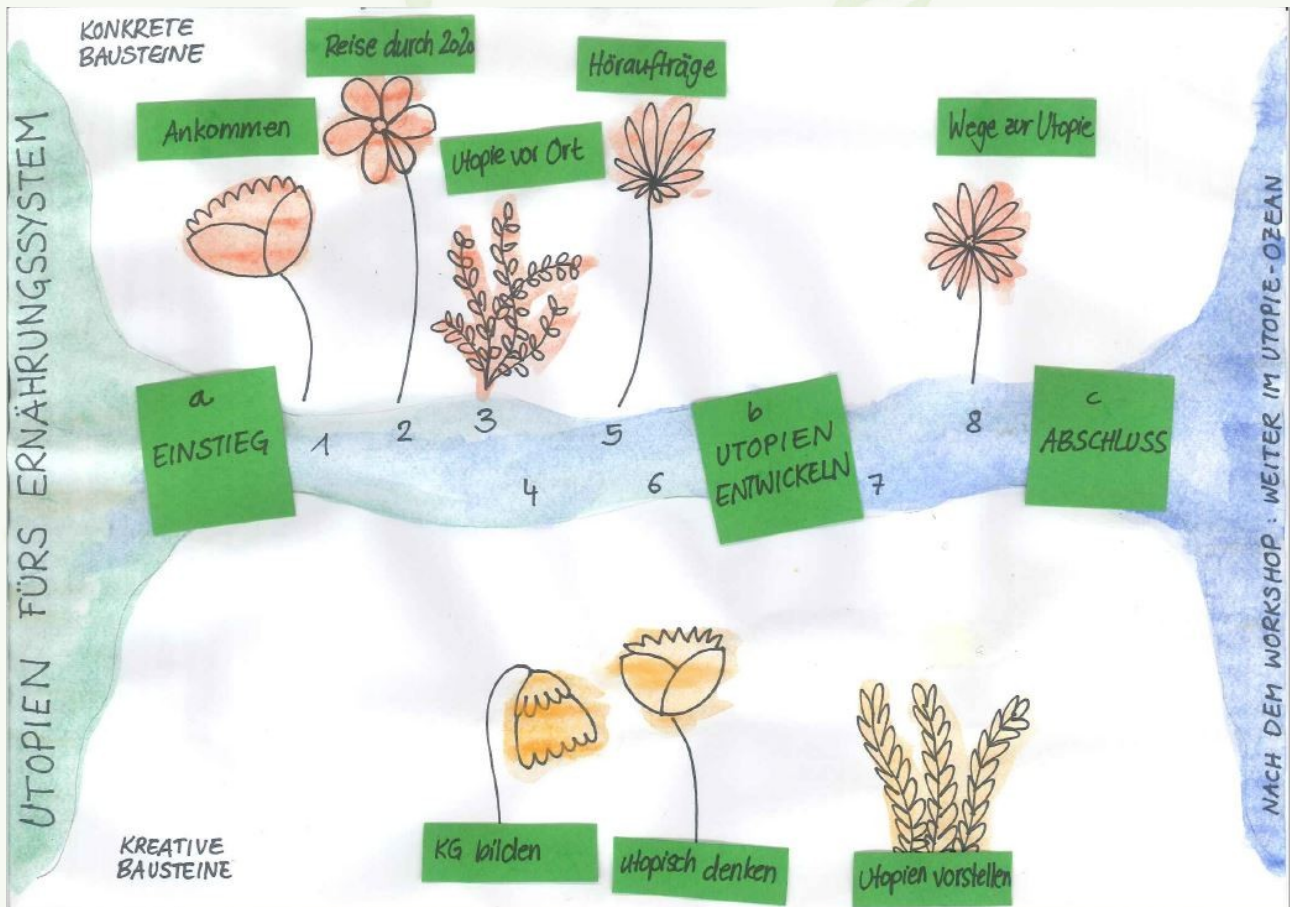


# Workshop: Utopien fürs Ernährungssystem 2030+



*Wir sollten in Utopien denken. Gesellschaftliche Veränderung basiert schon immer auf vermeintlich abwegigen Ideen. [...] Wir müssen mutiger sein und andere Visionen für unsere Gesellschaft zulassen.*

(Emilia Roig)

Handreichung zum Zusammenbauen und Durchführen des Workshops

**Das Projekt „EcoNa“ wird von der Deutschen Bundesstiftung Umwelt gefördert und in Zusammenarbeit mit EcoCentric Foundation aus Sofia, Bulgarien, durchgeführt.**

**Herausgeber\*in:**

**JANUN e.V.**

**Autorin:**

Paulina Saerbeck

**Lektorat, Layout:**

Anne Bauer, Miriam Winzer, Karlotta Land

**Kontakt:**

JANUN Niedersachsen e.V.

Landesjugendbüro Lüneburg

Katzenstraße 2

21339 Lüneburg

[econa@janun.de](mailto:econa@janun.de)

# Inhalt

<u>Inhalt.....</u>	<u>3</u>
<u>Hintergrund des Workshops.....</u>	<u>4</u>
<u>Praktische Hinweise für Teamende.....</u>	<u>5</u>
<u>Bausteine: Den passenden Workshop zusammenbauen.....</u>	<u>5</u>
<u>Sensibel für Diskriminierungen sein &amp; diverse Perspektiven zulassen.....</u>	<u>5</u>
<u>Teamende*r sein.....</u>	<u>6</u>
<u>Als Präsenz-Offline-Workshop stattfinden lassen.....</u>	<u>6</u>
<u>Aufbau von Handreichung und Workshop.....</u>	<u>7</u>
<u>Diese Handreichung .....</u>	<u>7</u>
<u>Drei Workshop-Versionen.....</u>	<u>8</u>
<u>Basis-Version.....</u>	<u>8</u>
<u>Erweiterte Version.....</u>	<u>8</u>
<u>Version für Schüler*innen.....</u>	<u>8</u>
<u>Version für Seminare mit (internationalen) Freiwilligendienstleistenden.....</u>	<u>8</u>
<u>Basis-Bausteine a) bis c).....</u>	<u>1</u>
<u>Basis-Baustein a) Einstieg.....</u>	<u>1</u>
<u>Basis-Baustein b) Utopien entwickeln.....</u>	<u>2</u>
<u>Basis-Baustein c) Abschluss.....</u>	<u>3</u>
<u>Weitere Bausteine 1 bis 8.....</u>	<u>4</u>
<u>Baustein 1: Ankommen und Einchecken.....</u>	<u>4</u>
<u>Baustein 2: Reise durch 2020: Das Ernährungssystem 2020 erkunden.....</u>	<u>5</u>
<u>Baustein 3: Utopie vor Ort: Die Zukunft fürs eigene Umfeld.....</u>	<u>6</u>
<u>Baustein 4: KG bilden und Charaktere entwickeln.....</u>	<u>7</u>
<u>Baustein 5: Höraufträge.....</u>	<u>8</u>
<u>Baustein 6: Utopisch denken – eine Einstimmung.....</u>	<u>9</u>
<u>Baustein 7: Utopien vorstellen: Geschichten aus der Zukunft.....</u>	<u>10</u>
<u>Baustein 8: Wege zur Utopie: Wie kommen wir dahin?.....</u>	<u>11</u>
<u>Nach dem Workshop: „Angekommen“ im Utopie-Ozean.....</u>	<u>12</u>
<u>Utopien einreichen &amp; Inspiration im Utopie-Ort tanken.....</u>	<u>12</u>
<u>Praxisakteur*innen einbeziehen.....</u>	<u>13</u>
<u>Unser Ernährungssystem und das Konzept Ernährungssouveränität.....</u>	<u>13</u>
<u>Quellen.....</u>	<u>14</u>

## Hintergrund des Workshops

Zunächst ein Dank an alle Menschen, die hier mitgewirkt haben – fühlt euch in jedem Fall angesprochen, wenn auch ihr mit euren Ideen, Diskussionen und Themen die Inhalte und Einsatzmöglichkeiten dieser Handreichung maßgeblich gestaltet und eure Zeit und Kreativität eingebracht habt. Ohne eure Gedanken und Visionen, eure Praxisperspektive und Kritik wäre dieses Workshop-Konzept nicht so entstanden und die Welt um einige Utopien ärmer!

