

Was uns schmeckt! Essen, Trinken & viel mehr

Eindrücke von der Bundesfachkonferenz Gesundheit in Nürnberg

Von Anette Borkel

Die Bereiche Entspannung und Stressbewältigung sowie Bewegung und Fitness sind seit vielen Jahren die großen Standbeine der Gesundheitsbildung an Volkshochschulen. Fast unbemerkt ist allerdings Essen und Trinken als dritter Schwerpunkt hinzugekommen. So weist die vhs-Statistik aus, dass im Jahr 2017 bundesweit 85.456 Kurse an Volkshochschulen zu den Themen Bewegung/Fitness stattfanden, 56.487 zum Schwerpunkt Entspannung/Stressbewältigung und immerhin 24.140 im Bereich Ernährung.

Dies ist erstaunlich, denn längst nicht alle Volkshochschulen haben überhaupt Zugang zu einer Lehrküche. Eine vhs-eigene Lehrküche kann sogar nur etwa ein Drittel vorweisen, wie eine spontane Publikumsabfrage auf der Bundesfachkonferenz Gesundheit vom 4.-5. Februar 2019 ergab; zwei Volkshochschulen konnten stolz berichten, gerade ihre eigene Lehrküche zu planen. Umso mehr ein Grund für den Bundesarbeitskreis Gesundheit, sich den wachsenden Bereich genauer anzuschauen, Entwicklungspotenziale aufzuzeigen und den Volkshochschulen gute Argumente an die Hand zu geben, warum eine eigene Lehrküche für jede vhs zur Grundausstattung gehören sollte.

„Es kommt darauf an, Menschen wieder in direkten Kontakt mit Lebensmitteln zu bringen, sie zu befähigen, Qualität mit allen Sinnen selbst beurteilen zu können.“

Sarah Wiener

Menschen sollten in der Lage sein, gesund zu kochen

Und die Argumente lassen sich leicht finden. Kochen sei etwas zutiefst Demokratisches, betonte als prominenter Gast der Tagung Sarah Wiener, erfolgreiche Unternehmerin, Köchin, Autorin, Fernsehmoderatorin und seit neuestem Biobäuerin. In einem moderierten Gespräch trat sie leidenschaftlich dafür ein, dass jeder Mensch in der Lage sein sollte, sich selbst ein einfaches Gericht aus frischen, regionalen und saisonalen Lebensmitteln zu kochen. Sie erklärte, warum Selberkochen so wichtig ist und welche Alltagskompetenzen nicht verloren gehen dürfen. Deshalb bietet die Sarah-Wiener-Stiftung gemeinsam mit der BARMER Krankenkasse praktische Ernährungsbildung für Multiplikatoren unter dem Titel „Ich kann kochen!“ an. Bereits in über 30 Kommunen kooperiert die Stiftung dabei mit den örtlichen Volkshochschulen. Die Teilnehmenden werden geschult und sollen im Nachgang in ihrem Praxisfeld mit Kindern und Jugendlichen das Gelernte in die Tat umsetzen. Finanziert wird dies durch die Krankenkassen, die nach dem Präventionsgesetz von 2015 in den Kommunen Projekte zur Gesundheitsförderung unterstützen müssen.



Sarah Wiener (l.) im Gespräch mit Anette Borkel.

Von Ernährungstrends und zeitgemäßer Bildungsarbeit

Auf der Bundesfachkonferenz Gesundheit wurde auch darüber diskutiert, wie die vielen neuen Ernährungstrends Niederschlag in der Programmgestaltung der Volkshochschulen finden können. Zunächst ging es um die Frage, warum immer weniger real gekocht wird obwohl heute der Ernährungsstil von vegan über low carb bis paleo so einen zentralen, häufig auch dogmatisch vertretenen Lifestyle-Faktor darstellt? Dies nur wirtschaftlichen Interessen der Lebensmittelindustrie zuzuschreiben, sei sicherlich zu kurz gedacht, meint Sarah Wiener. Für viele Menschen sei die Befreiung von Hausarbeit auch ein realer Gewinn an Lebensqualität. Ohne diese Ent-



Prof. Christoph Klotter referierte über den Trend zur Selbstoptimierung.

wicklung wäre beispielsweise die gleichberechtigte Berufstätigkeit kaum denkbar. Und entgegen den Behauptungen vieler Gesundheitsapostel gebe es nicht die eine gesunde Ernährung für alle. Vielmehr komme es darauf an, Menschen wieder in direkten Kontakt mit Lebensmitteln zu bringen, sie zu befähigen, Qualität mit allen Sinnen selbst beurteilen zu können.

