



nachhaltiger Umgang mit Lebensmitteln

ein Methodenkoffer für Wö-Leitende

Illustratorin der beiden Wölfi-Figuren auf dem Deckblatt ist Teresa Diehm.
Der Hintergrund wurde mithilfe einer künstlichen Intelligenz erstellt.

QUELLE

Liebe Leiter*innen der orangefarbenen Stufe,
im Rahmen unseres WöBKs 2024 haben wir uns das Ziel gesetzt einen Methodenkoffer zu gestalten. Dieser Koffer hat den Schwerpunkt Wölflinge für das Thema nachhaltigen Konsum zu sensibilisieren und euch umsetzbare und praxisnahe Dinge mit an die Hand zu geben.
Uns ist auch bewusst, dass alle Themen und Methoden aufzugreifen eine kaum zu bewältigende Aufgabe ist und hoffen dennoch einen für euch angemessenen Weg gefunden zu haben.
Also: Legt los, habt Spaß und Freude und seid offen euch und eure Wös zu sensibilisieren!

Inhaltsverzeichnis:

Einleitung ..... S. 03
Inhaltsverzeichnis ..... S. 05
Anleitung zur Webversion ..... S. 06
Anleitung zur Printversion ..... S. 07
Symbolerklärung ..... S. 08

Spiel, Spaß, Animation ..... S. 09
Information ..... S. 42
Einfach machen! ..... S. 55
Reflexion ..... S. 74

Abkürzungsverzeichnis ..... S. 82
Abschlussworte ..... S. 83
Anhang ..... S. 85

Anleitung zur Webversion:

Die Webversion ist chronologisch aufgebaut. Ihr findet jeweils zwei Anleitungen auf einer Seite. Daher findet ihr auch auf diesen Seiten jeweils zwei Seitenzahlen auf einer Seite. Die Anhänge ab Seite 85 sind jeweils auf ganzen Seite abgebildet. Entsprechend der Anleitungen könnt ihr sie euch ausdrucken und zurechtschneiden.

Anleitung zur Printversion:

Um die Printversion nutzen zu können, druckt ihr die Seiten 1 bis 84 doppelseitig aus und schneidet entlang der gestrichelten Linie auf den einzelnen Seiten. Nun locht ihr diese auf dem freien - nicht dem beschrifteten - Rand. Anschließend werden diese von euch nach Seitenzahl sortiert, sodass die Löcher übereinander liegen. Mit einem einem Schlüsselring, einer Lederschnur oder einem Wollband könnt ihr die Seiten durch die Löcher verbinden. Nun solltet ihr zum Abschluss ein kleines Büchlein vor euch liegen haben, mit dem ihr arbeiten könnt.
Die Anhänge ab S. 85 sind einseitig auszudrucken und von euch jeweils nach der passenden Anleitung zurechtzuschneiden.

Symbolerklärung:

Dies sind die Symbole der verschiedenen Themenbereiche, ihr werdet diese im weiteren Verlauf des Büchleins noch näher erläutert bekommen:



Diese Symbole findet ihr auf den verschiedenen Seiten und sie zeigen euch...

 ... welches Ziel die Methode / das Spiel verfolgt.

 ... welches Material ihr für die Methode benötigt.

 ... für welche Gruppengröße die Methode / das Spiel geeignet ist.

 ... welche Zeit ungefähr beansprucht wird.

 ... Hinweise zu Foto- oder Social-Media-Checkpoints.

 ...Praxistipps und weitere Hinweise oder Hilfestellungen von anderen Leiter*innen.



SPIEL, SPASS, ANIMATION

Mit Spielen kann den Wölflingen einerseits Lust auf ein Projekt gemacht werden und andererseits Arbeitsphasen durch einen freieren Moment unterbrochen werden. Nachfolgend sind hierfür thematisch passende Spiele beschrieben. Viele Spiele transportieren bereits Informationen, um den thematischen Einstieg zu erleichtern und eine inhaltliche Richtung zu weisen.

Hinweis zu den Quellen der Spiele, wenn bei den Spielen nichts anderes ergänzt ist: Zur Inspiration diente u.a. folgende Quelle https://www.lsb.nrw/fileadmin/sportjugend/media/ABK/2977_Broschuere_Wenn_das_Essen_final_web.pdf [zuletzt aufgerufen: 08.02.2025]. Zudem wurden Grundprinzipien von bereits erfundenen Spielen abgewandelt.

Inhaltsverzeichnis

Kim-Spiel ..... S. 11
Müllabfuhr + Obst ..... S. 12
Meisterwerke ..... S. 13
Obstsalat ..... S. 14
Ich packe meine Brotbox ..... S. 15
Müllfangen ..... S. 16
Wörter raten ..... S. 17
Schätzfragen ..... S. 18
Sortierspiel ..... S. 19
Rezeptroulette ..... S. 21
Schimmel-Fangen ..... S. 22
Fußabdruck ..... S. 23
Konsum visualisieren ..... S. 26
Privilegien-Spiel ..... S. 27
Tastbox ..... S. 29
Riechdosen ..... S. 30
Lebensmittelabsturz ..... S. 31
Lebensmittel raten ..... S. 33
Weltkarte ..... S. 34
Memory ..... S. 35
Zeichnungen raten ..... S. 36
Müll(trennungs)spiel ..... S. 37
Salzstangen-Schaschlik ..... S. 38
Pantomime-Memory ..... S. 39
Pantomime ..... S. 41

Kim-Spiel

Einstieg in das Thema Lebensmittel, haptischer Ansatz, Team-Building und Schärfung des Gedächtnisses

10-15 Min.

je Gruppe max. 5 Wös

Tuch / Abdeckung, z. B. 10 unterschiedliche Gegenstände pro Gruppe, in diesem Fall Lebensmittel

Wir wollen einmal euer Gedächtnis auf die Probe stellen! *Wie viele Lebensmittel kennt ihr und könnt ihr euch diese auch merken?*

Beim Gedächtnis-Kim-Spiel werden z. B. 10 Lebensmittel präsentiert, die sich für eine bestimmte Zeit angesehen werden dürfen. Dann werden diese für die Mitspieler verdeckt. Die Aufgabe ist es nun, die Lebensmittel möglichst vollständig aufzuzählen. Das kann eine Einzel- oder auch eine Teamaufgabe sein. Die Wös können animiert werden, sich nach einem misslungenen Versuch abzusprechen und es erneut im Team zu versuchen. Abgewandelt werden kann es z. B. dadurch, dass ein Lebensmittel entfernt wird und überlegt werden muss, welches fehlt. Die Menge an Lebensmittel kann angepasst werden.

Anschließend daran kann Nachhaltigkeit thematisiert werden: *Was machen wir nun mit den Lebensmitteln?* Statt die Lebensmittel wegzuwerfen kann man sie z. B. mit den Wös passend verwerten.

Müllabfuhr + Obst

Einführung in das Thema: Wie schnell schmeißen wir etwas weg? Thematisches Bewegungsspiel

10 Min.

mind. 6 Wös

Obst und Gemüse wird sehr schnell weggeworfen, wenn es ein bisschen braun und matschig wird. Dann kommt es in die Biotonne und wird von der Müllabfuhr abgeholt. Oft kann man es aber noch sehr gut essen! *Eure Aufgabe in diesem Spiel ist es als Obst der Müllabfuhr zu entkommen und euch in einen Obstkorb zu retten.*

Die Wös bilden Zweierpaare, die sich draußen auf einem geeignet großen Platz mit Abstand zueinander aufstellen. Ein Team startet, indem ein Wö Fänger*in („*Müllabfuhr*“) und ein Wö die weglaufende Person („*matschiges Obst*“) ist. Das matschige Obst läuft weg und kann sich retten, indem es sich zu einem Pärchen auf einer Seite dazu stellt. Die Person auf der anderen Seite ist die neue Müllabfuhr, der ehemalige Fänger (Müllabfuhr) wird nun zum matschigen Obst. Es dürfen sich gerne Geräusche ausgedacht werden, die das matschige Obst und die Müllabfuhr von sich geben.

