

Landesverband
hauswirtschaftlicher Berufe MdH
Schleswig-Holstein und Hamburg e.V.

**Landesmeisterschaft für Auszubildende in der Hauswirtschaft
am 03. November 2018
Berufliche Schule Uferstraße
Uferstraße 9/10, 22081 Hamburg**

Thema:

Work Life Balance

Fachtheorie

80 P.

Die Aufgaben werden erst am Wettbewerbstag gestellt.

- Aufgaben zur Allgemeinbildung
- Aufgaben aus dem Bereich Wirtschafts- und Sozialkunde
- Aufgaben aus dem Bereich Versorgungsleistungen
- Aufgaben aus dem Bereich Betreuungsleistungen

Für die Lösung der Aufgaben stehen Ihnen 45 Minuten zur Verfügung.

Präsentation

40 P.

Erstellen Sie eine Präsentation zum Thema

Work Life Balance

- ➔ Was verstehen Sie unter Work-Life Balance?
- ➔ Wie können Sie Arbeits- und Privatleben in Ihrem Arbeitsalltag in Einklang bringen?
- ➔ Zeigen Sie Möglichkeiten auf, wie man im Alltag gezielt Ernährung und Bewegung in eine Ausgewogenheit bringen kann.

Bereiten Sie sich zu Hause auf die Präsentation vor. Ein Exemplar Ihres Vortrages/Ausarbeitung bringen Sie am 03. November 2018 für die Juroren mit. Unterstützende Materialien (Plakate, Schautafeln, Folien, PPP usw.) dürfen eingesetzt werden, müssen aber selbst mitgebracht werden. Für die Vorbereitung zu Ihrer Präsentation am Veranstaltungstag stehen Ihnen 10 Minuten zur Verfügung. Die Präsentation selber sollte 10 Minuten nicht überschreiten.

Benötigte Medien (Stellwand, Nadeln, OHP, Beamer etc.) müssen bis zum **15. Oktober 2018** bestellt werden (Anlage 6).

Teamaufgabe

80 P.

Diese Aufgabe erhalten Sie erst am Samstag, den 03. November 2018.

Erstbelehrung/Nachbelehrung § 42/43 IfSG

10 P.

Das rechtzeitige Vorliegen der Erstbelehrung bzw. Nachbelehrung nach § 42/43 IfSG wird mit 10 Punkten bewertet.

Nahrungszubereitung

90 P.

Sie arbeiten als Hauswirtschafter/In in einem Seminarhaus.

Am Wochenende findet ein Seminar für Jugendgruppenleiter statt. Das Thema lautet „Durch Ernährung zur richtigen Work Life Balance“. Zu diesem Thema sollen Sie zum Mittagsbuffet vegetarische Speisen anbieten. Beachten Sie die regionalen und saisonalen Aspekte.

Bereiten Sie

- 1 x süße Speise für 12 Personen und
- 1 x salzige Speise für 12 Personen
(keine Suppen, Eintöpfe ja)
- Alle Zutaten bringen Sie selbst mit. Die Hygienevorschriften sind zu beachten. Der Wareneingang wird von den Juroren kontrolliert, dokumentiert und fließt in die Bewertung ein
- Der Wareneinsatz beträgt maximal 18 Euro. Der Betrag wird aufgrund Ihrer Material-Kalkulation (Anlage 3) erstattet. Bei fehlender Kalkulation werden die Kosten nicht erstattet
- Die zubereiteten Speisen werden zur Siegerehrung gemeinsam verzehrt
- Aus einer halben Portion richten Sie die Probierportion für die Juroren an. Aus einer halben Portion fertigen Sie die Rückstellprobe
- Für die Nahrungszubereitung stehen Ihnen **120 Minuten** zur Verfügung. Das Aufräumen und Reinigen erfolgt im Anschluss
- Aufgrund der Chancengleichheit für alle Teilnehmer/Innen sind ausschließlich das am Austragungsort vorhandene Anrichtegeschirr und die Arbeitsutensilien (Ausnahme Messer) zu verwenden

In der Vorbereitung sind folgende Aufgaben am PC zu bearbeiten:

- Erstellen Sie einen Zeitplan (Anlage 1)
- Erstellen Sie eine Materialkosten-Kalkulation (Anlage 3). Als Rechengrundlage verwenden Sie bitte gängige Preise des Einzelhandels
- Listen Sie alle Lebensmittel für Ihre Nahrungszubereitung auf (Anlage 4)
- Stellen Sie zu Hause Aufsteller für Ihre Speisen her (Name der Speise, Allergene, Ihr Name). Bringen Sie diese am Veranstaltungstag mit
- Bestellen Sie Ihre Utensilien für die Präsentation und **das Anrichtegeschirr** (Anlage 5)
- Reichen Sie Ihre Rezepte ein (Anlage 6)

Hinweis:

Sie müssen damit rechnen, dass Juroren/Innen während der Durchführung Fragen stellen. Auf Wunsch steht jedem Teilnehmer/In **direkt** nach der Nahrungszubereitung ein Juror/In für ca. 5 Min. für eine mündliche Rückmeldung zur Verfügung.

Achtung:

Alle Aufgaben und Formblätter finden Sie in den nächsten Tagen auf der Homepage www.mdh-sh.de

Die Anmeldung erfolgt über:

<http://mdh-sh.de/kontakt/anmeldung-teilnehmerin>

Anmeldeschluss ist der 10. September 2018

Einsendeschluss für die Unterlagen, Rezepte usw. ist der 16. Oktober 2018

Alle Unterlagen senden Sie per Mail an:

info@mdh-sh.de

Gesamtpunktzahl:

300 P.

Wichtiger Hinweis :

Sie könnten während der gesamten Veranstaltung eventuell gefilmt und fotografiert werden.

Wenn Sie es nicht möchten ist eine Teilnahme an der Veranstaltung nicht möglich.