Der Workshop “Utopien fürs Ernährungssystem 2030+” besteht aus verschiedenen Bausteinen, die ihr selbst zusammenstellen könnt. Er bietet Euch die Möglichkeit, aufbauend auf der Gegenwart ein Ernährungssystem der Zukunft zu erdenken. Träumen ist der erste Schritt, eine neue Wirklichkeit möglich zu machen – dazu soll dieser Workshop einen Beitrag leisten. Noch dazu braucht es positive Gesellschaftsentwürfe, die gutes und nachhaltiges Leben vereinen, anstatt auf Verzicht zu fokussieren, damit sie nicht in Nischen verweilen (vgl. Dallmer 2018).

**Warum Utopien?** Und was ist das überhaupt? Eine einfache Erklärung, was mit Utopien gemeint ist, findet ihr [hier](#) .

Lasst uns also träumen und Fragen wie “Wie ist Ernährung in 2030 lokal und global organisiert? Wer übernimmt welche Verantwortung? Wie sind Macht und Geld verteilt?” mit Utopien beantworten.

*There is nothing like a dream to create the future! (Victor Hugo)*

“Gerade weil das Überleben der Menschheit mit durchaus plausiblen Gründen selbst als ferne Utopie [...] erscheint, werden für eine erfolgreiche nachhaltige Entwicklung kreative Ideen, Vorstellungen und Bilder benötigt” (Becker 2011). Utopien sind eine notwendige, wenn auch nicht hinreichende Bedingung hierfür und “helfen uns dabei, den natürlich erscheinenden Lauf der Dinge zu durchbrechen [...] Statt gesellschaftliche Zustände als unveränderlich zu akzeptieren, zeigen sie uns, was denkbar und möglich ist“ (Wendt 2020).

Die Anfänge unserer Utopien sind schon heute an so vielen Orten zu finden. Ohne Utopie, Träumerei und Fantasie erscheinen (fast) alle (politischen) Kämpfe unrealistisch! Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

**Und die Realität, die Gegenwart?** Die Utopien aus diesem Workshop sind im Hier und Jetzt verankert und werden dadurch noch viel greifbarer. Im Frühjahr 2020, als die Corona-Krise zahlreiche Missstände in der Gesellschaft sehr deutlich gemacht hat, hat EcoNa in der [9-teiligen Online-Gesprächsreihe „Ernährung ist systemrelevant!“](#) die Stimmen von verschiedensten Menschen im Ernährungssystem eingefangen. Es wurde nach Problemen gefragt, Abhängigkeiten und Zusammenhänge wurden aufgedeckt, Herausforderungen angesprochen und von Träumen und Chancen gehört. Der Workshop sensibilisiert somit für die Perspektiven verschiedener Akteur\*innen im Ernährungssystem. Darauf aufbauend möchten wir gemeinsam mit Menschen und Gruppen wie Euch neue Träume der Zukunft entwickeln.

Wodurch sich der Workshop noch auszeichnet, ist die Handlungsorientierung am Ende. Kein\*e TN sollte „nur“ mit utopischen Gedanken aus dem Workshop gehen, sondern auch mit konkreten Ideen für nächste Schritte, denn kleine Schritte in die utopische Richtung können wir alle jetzt sofort machen. Hier ist es auch an euch TM, diese „Take-Home-Aufgaben“ konkret und individuell auf eure Gruppe und euer Umfeld auszugestalten und zu formulieren – seid gern kreativ, nur Mut!

*... Und immer, wenn wir zwei Schritt auf sie zugehen, entfernt sie sich zwei Schritt. Wenn wir zehn Schritte auf sie zugehen, entfernt sie sich um zehn Schritte. Und wenn wir noch so weit gehen, wir werden sie nie erreichen. Wofür ist sie also da: die Utopie? Dafür ist sie da: um zu gehen!“ (nach Fernando Birri)*

# Praktische Hinweise für Teamende

## Bausteine: Den passenden Workshop zusammenbauen

Je nachdem, wie konkret ihr in euren Utopien werden möchtet, wie viel Zeit ihr habt und abhängig davon, wer eure Zielgruppe ist, wie viel Vorwissen die Menschen mitbringen, wie alt sie sind, ... könnt ihr euch den Workshop passend zusammenbauen. Ihr könnt euch die einzelnen Bausteine wie im Schlaraffenland der unbegrenzten Möglichkeiten zusammen pflücken.

### Abkürzungen:

TN = Teilnehmende\*r

TM = Teamende\*r

KG = Kleingruppe(n) (TN in Kleingruppen)

WS = Workshop

Ziel des Workshops ist zunächst, verschiedene Akteur\*innen des Ernährungssystems und deren Bedürfnisse kennenzulernen und zu erfassen, wie komplex das Ernährungssystem ist. In einem zweiten Schritt versetzen die TN sich in eine konkrete (fiktive) Person hinein, entwickeln in Gruppen utopische Vorstellungen über die Zukunft dieser Person und des Ernährungssystems um sie herum. Dabei beantworten sie Fragen wie “Was ist für mich eigentlich wünschenswert?” oder “In welche Richtung soll es für mich gehen?” Was danach folgt, liegt (auch) an euch!

Darüber hinaus ist der Workshop mit weiteren Bausteinen und Inputs kombinierbar. Zielgruppe können somit alle sein, denn Utopien sind **für alle** da - und dieses Toolkit auch. So könnt ihr selbst zwischen kreativ-utopischem Träumen und dem Entwickeln konkreter, vielleicht auf euren Wohnort bezogene Handlungsschritte abwägen. Vielleicht verändern sich einmal erdachte Utopien auch und ihr nutzt den Workshop, um regelmäßig neue Schwerpunkte eurer Gruppe aufzutun? Die TM dürfen Mut zu eigenem Input (s. hier auch Weiterführendes), zu neuen Baustein-Kombinationen, haben!

Andere Perspektiven einbringen, verstehen, gemeinsam Lösungen finden - auch darum geht es bei unseren Utopien, bei der nachhaltigen Entwicklung. Utopien sollen grenzenlos erdacht werden - trotzdem hat dieses Toolkit **seine Grenzen** - daher hier ein paar Gedanken zum Thema **Diversität und Diskriminierung**.

## Sensibel für Diskriminierungen sein & diverse Perspektiven zulassen

Welche Perspektive habe ich/haben wir, wo stehen wir im (regionalen/globalen) Ernährungssystem? Wie kann ich mehr Perspektiven einbinden & worauf muss ich dabei achten? Wessen Perspektive(n) kann ich mitdenken? Wie gehe ich damit um, dass Perspektiven fehlen? Ziel des Bausteins “Utopie-Entwicklung” kann sein, möglichst diverse Perspektiven einzubringen und auch Utopien für Personen zu entwickeln, die nicht der vermeintlichen “Mehrheitsgesellschaft” angehören. Hier muss darauf geachtet werden, dass die Annahmen über die Bedürfnisse etc. der Person nicht auf Vorurteilen der TN beruhen, sondern realitätsnah sind. Sind die TN sehr homogen und es gibt keine Zeit für entsprechende Sensibilisierung, sollten die TN eine Person auswählen/zugeteilt bekommen, deren Lebensrealität näher an ihrer eigenen ist. Dies führt jedoch wiederum dazu, dass die Zukunft des Ernährungssystems nur aus wenigen, sowie so schon häufig gehörten Perspektiven gedacht wird und sollte zum Abschluss des Workshops reflektiert werden. In [diesem Podcast](#) geht es um sog. “ausländisches Essen” in Deutschland und welche Diskriminierungserfahrungen Menschen damit machen.

Was auch besonders wichtig ist: Wir entwickeln Utopien für unsere Region, vielleicht für das „deutsche“ Ernährungssystem. Wir können jedoch nicht wissen, wie die Ernährungs-Utopie für Menschen in anderen Teilen der Erde aussehen würde. Wir haben nicht den Anspruch, eine globale Utopie zu entwickeln - was hier gut funktioniert, mag in anderen Teilen der Welt mehr Schaden anrichten, als die Situation der Menschen zu verbessern. Direkter Kontakt und Austausch dazu wären ein Weg, sich hier zu verständigen - die Annahme, wir Workshop-TN in

Deutschland könnten ein weltweites Ernährungssystem der Zukunft erdenken, überhöht die eigene Position und spricht anderen Realitäts- und Lebenserfahrungen deren Legitimität und Bedeutung ab. Es ist unmöglich, alle Perspektiven mitzudenken - globale Probleme zeigen sich lokal ganz unterschiedlich. Genauso divers müssen also die Lösungen sein!

