# Studienberechtigungsprüfung

**Sekundarstufe Allgemeinbildung**

Prüferin: Prof.in **Rim Abu Zahra-Ecker**, BEd, MA, MEd
rim.abu@ph-ooe.at
Prüferin: Prof.in Mag.a Dr.inrer.nat. **Marlene Wahl**
marlene.wahl@ph-ooe.at

## Pflichtliteratur:

- **Ernährung bewusst, aktuell, lebensnah, Band II, Grundlagen und Inhaltsstoffe**

  Reischl, Rogl; Trauner Verlag, **ISBN** 978-3-99151-092-5

- **Ernährung bewusst, aktuell, lebensnah, Band III, Lebensmittel**

  Reischl, Hauer; Trauner Verlag, **ISBN** 978-3-99062-972-7

- **Ernährung bewusst, aktuell, lebensnah, Band III, Ernährungsverhalten und Ernährung in Prävention und Therapie**

  Reischl, Hauer, Arzt; Trauner Verlag, **ISBN** 978-3-99151-499-2

Oder:

- **Ernährungslehre**
  Elmadfa, Ibrahim; utb GmbH; 5. überarb. Aufl. Edition (15. Juli 2024),
  ISBN-13: 978-3825261504

**Studienberechtigungsprüfung**
**Sekundarstufe Allgemeinbildung**
Prüferin: Prof.in **Rim Abu Zahra-Ecker**, BEd, MA, MEd
rim.abu@ph-ooe.at
Prüferin: Prof.in Mag.a Dr.inrer.nat. **Marlene Wahl**
marlene.wahl@ph-ooe.at

## Themenbereiche Wahlfach Ernährung:

| | Grundlagenwissen | Inhalte |
|---|---|---|
| | **Energieliefernde Nährstoffe:**<br>**Kohlenhydrate und kohlenhydratreiche Lebensmittel**<br>**Fette, Komplexe Lipide und Fettbegleitstoffe,**<br>**Speiseöle und Speisefette,**<br>**Eiweiß und eiweißreiche Lebensmittel** | Bildung, Arten, Aufbau, Vorkommen, Eigenschaften, Ernährungsphysiologische und küchentechnische Bedeutung, Ballaststoffe, Bedarf und Bedarfsdeckung,<br><br>Ausgewählte Lebensmittel dieser Gruppen: Arten, Produktion, Zusammensetzung, Handelsformen, ernährungsphysiologische Aspekte, Einkauf und Lagerung, volkswirtschaftliche Bedeutung |
| | **Energiefreie Nahrungsbestandteile**<br>**Vitamin- und mineralstoffreiche Lebensmittel** | Vitamine, Mineralstoffe, Wasser,<br>Bioaktive Substanzen,<br>Obst, Gemüse, Würzmittel |
| | **Verdauung und Stoffwechsel** | Stoffwechselorgane, Enzyme und Hormone, Abbau der Nährstoffe, Resorption der Nährstoffe, Zellstoffwechsel, Stoffwechsel-Endprodukte, Ausscheidung,<br>Zusammenhang zwischen Ernährung und Krankheit, Prävention,<br>Energiebedarf, Hunger und Sättigungsmechanismen |

**Studienberechtigungsprüfung**
**Sekundarstufe Allgemeinbildung**
Prüferin: Prof.in **Rim Abu Zahra-Ecker**, BEd, MA, MEd
rim.abu@ph-ooe.at
Prüferin: Prof.in Mag.a Dr.inrer.nat. **Marlene Wahl**
marlene.wahl@ph-ooe.at

| Nr. | Themenbereich | Inhalte |
|---|---|---|
| 1 | **Ernährung verschiedener Personengruppen** | Ernährung des gesunden Erwachsenen, 10 Regeln zu vollwertigem Essen und Trinken, Lebensmittelbasierte Ernährungsempfehlungen, Kostformen für verschieden Altersgruppen und für verschiedene Lebenssituationen (z. B. Ernährung des Säuglings, Ernährung des Jugendlichen, Ernährung des Erwachsenen, Ernährung des Sportlers) |
| 2 | **Alternative Ernährungsformen** | Vegetarismus, Vollwerternährung |
| 3 | **Ernährung und Krankheit** | Übergewicht und Adipositas, Diabetes mellitus, Erhöhte Blutfettwerte, Lebensmittelallergie und Lebensmittelintoleranz |
| 4 | **Welternährung** | Aktuelle Welternährungssituation, Hunger, Ernährungsökologie, Nachhaltigkeit und Ernährung |
| 5 | **Lebensmittel und Lebensmitteltechnologie** | Getreide, Stoffe mit Süßgeschmack, Kartoffeln, Speiseöle- und fette<br>Milch, Eier, Fleisch, Fische und Meeresfrüchte, Hülsenfrüchte, Getränke und Genussmittel, Obst, Gemüse, Pilze, Würzmittel<br>Grundlagen der Lebensmittelverarbeitung, Fermentation, Haltbarmachung, Zusatzstoffe, Aromen, Nanotechnik, Gentechnik |

**Studienberechtigungsprüfung**
**Sekundarstufe Allgemeinbildung**
Prüferin: Prof.in **Rim Abu Zahra-Ecker**, BEd, MA, MEd
rim.abu@ph-ooe.at
Prüferin: Prof.in Mag.a Dr.inrer.nat. **Marlene Wahl**
marlene.wahl@ph-ooe.at

# Der Weg zur Prüfung Studienjahr 2026/27

## Anmeldung:

Bitte melden Sie sich in der Studien- und Prüfungsabteilung **studienabteilung@ph-ooe.at** an!

**Prüfungstermine:** 01.03.2027; 28.06.2027

ab 09.00 Uhr

**Ort:** PHOÖ, Kaplanhofstraße 40, 4020 Linz

Büro 329, 3. Stock

## Ablauf Prüfung:

Vorbereitungszeit: 30 Minuten

Mündliche Prüfung: Prüfungszeit ca. 30 Minuten

3 voneinander unabhängige Fragen

**ACHTUNG:**

Die **Abmeldung** von einer Prüfung ist bis zu 48 Stunden vor dem Prüfungstermin ohne Angabe von Gründen möglich. Bei Nichterscheinen zur Prüfung ohne fristgerechte Abmeldung und ohne das Vorliegen besonderer berücksichtigungswürdiger Gründe wird die Prüfung nicht beurteilt und als Prüfungsantritt gerechnet- dies bedeutet, dass ein Terminverlust besteht.