



# Food Literacy im Alphabetisierungskurs

Lesen und Schreiben schmackhaft machen



**Informationen zur Durchführung einer Fortbildung  
für Kursleitende**

Das dieser Veröffentlichung zugrundeliegende Vorhaben wurde mit Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung unter den Förderkennzeichen 01AB0743-01 und 01AB074305 gefördert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung liegt bei den Autoren. (S. BNBest-BMBF 98, 6.4)

**Autorinnen:**

Maike Groeneveld, Matilde Grünhage-Monetti, Marion Klinger, Ines Wilhelmi

Projektleitung des Verbundprojekts  
Alphabetisierung und Bildung,  
Johannes Gutenberg-Universität, Mainz  
2011

© bei den Autoren/-innen

Gestaltung und Druck:  
Georg Bungarten  
www.grafik-bungarten.de

Vorwort	4
<b>I. Einsatz von Food Literacy im Alphakurs: Begriffe und Argumente</b>	<b>7</b>
Was bedeutet Food Literacy?	8
Exkurs: Funktionaler Analphabetismus	9
Warum ist Food Literacy für Lernende im Alphakurs sinnvoll?	11
Warum ist eine Fortbildung für Kursleitende nötig?	14
<b>II. Durchführung einer Fortbildung zu Food Literacy im Alphakurs</b>	<b>16</b>
Organisation und Rahmenbedingungen	17
Fortbildungsgestaltung	19
<b>Anhang</b>	
Literatur	25
Links	26
Autorinnen	27
Abbildungsverzeichnis	27

## Vorwort

Essen und Trinken betrifft jeden. Kaum ein Thema ist so alltagsnah, genussvoll und mit individuellen Vorlieben und Erinnerungen verbunden. Ernährung steht in engem Zusammenhang mit persönlichen, politischen und ökonomischen Themen, aber auch mit Lebensfreude und Geselligkeit. Es verbindet Menschen unterschiedlicher Herkunft und schafft eine persönliche Atmosphäre. Gleichzeitig ist auch dieser Lebensbereich mit Anforderungen im Bereich der Grundbildung verbunden, sei es beim Lesen von Rezepten, dem Schreiben eines Einkaufszettels oder dem Ausrechnen von Zutatenmengen.

### Food Literacy & Alphabetisierung

Der Einsatz des sogenannten Food-Literacy-Konzepts im Alphabetisierungs- und Grundbildungskurs (kurz Alphakurs) ermöglicht es, das Thema Essen und Trinken zur Gestaltung handlungsorientierter und niedrigschwelliger Lernprozesse zu nutzen. Eine Fortbildung zu Food Literacy im Alphakurs verdeutlicht Kursleitenden, wie das Thema Essen und Trinken systematisch und zielgerichtet über einen längeren Zeitraum in den Unterricht eingebunden und als Rahmen für Lese- und Schreibübungen verwendet werden kann. Hierbei können auch erfahrene Kursleitende neue Facetten und Einsatzmöglichkeiten des Themas entdecken und sein Potenzial für unterschiedliche Zielsetzungen kennenlernen.

### Begriffsentstehung

Der Begriff Food Literacy entstand in einem internationalen Kooperationsprojekt des SOCRATES-GRUNDTVIG-Programms<sup>1</sup> und meint die Fähigkeit, »den Ernährungsalltag selbstbestimmt, verantwortungsbewusst und genussvoll zu gestalten.«<sup>2</sup> Nach Projektende wurde das Food-Literacy-Konzept in Deutschland vom aid infodienst mit Unterstützung des Deutschen Instituts für Erwachsenenbildung (DIE) weitergeführt.

Das internationale Food-Literacy-Projekt verfolgte zwei Ziele: zum einen sollte Food Literacy als neue Schlüsselkompetenz in der Erwachsenenbildung etabliert werden.<sup>3</sup> Zum anderen sollte Food Literacy aber auch als Querschnittsthema für die unterschiedlichsten Lernanlässe genutzt werden. Hierbei soll das Thema Essen und Trinken als Rahmen dienen, um Gruppenprozesse in der Erwachsenenbildung positiv zu gestalten und die jeweiligen Lernziele des Bildungsangebotes zu erreichen. Der aid infodienst entwickelte hierfür ein Food-Literacy-Handbuch<sup>4</sup> mit Übungen für die Erwachsenenbildung.



<sup>1</sup> vgl. Müller / Groeneveld 2010, S. 10

<sup>2</sup> ebd., S. 5

<sup>3</sup> ebd., S. 10

<sup>4</sup> ebd.

### Projekt »Alphabetisierung und Bildung« (ALBi)

Im Rahmen des Projekts »Alphabetisierung und Bildung« wurde Food Literacy in Zusammenarbeit mit dem Hessischen Volkshochschulverband (hw) als Querschnittsthema im Alphakurs umgesetzt. Hierzu wurden die Übungen des Handbuchs auf ihre konkreten Umsetzungsmöglichkeiten in einem Alphakurs der vhs Frankfurt erprobt und ein Fortbildungskonzept für Kursleitende entwickelt. Sowohl die Erprobung im Unterricht als auch die Rückmeldungen der Fortbildungsteilnehmenden bestätigten das Potential von Food Literacy im Alphabetisierungsunterricht.

### Diese Broschüre

In der vorliegenden Broschüre wird interessierten Programmverantwortlichen der Erwachsenenbildung ein Überblick über Vorteile und Einsatzmöglichkeiten von Food Literacy im Alphakurs gegeben sowie der Nutzen einer Food-Literacy-Fortbildung für Kursleitende dieses Arbeitsfeldes verdeutlicht (Teil 1). Zudem erhalten Programmverantwortliche konkrete Informationen und Empfehlungen für die Organisation und den Aufbau einer solchen Food-Literacy-Fortbildung (Teil 2).



# I. Einsatz von Food Literacy im Alphakurs: Begriffe und Argumente





## Was bedeutet Food Literacy?

Der Begriff verbindet – mit seinen zwei Komponenten »Food« und »Literacy« – das Thema Essen und Trinken mit Kompetenzbildung.