## **Teamende\*r sein**

Vielleicht ist dies euer erster Workshop - und wenn ihr gut vorbereitet seid, wird es auf jeden Fall ein guter. Wir legen euch [diese Handreichung](#) ans Herz. Sie enthält auch Hinweise zur Technik, denn eine kurze Auffrischung zur Nutzung der Online-Plattform schadet nie. Probiert alle Funktionen, von Whiteboard über Kleingruppen-Erstellung und Bildschirm teilen, einmal aus! Weitere Tipps & Tricks findet ihr [hier](#) - auch für Präsenz-Workshops.

Wie kann ich meinen Workshop (und andere Veranstaltungen) diskriminierungssensibel planen? Schaut doch einmal [hier](#).

Im Utopie-Workshop spielt zudem das [EcoNa-Wimmelbild](#) zu Ernährungssouveränität eine große Rolle - wenn ihr euch fragt, was sich dahinter verbirgt, nehmt euch die Zeit und schaut auch gerne in diese [Handreichung](#) dazu, um einen Einblick in Inhalte und Methoden des Wimmelbilds zu bekommen.

## **Als Präsenz-Offline-Workshop stattfinden lassen**

In dieser Handreichung wird von der Online-Variante ausgegangen. Mit ein bisschen Abwandlung könnt ihr den Workshop aber problemlos offline als Präsenz-Veranstaltung stattfinden lassen. Darauf wird in den Hinweisen nicht weiter eingegangen, daher hier ein paar allgemeine Gedanken:

- Vorbereitung: Anstatt Pads und Links muss (mehr) analoges Material vorbereitet werden. Hier mehr Zeit und Materialkosten einplanen.
- Das [Wimmelbild](#) kann als A2-Plakat oder Plane (max. 1,8 x 1,1 m) bestellt werden, in Hannover und Lüneburg kann diese auch ausgeliehen werden.
- Brauchen die TN in KG-Phasen Ruhe? Es müssen hier genügend Räume vorhanden sein
- Die Folien der PowerPoint-Präsentation können auf Plakate übertragen oder per Beamer an die Wand gestrahlt werden. Klärt die technischen Möglichkeiten vorab.
- Wenn ihr einen Beamer und Laptops habt, „muss“ nicht alles analogisiert werden. Klärt für euch im Vorhinein: Was findet analog auf Plakaten statt, welche Ergebnisse können in digitalen Pads gesammelt werden? Haben alle TN bzw. KG einen Laptop zu Verfügung? Für einige Bausteine ist dies sowie Ausstattung mit funktionierenden Lautsprechern Voraussetzung.
- Snacks und Getränke können passend zum Thema von lokalen Akteur\*innen stammen und in den Workshop mit eingebaut werden!

# Aufbau von Handreichung und Workshop

## Diese Handreichung ...

... enthält die Anleitungen für die Basis-Bausteine (a-c) – und die weiteren Bausteine (1-8) des Utopie-Workshops. Ihr könnt die Ziele jedes Bausteins sowie die benötigte Zeit auf den ersten Blick erkennen.

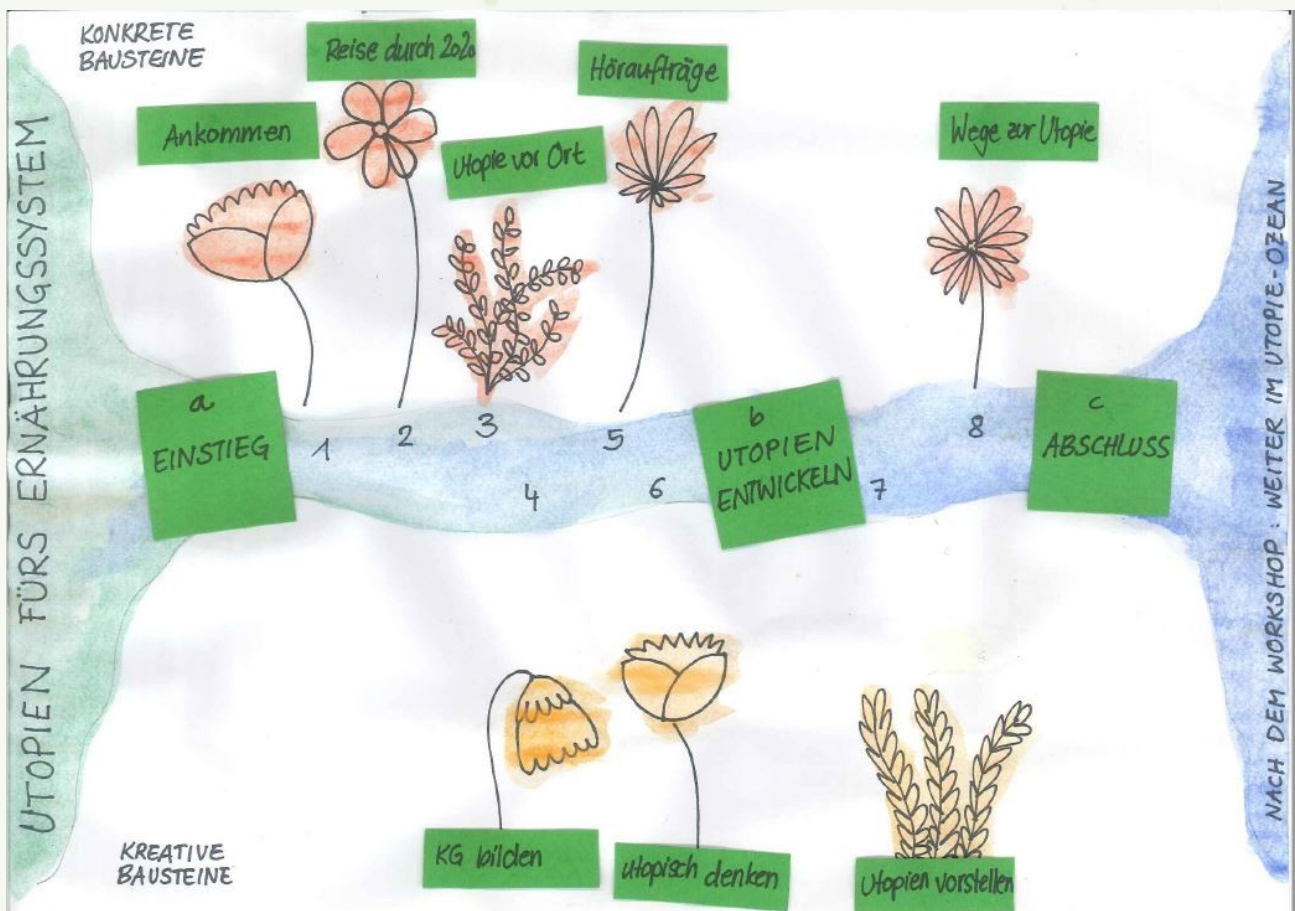
In den grünen Kästen findet ihr jeweils einen kurzen Überblick über die „To Dos“ als TM, gefolgt von einer ausführlicheren Beschreibung inkl. der zuvor genannten Schritte.

Darunter findet ihr ggf. Varianten und Hinweise. Hier gibt es Tipps für gute Kombinationen, Abwandlungen oder Erweiterungen.

Für einen guten Überblick während des Workshops, empfehlen wir euch, vorab ein Dokument mit nur den Bausteinen zusammenzustellen, die in eurem Workshop vorkommen.

In der Materialsammlung findet ihr die notwendigen Materialien, auf die teils hingewiesen wird. Dies sind bspw. Vorlagen für die Erstellung von Pads für die Arbeit in KG. Material VI ist eine Präsentation, die den Workshop begleitet. Sie enthält die Folien 1 bis 11 (die nicht immer alle benötigt werden) – der Hinweis „Folie xy bereithalten“ bezieht sich somit immer auf Material VI. Notizen und Erläuterungen zu den jeweiligen Folien finden sich in Material V.