Meisterwerke

Haptische Beschäftigung mit Lebensmitteln, Einsatzmöglichkeiten erkunden, Kooperation

15 Min. oder 30-45 Min.

pro Gruppe 2-4 Wös

Marshmallows, Spaghetti, evtl. Inspirationen für Baupläne

Mit Marshmallows und Spaghetti bauen die Wös kreative Bauwerke. Die Marshmallows dienen als Ecken, die Spaghetti werden zum Verbinden genutzt, indem sie in die Marshmallows gesteckt werden. Dafür können konkrete Bauanweisungen gegeben oder kreatives Ausprobieren unterstützt werden. Nachher sollte sich damit auseinandergesetzt werden, wie die Marshmallows und Spaghetti weiterverwendet werden können.

ACHTUNG: Damit dieses Spiel nachhaltig sein kann, kann es unter anderem als Negativ-Beispiel genutzt werden. Eine beispielhafte Fragestellung kann sein: Wie können wir dafür sorgen, dass Lebensmittel, die eingekauft und für andere Zwecke genutzt werden, auch nachhaltig verwertet werden können?

Obstsalat

Thematisches Bewegungsspiel

ca. 10 Min.

mind. 6 Wös

Welche Obstsorten kennt ihr denn so? (Wös kurz nachdenken und antworten lassen) *Das sind schon viele gute Ideen*! *Wir teilen euch jetzt jeweils ein Obst zu und dann mischen wir euch zu einem wilden Obstsalat. Wer von euch wäre denn gern die Gurke? Die Gurke versucht sich gleich in den Obstsalat zu schmuggeln...*

Alle Wös bilden einen großen Stuhlkreis. Jedem Wö wird eine Obstsorte zugeteilt. Es sollte jede Obstsorte mindestens 2-3 mal verteilt werden. Eine Person steht in der Mitte (Gurke) und ruft: „Alle _____ wechseln die Plätze“ (z. B. Bananen). Alle Bananen müssen die Plätze wechseln und der*die Wö in der Mitte versucht einen Platz zu ergattern (sich in den Obstsalat zu schmuggeln). Wenn „Obstsalat“ gesagt wird, müssen alle Wös die Plätze wechseln.

SPIEL, SPASS, ANIMATION

Ich packe meine Brotbox

Was mag ich gern, was brauche ich? Was passt in welche Kategorie?

ca. 10-15 Min. variabel

Erinnert euch: Heute morgen - Schule - erste große Pause. Ihr holt eure Brotbox raus und da sind ganz verschiedene Lebensmittel drin. Sachen, die ihr da gerne seht oder Lebensmittel, die ihr nicht so gerne mögt. Was kann alles in eurer Box sein?

Das Spiel basiert auf dem Spiel "Ich packe meinen Koffer". Ein Kind beginnt mit einem Begriff; das nächste Kind wiederholt den Begriff und nennt einen eigenen. Es ist auch möglich Lebensmittelkategorien vorzugeben, zu denen die Wös dann reihum entsprechende Begriffe nennen. Im Anschluss an die jeweilige Runde ist es möglich, Rückfragen zu genannten Begriffen entweder an einzelne Wös oder die Gesamtgruppe, ob der Begriff in die Kategorie passt. So könnt ihr z. B. über Schokolade sprechen, wenn sich die Runde auf gesunde Lebensmittel bezieht.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:
Lebensmittel, die ihr mögt; Essen das Ungesund ist; Lebensmittel, die gesund sind; Obstsorten; Gemüse; Milchprodukte...

Müllfangen

Aktives Bewegungsspiel, Bewusstsein für saubere Umwelt schaffen

10 Min. mind. 8 Wös

Oh nein! *Der Müll ist ausgebrochen*! *Rasend verbreitet er sich über unser Dorf. Jetzt muss er schnell eingefangen werden, damit das Dorf wieder sauber wird. Schaffen unsere Müllmitarbeiter*innen das?*

Ihr bestimmt eine*n Wö als Müllmitarbeiter*in. Dieses versucht die anderen Kinder zu fangen. Sobald der*die Müllmitarbeiter*in ein anderes Kind berührt, also abgeschlagen hat, ist dieses Kind auch Müllmitarbeiter*in. Der*die erste Müllmitarbeiter*in nimmt den*die Zweite*n an die Hand und gemeinsam versuchen sie weitere Wös zu fangen und den Müll dadurch einzusammeln.

Wörter raten

Beschäftigung mit Begrifflichkeiten zum Thema nachhaltiger Lebensmittelkonsum

15-30 Min. | KG 4-5 Wös | Kärtchen mit Begriffen zum Thema Lebensmittel / nachhaltiger Konsum (Anhang S. 85)

Beschreibt mal bitte den Gegenstand in meiner Hand. (In der Hand habt ihr als Gruppenleitung einen Gegenstand, der zum Thema Lebensmittel passt.) *Als nächstes seid ihr an der Reihe. Es kennt aber nur eine*r den Begriff.*

Die Wös werden in Kleingruppen eingeteilt.
Eine Gruppe beginnt und bestimmt ein Kind, das Begriffe aus dem Wortfeld Lebensmittel beschreibt. Alle anderen Wös aus der Gruppe versuchen den Begriff zu erreaten. In der ersten Runde können die möglichen Begriffe unter dem Wort als Hilfsbegriffe den Wös vorher benannt werden. Die Gruppe hat nun eine Minute Zeit möglichst viele Begriffe zu erraten. Es wird gespielt bis alle Karten weg sind, es hat die Gruppe gewonnen, welche die meisten Karten gewonnen hat.
Die zweite Runde kann direkt im Anschluss mit denselben Begriffen beginnen. In dieser Runde gelten die Begriffe als Sperrbegriffe, sie dürfen also nicht genutzt werden. Das Spiel kann um beliebig viele eigene Begriffe ergänzt werden.

Schätzfragen

Selbsteinschätzung, Bewusstsein schaffen, Perspektive zum Konsumverhalten entwickeln

10-30 Min. | variabel | Eimer / Behältnisse

Welche (unnötigen) Fakten kennt ihr über Lebensmittel? (Wös kurz nachdenken und antworten lassen) *Im nächsten Spiel kann euch das noch sehr nützen. Ein Beispiel: Was glaubt ihr was ist das beliebteste Gemüse in Deutschland?*

Die Wös sollen sich mit verschiedenen Fragen zum Thema Lebensmittel auseinander setzen. Dafür stellt ihr nacheinander verschiedene Fragen und die Wös beantworten diese z. B. geheim auf einem Papier. Wenn alle Fragen gestellt wurden, wird das Quiz gemeinsam ausgewertet. Für jede richtige Antwort bekommen die Wös einen Punkt. Im Anschluss wir der*die Sieger*in gekürt.

Quelle zur Information:
https://www.verbraucherzentrale.de/sites/default/files/2017-08/Quizkarten.pdf
[zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]

Sortierspiel

Reflexion des eigenen Verhaltens zu nachhaltigem Lebensmittelkonsum, Veranschaulichung von Zahlen und Fakten, Anregung zu Handlungsansätzen

ca. 15-45 Minuten (je nach Bedarf)

beliebig

Background-Informationen, um Antworten auf Fragen zu wissen

Wir schauen einmal gemeinsam auf eure Gewohnheiten zuhause, in der Schule und auf Lagern. Es geht bei diesem Spiel darum, dass wir überlegen wie wir mit Essen umgehen. Wir stellen euch ein paar Fragen und danach dürft ihr euch zu eurer jeweiligen Antwort aufstellen.

Ihr stellt den Wös verschiedene Fragen, nach denen sie sich aufstellen oder sammeln müssen. Danach können diese teilweise mit Real-Werten verglichen werden, um sich mit unterschiedlichen Perspektiven auseinandersetzen zu können. Es könnten auch verschiedene Lebensmittel nach Kriterien geordnet werden (siehe letzte Beispielfrage, Seite 20).
Beispielfragen:

- Wie oft schmeißt du Dinge aus deiner Brotdose weg? (Oft - Nie)
- Wie oft wird bei euch Zuhause Essen weggeworfen? (Oft - Nie)
- Wie viel nimmst du dir, wenn du noch nicht weißt, ob es dir schmeckt?

