Termin	Nach Vereinbarung
Preis	Je nach Krankenkasse Bezuschussung bis zu 80-100 % (nicht jedoch AOK)
Beschreibung	Ernährungsberatung und Ernährungstherapie bei: Adipositas, Übergewicht, Fettstoffwechselstörung, Hypertonie, Diabetes mellitus, Lactose-Fructose- Sorbitintoleranz, Zöliakie und Glutenunverträglichkeit, Lebensmittelunverträglichkeiten, Allergien und Magersucht



### Bio ist besser! Methoden, Praxisbeispiele und Materialien für den Unterricht

Typ	Beratung für Lehrerinnen und Lehrer
Leitung	Umweltstation Nürnberg, Birgit Paulsen
Veranstaltungsort	Umweltstation Nürnberg im Institut für Pädagogik und Schulpsychologie IPSN
Termin	27.2.2019
Zeit, Dauer	14:30 - 17:00 Uhr
Plätze	25
Preis	kostenfrei
Beschreibung	Bio ist besser! Das ist vielen Menschen bewusst. Daher gibt es inzwischen in nahezu jedem Supermarkt ein Sortiment mit Bio- Lebensmitteln. Für den Erhalt der Artenvielfalt, den Schutz der Böden und den Schutz der Gewässer und des Grundwassers ist eine Trendwende hin zu mehr ökologischen Landbau dringend notwendig. Sie erfahren in dem Seminar viel Wissenswertes rund um (biologische) Landwirtschaft, die Folgen für die Umwelt und was sich hinter den Biosiegeln verbirgt. In verschiedenen Praxiseinheiten werden Beispiele, Methoden und Materialien für den Unterricht rund um das Thema Ökolandbau und Bio-Ernährung vorgestellt und praktisch erprobt.
Weitere Hinweise	Für Lehrkräfte der Jahrgangsstufen 3-5





## Ernährungsberatung und Ernährungsumstellung

Typ	Beratung
Leitung	Natürlich.Ess.Ich. Ernährungsberatung Jana Lechler
Veranstaltungsort	Nach Vereinbarung
Termin	Nach Vereinbarung
Zeit, Dauer	i.d.R. 60 Minuten
Plätze	Das Angebot ist für Einzelpersonen
Preis	89,- €/60 Minuten
Beschreibung	Natürlich Ess Ich! - Dein Weg zu einer gesunden und ausgewogenen Ernährung. Essen sollte meiner Meinung nach gesund sein, aus möglichst natürlichen Zutaten bestehen, abwechslungsreich gestaltet sein und natürlich Spaß machen. Als Ernährungsberaterin möchte ich Sie zu einer gesünderen Ernährung motivieren und inspirieren.
Weitere Hinweise	Weitere Infos auf <a href="http://www.lechler-ernaehrung.de">www.lechler-ernaehrung.de</a>



## Täfelein deck Dich! Verträglich, gesund, nachhaltig, bio & lecker!

Typ	Workshop
Leitung	Viva la Eat!, Kerstin Riß
Veranstaltungsort	Praxis Viva la Eat! Äußere Sulzbacher Straße 123,90491 Nürnberg
Termin	Nach Anfrage und Vereinbarung
Zeit, Dauer	5 Termine à 90 Minuten / jeweils 18-19:30 Uhr
Plätze	Kleingruppe von 4-5 Personen
Preis	215,- € inkl. MwSt.
Beschreibung	<p>Menschen, die Ernährung reflektieren möchten. Nachhaltiger Alltag mit mehr Bio- und ökologischen Produkten. Menschen mit Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten.</p> <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sammeln von Wünschen und Themen</li><li>- Ernährungsgrundlagen Theorie und Praxis</li><li>- Besprechen von Möglichkeiten der Veränderung</li><li>- Ein Rundgang durch den Bioladen – Lesen von Zutatenlisten und Co</li><li>- Biosiegel, sinnvoll und nachhaltig einkaufen</li><li>- Einkaufsmöglichkeiten, Lagerung von Lebensmitteln – Vermeidung von Lebensmittelverschwendung</li><li>- Themenwünsche bearbeiten</li></ul>

# Angebote / Programm

Bildungszentrum: Kurse zu den Themen

„Gesundheit, Kochen, Geschmack, Ernährung“

**Biersensorik-Seminar „Craft-Biere“**

Verkostung von handwerklich  
produziertem Bier  
(29.03.2019, 19:00 – 22:00 Uhr)

**Heimisches Superfood**

Denn das Gute liegt so nah – Leinsamen,  
Löwenzahn, Hagebutte und Co.  
(11.04.2019, 17:30 – 21:45 Uhr)

**Kochparty „Springtime“:**

gemeinsames Kochen mit  
saisonal-frischen Lebensmitteln  
(16.05.2019, 17:45 – 21:45 Uhr)

**Burger – mit und ohne Fleisch:**

Variantenreiche Burger mit regionalem  
Lamm, (Bio-)Schwein oder vegetarisch  
(22.05.2019, 18:00 – 22:00 Uhr)

**Ährensache –**

**Brot, Kleingebäck und Laugenzopf**

Die Handwerkskunst des selber Backens  
mit heimischen Mehlen  
(05.06.2019, 17:30 – 21:00 Uhr)

Alle Details zu den Veranstaltungen und  
weitere Kurse finden Sie unter

[https://bz.nuernberg.de/programm/  
gesundheits/ernaehrung-und-esskultur](https://bz.nuernberg.de/programm/gesundheits/ernaehrung-und-esskultur)



# Anmeldung, Entgelt, Stornierung, Datenschutz und Sonstiges

## **Anmeldung und Beratung**

Bitte melden Sie sich per E-Mail oder telefonisch direkt bei den einzelnen Partnern an. Die Bearbeitung Ihrer Anmeldung erfolgt unverzüglich nach Eingang. Die Partnerinnen und Partner des Netzwerkes stehen Ihnen gerne telefonisch und nach vorheriger telefonischer Terminvereinbarung persönlich für Beratungen zu den Angeboten zur Verfügung.