### Literacy

Unter »Literacy« oder »Literalität« wurde ursprünglich die Beherrschung von Lesen und Schreiben verstanden. In den letzten Jahren ist das Bedeutungsfeld erheblich erweitert worden. Literacy meint nicht nur die rein technische Beherrschung des Lesens und Schreibens, sondern die Fähigkeit, Symbolsysteme in allen Lebensbereichen für die eigenen Ziele und die eigene Entwicklung einsetzen zu können.<sup>5</sup> Im Zentrum steht somit die eigene Handlungsfähigkeit im Umgang mit Symbolsystemen und Informationen. Literalität ist ein Set von Fähigkeiten, das eine Bewältigung alltäglicher Anforderungen und damit die Teilhabe an der Gesellschaft ermöglicht.<sup>6</sup>

### Anforderungen

Die Anforderungen an Literalität sind in der modernen globalisierten Gesellschaft gestiegen, so dass von Literalitäten (im Plural) gesprochen werden kann: Aufgrund des Fortschritts der Informations- und Medientechnologie haben sich neue kommunikative Praktiken entwickelt. Über die tradierten

Formen des Lesens und Schreibens hinaus kommunizieren Menschen über iPods, Wikis, Blogs und SMS, aber auch mit Hilfe von Diagrammen, Statistiken, etc. sowie zunehmend in mehreren Sprachen. Die Themenbereiche, die zur Bewältigung des Alltags notwendig sind, sind vielfältiger und komplexer geworden. So bleibt es jedem Einzelnen selbst überlassen, aus der Überfülle an Informationen »Sinn zu machen« und Inhalte zu erschließen, die man zur Alltagsbewältigung (als Verbraucher, Patient etc.) benötigt.

### Food Literacy

Literacy wird – bezogen auf dieses anwendungsbezogene Verständnis – metaphorisch zur Bezeichnung grundlegender Fähigkeiten verwendet. In der Verbindung mit dem Kulturthema Essen meint Food Literacy daher (analog zu Begriffen wie z.B. Health Literacy) die »Fähigkeit, den Ernährungsalltag selbstbestimmt, verantwortungsbewusst und genussvoll zu gestalten«.<sup>7</sup>

<sup>5</sup> OECD 2000, S. x

<sup>6</sup> vgl. Schlegel-Matthies 2005, S. 51; vgl. Lonsdale / McCurry 2004

<sup>7</sup> Müller / Groeneveld 2010, S. 5

## Exkurs: Funktionaler Analphabetismus

### Zielgruppe

Im Rahmen des ALBi-Projekts wurde das Food-Literacy-Konzept auf die Alphabetisierungsarbeit mit Erwachsenen übertragen. Zielgruppe für die ausgewählten Food-Literacy-Übungen sind daher funktionale Analphabeten, das heißt Menschen, deren Lese-, Schreib- und Rechenkompetenzen trotz Schulbesuchs nicht ausreichen, um den gesellschaftlichen Anforderungen gerecht zu werden. Dies bedeutet, »dass eine Person zwar einzelne Sätze lesen oder schreiben kann, nicht jedoch zusammenhängend – auch – kürzere Texte.«<sup>8</sup> Nach den Erhebungen der leo.-Level-One Studie 2011 betrifft dies 7,5 Mio. Menschen in Deutschland.<sup>9</sup> Hiervon haben 4,4 Mio. Deutsch als Erstsprache und 3,1 Mio. eine andere Erstsprache.<sup>10</sup>

### Ursachen

Auch wenn die Ursachen des Analphabetismus bisher noch nicht umfassend, sondern eher punktuell erforscht sind, deutet einiges darauf hin, dass meist mehrere Faktoren zusammenkommen, die Erwachsene zu Analphabeten werden lassen. Dies können familiäre Hintergründe (z.B. wirtschaftliche Armut, Bildungsferne der Eltern, innerfamiliäre Probleme) oder auch schulische Faktoren sowie gesundheitliche Beeinträchtigungen sein (z.B. Seh- oder Höreinschränkungen).

Oft wird berichtet, dass die negativen Lernerfahrungen der Schuljahre im Erwachsenenleben durch Diskriminierung und Minderwertschätzung von Menschen mit Lese- und Schreibproblemen sowie durch die Tabuisierung dieses Themas noch weiter verstärkt werden. Besonders schambesetzt scheint das Thema bei Menschen zu sein, die Deutsch als Erstsprache sprechen und in Deutschland zur Schule gegangen sind. Als Folge vermeiden Betroffene häufig alle Schreib- und Leseanlässe. Aus Scham oder Angst verschweigen sie ihre Lese- und Schreibschwierigkeiten im Berufs- und Privatleben und verlernen dadurch noch die wenigen Kompetenzen, die sie in der Schulzeit erworben haben.

<sup>8</sup> Grotlüschen / Riekmann 2011, S. 4

<sup>9</sup> ebd., S. 5

<sup>10</sup> ebd., S. 41

### Herausforderungen für die Weiterbildung

Kursleitende haben neben der Vermittlung von Lese- und Schreibkenntnissen die wichtige Aufgabe, funktionalen Analphabeten den (Wieder-)Einstieg in das Lernen möglichst niedrigschwellig zu ermöglichen. Die Hemmungen der Betroffenen, einen Kurs zu besuchen, sind aufgrund negativer Vorerfahrungen (z.B. negative Schulerlebnisse, die Erfahrung von Scheitern und Spott in Verbindung mit Lese- und Schreibsituationen) sehr groß und verlangen einen Unterricht, der diese Ängste auffängt. Die bisherigen Erfahrungen des Scheiterns oder Nicht-Könnens (in Kombination mit negativen Reaktionen des Umfelds) führen teilweise zu Versagensängsten und sehr geringem Selbstwertgefühl.

Menschen mit geringen Lese- und Schreibkenntnissen haben häufig auch Schwierigkeiten mit anderen Fähigkeiten, die mit dem Schriftspracherwerb verbunden sind. Bei diesen sogenannten »präliteralen Fähigkeiten« handelt es sich beispielsweise um die Grob- und Feinmotorik (z.B. Stifthalten, der Umgang mit einer Schere oder Augenmotorik) sowie räumliches und zeitliches Vorstellungsvermögen.

Hilfreich ist daher ein Unterricht, der den Lernenden durch schulferne Methoden und einladende Atmosphäre den Einstieg in das Lernen erleichtert, präliterale Kompetenzen fördert und die Vermittlung von Erfolgserlebnissen ermöglicht.

Im Folgenden wird dargestellt, wie diese Ziele mit Hilfe des Food-Literacy-Konzepts erreicht werden können.

## Warum ist Food Literacy für Lernende in Alphakursen sinnvoll?

Food Literacy bietet im Alphakurs zahlreiche Ansatzpunkte, um auf die speziellen Bedürfnisse der Lernenden einzugehen.

