Methodenseminar der foodsharing Akademie

- Seminardokumentation–

22.-24. September 2023 in Freiburg i.B.

Inhalt

Hier findest du, was du wissen willst!

1 **eine Nachlese**

Zusammenfassung der Workshops und Vorträge

2 **Lebensmittelverschwendung in der Klimakrise** mit Stefan Kreutzberger

3 **Methodenbuffet** mit Lea Pusch und Jan Kircher

5 **Motivation und Hürden beim Engagement für Klimathemen** mit Lea Pusch

7 **Entstehung foodsharing und AG Bildung** mit Stefan Kreutzberger und Jan Kircher

8 **World Café** mit Lea Pusch und Jan Kircher

9 **Referent*innen und Küchenteam**

10 **Impressum**

foodsharing Akademie

Wir klammern Bildung nicht aus

eine Nachlese

womit wir uns beschäftigt haben

Das Methodenseminar der foodsharing Akademie fand dieses Jahr vom 22.-24. September in Freiburg statt und stand unter dem Motto der Bildungsarbeit. Es wurde sich aus vielen Perspektiven der Bedeutung, Planung und Umsetzung von Bildungsveranstaltungen zum Thema Lebensmittelwertschätzung genähert.

Das Seminar begann am Freitag mit einem Vortrag des örtlichen Unverpackt-Ladens zum Thema "Zero Waste" und seiner Relevanz für den Klimaschutz. Ein Tofu- und veganes Käse-Tasting rundete den Abend ab.

Am Samstag startete das Seminar mit einer inhaltlichen Einführung von Stefan über die Bedeutung der Lebensmittelverschwendung in der Klimakrise. Anhand eindrucksvoller Studien zeigte er, dass durch die Reduzierung der Lebensmittelverschwendung immense Mengen an CO2-Äquivalenten eingespart werden können. Jan und Lea präsentierten verschiedene Methoden aus dem "Methodenbuffet" und gaben Einblicke in die Gestaltung von Workshops. Die Teilnehmenden versuchten sich anschließend darin, selbstständig Workshop-Pläne für verschiedene Zielgruppen zu erstellen. Am Nachmittag regte Lea die Teilnehmenden zum Nachdenken an, indem sie in ihrem Vortrag die Motivation und Hindernisse beim Engagement für Klimathemen thematisierte. Neben Handlungsoptionen zur Überwindung eigener Hürden beschäftigte man sich auch mit Dos und Don'ts in der Kommunikation zur Förderung des Klimabewusstseins.

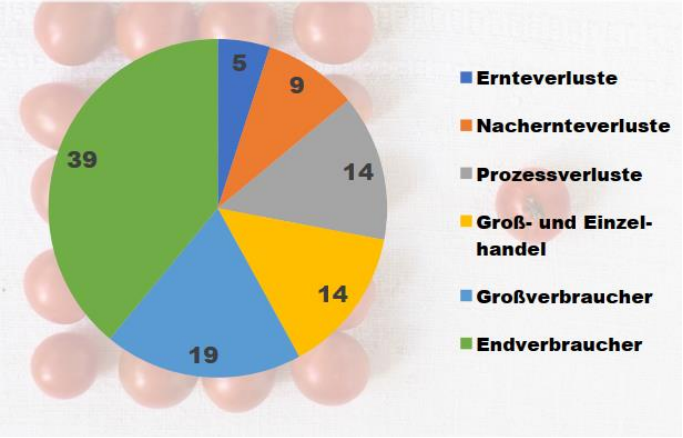
Der Sonntag begann mit einer kurzen Einführung von Stefan in die Geschichte von foodsharing. Jan setzte diesen Vortrag fort und sprach über den Aufbau und die Organisation einer Arbeitsgruppe (AG) Bildung, wobei er seine Erfahrungen, Methoden und Tipps teilte. Mithilfe der Methode des "World Cafés" wurden bisher nicht behandelte Interessengebiete und Fragen der Teilnehmenden aufgegriffen. Eine abschließende Feedbackrunde bildete den Abschluss des Seminars.