In diesem bunten Schlaraffenland könnt ihr euch an Bausteinen frei bedienen! Pflückt euch also, was ihr möchtet und braucht. Wer Entscheidungshilfe braucht: Unten haben wir euch noch vier Beispiel-Workshops zusammenggebaut.



## Vier Workshop-Versionen

### Basis-Version

Zielgruppe sind alle Menschen, egal ob tief drin im Thema oder durch den Workshop neu herangeführt. Die Basis-Version des Workshops besteht aus drei Teilen. In dieser Form dauert er **50 -75 Minuten** (es kann noch eine Pause eingebaut werden, ist bei der Kürze jedoch nicht zwingend nötig). Er kann je nach Interesse beliebig um die Bausteine 1 – 8 erweitert werden.

- Basis-Baustein a *Einstieg*
- Basis-Baustein b *Utopien entwickeln*
- Basis-Baustein c *Abschluss*

### Erweiterte Version

Zielgruppe sind Menschen mit Interesse und etwas Vorwissen zum Thema, die eine aktive(re) Rolle bei der Veränderung des Ernährungssystems einnehmen möchten. Diese Version dauert **120 – 150 Minuten**. Nach Baustein 4 und/oder nach Basis-Baustein b können Pausen eingebaut werden, die Dauer des Workshops verlängert sich entsprechend.

- Baustein 1 *Ankommen und Einchecken*
- Baustein 2 *Reise durch 2020*
- Baustein 4, Variante 1 *KG bilden und Charaktere entwickeln*
- Baustein 6 *Utopisch denken*
- Basis-Baustein b *Utopien entwickeln*
- Baustein 7 mit Variante *Utopien vorstellen*
- Basis-Baustein c *Abschluss*

### Version für Schüler\*innen

Zielgruppe sind Schüler\*innen zwischen 12 und 18 Jahren. Davon ist auch die genaue Ausgestaltung abhängig – bei älteren Gruppen können noch Baustein 2 und 8 eingebaut werden. Der Workshop dauert in der hier stehenden Form **105 – 145 Minuten**. Nach Baustein 3 und/oder nach Basis-Baustein b können Pausen eingebaut werden, die Dauer des Workshops verlängert sich entsprechend.

- Baustein 1 *Ankommen und Einchecken*
- Baustein 3 (ggf. mit Variante) *Utopie vor Ort*
- Basis-Baustein b *Utopien entwickeln*
- Baustein 7 mit Variante *Utopien vorstellen*
- Basis-Baustein c *Abschluss*

### Version für Seminare mit (internationalen) Freiwilligendienstleistenden

In dieser Version hier liegt ein Schwerpunkt auf dem Thema Diversität sowie auf den (gemeinsamen) nächsten Schritten, die je nach Umfeld ganz unterschiedlich sein können! Der Workshop dauert **170 – 195 Minuten** und verlängert sich durch Pausen (z. B. nach Baustein 4, Basis-Baustein b und/oder nach Baustein 7) entsprechend. Es kann auch Zeit für weiterführendes Lesen & Diskutieren gegeben werden, s. hierzu die Anregungen „Nach dem Workshop“.

- Baustein 1 *Ankommen und Einchecken*
- Baustein 2 *Reise durch 2020*
- Baustein 4, Variante 2 *KG bilden und Charaktere entwickeln*
- Baustein 6 *Utopisch denken*
- Basis-Baustein b *Utopien entwickeln*
- Baustein 7 *Utopien vorstellen*
- Baustein 8 *Wege zur Utopie*
- Basis-Baustein c *Abschluss*



## Basis-Bausteine a) bis c)

### Basis-Baustein a) Einstieg

*Wir sind nicht allein, wir sind ein Tropfen auf dem Weg in seinen Ozean.*

#### Ziele

- Gedankliche Einstimmung auf das Thema Ernährung, persönlichen Bezug herstellen und Ernährung als komplexes System erkennen
- Überblick über Ziele und Ablauf des Workshops an TN vermitteln

**Zeit:** 5 -10 Min

#### Material & Vorbereitung

- Alle TN sollten Stift und Papier für Notizen griffbereit haben
- Eine Kennenlernfrage bereithalten
- Folie mit Überblick über Workshop-Ablauf erstellen inkl. Zeitangaben und Pausen
- Bereitmachen zum Bildschirm teilen und sich mit Darstellung des Ernährungssystems (Folie 2) vertraut machen

#### Durchführung & Überblick

- x Begrüßen der TN
- x Kennenlernfrage(n) in Chat schreiben und Zeit geben
- x Bildschirm teilen und Workshopablauf vorstellen
- x Kurze Erläuterung zum Konzept „Ernährungssystem“

- TM stellt (mündlich und im Chat) eine kurze, passende Frage (bspw. In welcher Stadt bzw. welchem Ort bist du gerade? Was hast du zuletzt gegessen? Wer hat dein letztes Essen zubereitet? Wer hat die Zutaten geerntet?). TN antworten sofort und gleichzeitig im Chat.
- Dann teilt TM den Bildschirm und stellt den Ablauf des Workshops vor.
- Abschließend teilt TM den Bildschirm mit Folie 2 und erläutert den Begriff “Ernährungssystem”, der grundlegend für den Workshop ist. Erläuterungen dazu finden sich in Material V.

#### Hinweise & Varianten

Es können nach der Beantwortung der Frage bei Bedarf weitere Fragen gestellt und jeweils kurz Zeit zur Beantwortung gegeben werden.

Baustein 1 *Ankommen und Einchecken* bietet eine ausführlichere Variante, die diesen Basis-Baustein a ersetzen kann.

## Basis-Baustein b) Utopien entwickeln

*There is nothing like a dream to create the future (Victor Hugo)*

### Ziele

- TN lernen, in Utopien zu denken und diese auszuformulieren und eröffnen sich auch gegenseitig neue Perspektiven

**Zeit:** 40 – 50 Minuten (30 Min KG-Phase + 5 Min pro Gruppe zum Vorstellen)

### Material & Vorbereitung

- Personen aus Material III auswählen, Pads erstellen und Personenbeschreibungen aus Material in Pad einfügen und Links bereithalten zum Teilen
- Übersichts-Folie mit Bildern der ausgewählten Personen erstellen, diese nummerieren und so KG-Einteilung vornehmen (Bildschirm damit später teilen)
- TN informieren, wie sie bei Interesse gemeinsam das Whiteboard nutzen können

### Durchführung & Überblick

- x Ablauf vorstellen, dann Pads erstellen und Links zu den jeweiligen Pads der Gruppen in Chat teilen
- x Folie mit Bildern aller ausgewählten Personen teilen & Gruppen einteilen
- x TN in KG schicken, wo Utopien entwickelt werden
- x TN stellen Utopien nacheinander kurz im Plenum vor

TM erläutert Ablauf: Nach dem Ankommen machen wir uns auf den Weg in die utopische Zukunft. In Kleingruppen entwickelt ihr eine utopische Geschichte, die das Leben im Ernährungssystem 2030 aus der Perspektive einer fiktiven Person aus dem Wimmelbild schildert. Die Utopie kann geschrieben oder gemalt werden.

- Einteilung in Gruppen: TM wählt ausreichend Personen aus Material III im Vorhinein aus. Die Gruppen werden vorab von dem\*der TM eingeteilt. TN sehen Folie mit allen Bildern und bekommen jeweils eine Gruppennummer, d. h. Person, zugeteilt.
- In den Chat werden die Links zu den jeweiligen Pads der Gruppen geteilt. Jede\*r TN öffnet das entsprechende Pad. Hierin finden sich weitere Infos über die Person.
- Die TN werden in die KG geschickt und haben dort 30 Minuten Zeit, um der Person zunächst einen Namen zu geben und dann die Utopie anhand der Leitfragen aus dem Pad zu entwickeln. Die TN können eine Pause einbauen, wenn nötig.
- Abschließend erhält jede KG 5 Minuten, um die Utopien dem Plenum vorzustellen.