Bisherige Erfahrungen haben gezeigt, dass sich das Thema Essen und Trinken besonders gut dazu eignet, ein angenehmes Kursklima zu schaffen und zwar überall da, wo Menschen zusammentreffen – gleich aus welcher Kultur, welcher sozialen Schicht und welchen Alters.<sup>11</sup> Food-Literacy-Übungen liefern zahlreiche Gesprächsanlässe und helfen auf diese Weise bei der Überwindung kultureller und sozialer Unterschiede. Durch das Thema Essen lässt sich die Lernfreude durch genussvolle und gesellige Unterrichtselemente erhöhen.

Essen und Trinken ist zudem ein mit Emotionen verbundenes Thema. Erfahrungen, die mit Essen verbunden sind, werden im limbischen System gespeichert, einer Funktionseinheit des Gehirns, die primär der Verarbeitung von Emotionen dient. Es können dabei positive Emotionen aktiviert werden, die das Lernen begünstigen.<sup>12</sup>

### Abbau von Hemmungen und Ängsten

Food Literacy ermöglicht den Lernenden einen neuen Zugang zum Lesen und Schreiben, der mit Übungen zum Schmecken, Sehen, Fühlen und Hören alle Sinne anspricht und den Einstieg ins Lernen erleichtert. Der Umweg über ein alltagsnahes Thema erleichtert es den Lernenden, sich (noch einmal) auf das Lesen und Schreiben einzulassen. Indem der Lese- und Schreiberwerb in das Thema Essen und Trinken eingebettet wird, können gerade zu Kursbeginn Ängste abgebaut und auch unsichere Teilnehmende für das Kursgeschehen interessiert werden.

Die Beschäftigung mit Ernährung führt (oft auf Initiative der Lernenden selbst) schnell zur Verknüpfung mit aktuellen gesellschaftlichen, politischen, wirtschaftlichen oder auch persönlichen Themen und sorgt dadurch für einen lebendigen und diskussionsreichen Unterricht. So lernen die Kursteilnehmenden nicht nur neue Wörter, sondern auch einen persönlichen Lebensbereich der anderen Lernenden kennen. Food Literacy fördert auf diese Weise eine lernfreundliche Kursatmosphäre.

### Rollenwechsel

Durch abwechslungsreiche Food-Literacy-Übungen können die Kursteilnehmenden eigene (über das Lesen und Schreiben hinausgehende) Interessen und Kenntnisse

<sup>11</sup> vgl. Müller / Grünhage-Monetti 2008, S. 48; vgl. Müller / Groeneveld 2010, S. 11–15

<sup>12</sup> Illeris 2003

zum Thema Essen und Trinken in den Unterricht einbringen. Auch Lernende, die noch am Anfang der Alphabetisierung stehen, können auf diese Weise im Unterricht zu ExpertInnen werden und ihr Wissen an andere Lernende weitergeben (z.B. im Bereich Kochen). Diese Kompetenzorientierung erhöht die Lernfreude, erleichtert die aktive Teilnahme am Kursgeschehen und stärkt das Selbstwertgefühl. Am Ende einer Lerneinheit können eigene Produkte entstehen und in der Gruppe vorgestellt werden. Dies kann dabei helfen, Teilnehmenden die Angst vor der Präsentation von Selbstgeschriebenem und Selbstgestaltetem zu nehmen. Durch die Erfolgserlebnisse bei der Herstellung und Präsentation eigener »Produkte« wächst die Motivation, weiter zu lernen, zu schreiben und zu lesen.

### Alltagsbezug

Food Literacy liefert dem Alphabetisierungsunterricht somit einen direkten und konkreten Alltagsbezug und verdeutlicht den Sinn des Gelernten. Die direkte Verwertbarkeit der Unterrichtsinhalte erhöht die Lernmotivation. Im Rahmen der Lese- und Schreibübungen zum Thema Ernährung lernen die Kursteilnehmenden, neue und für den Alltag wichtige Wörter zu lesen und zu schreiben. Sie erfahren direkt, welche Erleichterung der erweiterte Wortschatz im Alltag darstellt (z.B. beim Einkaufen oder beim Lesen und Verstehen der Zutatenlisten und Zubereitungsempfehlungen auf Lebensmittelverpackungen). Auch die

Verknüpfung mit Exkursionen bietet sich an (z.B. einem gemeinsamen Besuch eines Supermarkts, einer Markthalle oder einer Bäckerei). Lernen ist auf diese Weise eng mit sozialer Teilhabe verbunden, die nach aktuellen Forschungsergebnissen wichtige Voraussetzung für eine erfolgreiche Alphabetisierung ist.<sup>13</sup>

### Binnendifferenzierung

Da Heterogenität eine häufige und wichtige Herausforderung in Alphakursen ist, muss der Unterricht unterschiedlichen Bedürfnissen und Interessen gerecht werden. Teilnehmende haben unterschiedliche Kompetenzen im Lesen und Schreiben und sind im Lernprozess unterschiedlich erfahren und selbständig. Das Thema Ernährung eignet sich für binnendifferenzierten Unterricht. Zum einen können mit Hilfe unterschiedlicher Lernzugänge (z.B. über Hören, Fühlen, Schmecken) verschiedene Lerntypen angesprochen werden. Zum anderen können die Lernenden die gleichen Inhalte sehr differenziert auf unterschiedlichen Niveaustufen bearbeiten und im Rahmen der vorhandenen Zeit zu unterschiedlichen Ergebnissen kommen. Durch die Varianz der Übungen kann ein breites Spektrum von präliteralen Fähigkeiten bis hin zu Rechtschreibübun-

<sup>13</sup> vgl. Projekt SYLBE

gen umgesetzt werden. So kann jeder entsprechend seiner Ziele und Fähigkeiten lernen und gefördert werden.

### Für das Thema Gesundheit sensibilisieren

Als positiver Nebeneffekt kann Food Literacy im Alphakurs helfen, für das Thema Essen zu sensibilisieren, indem das eigene Essverhalten »ohne erhobenen Zeigefinger« thematisiert wird. Auf diesem Wege kann eine weitere Beschäftigung mit dem Bereich Ernährung (in speziellen ernährungswissenschaftlichen Angeboten) angeregt werden. Dies ist sinnvoll, da in der heutigen Gesellschaft die Anforderungen im Essalltag stetig wachsen (z.B. zunehmendes Warenangebot, neue Lebensmitteltechnologien), die individuellen Ernährungskompetenzen jedoch sinken.<sup>14</sup> Auf diese Weise können auch Lernende mit wenig Weiterbildungsinteresse mit Hilfe von Food Literacy im Alphakurs motiviert werden, weiterführende Angebote im Gesundheitsbereich zu nutzen.

