

## WPU-Gesunde Ernährung:

### Klassen R/G 9/10

In diesem WPU- Kurs geht es um vor allem um die richtige Verarbeitung von gesunden Lebensmitteln. Auch werden wir in diesem Kurs vergleichen, wie sich mit relativ einfachen Mitteln alternativ zu Fertiggerichten kochen lässt.

Jedoch ist dies nicht alles: Auch wird die fachwissenschaftliche Sichtweise eine Rolle spielen. Eine kleine Auswahl der Themengebiete:

Nährwerte der Speisen, Haushaltsplanungen, der Körper als System, Essstörungen, Rezeptarbeiten etc.

Voraussetzungen:

- Keine Scheu Lebensmittel zu verarbeiten und zu essen (Erst probieren, dann kannst du sagen, es schmeckt mir nicht)
- Spaß am kreativen Arbeiten / Aber auch nicht die Theorie scheuen
- Kosten von 20 € müssen getragen werden (Mit den Eltern absprechen)



[https://www.diasporal.com/fileadmin/user\\_upload/Content/Magnesium-Lebensmittel/Lebensmittel-Korb.png](https://www.diasporal.com/fileadmin/user_upload/Content/Magnesium-Lebensmittel/Lebensmittel-Korb.png)

Da wir in diesem Kurs mit frischen Lebensmitteln arbeiten möchten, ist es nötig diese einzukaufen. Hierfür werden von euch einmal **pro Halbjahr 10 €** eingesammelt werden. Dies Gesamtkosten für ein Schuljahr betragen also 20 Euro, da ihr den Kurs ein Schuljahr lang besuchen werdet.