### Hinweise & Varianten

- Zur Vorbereitung und zum Eintauchen ins Thema ist die Reise durch das Jahr 2020 hilfreich (Baustein 2). Die KG können auch nach Lebensmitteln o. ä. benannt, statt nur nummeriert, werden. Zur KG-Einteilung und Personen-Auswahl gibt es Varianten, die die TN mehr einbinden (Baustein 4) – hier werden Teile dieses Basis-Bausteins ersetzt. Die Vorstellung der Utopien kann mit wenig Aufwand umgestaltet werden (Baustein 7).
- Es kann auch auf bereits erdachte Utopien zurückgegriffen werden, die ihr findet. Die TN können sich fragen, welche Personen des Wimmelbilds in ihrer ausgewählten Utopie vorkommen und diese dann weiterdenken. (Für mehr Übersichtlichkeit könnt ihr rechts oben andere Infopunkte ausblenden und nur die Utopien einblenden.)

## Basis-Baustein c) Abschluss

Utopie kommt von dem Griechischen *ou topos*, d.h. noch nicht am geschichtlichen Platz, aber zukünftige Wirklichkeit.

### Ziele

- Brücke zwischen heutiger Realität und noch utopischen Zukunft schlagen, dabei auch Grenzen der Utopien reflektieren (aus wessen Perspektive erschaffen, für wen gilt sie?)
- Raum für Fragen/Gedanken der TN schaffen & konkrete nächste Schritte entwickeln

Zeit: 5 Min

### Material & Vorbereitung

- Folie 11 bereithalten zum Teilen
- TN benötigen Zettel und Stift

### Durchführung & Überblick

- x TM stellt u. g. Frage und gibt Zeit zum Nachdenken
- x Mündliche Abschlussrunde
- x TM teilt Bildschirm mit Folie 11 & moderiert Abschluss im Plenum

TM führt Ende des Workshops ein. Es ging heute erst einmal um Utopien - was jetzt noch die Frage ist: Was ist unsere, deine Rolle, um ihr näher zu kommen?

- TN haben 2 Minuten Zeit, um allein nachzudenken: Was ist mein nächster Schritt in Richtung Ernährungsutopie, was kann und möchte ich ab sofort (anders) machen? Schreibe es auf einen Zettel und klebe es heute in 2 Monaten in deinen Kalender! TN teilen ihre Ergebnisse in einem Satz als Abschlussrunde und nehmen sich nacheinander dran.
- Bildschirm mit Folie 11 teilen und Workshop abschließen (s. hierzu Material V und VI)

### Hinweise & Varianten

- Nach dem stillen Nachdenken kann ein Austausch in KG eingebaut werden. TM erstellt hierzu Breakout-Rooms. Die TN tauschen sich in KG über ihre Gedanken (und ggf. die Frage: Was bedeutet das jetzt konkret für die Gruppe?) aus. Nach insg. 10 Minuten kommen sie zurück ins Plenum und es folgt der Abschluss durch TM (mit Folie 11).
- TM kann Folie 9 (Material VI) für mögliche nächste Schritte einbauen.
- Zur besseren Visualisierung, dass nur ein Bruchteil an vorhandenen Perspektiven einbezogen wurde, kann auch Folie 10 (Material VI) vor dem Abschluss geteilt werden.
- Für mehr Fokus auf nächste Schritte kann Baustein 8 *Wege zur Utopie* eingebaut werden.

## Weitere Bausteine 1 bis 8

### Baustein 1: Ankommen und Einchecken

*Wir sind nicht allein, wir sind ein Tropfen auf dem Weg in seinen Ozean.*

#### Ziele

- Gedankliche Einstimmung auf das Thema Ernährung, sich untereinander kennenlernen und Gruppengefühl aufbauen, eigene Interessen bzgl. der Workshopteilnahme formulieren und Ernährung als komplexes System erkennen
- Überblick über Ziele und Ablauf des Workshops an TN vermitteln

**Zeit:** 25 bis 30 Min

#### Material & Vorbereitung

- Fragen (s. u.) auswählen und bereithalten zum Teilen im Chat
- Darstellung des Workshop-Ablaufs vorbereiten und sich mit kurzer Einführung ins Ernährungssystem (Folie 2) vertraut machen
- Alle TN sollten Stift und Papier für Notizen griffbereit haben

#### Durchführung & Überblick

- x Begrüßung + Fragen in den Chat stellen + Bedenkzeit geben
- x KG erstellen + 10 Min Zeit geben, nach 5 Min weitere Frage an KG schicken
- x Erwartungen teilen lassen
- x Bildschirm teilen, Ablauf des Workshops vorstellen & Ernährungssystem einführen

Nach der Begrüßung werden 2 bis 4 der folgenden Fragen in den Chat gestellt. Jede\*r hat 5 Minuten Zeit für sich, sich dazu Gedanken und Notizen zu machen.

- Was ist dir aktuell wichtig beim Thema Ernährung (Herkunft, gute Bezahlung, Geschmack, Gesundheit)?
- wie (einfach) kannst du deine Ansprüche an Ernährung umsetzen?
- Welche Produkte, Menschen, Gruppen, Ideen unterstützt du und weshalb?
- Wo kaufst du ein bzw. woher bekommst du deine Lebensmittel/Nahrung? Was isst du täglich?
- In den letzten Monaten hat sich meine Ernährung (sehr) stark/wenig/gar nicht verändert, und zwar/aber denke ich über ... nach/achte ich (mehr) auf/...

Dann teilt TM zufällig KG à 3 Leuten ein. Hier gibt es noch einmal 10 Minuten Zeit zum Austausch untereinander. TM kündigt an, dass eine weitere Frage (was muss passieren, damit du zufrieden aus diesem Workshop gehst?) per Nachricht gestellt wird und tut dies nach 5 Minuten.

TN kommen automatisch zurück ins Plenum und stellen die Antworten auf die letzte Frage der Reihe nach in je einem Satz mündlich vor. Sie nehmen sich gegenseitig dran.

TM teilt Bildschirm und stellt Ablauf des Workshops vor. Es folgt ein kurzer Input zum Ernährungssystem (Folie 2 und Material V bzw. VI).

#### Hinweise & Varianten

- Die gesamte Komplexität des Ernährungssystems wird im Rahmen dieses Workshops nicht aufgegriffen. Es gibt auch einen Workshop zu Ernährungssouveränität.

## Baustein 2: Reise durch 2020: Das Ernährungssystem 2020 erkunden

*Utopien sind unrealistisch? Eine Utopie ist ein Ort, den es nicht gibt? Noch nicht... ihre Knospen zeigen sich schon heute!*

### Ziele:

- Vielfalt der zu betrachtenden Perspektiven aufzeigen, sodass diese in Utopien einfließen können
- Realitätsbezug herstellen (baut auf Gesprächsreihe mit Praxisakteur\*innen auf) und Notwendigkeit von Utopien verdeutlichen

**Zeit:** 20 Min

### Material & Vorbereitung

- [Link](https://youtu.be/BswNo0eLl0k) zum Video bereithalten: <https://youtu.be/BswNo0eLl0k>
- Nachfolgenden Baustein vorbereiten

### Überblick & Durchführung

- x TM schickt Link zum Wimmelbildvideo
- x TN schauen Video (ca. 20 Min)

TM kündigt eine ca. 20-minütige Zeitreise an, die aufzeigt, wie die Stimmung im deutschen Ernährungssystem im Jahr 2020 war.

Die TN sollen sich gerne Notizen machen, welche Orte auf dem Bild bzw. welche Personen sie für sich persönlich besonders spannend, interessant, bemerkenswert etc. fanden. Es folgt kein Austausch über das Gesehene im Plenum

### Hinweise & Varianten:

- Dieser Baustein bietet keine strukturierte Vorlage für Utopie-Entwicklung, sondern dient vor allem der Inspiration und Sensibilisierung für die Vielfalt an Perspektiven und Akteur\*innen im Ernährungssystem. Daher wird der Einbau sehr empfohlen, außer die TN haben sehr viel Vorwissen über viele Perspektiven im Ernährungssystem.
- Das Video ist auch auf Englisch verfügbar: <https://youtu.be/IE-rKTH5N0I>

### Baustein 3: Utopie vor Ort: Die Zukunft fürs eigene Umfeld

*Auch Traumtänzer\*innen haben den Boden der Tatsachen unter sich. Nur befinden sie sich den Sternen ein wenig näher.*

#### Ziele:

- Ernährungssystem vor Ort erfassen, damit konkrete Utopien für das Lebens- und Wirkungsumfeld der Gruppe entwickelt werden können

**Zeit:** 15 - 20 Min

#### Material & Vorbereitung:

- Wimmelbild als Screenshot
- Alle TN sollten wissen, wie sie auf dem geteilten Bildschirm malen/kommentieren können

#### Überblick und Durchführung

- x TM teilt Bildschirm mit Wimmelbild
- x TN (und TM) fügen Namen/Bezeichnungen realer Akteur\*innen ein
- x wenn fertig: Screenshot machen

TM führt ein: Es geht um die Gegenwart, das Hier und Jetzt, noch nicht um die Entwicklung von Utopien.