### Fazit

Food Literacy eignet sich somit zur Verknüpfung unterschiedlicher Kompetenzen, Interessen und Lernbedürfnisse und ermöglicht einen abwechslungsreichen, aktiven und teilnehmerorientierten Unterricht.

<sup>14</sup> Hayn / Empacher / Halbes 2005

Food Literacy fördert schriftsprachliche und präliterale Fähigkeiten sowie das selbständige Arbeiten, das Einbringen eigener Ideen sowie den Austausch innerhalb der Gruppe. Zudem werden die Teilnehmenden für das Thema Essen und Trinken sensibilisiert und zu einer weiteren Beschäftigung mit diesem Themenbereich angeregt.

Im Überblick lassen sich folgende Ziele von Food Literacy im Alphabetisierungskurs nennen:

- › Verbesserung der Lese-, Schreib- und Rechenkenntnisse sowie der präliteralen Fähigkeiten
- › Thematisierung von Preisen und Mengenangaben (Preisvergleich)
- › Sensibilisierung für das Thema Essen und Trinken
- › Bewusstmachung der eigenen Einstellung zum Kochen, Essen oder zu bestimmten Gerichten
- › Kennenlernen der Vielfalt an Lebensmitteln, Gerichten und Zubereitungstechniken
- › Einbezug verbundener Themen (z.B. Einfluss der Werbung und anderer äußerer Bedingungen auf das eigene Essverhalten)
- › Reflexion des eigenen Ess- und Einkaufsverhaltens
- › Erfolgserlebnisse/ Stärkung des Selbstwertgefühls
- › Einsatz der Übungen zur Aktivierung und Förderung der Gruppendynamik
- › Steigerung der Lernmotivation
- › Verbesserung der Kursatmosphäre
- › Ergebnisse »zum Anfassen« und Vorzeigen

## Warum ist eine Fortbildung für Kursleitende nötig?

Die Notwendigkeit einer Food-Literacy-Fortbildung für Kursleitende ergibt sich aufgrund mehrerer Faktoren. Zum einen ist das Food-Literacy-Konzept erklärungsbedürftig. Zum anderen ist eine Darstellung seiner Eignung für die Zielgruppe der funktionalen Analphabeten sinnvoll. Darüber hinaus sollte Kursleitenden verdeutlicht werden, dass Food Literacy nicht mit Ernährungserziehung bzw. -beratung gleichzusetzen ist. Wichtig ist damit verbunden auch eine Reflexion der Rolle der/s Kursleitenden.

### Ein innovatives Konzept

Da Essen und Trinken sehr alltägliche Themen sind, wird ihr innovativer Gehalt für Alphabetisierungsangebote von erfahrenen Kursleitenden teilweise zunächst unterschätzt. Das Thema Essen und Trinken hat schon immer einen Platz in der Erwachsenenbildung bzw. Alphabetisierungsarbeit und wurde von vielen Kursleitenden bereits gelegentlich im Unterricht verwendet: vom gemeinsamen Essen zu bestimmten Feierlichkeiten, wie Geburtstagen bzw. religiösen Festen bis hin zu Übungen zu landeskundlichen Ernährungsthemen.

In den meisten Fällen handelt es sich hierbei jedoch um punktuelle Aktivitäten, die dem Zusammenhalt der Gruppe bzw. spezifischen Einzelzielen dienen. Das Fernziel von Food Literacy, nämlich die Fähigkeit zu fördern, den Ernährungsalltag genussvoll, selbstbestimmt und verantwortungsbewusst zu gestalten, kann mit punktuellen und nicht zielgerichteten Aktivitäten nicht erreicht werden. In den bisher durchgeführten Food-Literacy-Fortbildungen des ALBi-Projekts zeigte sich, dass auch erfahrene Kursleitende das Potential des Themas nicht ausgeschöpft hatten, von dem Facettenreichtum von Food Literacy überrascht waren und neue Anregungen für ihren Unterricht mitnehmen konnten.

Eine Fortbildung zu Food Literacy im Alphakurs möchte die Möglichkeiten der Systematisierung des Themas Essen und Trinken im Alphakurs aufzeigen:

- › Wie kann das Thema Essen und Trinken über einen längeren Zeitraum und für die Umsetzung verschiedener Unterrichtsziele eingesetzt werden?
- › Welche pädagogischen Feinziele können mit Food Literacy gefördert werden und welche Übungen und Methoden stehen dafür zur Verfügung?
- › Wie kann über die pädagogischen Ziele hinaus das Bewusstsein der Lernenden für das eigene Ess- und Einkaufsverhalten gefördert werden?

### Evaluationsergebnisse

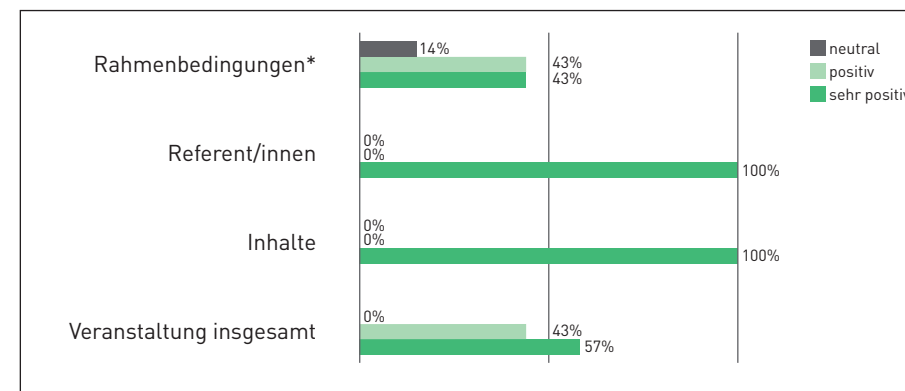
Im Rahmen des ALBi-Projekts wurde eine Food-Literacy-Fortbildung für Kursleitende entwickelt, durchgeführt und evaluiert.<sup>15</sup> Die Evaluationsergebnisse zeigten eine sehr positive Resonanz der Kursleitenden auf das Konzept.