Alle vorgestellten Materialien können über die foodsharing Website im Forumsbeitrag der AG Bildung "Materialsammlung Methodenseminar 2023 in Freiburg" abgerufen werden.

Lebensmittelverschwendung in der Klimakrise

mit Stefan

Weltweit werden jährlich mindestens 1.300 Millionen Tonnen Lebensmittel verschwendet, wovon allein in Deutschland 18 Millionen Tonnen anfallen. Unsere Ernährung trägt maßgeblich zur Klimakatastrophe bei, wie aus einer neuen Studie hervorgeht. Bisher schätzte man weltweit die durch Lebensmittelverschwendung und -verluste verursachten CO2-Äquivalente auf etwa 3,3 Milliarden Tonnen. Dies entspräche einem hypothetischen dritten Platz hinter China und den USA, wenn es sich um ein Land handeln würde.



Quelle: WWF, 2015

Jedoch zeigt eine kürzlich im Fachmagazin Nature Food veröffentlichte Studie noch drastischere Ergebnisse. Laut dieser Studie gehen die Hälfte der weltweiten Treibhausgasemissionen aus der Landwirtschaft allein auf Abfälle und Verluste zurück. Das bedeutet, dass insgesamt 9,3 Milliarden Tonnen CO2-Äquivalente verursacht werden. Diese Berechnungen berücksichtigen erstmals den gesamten Produktions- und Herstellungsprozess, einschließlich aller Transporte und der dafür aufgewendeten Energie. Diese 9,3 Milliarden Tonnen Treibhausgas-Emissionen entsprechen den jährlichen Emissionen der USA und der EU zusammen. Dies verdeutlicht die immense Rolle, die unsere Ernährung bei der Klimakatastrophe spielt und unterstreicht die Dringlichkeit von Maßnahmen zur Reduzierung von Lebensmittelverschwendung und -verlusten.

Die globale Lebensmittelvernichtung hat vielseitige Folgen. Sie führt zur Verletzung des Rechts auf Zugang zu Nahrung und Wasser und verstärkt den globalen Hunger. Außerdem trägt sie zum Verlust der Artenvielfalt bei, verbraucht unnötig Ressourcen und verschärft die Klimakatastrophe durch steigende Treibhausgasemissionen.

Das Projekt "Drawdown" hat berechnet, dass die Reduzierung der Lebensmittelverschwendung im Szenario einer 2-Grad- und 1,5-Grad-Temperaturerhöhung erhebliche CO_2-Einsparungen ermöglichen würde. Im 1,5-Grad-Szenario könnte die Reduzierung der Lebensmittelverschwendung 102 Gigatonnen CO_2-Äquivalente einsparen und würde damit auf Platz vier liegen, knapp hinter der veganen Ernährung. Im 2-Grad-Szenario würde die Reduzierung der Lebensmittelverschwendung mit 89 Gigatonnen CO_2-Äquivalenten sogar den ersten Platz belegen. Dies unterstreicht die wichtige Aufgabe von Initiativen wie foodsharing und die Notwendigkeit gesetzlicher Regelungen, wie sie bereits in Ländern wie Großbritannien, Belgien, Dänemark und Frankreich existieren.

Methodenbuffet

mit Jan und Lea

Im Rahmen des Seminars zur Lebensmittelwertschätzung wurde das "Methodenbuffet" vorgestellt. Das beinhaltet eine Auswahl von Methoden und Workshopabläufen für die Bildungsarbeit zum Thema Lebensmittelwertschätzung. Diese Methoden und Workshopabläufe sind online für alle Interessierten zugänglich und nach dem Konzept des globalen Lernens in fünf Kapitel (Gänge) unterteilt:

1. **Aperitif (Warm Up, Energizer)**: In diesem Abschnitt geht es darum, die Gruppe aufzulockern und die Aufmerksamkeit der Teilnehmenden zu schärfen.
2. **Vorspeise (Kennenlernen, Einstieg)**: Hier erfolgt die Einführung in das Thema, und es werden erste thematische "Häppchen" präsentiert.
3. **Hauptgang (Erarbeitung des Themas)**: Der Hauptteil des Workshops widmet sich der Vertiefung des Themas.
4. **Nachtisch (Handlungsmöglichkeiten)**: In diesem Abschnitt werden konkrete Handlungsmöglichkeiten und Lösungsansätze diskutiert.
5. **Digestif (Reflexion, Feedback)**: Abschließend erfolgt eine Reflexion und ein Feedback zur Workshop-Durchführung.

