



Großer LandFrauen-Fachtag „Klima & Ernährung“

Workshop 1 - Klimawandel & Gesundheit

Die Auswirkungen der Klimakrise auf unsere Gesundheit - was kommt auf uns zu und was ist zu tun?

Workshopleitung: Dr. Christof Wettach, Kinder- und Jugendarzt aus Lahr

Die Weltgesundheitsorganisation WHO sagt über die Klimakrise, sie ist "die größte Gesundheitsbedrohung unseres Jahrhunderts", gleichzeitig aber auch die "größte Gesundheitschance". Was da in den kommenden 20 Jahren auf uns zu kommt, wird Thema des Workshops sein. Gemeinsam erarbeiten wir dann, was zu tun ist, dass auch langfristig eine Chance für ein gesundes Leben in unserer Heimat besteht.

Dr. Christof Wettach ist in Lahr Kinder- und Jugendarzt. Er beschäftigt sich gemeinsam mit weiteren Kinder- und Jugendärzt:innen in der AG Pädiatrie von KLUG (Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit e.V.) mit den Zusammenhängen von Klimakrise und Kindergesundheit. Gemeinsam mit zwei Kolleginnen entstand 2023 das Positionspapier "Kinder vor den Folgen der Klimakrise schützen", das im November 2023 in Berlin an verschiedene Ministerien übergeben wurde. In der Ortenau leitet er die AG Klimawandel und Gesundheit der Kommunalen Gesundheitskonferenz.

Workshop 2 - Klima-Bildungsoffensive

Klima-Bildungsoffensive: interaktiv, spielerisch, informativ. Was steckt drin für meine Arbeit vor Ort?

Workshopleitung: Michael Seefeld, Projektmanager im Bereich Klimapädagogik des Naturparks Schwarzwald Mitte/Nord

Die Klima-Bildungsoffensive des Naturparks Schwarzwald Mitte/Nord setzt sich zusammen aus den Angeboten Klima-Kochtheater (für Kitas und Grundschulen), dem Klima-Kochtopf (Grundschulen), der Klima-Mission der Naturpark-Detektive (Kitas, Schulen, Familien) und der Klima-Wanderausstellung (Erwachsene und Familien). In diesem Workshop werden Sie



zusammen mit Michael Seefeld Anknüpfungspunkte aus diesen Angeboten für Ihr Bildungsprogramm vor Ort finden und Möglichkeiten der Kooperation kennenlernen.

Workshop 3 - Klimafreundlich Leben

Worauf können wir im Alltag achten und mit welchen Spartipps haben wir vielleicht noch gar nicht gerechnet.

Workshopleitung: Alexandra Dreyer, Klimaschutzmanagerin und Christopher Schüle
Landratsamt Ortenaukreis

Wussten Sie schon, dass Sie beim Wechsel zu einem Wasserspar-Duschkopf ca. die Hälfte des Wassers und somit bis zu 180 Euro/Jahr einsparen können? Und das ganz ohne Komfortverlust. Oder dass die Kosten für ein Verbrennerfahrzeug monatlich im Schnitt bei ca. 445 Euro liegen und dass sich dadurch Carsharing mehr lohnen kann als man auf den ersten Blick ahnt? Aber wie lässt es sich im Alltag klimafreundlicher Leben und worauf sollte man dabei achten? Mit Sicherheit kennen Sie die meisten Tipps und Tricks zum Thema Energie- und Ressourceneinsparung bereits, jedoch sind die Möglichkeiten vielfältig, sei es bei der Mobilität, dem Einkauf oder Zuhause. Worauf Sie noch in Ihrem Alltag achten können und mit welchen Spartipps Sie vielleicht noch gar nicht gerechnet haben, möchten wir Ihnen in diesem Workshop vermitteln.

Workshop 4 - Klimafreundlich reinigen

Wie können die Ressourcen Strom, Wasser und Plastik auch bei der Reinigung im Haushalt deutlich reduziert werden.

Workshopleitung: Ilse Hille, Technische Lehrerin Hauswirtschaft, Ernährungszentrum
Ortenau

Die Regale in den Supermärkten und Drogerien sind voll von schönen bunten Flaschen voller Reinigungsmittel. Nicht selten reagieren wir Menschen auf diese Flut mit Hautausschlägen oder gar Allergien.

Nach wie vor wird Eimerweise möglichst heißes Wasser zur Reinigung verwendet - aber geht das nicht auch anders? Wieviel Chemie ist nötig um unser zu Hause hygienisch und clean zu halten? Putzen mit Schrubber ist „out“ aber was wähle ich jetzt aus dem riesigen Angebot aus? Welche Methoden in den letzten Jahren im Reinigungsbereich entwickelt wurden und wie wir diese zu Hause einfach und schnell anwenden können soll dieser Workshop praxisnah zeigen. Zudem wollen wir gemeinsam ein umweltfreundliches Reinigungsmittel herstellen.



Workshop 5 - Klimafreundlich Essen

Wie sieht eine klimafreundliche Ernährungsweise aus? Gruppenraum 35 m² - EG

Workshopleitung: Ulrike Velte-Hoffmann, Dipl. Ökotrophologin, Ernährungszentrum Ortenau

Über 800 Millionen Menschen haben nicht genug zu essen, während viele hundert Millionen andere zu viel und zu ungesund essen. Da die Ernährung nicht nur einen Einfluss auf unsere Gesundheit, sondern auch auf die unseres Planeten hat, haben Wissenschaftler der EAT Lancet Kommission die Planetary Health Diet entwickelt.

Niemand muss sich vegetarisch oder vegan ernähren, doch der Verzehr von tierischen Lebensmitteln, insbesondere Fleisch, sollte im Rahmen der Planetary Health Diet stark reduziert werden. Es wird zum einen mehr Wert auf die Qualität von Fleisch und auf pflanzliche alternative Eiweißquellen gelegt. Neben Fleisch sollten auch Zucker und zuckerreiche Lebensmittel in Maßen verzehrt werden. Und generell gilt die Empfehlung, zu möglichst unverarbeiteten Lebensmitteln zu greifen und so oft wie möglich frisch zu kochen.

In diesem Workshop wollen wir uns die PHD genauer anschauen und Ideen entwickeln wie wir diese Ernährungsumstellung im Alltag und in der Familie anhand eines Speisplans praktisch umsetzen können. Sie erhalten Rezeptideen fürs Frühstück, Snack, Mittag- und Abendessen. Mit kleinen Kostproben können Sie erfahren, wie ein Mousse aus Sojabohnen oder ein Linsenbrot aufstrich schmeckt.

Das große Ziel ist es alle Menschen - auch zukünftig – gesund zu ernähren, ohne gleichzeitig die Umwelt zu zerstören.

