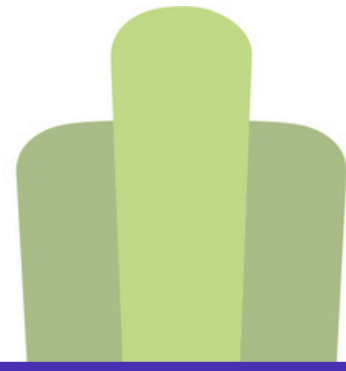
FOKUS:
FORSCHUNGSGRUPPE
C.I.T.É.

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis



TESTEN SIE IHR WISSEN ÜBER ERNÄHRUNG!

Denn Essen ist nicht nur Geschmackssache, sondern betrifft auch Gesundheit, Umwelt und Gesellschaft.

Das umami-Programm vermittelt Kompetenzen, die heute und morgen wichtig sind.

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

WAS VERSTEHT MAN UNTER NACHHALTIGER ERNÄHRUNG?

A) Eine Ernährung, die Gesundheit, Umwelt und Gerechtigkeit berücksichtigt

B) Nur Bio-Lebensmittel essen

C) Weniger Kalorien essen, als der Körper braucht

D) Jeglichen Fleischkonsum vermeiden

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

RICHTIGE ANTWORT : A

Eine nachhaltige Ernährung tut dem Körper gut, schont die Umwelt und ist fair gegenüber den Menschen, die die Lebensmittel produzieren.

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

WAS IST EINES DER ZIELE DES UMAMI-PROGRAMMS?

A) Schulisches Lernen auf Ernährung allein reduzieren

B) Ausschliesslich vegane Ernährung fördern

C) Fasten als gesunden Lebensstil propagieren

D) Ernährungsbezogene Kompetenzen bei Schülerinnen und Schülern fördern

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

RICHTIGE ANTWORT: D

Ernährungsbezogene Kompetenzen zu entwickeln bedeutet, Schülerinnen und Schüler dabei zu unterstützen, die Lebensmittelwelt um sie herum besser zu verstehen.

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

WAS IST NICHT UNBEDINGT EIN KRITERIUM FÜR NACHHALTIGE ERNÄHRUNG?

A) Bevorzugung lokaler und saisonaler Lebensmittel

B) Fairer und zugänglicher Konsum

C) Ausschliesslich verarbeitete Fertigprodukte essen

D) Erhalt der Biodiversität

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

RICHTIGE ANTWORT: C

Nachhaltigkeit umfasst Umwelt, Gesellschaft und Zugänglichkeit. Industriell verarbeitete Produkte sind nicht grundsätzlich zu vermeiden, zählen aber in der Regel nicht zu den Kriterien nachhaltiger Ernährung.

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

EINE GESUNDE UND NACHHALTIGE ERNÄHRUNG SETZT AUF:

A) Strikte Vermeidung von Fett und verarbeiteten Lebensmitteln

B) Vielfalt, überwiegend pflanzliche und ausgewogene Ernährung

C) Nur eine Ernährungsweise

D) Ausschliesslich ästhetische Ziele

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

RICHTIGE ANTWORT: B

Gesunde Ernährung ist vielfältig und ausgewogen: Getreide, Gemüse, Obst und verschiedene Proteinquellen. Ziel ist, diese Empfehlungen zu berücksichtigen, unter Einbezug von Gewohnheiten, Vorlieben und Möglichkeiten der Lernenden.

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

DAS UMAMI-PROGRAMM BASIERT AUF:

A) Einem transdisziplinären Ansatz

B) Rein theoretischem Unterricht

C) Ausschluss aller tierischen Produkte

D) Unterricht ausschliesslich im Klassenzimmer

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

RICHTIGE ANTWORT: A

Umami ist für die Primarstufe als inter- und transdisziplinäres Programm konzipiert. Praktische, erfahrungsorientierte Elemente werden ausdrücklich gefördert.

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

EINE BILDUNG ZU NACHHALTIGER ERNÄHRUNG KANN HELFEN:

A) Schulkosten zu reduzieren

B) Schülerinnen und Schüler auf fundierte Entscheidungen vorzubereiten

C) Eine restriktive Sicht auf Ernährung zu fördern

D) Schülerinnen und Schüler zu weniger Essen zu motivieren

HEPVS | PHVS
Haute école pédagogique du Valais
Pädagogische Hochschule Wallis

RICHTIGE ANTWORT: B

Sie hilft den Lernenden, Fähigkeiten für den Alltag zu erwerben, informierte Entscheidungen zu treffen und ihre Möglichkeiten sowie ihre Realität zu berücksichtigen.