- Was machst du, wenn dir das Essen nicht schmeckt? (Wegwerfen, andere fragen ob sie es nehmen, teilweise essen, trotzdem essen)
- Wie oft probierst du etwas Neues?
- In welcher Saison (Sommer, Winter, Frühling, Herbst) wachsen wohl Äpfel, Birnen, Erdbeeren, Kartoffeln (...)?
- Hast du schonmal von ..... gehört? (Ja - Nein) z. B. Foodsharing, ToGoodToGo, die Tafel etc.
- Was denkt ihr, wie weit ist die Reise von z. B. Winterobst? (Nebenan - Anderes Ende der Welt)
- Wie viel Wasser braucht wohl ..... im Herstellungsprozess? (Skala)

Quelle zur Information:
https://www.bmel.de/DE/Home/home_node.html [zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]

Rezeptroulette

Gemeinsam Rezepte entwickeln und kochen: auch aus möglicherweise ungewöhnlichen Kombinationen, Anstoß zum Thema Resteverwertung

ganze Gruppenstunde

beliebig

Glas, Zettel, Stifte, Geld (Gruppenkasse)

Ihr kennt mittlerweile alle Lageressen auswendig und wollt etwas neues? Ihr wollt euer eigenes Lieblingsessen kreieren? Letz fetz! *Sammelt euch Lebensmittel und fangt an zu rühren*!

Alle Wös schreiben ein Lebensmittel auf einen Zettel. Die Zettel sammelt ihr in einer Lostrommel. Daraufhin zieht ihr eine beliebige Anzahl an Zetteln aus der Lostrommel. Mit den gezogenen Lebensmitteln müssen die Wös anschließend mit eurer Hilfe ein Rezept entwickeln und dieses gemeinsam kochen.
Ihr könnt den Wös bei Bedarf erlauben zur Vollendung ihres Rezepts zusätzliche Lebensmittel zur Hilfe zu nehmen.

Schimmel-Fangen

Bewusstsein entwickeln für verdorbene Lebensmittel: Gefahren, Unterschiede zwischen Lebensmitteln

10 Min.

mind. 8 Wös

Die meisten Lebensmittel kann man nicht mehr essen, sobald sie vom Schimmel befallen wurden. Kennt ihr ein paar Beispiele? (Wölflinge Beispiele nennen lassen). *Aber es gibt auch Lebensmittel, bei denen man den Schimmel abschneiden kann (z. B. Parmesan). Daher gibt es im nachfolgenden Spiel zwei Stufen, bevor die Kinder dann final zu Fänger*innen werden.*

Die Kinder teilen sich auf in 2er Teams. Nun ist mind. ein 2er Team ein Fänger*innen-Team (oder bei ungerader Kinderzahl ein einzelner Fänger), also der „Schimmel“, alle anderen Kinder sind bspw. „Parmesan“ (oder ein anderes Lebensmittel bei dem Schimmel weggeschnitten werden kann).
Sobald das Fängerteam (der Schimmel), ein anderes Team gefangen hat, muss sich dieses aufteilen. Die Kinder die nun einzeln weiter weglaufen vor dem Schimmel, werden zu Obst oder Gemüse. Werden sie nun ein zweites Mal gefangen, werden sie auch zu „Schimmel“ und jagen anderen Parmesan / Obst oder Gemüse.

Fußabdruck

Auseinandersetzung damit, wie die Ernährung einen Einfluss auf den Planeten hat

ca. 45 Min.

max. 20 Wös

gemalte Füße in unterschiedlichen Größen, kleine Bälle o. Ä.

Wenn wir barfuß über einen Strand laufen, können wir sehen, wo wir langgelaufen sind. Die kleineren von euch hinterlassen vielleicht ein bisschen kleinere und flachere Kuhlen im Sand. Wo eure Leitenden entlanggelaufen sind, entstehen größere und tiefe Abdrücken im Boden.
Genauso hinterlassen wir alle auf unserer Erde Spuren, an denen wir sehen können, dass wir da waren, was wir gemacht haben und wie wir gelebt haben.

Unsere Spuren im Sand sind nach kurzer Zeit wieder weg: jemand anderes läuft darüber, der Wind weht und macht alles wieder glatt oder eine Welle rollt darüber. Die Spuren auf unserer Erde bleiben jedoch lange bestehen und verändern unsere Erde für lange Zeit. Um auch in Zukunft auf der Erde gut leben zu können, wollen wir versuchen, nur einen ganz kleinen Fußabdruck zu hinterlassen. Auch unsere Ernährung hat einen Einfluss auf die Spuren, die wir auf dem Planeten hinterlassen. Könnt ihr schätzen, wie groß der Einfluss von verschiedenen Dingen ist?

Schritt 1: Skala auf dem Boden auslegen (z. B. unterschiedlich große Füße aufmalen), die Produkte (Rindfleisch, Milch, Getreide, Paprika, Apfel, Karotte) auf Karten schreiben. Dann können die Wös die Karten in die Skala einordnen.
Die Lösung für die Produkte, sortiert vom größten zum kleinsten Einfluss:
Rindfleisch > Milch > Getreide > Paprika > Apfel > Karotte

Das Essen zu produzieren ist nicht das Einzige, was einen Einfluss auf den Planeten hinterlässt. Eine Karotte, die auf einem Feld im Boden wächst, ist nicht im nächsten Moment einfach so auf unserem Teller. Könnt ihr euch vorstellen, was noch alles dazugehört?

Schritt 2: Verschiedene Faktoren, die zum Lebensmittelkonsum dazugehören, werden in dieser Runde gesammelt. Dann kann überlegt werden, warum welche Aspekte wichtig sind. Einige relevante Beispiele:

- Verpackung – verursacht Müll. Aber schlimmer ist oft das Produkt selbst und vor allem Produkte zu kaufen und diese wegzuschmeißen, weil man sie doch nicht isst. Die Hälfte des Lebensmittelmülls entsteht bei uns, wenn das Essen schon zu Hause ist.
- Transport – Viel Essen kommt gar nicht von dort, wo man selbst wohnt. Der Transport braucht viel Energie durch Treibstoff, aber auch zum Beispiel durch eine notwendige Kühlung.

Alles, was wir für unser Leben brauchen, bekommen wir von unserer Erde. Als Menschen nehmen wir uns aber viel mehr, als die Erde eigentlich hergeben kann. Wenn alle Menschen für immer so leben würden, wie wir es in Europa tun, bräuchten wir die Erde eigentlich mehrmals. Sonst gäbe es gar nicht so viel, wie wir uns nehmen. Was glaubt ihr, wie viele Planeten wir eigentlich brauchen, um in Europa unseren Verbrauch zu decken?

Schritt 3: Die Bälle in der Mitte sollen die Erde repräsentieren. Jetzt sollen sich die Wös jeweils so viele Bälle nehmen, wie sie glauben, dass wir an Erden brauchen.

Lösung: Im Schnitt verbrauchen Europäer*innen Ressourcen von 2,5 Erden.

2,5 Erden ist ganz schön viel. Auf Dauer klappt das nicht – wir müssen alle daran arbeiten, unsere Erde weniger zu belasten, also kleinere Spuren zu hinterlassen. Das können wir auch erreichen, indem wir über den eigenen Umgang mit Essen nachdenken. Oft können wir etwas tun, um den eigenen Fußabdruck klein zu halten – zum Beispiel indem wir darauf achten, wie viele und welche Lebensmittel gekauft werden und woher diese kommen.

Konsum visualisieren

Wös lernen, wie viel sie im Vergleich zu anderen Menschen konsumieren bzw. konsumieren können

ca. 35 Min.

ca. 10 Wös

kleine Körbe oder Kisten, Süßigkeiten, Obst und Gemüse, Papier und Stift

Die Wös packen jeweils in ihre Kisten, was sie glauben, in einer Woche von einer Produkt(gruppe) zu konsumieren. Dazu werden verschiedene Lebensmittel von den Leitenden bereitgestellt. Alternativ können die Wös die Menge auf ein Papier malen.

Im Anschluss können die verschiedenen Kisten miteinander verglichen werden.

SPIEL, SPASS, ANIMATION

Privilegien-Spiel

Wös werden sich bewusst, dass ihr Leben ihnen einige Privilegien verschafft, die viele andere nicht haben und welchen Einfluss Privilegien auf den Planeten haben

ca. 20 Min. variabel

Ihr lest den Wös verschiedene Privilegien vor, die man als Mensch hat. Wer dieses Privileg nutzt, geht einen Schritt nach vorne. Am Ende lassen sich die verschiedenen Positionen vergleichen. Je mehr Privilegien genutzt werden, desto größer ist auch der Einfluss auf den Planeten. Ihr könnt als Gruppenleitung in die Rolle eines Kindes schlüpfen, das in eurer Gruppe vielleicht weniger repräsentiert ist (z. B. aus anderen sozialen Schichten, aus anderen Weltregionen, ...) und als „Vergleich" dienen.

