

ERFAHRUNGSBERICHT

Neue Kursthemen finden am Beispiel eines Seminars gegen Lebensmittelverschwendung

Sie wollen einen neuen Kurs anbieten und suchen nach einem Thema? Gehen Sie in sich: Was kann ich, was bewegt mich, was macht mich neugierig, welche Erfahrungen habe ich, und interessieren sich auch andere dafür? Wenn Sie Ihr Thema gefunden haben, können Sie auch andere dafür begeistern. Ich engagiere mich gegen die Verschwendung von Lebensmitteln und habe daraus ein Seminar gemacht.

Lebensmittel waren schon immer meine Leidenschaft, die ich aber nur privat ausgelebt habe. Heute habe ich meine Leidenschaft zum Beruf gemacht. Dazu gehört auch ein Kursangebot an Volkshochschulen.

Vor einigen Jahren wollte ich mich noch einmal beruflich neu orientieren und fragte mich:

- Was kann ich?
- Was bewegt mich?
- Was interessiert mich?
- Worüber würde ich gerne selbst mehr erfahren?

Mit der Herstellung von Lebensmitteln fand ich mein Thema, mit welchem ich mich nicht mehr nur privat, sondern zukünftig auch beruflich befassen wollte. Gut kochen konnte ich, und gesunde, ökologisch und fair erzeugte Lebensmittel waren mir immer schon wichtig. Nun wollte ich wissen, wie werden Lebensmittel professionell erzeugt, vom Anbau bis zur Verarbeitung, und wie kommen sie zum Konsumenten?



Ich wurde Zeugin der Lebensmittelverschwendung

In dieser Zeit hatte ich mehrere Schlüsselerlebnisse. Das erste war: Ich sah den Film „Taste the waste“ von Valentin Thurn. In dem Film geht es um die weltweite Vernichtung von Millionen von Tonnen an Lebensmitteln und was man dagegen tun kann. Das zweite war, dass ich ein Praktikum in einem Gemüseanbaubetrieb absolvierte. Ich wurde Zeugin der Lebensmittelvernichtung, wenn zu krumme oder zu dicke Gurken auf dem Kompost landeten, weil der Handel sie nicht abnehmen wollte. Beide Erlebnisse machten mich betroffen. Ich begann mich weiter über Lebensmittelverschwendung zu informieren und mich mit anderen darüber auszutauschen. Schnell merkte ich, dass sich auch andere von dem Thema angesprochen fühlten. Aller guten Dinge sind drei: Es kam zum dritten Schlüsselerlebnis. Ich lernte die dänische Aktivistin Selina Juul bei einem ihrer Vorträge kennen. Sie berichtete sehr anschaulich über die „Lebensmittelfriedhöfe“ in unseren Kühlschränken, in denen vergessene oder nicht mehr gemochte Lebensmittel vor sich hin vegetieren, bis man sie wiederentdeckt und schlussendlich wegwirft. Ihre Antwort auf das Problem ist eine Verbraucheraufklärung durch Vorträge und die Herausgabe eines Kochbuchs mit Rezepten für die Verwendung von Lebensmittelresten.

Ein Kochbuch mit Rezepten für Lebensmittelreste

Inspiziert durch Frau Juul entstand ein Projekt zusammen mit dem Soroptimist Club Bielefeld. Wir brachten ein Kochbuch heraus, für das Aktivist*innen, Profi- und Hobbyköche Restrezepte spendeten. Aufgrund der Öffentlichkeitswirksamkeit dieses Projekts erhielt ich dann die erste Anfrage nach einem Vortrag. Im Anschluss an diesen Vortrag wünschten sich die Teilnehmenden einen Kochkurs, um auch praktisch mit Lebensmittelresten zu arbeiten. So entwickelte sich Schritt für Schritt mit jeder neuen Anfrage das Konzept für eine vierstündige Veranstaltung. In dem Kurs werden nun theoretische Grundlagen vermittelt und Lebensmittel auf ihre Genießbarkeit geprüft, und es wird auch mit Lebensmittelresten gekocht.





Kochbuch mit Resterezepten des [Soroptimist Clubs Bielefeld](#) (Foto: A. Knehans-Gläser, Grafik: C. Nolting)

Mein Fazit: Wenn einem ein Thema am Herzen liegt und man dies auch anderen mitteilt, merkt man sehr schnell, ob es darauf eine positive Resonanz gibt. Das motiviert, und man beginnt aus eigenem Interesse heraus, sich weiter damit zu beschäftigen. Man bildet sich zunächst selbst weiter und erprobt sein Wissen in kleinen „Projekten“. Dies kann zum Beispiel ein Blog sein, für den man schreibt, ein Zeitungsartikel oder ein Vortrag. Dies ist dann eine gute Ausgangsbasis für die Erstellung eines Weiterbildungsangebots, das auch Interessenten findet. Also gehen Sie in sich und finden Sie heraus, was Sie begeistert. Dann können Sie auch andere begeistern.

CC-BY-SA 3.0 DE by **Asgard Knehans-Gläser** für wb-web.de in Zusammenarbeit mit der [Volkshochschule Gütersloh](#).



Dieses Material steht unter der Creative-Commons-Lizenz Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen 3.0. Um eine Kopie dieser Lizenz zu sehen, besuchen Sie <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/de/>