Das Methodenbuffet beinhaltet eine Checkliste für die Workshop-Gestaltung, um die Vorbereitung und Umsetzung zu erleichtern.

Lea hat eine Methode des Hauptgangs vorgestellt – „Reise einer Orange." Diese Methode ist äußerst flexibel und kann hervorragend an die Zielgruppe, das Alter und den Wissenstand der Teilnehmenden angepasst werden. Dabei werden die verschiedenen Stationen einer Orange, angefangen beim Baum bis hin zu unserem Teller, anhand von Bildern und Informationstexten thematisiert. Die Teilnehmenden sollen die Vielzahl an beteiligten Akteuren erkennen und ihre eigene Rolle innerhalb der verschiedenen Interessen und Optionen reflektieren.

Der Ablauf dieser Methode ist im Methodenbuffet auf Seite 27 zu finden.

https://www.foodsharing-akademie.org/wp-content/uploads/2021/10/Methodenbuffet_2.-Auflage.pdf

Methodenbuffet

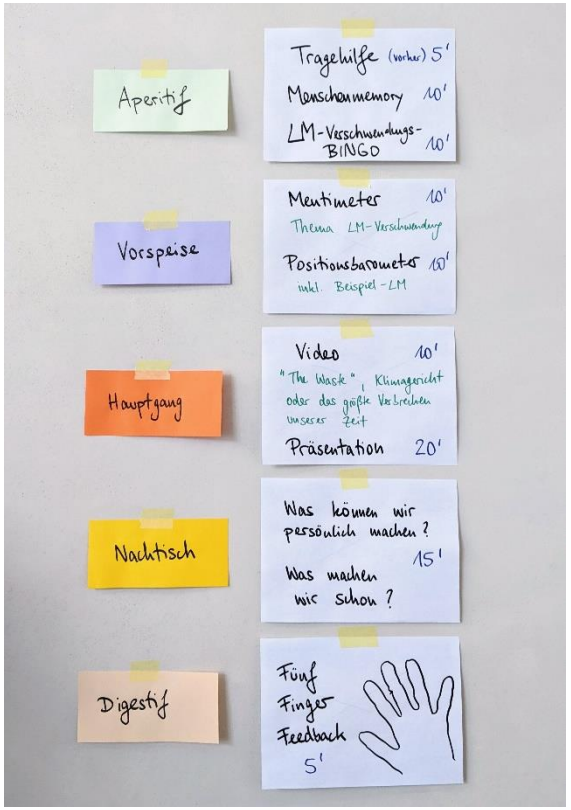
mit Jan und Lea

Jan präsentierte einen Rezeptvorschlag, der als exemplarischer Ablauf eines Workshops diente. Dabei orientierte er sich an den fünf Gängen, der Zielgruppe und den verfügbaren Ressourcen in Bezug auf Zeit und Kapazitäten. Das Hauptziel seiner Veranstaltung bestand darin, ein umfassendes Verständnis für die Problematik zu vermitteln und die Teilnehmer zur Entwicklung eigener Ideen für ein nachhaltiges Ernährungssystem zu motivieren. Besondere Betonung legte er auf die Notwendigkeit einer gründlichen Vorbereitung und Abstimmung mit dem Lernort. Des Weiteren unterstrich er die Bedeutung einer sorgfältigen Zeitplanung, da seine Erfahrung gezeigt hatte, dass z.B. eine Schnippeldisco oft viel Zeit in Anspruch nehmen kann. Jan ermutigte außerdem dazu, andere Foodsaver*innen in die Vorbereitungsarbeit einzubeziehen und Aufgaben zu delegieren, wie beispielsweise die Abholung geretteter Lebensmittel für den Workshop oder die Organisation des benötigten Materials.

