

Kathrin Bock

Seminarfach: Du bist was du isst

In dem Seminarfach „Du bist was Du isst“ werden wir uns sowohl mit chemischen, biologischen, medizinischen, als auch mit kulturellen und gesellschaftlichen Gesichtspunkten der Ernährung vom Menschen auseinandersetzen.

1. Semester: Wer sind wir, was essen (und trinken) wir?

Im ersten Semester werden wir unsere Mahlzeiten und damit unsere Nährstoffe genauer unter die Lupe beziehungsweise in das Reagenzglas nehmen. Wir finden heraus, welche Stoffe in unseren Nahrungsmitteln vorhanden sind, wofür unser Körper diese benötigt und wie bestimmte Substanzen im Labor nachgewiesen werden können.

2. Semester: Was kann aus uns werden? Krankheiten und Störungen durch Ernährung

„MinusL“, „Glutenfree“, „Diabetiker geeignet“, mittlerweile sind nicht nur die Reformhäuser, sondern auch die Supermärkte voll mit „besonderen“ Lebensmitteln. Im 2. Semester widmen wir uns Krankheiten, die unsere freie Ernährung beeinflussen. Hierzu zählen zum Beispiel Diabetes und Laktoseintoleranz, aber auch Anorexia Nervosa und Orthorexia Nervosa. Zudem werden wir die Universitätsbibliothek besuchen, damit ihr voller Tatendrang in die Facharbeitsphase starten könnt.

3. Semester: Essen ist ein Muss, Genuss ist eine Kunst: Die Rolle der Ernährung in unterschiedlichen Kulturen

Die einen stehen seit Jahren an der Spitze des pro Kopf Verbrauchs von Kartoffeln, bei den anderen darf kein Brot zum Essen fehlen. Die einen trinken mindestens drei Tassen Tee pro Zeremonie, die anderen stellen sich an die Theke und schütten schnell einen Espresso hinunter. Wie ernähren sich die Deutschen im Vergleich zu anderen Ländern, welche Sitten, Bräuche und Regeln gibt es in Bezug auf Nahrung und Nahrungsaufnahme? Damit werden wir uns im 3. Semester auseinandersetzen.

4. Semester: Ernährung im 21. Jahrhundert

Ein Döner auf die Hand, ein schneller Coffee to go auf dem Weg zur Arbeit - im letzten Semester werden wir uns damit beschäftigen, wie wir unsere Lebensmittelaufnahme in Zukunft ändern, und wie sich unsere Lebensmittel damit verändern.