Wir wachsen in Deutschland an einem Ort auf, der uns sehr viele Dinge ermöglicht. Wir können hier Dinge tun, die viele Menschen an anderen Orten auf der Welt nicht können.

Mögliche Privilegien:

- Wir haben eine Mikrowelle zuhause.
- Wir haben zuhause Wasser in Flaschen.

- Wir schmeißen manchmal Essensreste weg.
- Wir können beim Einkaufen die Lebensmittel einkaufen, die wir kaufen möchten.
- Wir essen in der Woche öfter Fleisch.
- Wir essen drei Mal am Tag.
- Wir essen manchmal Fertigprodukte.
- Wir haben einen Vorratsraum.
- In meiner Familie wird Kaffee und Kakao getrunken.
- Wenn ich viel Hunger habe, steht mir etwas zu Essen zu Verfügung.
- Ich esse manchmal Süßigkeiten.
- Mein Essen ist meistens frisch.
- Ich muss mir keine Sorgen machen, dass mein Essen gesund ist.
- Ich muss mir keine Sorgen machen, ob ich etwas zu essen bekomme.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:
Die möglichen Privilegien können um beliebig viele andere Aussagen erweitert oder ersetzt werden.

Tastbox

Bewusstsein für verschiedene Lebensmittel und deren Formen schaffen, Austausch in der Gruppe dazu ermöglichen

15-30 Min. | variabel | Schuhkartons, Lebensmittel, evtl. etwas Stoff

Ich habe hier verschiedene Kisten vorbereitet. Darin verstecken sich die unterschiedlichsten Lebensmittel. Helft ihr mir herauszufinden, was in den Kartons versteckt ist?

Die Schuhkartons verseht ihr im Vorhinein mit Löchern an der Seite zum Hineingreifen. Wenn das Loch sehr groß ist, kann zusätzlich ein Stoff davor geklebt werden, um das Loch zu verdecken und zu verhindern, dass die Wös reingucken können. In die Schuhkartons verteilt ihr zudem vorher unterschiedliche Lebensmittel. Die Wös können anschließend nacheinander oder in Kleingruppen die Lebensmittel ertasten und sich über das Erfühlte austauschen.

Je größer die Gruppe ist, desto mehr Kartons gibt es im besten Fall, damit kein Wö lange warten muss.

Riechdosen

Gerüche auf der Welt

10-30 Min. | variabel | verschiedene Gewürze / Kräuter / stark duftende Dinge, Filmdosen / Döschen / o.ä.

Die Riechdosen könnt ihr als Leitende vorbereiten oder gemeinsam mit den Wös erstellen.
Für die Herstellung braucht ihr blickdichte Dosen, im Idealfall mit Plastik- oder Papierdeckel. Dann könnt ihr in den Deckel Löcher stanzen, damit der Geruch herausströmen kann. Ihr könnt aber auch den Deckel heil lassen und den Deckel jeweils zum Riechen öffnen, ohne dabei in die Dosen zu schauen.
Die Dosen füllt ihr mit unterschiedlich duftenden Materialien.

Die Wös riechen an den Dosen. In Kleingruppen oder der Großgruppe wird dann über die Wahrnehmungen der Wös gesprochen, z. B. was konnten die Wös riechen oder an was denken die Wös bei einem bestimmten Geruch.

Lebensmittelabsturz

Thematisches Aktivspiel zum Teambuilding

15-30 Min. variabel Rollenkarten s. Anhang S. 92

Bauer Fritz ist mit seinem Wagen auf dem Weg zum Hofladen. Oh Schreck, es knallt und poltert. Was ist passiert? Die Kiste mit den ganzen Lebensmitteln ist vom Auto gefallen und jetzt liegt alles verteilt auf der Straße. Bauer Fritz hat davon nichts bemerkt und ist schon weitergefahren.
Schaffen es die Lebensmittel sich eigenständig im Hofladen zu sammeln?

Allen Wös werden Rollenkarten ausgeteilt. Ihr als Gruppenleitung seid die Spielleitung. Jedes Kind liest sich seine Karte durch und verrät niemand seine Rolle. Jede Rolle hat bestimmte Eigenschaften und / oder Beeinträchtigungen. Diese müssen in der Spielrunde aktiv ausgeübt und genutzt werden, um ans Ziel zu gelangen.

Zu Spielbeginn verteilen sich die Wös auf der vorher definierten Spielfläche. Diese kann je nach Gruppengröße und Ort frei gewählt werden. Auf ein vor Spielbeginn ausgemachtes Zeichen eröffnet ihr die Spielrunde.
Ziel ist es, dass alle Wös an einem ausgemachten Treffpunkt (dem Hofladen) zusammenkommen. Um dies zu erreichen, setzen die Wös ihre auf den Rollenkärtchen stehenden Fähigkeiten ein und helfen sich, wenn notwendig, gegenseitig.

Lebensmittel raten

Stärkt das Bewusstsein für die Vielfalt von Lebensmitteln

15-45 Min. | variabel | unterschiedliche Lebensmittel, Teelöffen, ggf. Augenbinden, ggf. Zettel und Stifte

Ihr benötigt unterschiedliche Lebensmittel. Ob fest, flüssig, in Pulverform könnt ihr selbst bestimmen. Diese Lebensmittel bereitet ihr in mundgerechten kleinen Portionen vor und gebt sie euren Wös, welche die Augen verbunden haben mit den Teelöffeln. Anschließend können die Wös die Lebensmittel erraten und gemeinsam rätseln.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:
Ihr malt oder schreibt auf Kärtchen die Lebensmittel, die ihr den Wös zum Probieren gebt, sodass die Wös eine Unterstützung haben und leichter raten können.

Wichtig: Bevor ihr das Spiel mit euren Wös spielt, solltet ihr euch möglicher Allergien etc. bewusst sein.

Weltkarte

Auseinandersetzen mit Regionalität von Lebensmitteln und dem ökologischen Fußabdruck von Lebensmitteln in Form von Transportwegen

10-20 Min. | variabel | Weltkarte, Bilder von verschiedenen Lebensmitteln

Woher kommt eigentlich unser Essen? Wie viele Kilometer legt eine Mango oder eine Kartoffel zurück, bis sie auf unserem Teller liegt?

Zuerst malt ihr verschiedene Lebensmittel auf, druckt sie aus o.ä., die dann von den Wös später auf der Weltkarte zusortiert werden sollen.

Als Informationsquellen können dienen: https://de.statista.com/themen/7215/herkunft-unserer-lebensmittel/#topicOverview und https://diercke.de/101515_62-63_Lebensmittel_aus_aller_Welt [jeweils zuletzt aufgerufen: 08.02.2025]

Die Wös werden in beliebig große Gruppen aufgeteilt bzw. können auch als Großgruppe spielen. Sie bekommen Kärtchen auf denen verschiedene Lebensmittel abgedruckt sind und müssen zuordnen, wo die abgebildeten Lebensmittel herkommen. Am Ende sollte aufgelöst werden, wo die Lebensmittel herkommen und gemeinsam besprochen werden, was das bedeutet. Die verschiedenen Gruppen können auch gegeneinander spielen und dabei Punkte sammeln.

Memory

Einführung in das Thema Lebensmittel und Begrifflichkeiten zum Thema Lebensmittel

15-20 Min. | variabel | Memory-Kärtchen (Zettel, Stifte zum Erstellen)

Es gibt ganz viele verschiedene Lebensmittel, von denen ihr manche bestimmt schon gut kennt, aber manche vielleicht auch noch nicht. Wir schauen uns heute mal einige davon an!

In Vorbereitung auf das Spiel könnt ihr ein Memoryspiel zu Lebensmitteln und Dingen, die mit der Thematik verwandt sind, erstellen. Dafür könnt ihr z. B. verschiedene Lebensmittel auf Karten aufmalen oder ausdrucken.
Das vorgefertigte Memoryspiel zu Lebensmitteln können die Wös im Anschluss spielen

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:
Die Wös bekommen die Möglichkeit selber ein Memory zu basteln.