Abgesehen vom Methodenbuffet stehen zahlreiche hilfreiche Materialien zur Verfügung, die die Vorbereitung von Bildungsangeboten erleichtern können. Jan betonte die Wichtigkeit, diese Materialien zu nutzen und das foodsharing-Netzwerk in dieser Hinsicht weiter auszubauen. Einige dieser Materialien stammen beispielsweise von "Zu gut für die Tonne" und dem "Wimmelbild" des JANUN e.V.

Anschließend hatten die Teilnehmenden die Aufgabe, in Gruppen eigene Rezeptvorschläge zu erarbeiten. Dabei hatten sie die Freiheit, den Rahmen des Workshops selbst zu gestalten und sich einer Zielgruppe zuzuordnen, sei es für Erwachsene, Realschüler, Grundschüler oder die offene Jugendarbeit.

Rezeptvorschlag für einen Workshop mit Erwachsenen



Motivation und Hürden beim Engagement für Klimathemen

mit Lea

Lea präsentierte einen Vortrag zum Thema "Motivation und Hürden beim Engagement für Klimathemen". Sie beleuchtete die verschiedenen Aspekte der Motivation sowie die möglichen Hürden, die dem Engagement für den Klimaschutz im Wege stehen können.

Motivation wird als Sammelbegriff für verschiedene Komponenten und Teilprozesse definiert. Motivierte Menschen zeichnen sich dadurch aus, dass sie ein Ziel haben, sich intensiv für dessen Erreichung einsetzen und dabei Ausdauer beweisen, bis das Ziel erreicht ist. Es gibt zwei unterschiedliche Arten der Motivation:

1. **Zug (aufsuchende Motivation)**: Diese Form der Motivation bezieht sich auf Wachstumsaspekte. Zum Beispiel kann jemand motiviert sein, um Geld zu sparen oder neue Menschen kennenzulernen.
2. **Druck (meidende Motivation)**: Hierbei handelt es sich um eine defizitorientierte Motivation, die darauf abzielt, negative Konsequenzen zu vermeiden, wie beispielsweise die Reduzierung von CO2-Emissionen oder die Vermeidung von Lebensmittelverschwendung.

Ein wichtiger Aspekt, der im Vortrag beleuchtet wurde, war die Bedürfnispyramide nach Maslow. Diese Pyramide verdeutlicht, dass zunächst Defizitbedürfnisse wie Grundbedürfnisse, Sicherheit und soziale Bedürfnisse gestillt sein müssen, bevor Wachstumsbedürfnisse erfüllt werden können.

Quelle: www.scribbr.de/modelle-konzepte/beduerfnispyramide-maslow/

Motive sind das, was uns antreibt, da sie komplexe Beweggründe sind, die unser individuelles Handeln in Gang setzen. Während des Gesprächs wurden die Teilnehmenden ermutigt, über ihre eigenen Motive nachzudenken und zu reflektieren, warum sie sich für den Klimaschutz und die Bildungsarbeit engagieren.

Lea verwies auf eine Studie, den "Deutschen Freiwilligensurvey 2019", die Gründe für ehrenamtliches Engagement aufzeigte. Hauptmotive, die Menschen zum Ehrenamt bewegen, sind Freude und der Wunsch, anderen Menschen zu helfen.

Motivation und Hürden beim Engagement für Klimathemen

mit Lea

Ebenso wurde erörtert, was zu tun ist, wenn die Motivation fehlt. Dabei spielte die Ambiguitätstoleranz eine zentrale Rolle. Diese bezieht sich auf die Fähigkeit, Spannungszustände, die aus Konflikten resultieren, auszuhalten. Um aktiv zu werden, ist es notwendig, diese Spannungen zu tolerieren, auszuhalten, dass der Wunsch oder das Ziel eventuell nicht erreicht wird und das eigene Scheitern willkommen zu heißen.
Im weiteren Verlauf wurden Hemmnisse beleuchtet, die das Handeln im Sinne des Klimaschutzes behindern können, wie Schuld- und Schamgefühle, unbewusste Widerstände, Selbstwertkonflikte, mangelnde Selbstwirksamkeit und Verlustängste. Die Teilnehmenden wurden ermutigt, über die ihnen bekannten Hemmnisse zu sprechen und sie zu identifizieren.