Das Programm des Netzwerkes „Bildung. Ernährung. Ökolandbau.“ erscheint jährlich.

Kurzfristige Änderungen sind in Einzelfällen möglich und können daher im Programm nicht aufgenommen werden, wobei wir uns bemühen Sie rechtzeitig zu informieren. Die Angaben in unserem Programmheft sind insofern ohne Gewähr.

## **Entgelte / Entgeltordnung / Ermäßigungen**

Die jeweiligen Entgelte sind aus der Veranstaltungsbeschreibung ersichtlich. Die Zahlungsmodalitäten erfahren Sie von den jeweiligen Partnern.

## **Stornierung**

Wenn Sie ein Angebot gebucht haben, ist Ihre Anmeldung verbindlich und Sie sind zur Zahlung des Entgelts verpflichtet. Eine Stornierung kann bis spätestens sieben Tage vor der Veranstaltung erfolgen. Teilen Sie der/dem jeweiligen Partner\*in hierzu in einem unterschriebenen Stornierungsschreiben den Stornierungswunsch mit.

## **Datenschutz**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erklären sich insofern mit der Verarbeitung personenbezogener Daten einverstanden, als dies für interne Verwaltungszwecke erforderlich ist.

Sofern eine Zustimmung auf dem Anmelde-schein erteilt wurde, können die Adressen zur Zusendung von Informationen über Veranstaltungen des BÖE Netzwerkes verwendet werden. Diese Zustimmung kann jederzeit widerrufen werden.

## **Weitere Informationen**

Weitere Infos zum Netzwerk „Bildung. Ökolandbau. Ernährung.“ finden Sie unter [www.die-biometropole.de](http://www.die-biometropole.de). Weitere Infos zu den Partnern finden Sie auf deren Webseiten und auf der nächsten Seite.

Stand März 2019

# Kontakte der Partnerinnen und Partner

**Bio-Verbraucher e.V., Ute Blümlein**  
Rieterstr. 20, 90419 Nürnberg,  
ute.bluemlein@freenet.de, Tel. 09 245-412

**EAT Praxis für Ernährungs- und  
Adipositas therapie, Andrea Louzil**  
Amselweg 6, 90542 Eckenhaid,  
andrea@louzil.de, Tel. 09 126-8 441

**ess cetera, Dr. Evelyn Back**  
Rennbahnstr. 46, 90453 Nürnberg,  
evelyn.back@ess-cetera.de,  
Tel. 0 911-5 615 824

**Geflügelhof Schubert, Harald Konzok**  
Unterrüsselbach, Ebacher Str. 1,  
91338 Igendorf,  
harald.konzok@gefluegelhof-schubert.de,  
Tel. 09 146-942 330, Mobil 0 171-7 873 317

**La Via Verde - Praxis für  
Ernährungstherapie, Karolin Kremitzl**  
Blumenstr. 37, 90542 Eckental,  
praxis@laviaverde.de, Tel. 09 126-284 528

**Natürlich.Ess.Ich., Jana Lechler**  
Belznerweg 19, 90411 Nürnberg,  
jana.lechler@lechler-ernaehrung.de,  
Tel. 0 176-55 532 467

**Stadt Nürnberg Bildungszentrum /  
Fachteam Gesundheit, Gabi Pfeifer**  
Pillenreuther Str. 147, 90459 Nürnberg,  
sabine.gentner@stadt.nuernberg.de,  
Tel. 0 911-23 114 369

**Stadt Nürnberg / BioMetropole,  
Dr. Werner Ebert**  
Hauptmarkt 18, 90403 Nürnberg,  
werner.ebert@stadt.nuernberg.de,  
Tel. 0 911-2 314 189

**Stadt Nürnberg, Gesundheitsamt,  
Inken Wöhrle**  
Burgstr. 4, 90403 Nürnberg,  
inken.woehrle@stadt.nuernberg.de,  
Tel. 0 911-2 314 164

**Stadt Nürnberg / Jugendamt,  
Petra Torscher**  
Dietzstr. 4, 90443 Nürnberg,  
petra.torscher@stadt.nuernberg.de,  
Tel. 0 911-23 177 486

**Stadt Nürnberg, Umweltstation Nürnberg,  
Birgit Paulsen**  
Fürther Str. 80a, 90429 Nürnberg,  
irgit.paulsen@stadt.nuernberg.de,  
Tel. 0 911-23 110 408

**Viva la Eat! Kerstin Biß, Potenzialentfal-  
tung für Ernährung & Gesundheit**  
Äußere Sulzbacher Str. 123,  
90491 Nürnberg, biss@vivalaeat.de,  
Tel. 0 911-94 435 446



## Impressum

Stadt Nürnberg  
Referat für Umwelt und Gesundheit  
DIE BIOMETROPOLE  
Dr. Werner Ebert  
Hauptmarkt 18  
90403 Nürnberg

Die „BioMetropole Nürnberg“ übernimmt keine Haftung für die Inhalte der Partnerinnen und Partner.