Zeichnungen raten

Einstieg in das Thema Lebensmittel und Lebensmittelkonsum durch das Vertraut machen mit Lebensmitteln.

15-30 Min. | mind. 4 Wös | (Flipchart-)Papier, Stifte, ggf. Klebeband, Stoppuhr, ggf. Zettel und Stifte

Wie malt man denn eine Banane? Oder eine Möhre? Das ist ja vielleicht noch einfach, aber wie schaut es denn aus mit Schokopudding? Wir wollen heute mal versuchen verschiedene Lebensmittel und andere Dinge aufzuzeichnen und zu erraten, was es ist!

Die Wös werden in zwei Gruppen eingeteilt. Abwechselnd malt aus jeder Gruppe ein Kind Begriffe auf ein (Flipchart-)Papier. Dafür hat es eine Minute Zeit. Für jeden erratenen Begriff der eigenen Gruppe bekommt die jeweilige Gruppe einen Punkt. In der nächsten Runde darf dann ein anderes Kind der anderen Gruppe etwas malen.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:
Ihr könnt den Wös auch Lebensmittel, die sie malen sollen, vorgeben. Schreibt dafür Begriffe auf Zettel und zeigt sie jeweils dem Kind, das ein Lebensmittel malen soll.

Müll(trennungs)spiel

Einstieg in das Thema Müll und Lebensmittelverschwendung

15-20 Min. | variabel | unterschiedlicher “Müll”, Mülleimer, ggf. Zettel erstellen, was in welchen Müll gehört

Jeden Tag fällt bei uns zuhause Müll an, aber in welchen Mülleimer muss man welchen Müll eigentlich werfen? Kennt ihr euch schon aus? Gemeinsam testen wir unser Wissen!

Zunächst wird verschiedener „Müll“ im Gruppenraum oder auf der Wiese verteilt. Es gibt mehrere Mülleimer am Rande des Spielfelds. Diese sind markiert bzw. es ist definiert für was der jeweilige Mülleimer stehen soll. Obenauf könnt ihr optional auch eine Karte legen, welche Gegenstände in diesem Mülleimer entsorgt werden können.
Die Aufgabe ist es den Müll einzusammeln und im geeigneten Mülleimer zu entsorgen. Es kann auch zusätzlich ein Stapel gemacht werden mit Gegenständen, die eigentlich gar nicht entsorgt werden müssen (aus verschiedenen Gründen).

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:
Hier kann mit einer erhöhten Anzahl an Mülleimern gegeneinander gespielt werden.

Salzstangen-Schaschlik

Einstieg in das Thema Lebensmittel und Lebensmittelverschwendung, Förderung von Geduld und Verantwortungsbewusstsein

15-30 Min. | variabel | Salzstangen, Trauben, Käse, etc.

Man kann auch mit Lebensmitteln kreativ werden und sie zum Basteln verwenden! *Dabei wollen wir trotzdem darauf achten, sie nicht zu verschwenden und alles, was wir zum Basteln benutzen am Ende auch essen*! *Seid geduldig, Salzstangen brechen sehr leicht.*

Verschiedene Aufgaben sind möglich bei dieser Spielidee:
1. Die Wös können versuchen so viele kleine Lebensmittel wie möglich auf eine Salzstange zu stecken, ohne dass die Salzstange bricht, z. B. Trauben oder Käse.
2. Es können Figuren gebaut werden, indem Salzstangen und z. B. Käse zusammengesteckt und dadurch verschiedene Formen dargestellt werden.

Quelle zu den Spielideen:
https://magazin.care.com/de-ch/kinder/8-lustige-essensspiele-fuer-kinder/ [zuletzt aufgerufen: 21.10.2024]

Pantomime-Memory

Spielerischer Einstieg in das Thema Lebensmittel,
vertraut machen mit verschiedenen Lebensmitteln und Begrifflichkeiten

5-20 Min.

mind. 7 Wös

Begriffs-Kärtchen (durch Leitende zu erstellen)

Wir spielen heute zusammen Memory, aber nicht einfach nur so, denn ihr seid die Memorykarten! *Wir teilen euch ein paar Karten aus und ihr verwandelt euch in dieses Lebensmittel / diesen Begriff, der auf eurer Karte steht*! *Mal schauen ob wir alles erraten können?*

Im Vorhinein erstellt ihr jeweils 2 Kärtchen mit dem gleichen Begriff. Es werden so viele Kärtchen gebraucht, wie Wös mitspielen.

Es gibt zwei Spielvarianten:
1. Alle Wös bekommen ein Kärtchen zugeteilt. Sie dürfen diese Kärtchen niemandem zeigen. Anschließend müssen sich die Wös alleine überlegen, wie sie den Begriff / das Lebensmittel pantomimisch darstellen können. Die Aufgabe ist es immer zu zweit aufeinander zuzugehen und die Bewegungen zu machen und dadurch das Kind mit dem gleichen Begriff / Lebensmittel zu finden

2. In dieser Version bekommen 1-2 Wös keine Begriffskarte. An alle anderen Wös werden erneut die Begriffskärtchen verteilt. Die Wös ohne Karte gehen vor die Tür. Alle anderen Wös suchen jetzt ihre jeweiligen Partner*innen und denken sich gemeinsam eine Bewegung / Geste dazu aus. Sind alle fertig werden die Wös vor der Tür wieder reingerufen und spielen nun Memory. Sie versuchen die Kinder zu finden, die zusammengehören.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Anstelle von den Leitenden können sich die Wös in Spielversion 2 auch in Zweier-Pärchen jeweils einen Begriff zum Thema überlegen, den sie auf die gleiche Art und Weise pantomimisch darstellen.
- Zudem können die Wös, die die Pärchen suchen, in Version 2 entweder miteinander Memory spielen oder gegeneinander.

Pantomime

sich mit verschiedenen Begrifflichkeiten im Bereich Lebensmitteln auseinandersetzen, kann zum Einstieg genutzt werden

beliebig

je Gruppe 5-8 Wös

Kärtchen mit Begriffen zum Thema Lebensmittel / nachhaltiger Konsum

Wir schlüpfen jetzt ein bisschen in die Rolle von verschiedenen Lebensmitteln. Überlegt mal, wie könnte man eine Spaghetti nachmachen? Und eine Melone? [...]

Vorbereitend schreibt ihr Begriffe auf Kärtchen, die von den Wös später pantomimisch dargestellt werden sollen.
Die Wös werden in eine gerade Anzahl von Gruppen geteilt (2, 4, 6). Jeweils zwei Gruppen spielen gegeneinander.

Es werden so viele Runden gespielt, wie Wös in einer Gruppe sind, damit jede*r einmal an der Reihe ist. Jede*r Wö zieht einen Zettel und versucht das aufgeschriebene Lebensmittel pantomimisch darzustellen. Alle Teammitglieder raten. Sobald das Wort erraten wurde, darf ein neuer Begriffszettel gezogen werden, bis 60 Sekunden vorbei sind. Das Team mit den meisten erratenen Begriffen gewinnt.

INFORMATION

Wös entdecken die Welt – und die ist voll interessanter Dinge. In diesem Abschnitt sind Informationen rund um das Thema gesammelt, die im Rahmen von Projekten mit den Wös untergebracht werden können. Außerdem sind Methoden der Wissensvermittlung gelistet.

Inhaltsverzeichnis

Auswahl von Ernährungsformen ..... S. 44
Die Biotonne ..... S. 45
Lebensmittelhaltbarkeit ..... S. 47
Lebensmittel verbrauchen Wasser ..... S. 49
Welt der Lebensmittel ..... S. 51
Methoden zur Wissensvermittlung ..... S. 53
Weitere informative Quellen ..... S. 54

Auswahl von Ernährungsformen

Input

Was bedeutet Vollkost:
Ich esse alles ohne Einschränkungen.

Was bedeutet Vegetarisch:
*Ich esse oder kaufe nichts von getöteten Tieren, etwa kein Fleisch, Wurst oder Fisch. Wenn ihr auf der Verpackung von Gummibärchen Gelatine lest, sind diese auch nicht Vegetarisch, weil Gelatine vom Schwein gewonnen wird. Manchmal entscheiden sich Vegetarier*innen auch dafür, kein Leder zu kaufen.*

Was bedeutet Vegan:
Ich verzichte auf alles Essen, was von Tieren kommt. Nicht nur Fleisch, sondern zum Beispiel auch Eier, Milch, Honig.