TM teilt Bildschirm mit dem Wimmelbild. Nun werden die zuvor eingeführten Akteursgruppen (Produktion, Verteilung, Verbrauch, Politik & Engagement) nacheinander durchgegangen und die TN sammeln reale Akteur\*innen in ihrem Umfeld.

TM stellt folgende Fragen mündlich und im Chat: **Welche Akteur\*innen gibt es bei uns? Für wen entwickeln wir Utopien? Wessen Perspektive darf nicht fehlen (aber wird vielleicht oft vergessen)?**

Die Namen/Bezeichnungen werden von den TN schriftlich auf das Wimmelbild gepostet. Wenn Akteur\*innen nicht dargestellt sind, gerne auch außen herum ergänzen. Am Ende macht TM einen Screenshot zur Ergebnissicherung.

#### Hinweise & Varianten

- wenn technisch einfacher, können Bezeichnungen auch von TM auf dem Bild festgehalten werden, dann können TN ihre Ideen schriftlich oder mündlich mitteilen und TM moderiert
- Etwas spielerischer ginge es so: Denkt an eure letzte Mahlzeit oder eure alltägliche Ernährung und erstellt jeweils das „persönliche (Frühstücks)-Ernährungssystem“
- Baustein ist als Einstieg gedacht und hat nicht den Anspruch, das Ernährungssystem vor Ort vollständig darzustellen. Ist dies der Anspruch, muss entsprechend mehr Zeit und ggf. weiterer Input von TM gegeben werden
- Baustein bietet gute Grundlage für Baustein 8 *Wege zur Utopie*, in welchem Schritte zur Verwirklichung der Utopie im direkten Wohnort der TN skizziert werden

## Baustein 4: KG bilden und Charaktere entwickeln

*I believe we can change the world if we start listening to one another again. (Margaret Weatley)*

### Ziele:

- Frage beantworten: Wessen Perspektive möchten wir einnehmen, wessen Utopie können wir entwerfen? TN setzen sich mit eigenen Wünschen und eigener Position im Ernährungssystem auseinander und Workshop wird ggf. um ansonsten weniger sichtbare Perspektiven erweitert

**Zeit:** 10 Min; bis zu 30 Min, wenn „Variante 2) Fokus Diversität“ eingebaut wird

### Material & Vorbereitung

- Folie 3 bereithalten
- Pads entsprechend der Anzahl an Gruppen vorbereiten und jeweilige Perspektive eintragen. Links der Pads zum Teilen bereithalten

### Überblick & Durchführung

- x TM teilt Bildschirm mit Folie 3 und TN schreiben Wunsch-Gruppe (1 – 4) in den Chat
- x TM schickt Pad-Links in den Chat, erstellt entsprechend die Breakout-Rooms und schickt TN in KGs, wo alle das Wimmelbild öffnen (Link dazu ist im Pad)
- x In den ersten 5 Minuten der KG-Phase haben die TN Zeit, sich auf eine Person aus dem Wimmelbild zu einigen, deren Merkmale festzulegen und im Pad festzuhalten.
- x TN melden sich nach 5 Min, in denen sie Person ausgewählt und charakterisiert haben. (Wenn Baustein 7 eingebaut wird: TM schneidet Person aus Wimmelbild aus)

### Hinweise & Varianten

Die Gruppen sollten ähnlich groß sein. Je nach Interesse und Gruppengröße müssen nicht alle Gruppen entstehen bzw. kann es Dopplungen der Perspektiven (z. B. zwei KG zum Thema „Produktion“) geben. Es ist hilfreich, wenn zwei TM anwesend sind.

**Variante 1) Fokus Wimmelbild & persönliches Interesse:** TM schickt zunächst Link zum Wimmelbild und folgende Fragen in den Chat: Kannst du dich mit einer Person auf dem Bild identifizieren? Mit wem und warum? Was würdest du an seiner oder ihrer Stelle machen? TN haben 5 Min Zeit zum Nachdenken. Dann folgt KG Einteilung wie oben.

**Variante 2) Fokus Diversität** (Zeit: 20 Min, **Material & Vorbereitung:** Folie 4 & jede\*r TN braucht Stift und Papier)

Die TN werden hier für ihre Privilegien und Bedürfnisse und die anderer Menschen sensibilisiert und es werden diversere Perspektiven in die Utopien eingebaut.

**Ablauf:** TN haben sich KG zugeordnet, aber noch keine Person ausgewählt. TM teilt Bildschirm mit Folie 4 und stellt Ablauf dieses Bausteins im Plenum vor. Als erstes gehen die TN von sich selbst aus: Jede\*r TN macht sich zu allen Kategorien in der Blume Notizen, ob er\*sie sich in dieser Kategorie der (deutschen) Mehrheitsgesellschaft zugehörig oder eher benachteiligt fühlt (5 – 10 Min). Dann weiter wie oben (grüner Kasten ab Schritt 2). Die erschaffene Person soll zum einen eine eher benachteiligte und damit in aktuellen Diskussionen wenig gehörte Perspektive vertreten. Damit sie für die TN weiterhin „anschlussfähig“ ist und sie sich in die Lebensrealität der erschaffenen Person hineinversetzen können, sollte die fiktive Person in mindestens 3 Aspekten/Blütenblättern mit realen (und ggf. privilegierten) Eigenschaften einzelner TN der KG übereinstimmen. Es folgt Basis-Baustein b *Utopien entwickeln* oder Baustein 5 oder 6.

## Baustein 5: Höraufträge

*I believe we can change the world if we start listening to one another again. (Margaret Weatley)*

### Ziele

- tieferer Einblick in konkrete Sichtweisen einzelner Akteur\*innen, um den Horizont der TN zu erweitern und komplexe Zusammenhänge ansatzweise erfassen zu können
- Realitätsbezug verdeutlichen

**Zeit:** 40 Min

### Material & Vorbereitung

- Material IV anschauen, Folge(n) auswählen und KG-Pad entsprechend ergänzen (Leitfragen und Youtube-Link zur Folge)

### Überblick & Durchführung

- x Einführung durch TM
- x Zuteilung der jeweiligen Folge üfr KG und Pad säptestens hier ergänzen
- x TN und sich selbst stummschalten und Notiz machen lassen
- x Überleitung zum nächsten Baustein (6 oder b)

TM erklärt, dass die Zeitreise (Baustein 2) ein grober Überblick war.

Nach der Einteilung in die KG teilt TM mit, dass jede Gruppe nun noch einen intensiveren Einblick in einen Teil des Ernährungssystems bekommt und so konkretere, spannende Aspekte in die Utopie einbauen kann.

TM weist auf Link & Leitfragen im Pad hin. Alle TN öffnen das Pad ihrer jeweiligen KG (wenn noch nicht im Zuge der KG-Einteilung geschehen), bleiben aber im Plenum und hören die ihnen zugeweilte Folge. Dabei machen sie gleichzeitig mit anderen KG-Mitgliedern Notizen im Pad, die aber erst bei der Utopie-Entwicklung (Basis-Baustein b) besprochen werden.

### Hinweise & Varianten

- Es können alle KG dieselbe oder jede KG eine unterschiedliche Folge hören. Es werden immer alle Perspektiven angeschnitten, d. h. jede KG kann in jeder Folge Anknüpfungspunkte finden und es gibt keine vorgegebene Zuteilung der Folgen.
- Dieser Baustein ist für Gruppen geeignet, die bereits Vorwissen über komplexe Zusammenhänge haben und mehr Input brauchen. Ansonsten kann er ggf. auch überfordern.