Schließlich wurden Dos und Don'ts in der Kommunikation zur Förderung des Klimabewusstseins vorgestellt. Hierbei wurden Methoden diskutiert, die in der Kommunikation mit Menschen über den Klimawandel hilfreich sein können.

Insgesamt bot der Vortrag eine umfassende Perspektive auf die Motivation und die damit verbundenen Hürden beim Engagement für Klimathemen und regte die Teilnehmenden zur intensiven Reflexion über ihre eigenen Beweggründe und Hemmnisse an.

Quelle: Scientists for Future, 2022

Entstehung foodsharing und AG Bildung

mit Stefan und Jan

Auf Wunsch der Teilnehmenden gab Stefan eine kurze Einführung in die Entstehung von foodsharing. Informationen dazu finden sich unter diesem Link:

https://wiki.foodsharing.de/Geschichte_von_foodsharing

Momentan steht foodsharing vor der Herausforderung mit dem starken Wachstum umzugehen. Durch die Einführung des Subsidiaritätsprinzips sollen Bezirke sich nun selbst verwalten. Zudem werden Landes- und Bundesverbände gegründet, um die Arbeit auf regionaler und überregionaler Ebene zu organisieren. Neben den Verwaltungsherausforderungen sieht sich foodsharing auch finanziellen Herausforderungen gegenüber, da erhebliche Mittel benötigt werden, um die überregionale Arbeit zu finanzieren. Daher ist es notwendig, ein Konzept zu entwickeln, um die finanzielle Nachhaltigkeit sicherzustellen und die Mission von foodsharing voranzutreiben.

In diesem Zusammenhang präsentierte Jan, wie eine Arbeitsgruppe (AG) für Bildung organisiert sein kann, und teilte seine Erfahrungen aus der AG Bildung in Freiburg. Diese AG ist dem Foodsharing Café e.V. angeschlossen und setzt sich aus 10-15 aktiven Mitgliedern zusammen. Zur Organisation nutzen sie das kostenlose Tool Trello, auf dem alle Anfragen und Informationen geteilt werden. Die AG Bildung verfügt über eigenes Material, das insbesondere bei der Durchführung einer Schnippeldisco von großer Hilfe ist. Dieses Material kann mithilfe des kostenlosen Online-Tools "bullsheet" reserviert werden. Zudem wurden Materialien für verschiedene Zielgruppen zusammengestellt, um die Gestaltung von Workshops zu erleichtern.

Die Qualität der Angebote wird durch Einarbeitung (in Form von Hospitationen), einem Leitfaden für Workshopleitende und eine Evaluation sichergestellt. Die Finanzierung der AG Bildung erfolgt über regionale Förderungen, beispielsweise vom Städtischen Amt für Schule und Bildung, dem Städtischen Amt für Umweltschutz, der Freiburger Bürgerstiftung und dem Freiburger BNE-Fonds. Darüber hinaus zahlen Bildungseinrichtungen Referent*innengehälter an das Foodsharing-Café, die als Aufwandsentschädigung an die Referent*innen ausgezahlt werden.

World Café

mit Jan und Lea

Im abschließenden Teil des Workshops erhielten die Teilnehmenden die Möglichkeit, sich mit verschiedenen spezifischen Themen näher auseinanderzusetzen. Mithilfe der Methode des World Cafés wurde sich tiefer mit den folgenden Themen befasst:

1. **Sicheres Auftreten**
   Lea betonte zu Beginn des Workshops, dass es wichtig ist, Emotionen und Körperempfindungen präzise zu benennen. Man sollte in der Lage sein, Affekte auszuhalten und Wege finden, sie zu regulieren. Außerdem ist es entscheidend, ein realistisches und ganzheitliches Selbstbild zu entwickeln, die eigenen Stärken und Schwächen zu akzeptieren und Einblick in die eigenen Ressourcen zu gewinnen. Dies kann im Laufe der Zeit zu einem selbstsicheren Auftreten führen.

2. **foodsharing auf den Punkt**
   Teilnehmende wünschten sich die Möglichkeit, eine kurze, prägnante Erklärung von Foodsharing zu üben.
   https://foodsharing.de/ueber-uns

3. **Schippeldisco**
   Die Organisation einer Schnippeldisco erfordert besondere Sorgfalt. Es wurden Aspekte gesammelt, auf die geachtet werden sollte.