Jede*r einzelne kann für sich frei bestimmen, wie sie*er sich ernähren möchte. Nicht jede*r der*die kein Fleisch isst, verzichtet z. B. auch auf Gummibärchen aus Gelantine.

Die Biotonne

Input

Bioabfälle, die in die Biotonne dürfen:

- Obst- und Gemüseabfälle
- Feste Speiseabfälle
- Fleisch- und Fischreste sowie Knochen
- Eierschalen
- Brotreste und Teigwaren
- Käsereste
- Kaffee- und Teesatz
- Blumen und Topfpflanzen

Zum Einpacken der Bioabfälle sind folgende Materialien geeignet:

- Zeitungen
- Tüten aus Papier

Von Wohnort zu Wohnort darf manchmal mehr oder weniger in die Biotonne geworfen werden. Manchmal darf z. B. auch Heu, Stroh, Holzspäne, Laub, Strauch- und Rasenschnitt oder Unkraut in die Tonne.

Was passiert mit den Bioabfällen, die in der Biotonne landen? (Ein Bericht aus der Stadt Münster)
“Die Bioabfälle werden in unserer Biologischen Verwertungsanlage (BVA) weiter verarbeitet. Ein Großteil wird am Ende des Verwertungsprozesses zu hochwertigem organischem Kompost. Das zuvor in einer Vergärung bei diesem Prozess entstehende Biogas wird in unserem Blockheizkraftwerk zu Strom und Wärme umgewandelt.” (Zitat aus Quelle 2)

INFORMATION

Quelle 1:
https://um.baden-wuerttemberg.de/de/umwelt-natur/abfall-und-kreislaufwirtschaft/abfallstroeme/abfallarten-und-ihre-entsorgung/bio-und-gruenabfaelle/modellprojekt-biotonne-richtig-nutzen/partner/was-darf-in-die-biotonne
[zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]

Quelle 2:
https://awm.stadt-muenster.de/verwertung-entsorgung/unsere-anlagenh#c261167
[zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]

Lebensmittelhaltbarkeit

Input

Hier ein Input der Verbraucherzentrale (Quelle des kompletten Direktzitats siehe Seite 48)
“Sind Sie unsicher, ob Sie etwas noch essen können, wenn das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) überschritten oder ein Produkt schon länger geöffnet ist? [...]

Bei den meisten Lebensmitteln können Sie mit Ihren Sinnen nach dem Prinzip ‘Gucken, Riechen, Fühlen und Schmecken’ zuverlässig erkennen, ob sie noch essbar sind. Wenn das Lebensmittel unverändert aussieht und gut riecht, probieren Sie vorsichtig eine kleine Menge. Sollte Ihnen kein ungewöhnlicher Fehlgeschmack auffallen, können Sie das Lebensmittel in der Regel noch essen.

Achtung: Dies gilt nicht für leicht verderbliche Produkte oder Lebensmittel mit einem Verbrauchsdatum (‘zu verbrauchen bis...’). Hier kommt der Sinnes-Check nicht infrage! Sowohl Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) auf den meisten Produkten als auch Verbrauchsdatum auf besonders kritischen Lebensmitteln wie Hackfleisch oder frischem Fisch sind wörtlich zu verstehen.

Das Verbrauchsdatum gibt an, dass ein Lebensmittel bis zu diesem Tag verbraucht werden muss, da die mikrobielle Sicherheit nicht mehr gegeben ist. Das MHD gibt den Tag an, bis zu dem der Hersteller die gleichbleibende Qualität des verschlossenen und korrekt gelagerten Lebensmittels garantiert. Die tatsächliche Haltbarkeit ist oft deutlich länger als das MHD.”

INFORMATION

Quelle des Direktzitats:
https://www.verbraucherzentrale.de/tipps-zur-haltbarkeit-und-lagerung-von-lebensmitteln-59515 [zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]

Lebensmittel verbrauchen Wasser

Die Infoeinheit veranschaulicht den Wös den Wasserverbrauch für die Herstellung verschiedener Lebensmittel und lädt zum Austausch über versteckte Kosten von Lebensmitteln ein.

15 Min.

variabel

ausgedruckte Lebensmittelbilder (s. Anhang S. 93), ggf. Kanister oder Wasserflasche, ggf. 1 Kilo Äpfel oder Kakaopulver

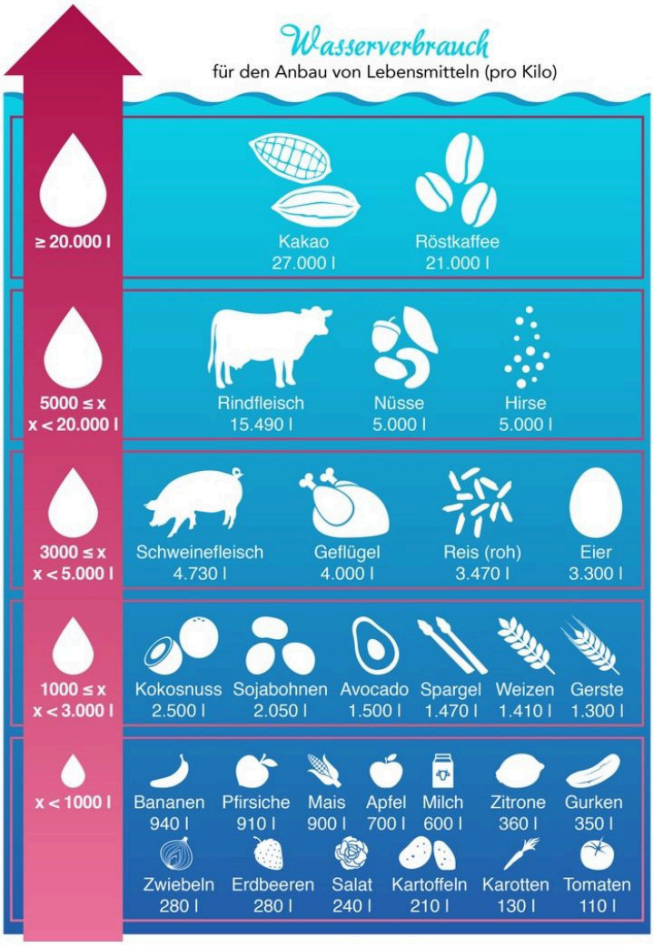
In einem ersten Schritt könnt ihr die Lebensmittel gruppierenn, um das Ranking zu vereinfachen. Die Wös können dann ein Ranking des Verbrauchs erstellen. Der Wasserverbrauch kann durch Literflaschen oder 10l Kanister gut anschaulich und greifbar gemacht werden, auch kann als Gegenstück etwa ein Kilo Kakaopulver oder Äpfel mitgebracht werden. Ihr könnt die Wös auch auffordern, dass sie in einer Auswertung erste Vermutungen über äußern sollen, warum sie die Lebensmittel so angeordnet haben.
In einem zweiten Schritt kann in der Großgruppe über die Bedeutung des Wasserverbrauchs gesprochen werden. Impulse:

- Warum verbrauchen bestimmte Lebensmittel so viel Wasser?
- Was denkst du darüber, dass einige Lebensmittel mehr Wasser verbrauchen?

In der nebenstehenden Grafik sind die Lösungen zur Methodik im Rahmen des Inputs "Lebensmittel verbrauchen Wasser" zu finden.

