



100 x 100  
100 Projekte für eine  
nachhaltige Gegenwart  
zum Erhalt einer  
lebenswerten Zukunft

## Preise

**1. Preis der Zielgruppe Schüler:** Das Siegerteam erhält eine Reise nach Varna-Goldstrand für 1 Woche

**1. Preise der Zielgruppen Berufsschüler, Studenten, Bürgerinnen und Bürger:** je eine Woche Weiterbildung im Solarzentrum MV mit freier Unterkunft und freier Verpflegung

## Beratung

Der Wettbewerb wird begleitet von einer aktivierenden, nachfassenden und unterstützenden pädagogischen und fachlich-organisatorischen Beratung. Wenn Sie Fragen haben, schicken Sie eine E-Mail: [info@solarzentrum-mv.de](mailto:info@solarzentrum-mv.de), Kennwort „100x100“ oder rufen Sie an unter Telefon: 03841 33300 (Montag bis Freitag, 10.00 bis 16.00 Uhr).

Literaturhinweise: Rosa Wolff, Arm aber Bio! Ein Selbstversuch; Rosa Wolff, Arm aber Bio! Das Kochbuch; [www.armaberbio.de](http://www.armaberbio.de)

## Erstunterstützer

■ BVMW e.V., VIW e.V., Institut für Nachhaltigkeit in Bildung, Arbeit und Kultur GbR, Berlin

## Verbundene Projekte

- BIO Brot Box
- Bio für Kinder

Fotos: Dr.-Ing. Brigitte Schmidt

  
[www.solarzentrum-mv.de](http://www.solarzentrum-mv.de)

SolarZentrum Mecklenburg-Vorpommern  
Ein Projekt der Solar Initiative Mecklenburg-Vorpommern e.V.  
Haus-Nr. 11 | D-23966 Wietow  
Tel.: +49(0)3841 33300 | Fax: +49(0)3841 333033  
E-Mail: [info@solarzentrum-mv.de](mailto:info@solarzentrum-mv.de) | [www.solarzentrum-mv.de](http://www.solarzentrum-mv.de)

# Heute was tun – für die Zukunft was lernen

100 Projekte für eine nachhaltige Gegenwart  
zum Erhalt einer lebenswerten Zukunft

## Kulinarische Reise ums Mittelmeer



100 x 100

Nachhaltigkeit lernen





100 × 100  
100 Projekte für eine  
nachhaltige Gegenwart  
zum Erhalt einer  
lebenswerten Zukunft



100 × 100  
100 Projekte für eine  
nachhaltige Gegenwart  
zum Erhalt einer  
lebenswerten Zukunft

## Ziel des Pilotprojektes

Frische, energiereiche, regionale und nachhaltig zubereitete Nahrung ist Voraussetzung für eine gesunde Entwicklung unserer Kinder und für die Gesundheit sowie die Steigerung der Leistungsfähigkeit der Jugendlichen und Erwachsenen.

Das Pilotprojekt besteht aus zwei Phasen. In der Phase 1 – Kochmodul mit pädagogischem Programm – werden für die Teilnehmer die Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung im Einklang mit Gesundheit und Natur erlebbar gestaltet. In der Phase 2 – einem Wettbewerbsbaustein – sollen die Möglichkeiten der Veränderung der Gewohnheiten dargestellt werden.

## Zielgruppen

- Schüler
- Berufsschüler
- Studenten
- Bürgerinnen und Bürger



## Durchführung Phase 1

Das Kochmodul besteht aus Kochkursen aus den Bereichen:

- arabische Küche
- spanisch/italienische Küche
- griechisch/türkische Küche

Es können die drei Kochkurse oder auch nur ein Kochkurs von Gruppen (3-6 Personen) belegt werden. Die Bewerber können nach Absolvierung der Phase 1 das Projekt beenden. Bedingung für die Teilnahme an Phase 2 des Wettbewerbs ist die Teilnahme an Phase 1.

Die Veranstaltungen finden an den im Bewerbungsbogen genannten Terminen nach Absprache im Solarzentrum MV statt. Auf Wunsch können die Kochkurse auch in den Schulen und Institutionen belegt werden, wenn die Bedingungen dafür gegeben sind.

## Wettbewerb Phase 2

Neben dem einfachen Absolvieren des Kochmoduls mit den drei Bereichen können die Gruppen (Bewerberzahl 3-6) an Phase 2 des Pilotprojekts teilnehmen. Hauptteil der Phase 2

ist neben anderen Bedingungen die Vorstellung eines eigenen Projektes oder einer eigenen Projektidee, um die Schulverpflegung, Klassenverpflegung bzw. Firmen- oder Institutionsverpflegung oder auch die Familienverpflegung auf regionale nachhaltige bzw. Bioernährung umzustellen.

## Bedingungen

- Absolvieren des Kochmoduls – Phase 1
- Werben von einer Gruppe (3-6 Personen), die sich am Kochmodul – Phase 1 – beteiligen (Nachweisführung)
- Kreieren eines eigenen Rezepts und Vorkochen dieses 3-Gang-Bio-Menüs für 4 Personen in einer der 3 Küchenrichtungen mit einem eingeschränkten Budget von 20 € (Produkte und Preise sind zu dokumentieren bzw. werden vorgegeben)
- Kräuter müssen selbst gezüchtet und geerntet worden sein
- Vorstellung eines eigenen Projektes oder einer eigenen Projektidee, um die Schulverpflegung, Klassenverpflegung, bzw. Firmen- oder Institutionsverpflegung oder auch die Familienverpflegung auf regionale, nachhaltige bzw. Bioernährung umzustellen

## Anmeldungen (Anmeldeformular im Internet):

- [www.solarzentrum-mv.de/UnserNachhaltigkeitsprojekt](http://www.solarzentrum-mv.de/UnserNachhaltigkeitsprojekt)
- Ende der Bewerbung: 07.09.2013. Die Siegerprojekte werden am 7.10.2013 präsentiert und öffentlich gewürdigt. Bewerben können sich Gruppen aus Schulklassen, Schulen, Einrichtungen, Institutionen und Familien.

## Jury

Die Jury setzt sich zusammen aus:

- Vertretern des Ministeriums für Landwirtschaft, Umwelt und Verbraucherschutz des Landes Mecklenburg-Vorpommern,
- und Vertretern des Solarzentrums MV

## Schirmherrschaft

Dr. Till Backhaus, Minister für Landwirtschaft, Umwelt und Verbraucherschutz Mecklenburg-Vorpommern