4. **Systemkritik**
   In diesem Workshop wurde untersucht, ab wann und in welcher Form bei Workshops neben der individuellen Perspektive auch die Systemperspektive berücksichtigen sollte.

5. **Wie politisch darf foodsharing sein**
   Im Plenum wurde darüber diskutiert, inwieweit foodsharing politisch aktiv sein darf. Es wurde Einigkeit darüber erzielt, dass foodsharing sich keiner Partei zuordnet und keine festen Sponsoring-Angebote annimmt. Bei Spenden oder Einsätzen geht es immer um den Zweck der Bildungsarbeit oder der Lebensmittelrettung, nicht um Werbung für andere Vereine oder Organisationen. Beispielsweise wäre die Lebensmittelabholung von einem Parteitag akzeptabel, da dies dem Zweck der Lebensmittelrettung entspricht. Die Veranstaltung einer Schnippeldisco oder eines Infostands bei einem Parteitag könnte jedoch den Zweck der Parteiwerbung verfolgen und wäre deshalb nicht wünschenswert.

6. **Digitale Tools**
   Die Teilnehmenden sammelten Tools, die die Organisation einer AG Bildung vereinfachen können (Trello, Slack, Bullsheet, Google Forms), sowie die Workshops interessanter und ansprechender gestalten können (Mentimeter, kahoot, BeeBots, Action Bound, QR-Codes, Skribbl.io).

Referent*innen und Küchenteam

Jan ist Sozialarbeiter in Freiburg und baut die AG Bildung mit auf

Stefan ist Politikwissenschaftler, freier Journalist und Buchautor. Er hat die foodsharing-Bewegung 2012 mit ins Leben gerufen, ist Vereinsvorstand und leitet die foodsharing-Akademie.

Lea ist Psychologin und Therapeutin in Bonn. Sie ist seit 2018 aktive foodsaverin und seit drei Jahren Teil des Akademieteams.

Caterina ist Teil der AG Bildung in Freiburg und hat am Seminarwochenende für die leckere Verpflegung gesorgt.

Impressum

Vielen Dank an alle Mitwirkenden und Interessierten!

Herausgeber und alle Rechte	.....	foodsharing e.V., vertreten durch den Vorstand Neven-DuMont-Str. 14 50667 Köln
Inhalt & Redaktion	.....	Theresa Gellesch, Jan Kircher
Fotonachweis	.....	foodsharing Bezirk Freiburg
Layout & Satz	.....	Theresa Gellesch
Stand	.....	November 2023

Diese Seminardokumentation wird gefördert von der Stadt Freiburg – Amt für Schule und Bildung sowie der JobRad GmbH Freiburg. Für den Inhalt dieser Publikation ist allein der foodsharing e.V. verantwortlich; die hier dargestellten Positionen geben nicht den Standpunkt der Fördermittelgeber wieder.

Verwendungsnachweis

Die hier veröffentlichten Ergebnisse und Materialien des Wochenendseminars haben wir nach bestem Wissen und Zustimmung der Referent*innen und Teilnehmenden ausgewählt und zusammengefasst. Die abgebildeten Teilnehmenden sind mit der Veröffentlichung ihrer Fotos ausdrücklich einverstanden. Die Zusammenstellung erhebt keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit und wissenschaftliche Genauigkeit und dient nur zur Dokumentation des Seminars zum privaten Gebrauch und Ausdruck. Eine weitere Veröffentlichung und Verbreitung ist nicht vorgesehen und bedarf in jedem Fall, auch in Auszügen, der vorherigen Zustimmung und Nennung der Quelle foodsharing e.V. - Akademie.

Linkverweise

In der pdf-Datei haben wir als Service zur vertiefenden Recherche und zum Download von Dokumenten aktive Links auf Seiten im Internet gelegt. Für die Inhalte und Aktualität dieser Links ist der foodsharing e.V. nicht verantwortlich.

foodsharing Akademie

Wir klammern Bildung nicht aus