So gaben alle Befragten an, Food Literacy für ein geeignetes Konzept für den Alphabetisierungs- und Grundbildungsunterricht zu halten. Als Begründung nannten die Befragten die Bedeutung des Themas für den Alltag, die Möglichkeit zur Sensibilisierung der Lernenden für das Thema Essen und Trinken, die Anwendungsmöglichkeiten für verschiedene Zielgruppen, die vielen

Möglichkeiten für den Unterricht, die Teilnehmerorientierung und die verbindende und unverfängliche Wirkung sowie den lustvollen und ansprechenden Charakter des Themas Essen und Trinken.

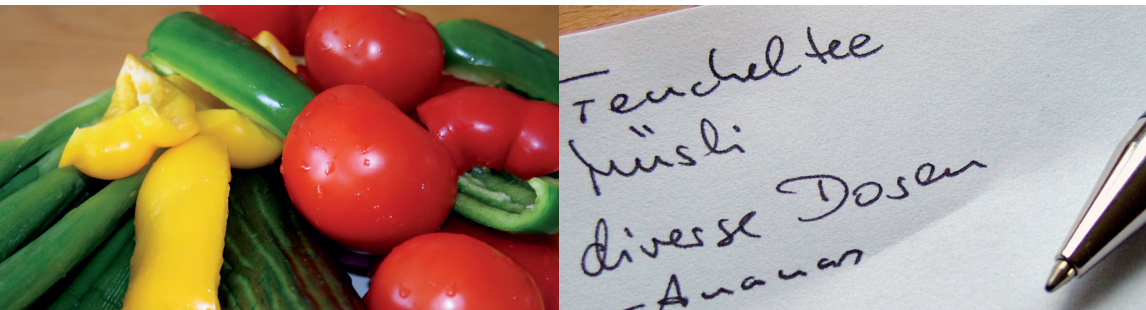
Auch zu den einzelnen Veranstaltungsfaktoren kamen positive Rückmeldungen von den Fortbildungsteilnehmenden (siehe Tabelle). Die Referentinnen und Inhalte wurden von allen Befragten sogar mit der Höchstwertung »sehr gut« beurteilt.

Insgesamt zeigte sich somit ein sehr großes Interesse der teilnehmenden Kursleitenden am Thema Food Literacy, sowie eine positive Resonanz bezüglich der Relevanz dieser themenbezogenen Fortbildung für die Unterrichtspraxis.



<sup>15</sup> Weitere Informationen zur Gesamtevaluation:  
albi-projekt@uni-mainz.de





## II. Durchführung einer Fortbildung zu Food Literacy im Alphakurs



### Organisation und Rahmenbedingungen

Auf Grundlage der Evaluationsergebnisse und der Erfahrungen der Food-Literacy-Arbeitsgruppe im Rahmen des ALBi-Projekts lassen sich folgende Empfehlungen für zukünftige Fortbildungen aussprechen.

#### Zur Zielgruppe

Bei Fortbildungen gilt: je homogener die Seminargruppe, umso homogener auch die Teilnehmendeninteressen. Wünschenswert ist daher eine Gruppe mit Kursleitenden mit einem einheitlichen Tätigkeitsfeld. Vor allem die Vermischung der Tätigkeitsfelder Alphabetisierung und Sprachunterricht (z.B. Deutsch als Fremdsprache) kann innerhalb der Seminargruppe zu Teilnehmendengruppierungen mit unterschiedlichen Lernzielen und -interessen führen.

Gelingt diese Eingrenzung auf ein Tätigkeitsfeld, tritt auch die Notwendigkeit einer einheitlichen Lernendenzielgruppe (d.h. Lernende mit deutscher bzw. anderer Erstsprache) in den Hintergrund. Solange es um Alphabetisierung (und nicht um Sprachunterricht) geht, sind die Interessen und Bedarfe der Kursleitenden vergleichbar.

In der Weiterbildungspraxis ist die Umsetzung einer engen Zielgruppe zwar wünschenswert, jedoch nicht immer möglich. Die berufliche Situation der Kursleitenden in Alphakursen beeinflusst die Gewinnung von Fortbildungsteilnehmenden. Zum einen sind noch immer relativ wenig Kursleitende im Bereich der Alphabetisierung (vor allem mit Lernenden deutscher Erstsprache) tätig. Zum anderen besteht bei dieser Zielgruppe aufgrund ihrer Honorartätigkeit häufig nur eine begrenzte Möglichkeit zur Teilnahme an Fortbildungen. Es kann daher sein, dass eine (inhaltlich wünschenswerte) enge Zielgruppe aufgrund zu geringer Teilnehmendenzahlen aufgegeben werden muss.

Ist eine Fokussierung auf ein homogenes Tätigkeitsfeld bzw. eine homogene Lernendenzielgruppe daher nicht im gewünschten Umfang möglich, sollte die Differenzierung der unterschiedlichen Lernziele bzw. Lernendenzielgruppen in der Seminarplanung berücksichtigt werden. Das im Rahmen des ALBi-Projekts entstandene Fortbildungskonzept wurde zwar für die Alphabetisierungsarbeit (mit Lernenden unterschiedlicher Erstsprache) entwickelt, kann jedoch flexibel auf Kursleitende im Bereich Sprachunterricht ausgeweitet werden. In diesem Fall sollte im Seminarverlauf jedoch auf die deutliche Unterscheidung der unterschiedlichen Einsatzfelder der Food-Literacy-Übungen geachtet werden.

### Moderation

Ein DozentInnenteam mit Expertisen aus Ernährungswissenschaft und Alphabetisierung hat sich als sehr erfolgreich erwiesen und ist im Sinne der Fortbildungsqualität trotz Mehrkosten zu empfehlen. Die Möglichkeit, sowohl Fragen zu konkreten Themen der Kursgestaltung als auch zu ernährungswissenschaftlichen Themen an eine ExpertIn aus der Praxis stellen zu können, ist wichtiges Kriterium für die Qualität der Fortbildung. Die Evaluation der schon durchgeführten Fortbildung zeigte, dass auch die befragten Fortbildungsteilnehmenden das Team-Teaching als wichtig empfanden. Hier wurde die Zusammensetzung des DozentInnen-Teams mehrfach positiv erwähnt.

### Veranstaltungsdauer

Die Erfahrungen aus der Durchführung einer eintägigen Fortbildung sowie einer zweitägigen Fortbildung im Rahmen des ALBi-Projekts bestätigten eindeutig die Vorteile einer zweitägigen Veranstaltung. Die Evaluation dieser Durchführungen zeigte eine deutlich höhere Zufriedenheit der Befragten mit der Seminarkonzeption der zweitägigen Fortbildung. Während bei der eintägigen Fortbildung von den Befragten ein starker Wunsch nach Erhöhung des Praxisanteils rückgemeldet wurde, bestand in der zweitägigen Fortbildung (mit einem zweiten Tag in Form eines praktischen Workshops) hohe Zufriedenheit mit dem Praxisanteil. Eine zweitägige Fortbildung mit einem »Praxistag« ist daher zu empfehlen.