## Baustein 6: Utopisch denken – eine Einstimmung

*Alle politischen Kämpfe wirken unrealistisch, wenn man keine Fantasie hat. (Margarete Stokowski)*

### Ziele:

- Einstimmung der TN auf träumerisches, abstraktes, utopisches Denken
- Abgrenzung vom organisatorischen Teil davor

**Zeit:** ca. 5 Min

### Material & Vorbereitung

- Playlist mit entspannender Musik und Möglichkeit, Computerton zu teilen – hier zuvor checken, ob Stimme trotz Musik hörbar ist
- Material II und Folie 5 öffnen
- ggf. Kerze und Kissen

### Überblick und Durchführung

- x TM schaltet alle TN stumm, teilt Bildschirm mit Folie 5 (Material VI) und Computerton mit Playlist
- x dann 1 Minute Ruhe
- x TM liest langsam und mit ruhiger Stimme die kleine Traumreise (Material II) vor, die die TN inspirieren, einstimmen und beruhigen soll. Der Text enthält inspirierende Zitate und Fragen, die zum Nachdenken anregen.

### Hinweise & Varianten

- diesen Baustein in jedem Fall erst einbauen, nachdem Organisatorisches geklärt ist, so dass die TN von hier direkt in die Utopie-Entwicklung starten können.

## Baustein 7: Utopien vorstellen: Geschichten aus der Zukunft

“Eine andere Welt ist nicht nur möglich, sie ist schon auf dem Weg zu uns. Kannst du sie auch manchmal atmen hören?” (nach Arundhati Roy)

### Ziele

- Perspektiven anderer Akteur\*innen kennenlernen, aufgekommene Fragen einbringen & Grundlage für Austausch schaffen
- Zeit zum Zurücklehnen, Zuhören und Inspirieren-lassen

**Zeit:** 10 Min pro KG einplanen, mit Variante + 5 Min

### Material & Vorbereitung

- TM hat ausgewählte fiktive Personen aus dem Wimmelbild „ausgeschnitten“ (per Screenshot & „snipping tool“ oder nutzt die Bilder aus der Materialsammlung, falls diese Personen genutzt wurden) und ist bereit, sie in das Whiteboard einzufügen und dieses mit TN zu teilen
- Folie 6 (Material VI) mit Leitfragen bereithalten
- TN müssen wissen, wie sie auf dem Whiteboard malen können

### Überblick & Durchführung

- x TM teilt zunächst kurz Leitfragen (Folie 6) und erklärt Ablauf
- x TM teilt Bildschirm mit Whiteboard und fügt jeweils fiktive Person ein
- x jede KG erzählt (5 Min), während andere TN malen
- x Whiteboard speichern/Screenshot machen & für nächste Gruppe wiederholen

TM teilt Bildschirm mit Folie 6 (Leitfragen), an denen sich die Erzählungen orientieren. Dann teilt TM Whiteboard und kopiert die ausgewählte Person in die Mitte. Die KG bzw. ein\*e TN erzählt die utopische Geschichte. Alle anderen TN sollen währenddessen das Gesagte auf dem geteilten Whiteboard mit-malen. Nach 5 Minuten Vorstellung gibt es noch 5 Minuten Zeit für Rückfragen & (kurzen) Austausch. TN dazu anregen, mitzudenken & konkrete Fragen zu stellen. Dann ist die nächste Gruppe dran. Abschließend sagt TM noch ein, zwei Sätze zur Zusammenfassung.

### Hinweise & Varianten

**Variante: Ziel:** Wertschätzung ausdrücken & Stimmung auflockern, **Zeit:** 5 Min

Anschließend an die Vorstellung der Utopien werden die “besten” (also alle) Utopien jeweils mit einem besonderen Preis geehrt. Während der Utopie-Vorstellung notiert sich TM, welche KG welchen Preis bekommen soll und bereitet ggf. Visualisierung der Preise bzw. echte Preise vor.

TM übernimmt Auszeichnung, hier ein paar Ideen.

- Neu gezüchtetes Saatgut für Gestreifte Tomate – für Kreativität & Vielfalt
- Fleißiger kompostierender Regenwurm – für die ambitionierteste Geschichte
- Sehr sauren Wildapfel – denn sauer macht lustig
- Heißer Kakao – für die gemütlichste Geschichte
- E-Lastenrad zum Gemüsetransport - für die dynamischste Geschichte
- Ein Platz im Ernährungsrat – für die Geschichte, die die meisten Aspekte integriert
- Eine Tonne voll geretteter Lebensmittel – für die Geschichte, die am besten auf Bestehendem aufbaut

## Baustein 8: Wege zur Utopie: Wie kommen wir dahin?

*The secret of getting ahead is getting started*

### Ziele

- Bezug zum Lebensumfeld der Gruppe und konkrete Handlungsmöglichkeiten vor Ort aufzeigen
- Realitätsbezug wahren, da Erkenntnisse auf den Aussagen der Praxisakteur\*innen beruhen

**Zeit:** 30 Min

### Materialien & Vorbereitung

- mit Folie 7 (5 Erkenntnisse) und Folie 8 (Satz, der vervollständigt werden soll) vertraut machen
- Links der Pads aus KG-Phase bereithalten und den zu vervollständigenden Satz einfügen

### Überblick & Durchführung

- x TM teilt Bildschirm mit Folie 7 & erklärt mithilfe von Folie 8 den Arbeitsauftrag
- x Links der Pads teilen, KG erstellen und TN in KG schicken
- x TN diskutieren und formulieren dabei Sätze im Pad
- x Vorstellung der Ergebnisse moderieren
- x je nach Variante ggf. Pad für stille Diskussion erstellen
- x Überleitung zum Workshop-Abschluss (Basis-Baustein c)

TM leitet an: Wir befinden uns im Hier und Jetzt. Und wir haben dank eurer Utopien eine Vorstellung davon, wo wir hinmöchten. Und aus Gesprächen mit Akteur\*innen im Jahr 2020 kennen wir schon einige Ansätze, wie es dort hingehen kann:

TM blendet Folie mit 5 Erkenntnissen ein und erläutert in ca. 5 Minuten die Erkenntnisse aus den Gesprächen mit den Praxisakteur\*innen, was Ansätze sind, das Ernährungssystem jetzt zu verändern (s. Folie 7). Es gibt kurz Zeit für Rückfragen, dann stellt TM die Aufgabe vor (Folie 8).

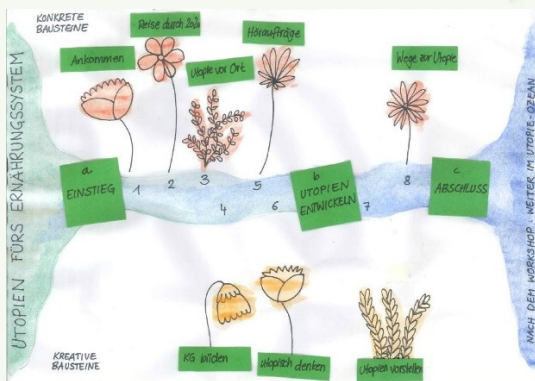
Es folgt die KG-Phase (gleiche KG wie in Basis-Baustein b *Utopien entwickeln*), in der wieder das Pad genutzt wird. TM postet Links zur Erinnerung in den Chat, weist daraufhin, dass ganz unten der zu vervollständigende Satz eingefügt wurde (durch TM) und schickt TN in die KG. Jede Gruppe überlegt nun für ihre\*n fiktive\*n Akteur\*in, welche Handlungsschritte sich aus den fünf Erkenntnissen ergeben. Zunächst jede\*r TN 2 Min für sich (gerne mit persönlichen Notizen), dann schickt TM eine Erinnerung in die Gruppen und es folgt der mündliche Austausch in der KG. Die TN sollen nun im Pad konkrete Sätze formulieren. Nach 10 Min kommen die KG zurück ins Plenum. Aus jeder Gruppe sollte (mind.) eine Person die Ergebnisse in Form der Sätze kurz vorstellen.