An dieses Fazit von Sarah Wiener knüpfte Prof. Christoph Klotter von der Fachhochschule Fulda nahtlos an, denn jeder Mensch hätte einen anderen Stoffwechsel. Allgemeingültige Aussagen zu notwendigen Bestandteilen der Ernährung seien deswegen unsinnig und sollten allenfalls Empfehlungscharakter haben, so sein Credo. Essen schaffe kulturelle, soziale und personale Identität, würde jedoch zunehmend moralisiert, lautete eine andere seiner Thesen. Mit einem philosophischen Diskurs wies er nach, wie sich der Anspruch der Selbstoptimierung seit der Antike immer weiter entwickelt hat. Den Volkshochschulen komme deshalb in der Moderne eine wichtige Rolle zu. Denn Bildung für alle bedeute eben auch, Menschen zu befähigen, sich gesellschaftlichen Anforderungen und Moden nicht blind zu unterwerfen. Damit sie kritisch prüfen und individuelle Freiräume entwickeln können.

Von der Industrie lanciert

Auch der Zukunftsforscher Sven Poguntke brachte spannende Akzente in die Tagung mit ein. Er beantwortete die Frage, wie überhaupt Megatrends entstehen und welche sich heute schon in Bezug auf die Zukunft der Lebensmittel feststellen lassen. Poguntke ist der Meinung, dass viele Trends durch die Industrie lanciert werden, Influencer eine immer größere Rolle spielen und die Politik eher reagiert, als eigene

Trends zu setzen. Diese Erkenntnis überraschte wahrscheinlich niemanden, wurde jedoch noch nicht genug so pointiert zusammen gefasst. Wie vielseitig die verschiedenen Facetten des Essens mit unterschiedlichen Trends zusammenhängen, wurde mit einem komplexen Schaubild deutlich, das der Zukunftsforscher präsentierte: Facetten wie Investment, High-Tech, Sustainability, Erlebnis und Identität treffen auf Trends wie #foodporn, Urban Farming, Laborfleisch, well-being, sharing oder Food-Delivery. So entsteht eine multilaterale Trendlandschaft, die sich ständig entwickelt und verändert.

Praktischer Wissensaustausch in den Workshops

In den insgesamt 16 Workshops wurde deutlich, dass Essen und Trinken nicht nur für sich gesehen ein sehr zeitgemäßes Bildungsthema ist. Wie kaum ein anderes ist es auch geeignet, Grenzen des Programmbereiches zu überwinden und Angebote quer zur Volkshochschul-Struktur zu entwickeln. So wurden folgende Ideen diskutiert:

- Urban Gardening auf dem vhs-Dach;
- Food-Fotografie für eigene Postings;
- Food Literacy in der Alphabetisierung;
- Integration zwischen Topf und Pfanne;
- Ernährung und Globales Lernen;
- Emanzipatorische Stadtteilprojekte aus Mitteln des Präventionsgesetzes;
- Nachhaltigkeit durch Strategien gegen Lebensmittelverschwendung;
- Digitale Formate mit Foodblogs, vhs.cloud und anderen Tools;
- und nicht zuletzt die Vorbereitungen zum bundesweiten grillMOOC, einem Blended-Learning-Projekt an der Schnittstelle zu den Erweiterten Lernwelten.

Raum für offenen Austausch boten selbstorganisierte Thementische am zweiten Tag – zum Beispiel zur Frage, von welchem Gesundheitsbegriff wir in der Bildungsarbeit ausgehen. Entsprechend der Arbeitsrealität in der jeweiligen Kommune zeigte die spannende Diskussion Differenzen, aber auch klare Gemeinsamkeiten:

- Autonomie der Lernenden als pädagogische Grundlage,
- der Beutelsbacher Konsens als Richtschnur beim Umgang mit strittigen Angeboten und
- hohe Anforderungen an die fachliche und pädagogische Qualität der Kursleitenden.

Dokumentation:

Weitere Berichte, Eindrücke und Materialien zur Tagung finden sich auf dem Blog www.vhs-gesundheitsbildung.de, auf Twitter unter #vhsschmeckt und auf www.dvv-vhs.de.



Anette Borkel ist Programmleiterin an der Hamburger Volkshochschule.