## Fortbildungsgestaltung

### Fortbildungsziele

Ziel der Fortbildung ist es, den Innovationsgehalt des Food-Literacy-Konzepts zu verdeutlichen, seine systematische Umsetzung im Alphabetisierungsunterricht zu ermöglichen und die eigene Rolle als Kursleitung zu reflektieren. Durch die Fortbildung soll das didaktische Repertoire der Kursleitenden erweitert werden, indem sie den Food-Literacy-Ansatz und Übungen aus dem Handbuch in ihre Unterrichtspraxis integrieren und neue Zielsetzungen und Umsetzungsmöglichkeiten von themenbezogenen Übungen kennenlernen. Hierbei soll die professionelle Reflexivität bezüglich der Anpassung von Materialien an die Bedürfnisse der Zielgruppe(n) sowie die eigene Kreativität gefördert werden. Zugleich werden die Kursleitenden selbst für das Thema Essen und Trinken sensibilisiert und angeregt, ihr eigenes Essverhalten zu reflektieren bzw. bewusster wahrzunehmen.

Die Fortbildung möchte somit einen Beitrag zur Professionalisierung des lehrenden Personals in Alphabetisierungs- und Grundbildungskursen leisten.

### Feinziele auf unterschiedlichen Ebenen

- › TN lernen das Konzept von Food Literacy kennen und setzen es in Verbindung zu den Bedürfnissen ihrer KursteilnehmerInnen
- › TN erkennen den Themenkomplex »Essen und Trinken« als einen für ihre KursteilnehmerInnen relevanten sozialen Kontext, der nachvollziehbare und nachhaltige Anlässe für das Erlernen schriftsprachlicher Kompetenzen und das Einüben sozialer Praktiken bietet
- › TN lernen Konzeption und Aufbau des Handbuchs mit den Übungen für die Kurspraxis in der Erwachsenenbildung kennen
- › TN erproben und reflektieren ausgewählte Übungen, die mit unterschiedlichen Zielsetzungen in Alphabetisierungs- und Grundbildungskursen eingesetzt werden können, z.B. zum Erweitern des Wortschatzes, Schulen des logischen Denkens, Rechnen mit dem Dreisatz, zur Förderung der Kreativität etc.
- › TN überprüfen die Umsetzbarkeit der erprobten Übungen für die eigene Praxis
- › TN sichten weitere Übungen und identifizieren didaktische Ziele für spezifische Zielgruppen

### Methodik und Didaktik

Die Fortbildung sollte in didaktischer Hinsicht vorbildlich sein, d.h. nach den didaktisch-methodischen Prinzipien gestaltet werden, die sie vermitteln will. Das betrifft z.B. den Aufbau der Veranstaltung, die Methodenvielfalt sowie die Aktivierung der Teilnehmenden. Die Fortbildung soll zwar die Lernsituation im Unterricht widerspiegeln, aber gleichzeitig den Bedarfen und Interessen der Fortbildungsteilnehmenden (d.h. Kursleitenden) Rechnung tragen. Manche Übungen, die von den Kursleitenden erprobt und anschließend für ihre Anwendung im Alphakurs reflektiert werden, können daher leicht abgewandelt bzw. mit anderen Materialien durchgeführt werden, um die Kursleitenden auch in ihrer Rolle als Fortbildungsteilnehmende zu involvieren.

Das Selbsterfahren von Aktivitäten, die für den Einsatz im eigenen Unterricht tauglich sind, ist zwar eine Grundkomponente jeder praxisorientierten Fortbildung, sichert aber nicht unbedingt Nachhaltigkeit. Daher spielt die didaktisch-methodische Reflexion nach dem Selbsterleben der Übungen eine fundamentale Rolle, nach dem Motto »learning by doing and reflecting«. Die teilnehmenden Kursleitenden erfahren die Food-Literacy-Übungen zunächst durch eigenes Ausprobieren aus ihrer eigenen Perspektive, reflektieren dann aber neben dem eigenen Erleben der Übungen vor allem auch die Möglichkeiten der Umsetzung und Binnendifferenzierung für den Alphakurs. Diese Reflexion ist grundlegend und daher veranstaltungsbegleitend notwendig. Das heißt,

im Idealfall wird jede durchgeführte Übung doppelt reflektiert: Aus Sicht der Kursleitenden als Fortbildungsteilnehmende (Teilnehmendenperspektive) sowie im Hinblick auf ihr Potential für spezifische Zielgruppen im Alphakurs (Kursleitendenperspektive). Die Gestaltung der didaktisch-methodischen Reflexion hängt von der Erfahrung und Professionalität der Teilnehmenden ab.

### Aufbau der Fortbildung

Der modulare Aufbau der Fortbildung kann an die konkreten Gegebenheiten angepasst werden. Bei den Modulen handelt es sich um Themenblöcke, die im Rahmen der im ALBi-Projekt durchgeführten Fortbildung umgesetzt wurden und auf Grundlage dieser Erfahrungen empfohlen werden können. Das optionale Modul 7 kann je nach Bedarf der Teilnehmenden durchgeführt oder weggelassen werden. Nicht in der Liste enthalten sind die Food-Literacy-Übungen, die im Laufe des Seminars sowohl zur Fortbildungsgestaltung (z.B. zur Aktivierung nach der Pause) als auch zum Kennenlernen neuer Übungen mit den Teilnehmenden durchgeführt wurden. Der Umfang und die Kombination der Module richten sich nach der zur Verfügung stehenden Zeit, der Teilnehmendenzahl und ihrem Vorwissen.

## Modulübersicht

**Modul 1** Kennenlernen

**Modul 2** Hinführung Alphabetisierung

**Modul 3** Selbsterprobung (4 Stationen)

**Modul 4** Food Literacy und Alphabetisierung

**Modul 5** Arbeiten mit dem Food-Literacy-Handbuch

**Modul 6** Entwickeln eigener Food-Literacy-Unterrichtseinheiten

**Modul 7** Einführung gesundheitsfördernde Ernährung (optional)

**Modul 8** Rolle der Kursleitung

**Modul 9** Evaluation

Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über Lernziele und Inhalte der einzelnen Module.