### Hinweise & Varianten

- Für mehr Bezug zu persönlichen Handlungsmöglichkeiten stellen sich TN anschließend die Fragen: Was heißen diese 5 Erkenntnisse für mich und meine Beziehung zu Lebensmitteln? Für die stille Diskussion teilt TM den Link zu einem neuen Pad (vorher erstellen) mit diesen Fragen und den 5 Erkenntnissen (Folie 7), in das alle gleichzeitig ihre Gedanken schreiben. Diese Phase dauert 3 - 10 Minuten bzw. so lange, wie von den TN noch Beiträge eingefügt werden.

# Nach dem Workshop: „Angekommen“ im Utopie-Ozean

*Wir sind nicht allein, wir sind ein Tropfen auf dem Weg in seinen Ozean.*



Es gibt noch viel mehr Themen & Erweiterungen, die in diesen Workshop eingebaut werden bzw. anschließend vertieft werden können, um angestoßene Prozesse fortzuführen und Ideen weiterzudenken und umzusetzen. Schaut hier, was zu euch passt und kommt bei Fragen und Ideen auf uns zu.

## Utopien einreichen & Inspiration im Utopie-Ort tanken

### Ziele:

- Utopien mehr Menschen zu Verfügung stellen & TN wissen, dass Utopien nicht nur für die Schublade entwickelt wurden
- Wirkung von Utopien (Motivation für Handlung und Aktivwerden, Inspiration, positive Zukunftsaussichten) multiplizieren & ggf. größere Zusammenhänge aufzeichnen

Nach dem Workshop können die Utopien bei EcoNa eingereicht werden. Auf unserer Website findet ihr den (ja, es gibt ihn doch!), an dem eure Utopien ihre Wirkung entfalten und ihr selbst inspirierende Utopie-Energie tanken könnt. Sprich: Es braucht auch eure Zusendungen, um den Ort zu erschaffen und zu füllen.

Eure Utopien können in Form von Zitaten an geschickt werden, z. B. So:

**Gruppe xy:** [hier Namen der fiktiven Person und Perspektive einfügen]  
Um [Bedürfnis der Person einfügen], ist die Situation jetzt [was gibt es jetzt, was ist in 2030 selbstverständlich]  
es ist selbstverständlich geworden, dass ...  
es war 2020 noch undenkbar, dass ...  
die Person/ihre Freund\*innen sind stolz darauf, dass ...

Wenn ihr den Workshop mit spannenden Praxisakteur\*innen oder mit Partnerprojekten in anderen Städten, Ländern, Kontinenten macht, freuen wir uns umso mehr über die Zusendung der Einblicke in eure Utopien!

*Eine Weltkarte, die das Land Utopia nicht enthielte, wäre es nicht wert, dass man einen Blick auf sie wirft, denn in ihr fehlt das einzige Land, in dem die Menschheit immer landet. (Oscar Wilde)*

Um den zu erkunden und die in allen Utopie-Workshops erdachten, zukünftigen Wirklichkeiten, anzusehen, einfach rechts oben im Wimmelbild die Utopie-Infopunkte aktivieren. Für mehr Übersicht die anderen Infopunkte deaktivieren und dann die Utopien anklicken.

Wem das nicht genug Utopie ist:

## Praxisakteur\*innen einbeziehen

In den Tagen, Wochen und Monaten nach dem Workshop kann es für einige Gruppen passend sein, Praxisakteur\*innen (mehr) miteinzubeziehen, um so Zukunftsvorstellungen und Wissen auszutauschen. Hierzu ein paar Ideen:

- wenn noch nicht geschehen, das Ernährungssystem vor Ort erfassen (s. Baustein 3 bzw. den dort erstellten Screenshot). Natürlich können auch schon während des Workshops an mehr Stellen (z. B. Baustein 7) reale Praxisakteur\*innen einbezogen werden – vielleicht sind sie ja auch schon unter den TN! Etwas spielerischer ginge es so: Denkt an eure letzte Mahlzeit oder eure alltägliche Ernährung und erstellt jeweils das „persönliche (Frühstücks)-Ernährungssystem“
- Interviewt Akteur\*innen vor Ort und fragt nach Chancen und Herausforderungen, ähnlich wie in der Gesprächsreihe
- Macht euch auf die Suche nach gelebten Utopien: An welchen Orten und von welchen Akteur\*innen werden bereits „Utopien“ verwirklicht, direkt bei euch im Umfeld?
- Diskutiert eure Utopien (oder die aus dem Utopie-Ort) mit den Akteur\*innen vor Ort und macht so einen „Realitätscheck“, um gemeinsam Schritte in Richtung Utopie machen zu können

## Unser Ernährungssystem und das Konzept Ernährungssouveränität

Im Workshop werden viele Probleme und Herausforderungen aufgezeigt. Die utopischen Lösungen scheinen aus den verschiedensten Perspektiven zu kommen und teils ganz unterschiedliche Ansätze zu sein.

Um diese alternativen Ansätze zu verbinden und als Teil einer großen Bewegung in eine Richtung zu verstehen, lohnt sich ein Blick auf das Konzept „Ernährungssouveränität“ und wie es vor Ort verwirklicht werden kann.

Das kann über verschiedene Wege geschehen:

- Nehmt euch Zeit für das [Wimmelbild](#) und schaut in diese [Handreichung](#) dazu, um die Komplexität des Ernährungssystems zu erfassen
- Führt (vielleicht auch im Vorhinein) unseren [Workshop zu Ernährungssouveränität](#) durch oder verbindet einen tieferen Einblick ins Ernährungssystem ggf. mit dem Baustein 1, z. B. wenn ihr mehr als einen Tag Zeit habt
- Informiert euch und die TN z. B. hier mehr zum Thema [Ernährungssouveränität](#). Stellt das System in Frage und lasst euch vom Buch [„Pluriverse: A Post Development Dictionary“](#) zu alternativen Lebensentwürfen inspirieren.
- Globale Perspektiven findet ihr auch hier: <https://historyoffood.sodi.de/>. Vielleicht baut ihr noch einen Blick in die Lebensgeschichte von historischen und aktuellen Held\*innen ein, die die globale Ernährung gerechter gestalten und lasst euch von ihnen inspirieren? Oder beschäftigt euch in einem Folge-Workshop mit kolonialen Spuren in eurer Ernährung und euren Utopien?

## Quellen

Becker 2011: BNE als reale Utopie. ([https://www.bne.uni-osnabrueck.de/pub/uploads/Becker/Becker2011\\_BNE-als-reale-Utopie.pdf](https://www.bne.uni-osnabrueck.de/pub/uploads/Becker/Becker2011_BNE-als-reale-Utopie.pdf))

Dallmer 2018: Utopien der Nachhaltigkeit. In: Leser/ Schwarz (Hrsg.): utopisch dystopisch. ([https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-21966-6\\_16](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-21966-6_16))

Rosswog o. J.: Lebe deine Utopie! ([https://livingutopia.org/wp-content/uploads/2016/10/ebook\\_lebe-deine-utopie\\_final.pdf](https://livingutopia.org/wp-content/uploads/2016/10/ebook_lebe-deine-utopie_final.pdf))

Wendt et al. (Hrsg.) 2020: Sozial-ökologische Utopien. Diesseits oder jenseits von Wachstum und Kapitalismus?

### Internet:

- <https://kanackischewelle.podigee.io/31-auslaendisches-essen>
- <https://skillsforutopia.org/>
- [https://www.klicksafe.de/fileadmin/media/documents/pdf/klicksafe\\_Materialien/Eltern\\_HR\\_Medienkompetenz/Kopiervorlage\\_%E2%80%9EAnti-Bias-%C3%9Cbung\\_Power\\_Flower%E2%80%9C.pdf](https://www.klicksafe.de/fileadmin/media/documents/pdf/klicksafe_Materialien/Eltern_HR_Medienkompetenz/Kopiervorlage_%E2%80%9EAnti-Bias-%C3%9Cbung_Power_Flower%E2%80%9C.pdf)
- <https://bildung.vonmorgen.org/>
- <https://lesmigras.de/leitfaden.html>
- <https://klexikon.zum.de/wiki/Utopie>
- <https://www.radicalecologicaldemocracy.org/pluriverse/>
- <https://www.inkota.de/themen/welternaehrung-landwirtschaft/ernaehrungssouveraenitaet/>
- <https://historyoffood.sodi.de/>