Modul	Lernziele	Inhalte	Modul	Lernziele	Inhalte
<b>1</b> Kennenlernen	<b>Teilnehmendenperspektive</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Kennenlernen der Gruppe</li> <li>› Aktivierung</li> <li>› thematischer Einstieg</li> </ul> <b>Kursleitendenperspektive</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Kennenlernen einer Food-Literacy-Übung zum Einstieg</li> <li>› Reflexion der Möglichkeiten ihrer Anwendung und Binnendifferenzierung im Alphakurs</li> <li>› Einüben der Adaption der Übung im Alphakurs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>› Interview in Partnerarbeit (Name, berufliche Tätigkeit, Zielgruppe der beruflichen Tätigkeit, persönliche Fragen zum Thema Essen)</li> <li>› Präsentation im Plenum</li> </ul>	<b>4</b> Food Literacy und Alphabetisierung	<b>Kursleitendenperspektive</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Kennenlernen der Begriffe »Literalität« bzw. »Literalitäten«</li> <li>› Kennenlernen des Begriffs und der Hintergründe des Projekts »Food Literacy« sowie dessen Bildungszielen</li> <li>› Relevanz von Food Literacy für die Alphabetisierungsarbeit erkennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>› Begriffsklärung: Literacy, Literalitäten</li> <li>› Food Literacy: Definition, Projekt und Bildungsziele</li> <li>› Diskussion des Bezugs zur Alphabetisierung</li> </ul>
<b>2</b> Hinführung Alphabetisierung	<ul style="list-style-type: none"> <li>› Schaffen eines gemeinsamen Wissensstandes zum Thema Analphabetismus und Alphabetisierung</li> <li>› Kenntnis des spezifischen Förderbedarfs der Zielgruppe und der damit verbundenen Anforderungen an Übungen etwas aufzuschreiben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>› Input zu funktionalem Analphabetismus und zum Förderbedarf funktionaler Analphabeten</li> </ul>	<b>5</b> Arbeiten mit dem Food-Literacy-Handbuch	<b>Kursleitendenperspektive</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Kennenlernen des Food-Literacy-Handbuchs als Informationsquelle</li> <li>› Auseinandersetzung mit der Gliederung des Handbuchs sowie der Beschreibung der Übungen</li> <li>› Kennenlernen des Spektrums an Übungen</li> <li>› Bewusstwerdung der Notwendigkeit der Anpassung der Übungen an den Alphakurs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>› Quiz zum Handbuch</li> <li>› Diskussion zur Übertragung der Übungen auf den Alphakurs</li> </ul>
<b>3</b> Selbsterprobung (4 Stationen)	<b>Teilnehmendenperspektive</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Aktivierung</li> <li>› Reflexion: Eigene Wahrnehmung der Übung</li> <li>› Bewusstwerdung der Komplexität des Themas Essen</li> </ul> <b>Kursleitendenperspektive</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Kennenlernen einer möglichst breiten Auswahl unterschiedlicher Food-Literacy-Übungen</li> <li>› Reflexion: Eignung der Übung für den Alphakurs, Umsetzung und Binnendifferenzierung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>› Eigenes Erproben von vier verschiedenen Food-Literacy-Übungen</li> <li>› Reflexionseinheit</li> </ul>	<b>6</b> Entwickeln eigener Food-Literacy-Unterrichtseinheiten	<b>Kursleitendenperspektive</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Umsetzung der Fortbildungsinhalte in die eigene Praxis unterstützen</li> <li>› Förderung der Fähigkeit, vorhandene Materialien für eigene Zielgruppen zu adaptieren</li> <li>› Förderung der Fähigkeit zielgerichtet und systematisch umfangreiche Unterrichtseinheiten zu planen (Zielsetzungen definieren; in konkreten Umsetzungsschritten planen; kleinschrittige Planung)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>› eigene Unterrichtseinheit entwickeln</li> <li>› eigene Lernziele definieren</li> <li>› passende Übungen auswählen oder bestehende Übungen anpassen</li> </ul>



Modul	Lernziele	Inhalte
<b>7</b> Einführung gesundheitsfördernde Ernährung (optional)	<p><b>Teilnehmendenperspektive</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Orientierungshilfe für die eigene Lebensmittelauswahl</li> </ul> <p><b>Kursleitendenperspektive</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Kennenlernen von Orientierungshilfen für die Lebensmittelauswahl</li> <li>› Erhalt von Hintergrund-informationen über vollwertige Ernährung nach den Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung</li> <li>› Kennenlernen von Quellen für »verlässliche« weiterführende Informationen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>› Empfehlungen für die Lebensmittelauswahl</li> <li>› Vorstellen der Grundprinzipien einer gesundheitsfördernden Ernährung</li> </ul>
<b>8</b> Rolle der Kursleitung	<p><b>Kursleitendenperspektive</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Rollenklärung</li> <li>› Sicherheit im Umgang mit Fragen von Lernenden zum Thema gesunde Ernährung</li> <li>› Sicherheit gewinnen, wenn im Kurs von den Teilnehmenden »problematische« Themen (z.B. Essstörungen) angesprochen werden</li> <li>› Kennenlernen weiterführender Angebote zur Beratung und Information zum Thema Ernährung</li> <li>› Kennenlernen »verlässlicher« Informationsquellen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>› Rolle des Kursleitenden</li> <li>› Anregungen für die Vorbereitung auf mögliche Probleme, die im Alpha-kurs durch das Thema Ernährung auftreten/sichtbar werden können</li> <li>› Quellen zum eigenen Informieren und Weitergeben</li> </ul>
<b>9</b> Evaluation	<p><b>Kursleitendenperspektive</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>› Möglichkeiten der Evaluation kennenlernen</li> <li>› Reflexion der Veranstaltung</li> <li>› Reflexion der Bedeutung der Inhalte für die eigene Tätigkeit und Person</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>› Inhalte der Veranstaltung bewerten und konstruktive Kritik zum Ausdruck bringen</li> </ul>

## Literatur

- › Döbert, Marion / Hubertus, Peter (2000) Ihr Kreuz ist die Schrift. Analphabetismus und Alphabetisierung in Deutschland. Bundesverband Alphabetisierung e.V. (Hrsg.).  
Online verfügbar unter: [http://www.alphabetisierung.de/fileadmin/files/Dateien/Downloads\\_Texte/IhrKreuz-gesamt.pdf](http://www.alphabetisierung.de/fileadmin/files/Dateien/Downloads_Texte/IhrKreuz-gesamt.pdf) (Stand: Nov. 2011)
- › Grotluschen, Anke / Riekman, Wiebke (2011) Leo. – Level-One Studie. Kurzbericht, Hamburg.
- › Hayn, Doris / Empacher, Claudia / Halbes, Silja (2005): Trends und Entwicklungen von Ernährung im Alltag. Ergebnisse einer Literaturrecherche. Institut für sozial-ökonomische Forschung, Frankfurt.  
Online verfügbar: [www.isoe.de/reloadisoe.htm?personal/dhpers.htm](http://www.isoe.de/reloadisoe.htm?personal/dhpers.htm)
- › Illeris, Knud (2003) Towards a contemporary and comprehensive theory of learning. In: International Journal of Lifelong Education, H. 4, S. 396–406.
- › Lonsdale, Michele / McCurry, Doug (2004) Literacy in the New Millennium. Adelaide, NCVER.  
Online verfügbar: <http://www.ncver.edu.au/research/proj/nr2L02.pdf> (Stand: Nov. 2011)
- › Müller, Claudia / Grünhage-Monetti, Matilde (2008) Food Literacy – Selbstbestimmung und Entscheidungskompetenz im Ernährungsalltag fördern. In: DEAE (Hrsg.) Forum Erwachsenenbildung, 3 / 2008, S. 48–51.
- › Müller, Claudia / Groeneveld, Maike (2010) Food Literacy. Handbuch mit Übungen. aid Special, aid infodienst (Hrsg.).
- › Müller, Claudia / Groeneveld, Maike / Büning-Fesel, Margret (2007) Kulinarische Kompetenz entwickeln. Food Literacy als Querschnittsaufgabe für die Erwachsenenbildung. In: DIE Zeitschrift für Erwachsenenbildung 3/2007, S. 46–48.
- › Organisation for Economic Cooperation and Development Statistics Canada (Hrsg.) (2000) Literacy in the information age. Final report of the international adult literacy survey, S. x.  
Online verfügbar: <http://www.oecd.org/dataoecd/24/21/39437980.pdf> (Stand: Nov. 2011)
- › Schlegel-Matthies, Kirsten (2005): Ernährungs- und Verbraucherbildung in der Reform. In: Verbraucherzentrale Bundesverband e. V. (Hg.): »PISA« in der Verbraucherbildung. Sind wir alle Konsum-Analphabeten? Schriftenreihe des Verbraucherzentrale Bundesverbandes zur Verbraucherpolitik, Bd. 3, S. 49–54.
- › Sylbe Projekt (2011) Projektbereiche Lernberatung und Lernforschung.  
Online verfügbar: [http://www.sylbe.de/docs/Projekt%20SYLBE\\_Poster%20A0.pdf](http://www.sylbe.de/docs/Projekt%20SYLBE_Poster%20A0.pdf), (Stand Nov. 2011)

## Links

- › [www.food-literacy.de](http://www.food-literacy.de)  
Informationen zum Food-Literacy-Konzept
- › [www.aid.de](http://www.aid.de)  
aid infodienst
- › [www.albi-projekt.de](http://www.albi-projekt.de)  
Informationen zum ALBi-Projekt
- › <http://hvv.vhs-bildung.de/albi-alphabetisierung-und-bildung>  
Informationen zur Food-Literacy-Fortbildung

## Autorinnen

### Dr. Maike Groeneveld

Ernährungswissenschaftliche Beratung,  
Bonn  
[mail@maike-groeneveld.de](mailto:mail@maike-groeneveld.de)

### Dott. Matilde Grünhage-Monetti

Deutsches Institut für Erwachsenenbildung  
(DIE)  
[gruenhage-monetti@die-bonn.de](mailto:gruenhage-monetti@die-bonn.de)

### Marion Klinger

Projekt »Alphabetisierung und Bildung«  
Johannes Gutenberg-Universität Mainz  
[marionklinger@gmx.de](mailto:marionklinger@gmx.de)

### Ines Wilhelmi

Dipl. Sprachmittlerin Russisch-Polnisch,  
Kursleiterin vhs Frankfurt  
[iwilhelmi@t-online.de](mailto:iwilhelmi@t-online.de)

## Abbildungsverzeichnis

### Titel

© RainerSturm / PIXELIO

### Seite 7

**I. Der Einsatz von Food Literacy im Alpha-kurs: Begriffe und Argumente**

Gewürzdosen © RainerSturm / PIXELIO  
Lebensmittelregal © Kunststart.net/ PIXELIO  
Gewürze © H-J Sengemann / PIXELIO  
Tafel © RainerSturm / PIXELIO

### Seite 16

**II. Durchführung einer Fortbildung zu Food Literacy im Alphakurs**

Kassenzettel © Alexander Klaus / PIXELIO  
Einkaufszettel © Schemmi / PIXELIO  
Gemüse © BettinaF / PIXELIO  
Äpfel © Karl-Heinz Laube / PIXELIO

## Die Verbundpartner im Projekt Alphabetisierung und Bildung (ALBi)

The logo for KEB (Katholische Erwachsenenbildung) features the letters 'KEB' in a stylized, multi-colored font (green, orange, blue).

Katholische  
Erwachsenenbildung  
Rheinland-Pfalz  
Landesarbeitsgemeinschaft e.V.



JOHANNES GUTENBERG  
UNIVERSITÄT MAINZ



TECHNISCHE UNIVERSITÄT  
KAISERSLAUTERN

*anderes lernen*

The logo for the Verband der Volkshochschulen von Rheinland-Pfalz e.V., featuring a colorful triangle and the letters 'vhs' in blue.

Verband  
der Volkshochschulen  
von Rheinland-Pfalz e.V.

The logo for the Verband der Volkshochschulen des Saarlandes e.V., featuring a colorful triangle and the letters 'vhs' in blue.

Verband  
der Volkshochschulen  
des Saarlandes e.V.

The logo for Evangelische Erwachsenenbildung Hessen, featuring a purple circle with a white 'E' and the text 'Evangelische Erwachsenenbildung Hessen (Landesorganisation)'.

Evangelische Erwachsenenbildung Hessen  
(Landesorganisation)

The logo for hvv Institut, featuring the letters 'hvv' in blue and red, followed by 'Institut' and 'Hessischer Volkshochschulverband'.

Hessischer Volkshochschulverband



elag

Evangelische  
Landesarbeitsgemeinschaft  
für Erwachsenenbildung  
in Rheinland-Pfalz e.V.



Rheinland-Pfalz