Quelle: https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/zgfdT_Arbeitsblattheft_3-6.pdf?__blob=publicationFile&v=6 [zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]

Quelle der Grafik: https://www.presseportal.de/pm/130544/3934035 [zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]



Welt der Lebensmittel

Input, Herkunft von Lebensmitteln kennen lernen

20 Min.

kleinere Gruppen

blanko Weltkarte, ausgeschnittene Lebensmittel-Symbole (z. B. Weizen, Tomaten, Kakao etc.), Klebepunkte, Moderationskarten / Papier, Klebeband, Stifte

Vorbereitend erstellt ihr Karten auf denen verschiedene Lebensmittel zu sehen sind. Eine Auswahl an Lebensmitteln, zu denen ihr Karten erstellen könnt, findet ihr auf Seite 52. Zudem müsst ihr vorbereitend eine Weltkarte organisieren und hängt sie auf. Vor Ort gebt ihr die Lebensmittelsymbole an die Wös mit der Aufgabe, diese in das Land ihrer Herkunft zu kleben. Die Wös können nun allein oder in Kleingruppen mit den Symbolen und Klebepunkten die ursprüngliche Herkunft und die Anbauländer auf der Weltkarte markieren. Überlegt, welche Menge der Lebensmittel aus den Ländern kommt und hängt die Zahl dazu. Die Spieleleitung löst auf und markiert mit einem Klebepunkt das Ursprungsgebiet auf der Karte. Als zusätzlicher Aspekt könnt ihr im Anschluss FunFacts zu den Lebensmitteln vorlesen (auf den Grafiken in der anhängenden Quelle als Unter-Überschrift aufgeführt), allgemein über die Lebensmittel sprechen oder gemeinsam das Lebensmittel probieren.

	Ursprung	Hauptproduktion
Weizen	Irak	China, Indien, Russland
Kiwi	China	China, Italien, Neuseeland
Zitrone	Indien	China, Indien, Mexiko
Mais	Mexiko	USA, China, Brasilien
Kaffee	Äthiopien	Brasilien, Vietnam, Kolumbien

Quelle zu Information und Material:
https://www.alimentarium.org/de/shtory/woher-kommen-unsere-nahrungsmittel
[zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]

Methoden zur Wissensvermittlung

Anregung für weitere Methoden, mit denen Wissen an die Wös weitergegeben werden kann

- Einen kurzen Sketch zum Thema vorführen
- Ein Bild zeigen und darüber sprechen
- Einen Stationslauf machen
- Visualisierung
- Mit der Gruppe ein (Kinder-)Quizshowformat aus dem Fernsehen nachspielen

Weitere informative Quellen

Lebensmittelmuseen:

Eine Liste von Museen zum Thema Lebensmittel findet sich unter anderem unter https://gesund-speisen.de/museen.htm [zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]

Sachfilme:

Eine Sammlung an Sachfilmen findet sich hier: https://www.wdrmaus.de/extras/mausthemen/lebensmittel/index-php5.php5 [zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]

Beitrag:

Hier geht es zu einem Beitrag mit Tipps gegen Lebensmittelverschwendung: https://www.zdf.de/kinder/logo/10-tipps-gegen-lebensmittelverschwendung-100.html [zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]



EINFACH MACHEN!

Nachfolgend sind in diesem Kapitel konkrete Ideen für Aktionen aufgelistet, die mit Wös im Rahmen des Themas durchgeführt werden können. Die Vorschläge reichen von einstündigen Spielen bis hin zu Tagesprojekten und eignen sich in Kombination mit Spielen, Wissen aus dem Informationsteil und Reflexionsmethoden als Kern eines Stufenprojektes.

Inhaltsverzeichnis

Ich bin schon satt! ..... S. 57
Lebensmittelrettung ..... S. 59
Marktrundgang ..... S. 60
Memory zu Lebensmittelkategorien ..... S. 61
Lebensmittelflohmarkt ..... S. 62
Fairteilen ..... S. 63
Ist das noch gut? ..... S. 64
Nachhaltiges Teebeutelspiel ..... S. 65
Open Pots ..... S. 66
Expert*inneninterview ..... S. 67
Das Jahr im Überblick ..... S. 68
Sammeln, Verwerten, Verteilen ..... S. 69
Was passiert mit der Bananenschale? ..... S. 73

Ich bin schon satt!

Portionsgrößen anschaulich verdeutlichen ohne Maßeinheiten zu nutzen, um Lebensmittelverschwendung zu reduzieren

ca. 1 Std.

variabel

Lebensmittel, Behälter zum Lebensmittel aufbewahren, optional: Bildkarten

Verschiedene Lebensmittel (bspw. Reis, kleingeschnittenes Gemüse, kleingeschnittenes Obst etc) anhand von Handgrößen (eine Hand als Schüssel geformt = eine Portion) mit den Wös durchgehen. Im Anschluss könnt ihr die empfohlenen Portionsgrößen mit den Wös besprechen.

Empfohlene Portionsgrößen durchsprechen:

- Obst / Gemüse: 4-5 Portionen pro Tag, aufgeteilt in 2 Obst und 3 Gemüse
- Reis / Getreide / Brot: 2-3 Portionen pro Tag
- Fisch / Fleisch: 1-2 Portionen pro Woche
- Milchprodukte: 1-2 Portionen pro Tag
- Nüsse / Samen: 1-3 Portionen pro Woche
- Öl / Fette: 1-2 Portionen pro Tag
- Süßigkeiten: 0-1 Portionen pro Tag
- Getränke: 6-10 Portionen pro Tag (ohne Zucker)

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Wös nehmen sich so viele Bonbons wie sie möchten, dann können die maximalen Mengen anhand der “Handportionen” besprochen werden
- Ernährungspyramide anschauen und dann Menü zusammenstellen
- Kochen anhand der empfohlenen Portionsmengen

Lebensmittelrettung

Reduktion von Lebensmittelverschwendung und Sensibilisierung für Lebensmittelverschwendung

mind. 2 Std. | max. 10 Wös | Optional: Einkaufskorb und Kisten

Vorbereitend fragt ihr bei lokalen Supermärkten, Bäckern, Bauerhöfen etc. an, ob Lebensmittel zum Abholen verfügbar sind und vereinbart eine Abholung. Im Rahmen eines kleinen Wandertages könnt ihr dann die übrig gebliebenen Lebensmittel zusammen mit den Wös abholen.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Vorab keine Lebensmittel reservieren und zusammen mit den Wös auf die Suche machen
- Abholort begutachten und entdecken
- Kontakte für zukünftige Stammesaktionen knüpfen
- Rundgang durch den Ort und bei den Wös zu Hause fragen, ob bei den Eltern / Verwandten / Bekannten Lebensmittel verfügbar sind

Foto von der Lebensmittelabholung, Zeitungsartikel

Marktrundgang

Vielfalt von Lebensmitteln und Mengen von Lebensmittelüberschuss kennenlernen

ca. 2 Std. | KG max. 5 Wös | Fragebogen zum Thema, Stifte, Optional: Sammelbehälter für Lebensmittel

Vorbereitend schreibt ihr Fragen und Aufgaben auf (z. B. mit dem Schwerpunkt der Haltbarkeit verschiedener Lebensmittel), die die Wös später auf dem Wochenmarkt beantworten / absolvieren sollen. Mit diesen Aufgaben / Fragen laufen die Wölflinge über den Wochenmarkt und erfahren / entdecken dabei verschiedene Dinge. Anschließend daran präsentieren die einzelnen Kleingruppen ihre Ergebnisse und gemeinsam werden die erlebten Erfahrungen reflektiert. Optional kann auch die beste Gruppe mit einem kleinen Preis belohnt werden.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Statt dem Wochenmarkt könnt ihr auch einen Supermarkt besuchen.
- Während die Wös über den Markt gehen können sie zusätzlich den Auftrag bekommen, verschiedene Lebensmittel zu organisieren.
- Spiele und Bildkarten zum Thema Lebensmittelkategorien und Haltbarkeit der unterschiedlichen Kategorien, um den Ausflug thematisch zu begleiten

Foto auf dem Wochenmarkt

Memory zu Lebensmittelkategorien

Lebensmittelkategorien kennenlernen und unterschiedliche Haltbarkeiten erfahren

ca. 1 Std. | KG max. 5 Wös | Memorykarten, Wand zum Aufhängen, Optional: Plakate, Bildkarten

Zuallererst erstellt ihr eine Art Memory. Dafür müsst ihr die Lebensmittel, die ihr nutzen möchtet, jeweils auf zwei Kärtchen abbilden. Je nachdem, ob die Lebensmittel lange oder kurz haltbar sind bildet ihr die Lebensmittel in zwei gleichen oder unterschiedlichen Reifegraden ab (siehe Beispiele).
Die Wös spielen im Anschluss das Memory und müssen entsprechend der Bildpaare die Lebensmittel zu "lange haltbar" und "kurz haltbar" zuordnen. Anschließend kann mit den Wös zu den Haltbarkeiten und verschiedenen Lebensmitteln reflektiert werden.
Beispiele:

- Lange Haltbarkeit: Bildkarte 1 "Haferflocken" - Bildkarte 2 "Haferflocken"
- Kurze Haltbarkeit: Bildkarte 1 "Banane" - Bildkarte 2 "Schwarze Banane"

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Im Anschluss an Memory Plakate gestalten
- Anstatt Memory Bilder zuordnen auf Plakate und anschließend in Großgruppe präsentieren und besprechen

Lebensmittelflohmarkt

Ressourcenverschwendung erkennen (47% aller Lebensmittel werden entsorgt), persönlichen Bezug zum Thema herstellen, Ressourcenverschwendung im Nahbereich der Wölflinge reduzieren

ca. 3 Std. | max. 10 Wös | Lebensmittel der Wöflinge, Küche, viele Rezepte

Die Wös bringen von zuhause überschüssige Lebensmittel mit zur Gruppenstunde. Im Rahmen eines Museumsrundgangs werden die mitgebrachten Lebensmittel präsentiert. Anschließend daran könnt ihr (z.B. mithilfe einer App) gemeinsam überlegen, welche möglichen Gerichte aus diesen zusammengesammelten Lebensmitteln gekocht werden können. Das setzt ihr dann in die Tat um und könnt das Essen im Anschluss gemeinsam essen oder den Wös mit nach Hause geben.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Wös machen Fotos von Lebensmitteln, die zu Hause in einer Woche weggeschmissen werden und schicken diese an die Leitenden. Zur Gruppenstunde werden diese ausgedruckt und besprochen. Anschließend sollen die Wölflinge Lösungsvorschläge in Form von Bildern entwickeln und präsentieren.

Foto von den gesammelten Lebensmitteln

Fairteilen

Teilen als pfadfinderischen Wert erfahren, Wertigkeit von Lebensmittel durch Ortswechsel erfahren, Öffentlichkeit für das Thema sensibilisieren

ca. 2 Std.

max. 10 Wös

gesammelte Lebensmittel, “Marktstand”, Infoplakat

Überschüssige Lebensmittel, die die Wös nicht verarbeiten können, werden an einer öffentlichen Stelle verschenkt. Das können Lebensmittel sein, die ihr im Rahmen einer Gruppenstunde nicht verwerten konntet oder die die Wös von zuhause eingesammelt haben.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Im nächsten Schritt Kooperation mit sozialer Einrichtung, um Nutzen zu erkennen
- Bestandteil eines Gemeindefestes beisteuern
- Spenden für eine Gruppenkasse sammeln

Foto von der Verteilung, Zeitungsartikel

Ist das noch gut?

Wölflinge bekommen Kriterien an die Hand, um abgelaufene Lebensmittel in genießbar und nicht mehr genießbar unterscheiden zu können

ca. 1 Std.

KG max. 5 Wös

Lebensmittel, Smileys, Optional: Schälchen, Besteck

Ihr bringt verschiedene Arten von Lebensmitteln mit, die entweder frisch oder schon abgelaufen bzw. älter sind, aber noch genießbar. Die Wös riechen an den Lebensmitteln (erhöhte Schwierigkeit: blindes Rieche) bzw. schauen sie an und entscheiden mithilfe eines Smileys, ob die Lebensmittel abgelaufen, frisch oder noch genießbar sind. Im Anschluss löst ihr das Rätsel gemeinsam auf.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Es werden nur Lebensmittel mit abgelaufenem MHD mitgebracht

Wichtig: In diesem Fall sollten maximal im Anschluss die frischen Lebensmittel durch die Wös verkostet werden. Aus Versicherungsgründen solltet ihr mit den Wös keine abgelaufenen Lebensmittel verkosten.

Nachhaltiges Teebeutelspiel

Sensibilisierung für Lebensmittelverschwendung
Reduktion von Lebensmittelverschwendung

ca. 3 Std. | KG mit 2-6 Wös | Tauschgegenstände (bspw. Teebeutel)

Jede Kleingruppe startet mit einer begrenzten Anzahl an Teebeuteln (austauschbar durch andere Gegenstände). Die Wös sollen in den Kleingruppen nun durch ihren Ort gehen oder zu ihren eigenen Häusern und die Teebeutel gegen überschüssige Lebensmittel aus dem Haushalt tauschen. Es ist gut, wenn die Kleingruppen dabei von euch Leitenden begleitet werden. Zurück in der Großgruppe wird die gemachte Beute mit den anderen Kleingruppen verglichen und eine Gruppe, die gewonnen hat, geehrt. Anschließend werden die ertauschten Lebensmittel entweder gemeinsam gegessen oder auf die Wös verteilt.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Nicht wahllos durch den Ort laufen, sondern eine Rallye mit Wölflingshäusern als Anlaufstelle
- Lebensmittelrettungsstellen (Fairteiler) sind erlaubt
- Im Rahmen von einem Kochwettbewerb oder Open Pots möglich zur vorigen Lebensmittelbeschaffung (siehe S. 66)

Foto von der Sammlung

Open Pots

Wölflinge erfahren wie vielfältig und lecker überschüssige Lebensmittel verwendet werden können, Gemeinschaft durch das gemeinsame Essen

ganzer Tag | KG max. 8 Wös | gerettete Lebensmittel, Kochutensilien, Rezepte

Jede Stufe entscheidet sich am Stammestag für ein Rezept, um überschüssige Lebensmittel zu verwerten. Das Rezept wird von jeder Stufe / Gruppe gekocht Anschließend treffen sich alle Stufen / Gruppen zum gemeinsamen Essen.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Kochen für Gemeindefest o. Ä.
- Durchführung im Lager mit anderen Stämmen
- In der Wö-Stufe mehrere Rudel im Rahmen einer Gruppenstunde
- Gruppen mit gemischten Stufen
- Jede Gruppe bekommt die gleichen Lebensmittel und entwickelt ein eigenes Gericht
- Teilnahme am Open Pots in der eigenen Gemeinde / Stadtteil
- Gänge-Menü (jede Gruppe bekommt einen Teil, z. B. Vorspeise, Hauptgericht, Dessert, zugewiesen)

Foto von den Gerichten, Zeitungsartikel

Expert*inneninterview

Wölflinge erhalten Informationen zum Thema durch Expert*innen

ca. 3 Std. | variabel | vorbereitete Fragen, Expert*innen (bspw. Mitarbeiter*innen der "Tafel", Bäckerei, Landwirt*in)

Die Wös erarbeiten in einer Gruppenstunde verschiedene Fragen, welche sie von einer Fachperson beantwortet haben möchten. Dafür müsst ihr vorher ein*e Expert*in organisieren oder mit den Wös gemeinsam überlegen, wen sie befragen wollen. Das Interview wird von den Wös durchgeführt und gemeinsam dokumentiert (z. B. mittels eines Plakats, Fotostory, Video, o. Ä.).

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Interviews werden in Kleingruppen mit verschiedenen Personen durchgeführt und im Anschluss zusammengetragen
- Plakate zum Thema erstellen
- Expert*inneninterview im Rahmen einer Exkursion (Bauernhofbesuch etc.)

Fotos von den Expert*innen mit den Wös

Das Jahr im Überblick

Jahreszeitliche / regionale Orientierung ressourcenschonender für die Umwelt, Bewusstsein für die jahreszeitabhängige Verfügbarkeit von Lebensmitteln

ca. 1 Std. | KG max. 10 Wös | Bildkarten, Weltkarte

Ihr recherchiert Fotos von Erdbeerfeldern in unterschiedlichen Jahreszeiten und bringt sie zur Gruppenstunde mit. Mit den Wölflingen schaut ihr euch gemeinsam die verschiedenen Stadien eines Erdbeerfeldes an. Ihr besprecht, wann die Wölflinge die Erdbeeren essen können und wann nicht.
Anschließend daran könnt ihr besprechen, warum in Supermärkten das ganze Jahr über Erdbeeren zu kaufen sind und wo diese herkommen. Dafür kann es helfen, wenn ihr eine Weltkarte dabei habt, um zu verdeutlichen welche Entfernung die Erdbeeren zurücklegen.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Bild über Vermutung der Herkunft malen
- Erntezeiten anhand Wachstumskalender verdeutlichen
- Lieferweg in den Supermarkt anhand von Weltkarte verdeutlichen
- Spielzeug-LKW, Spielzeugflugzeug, Spielzeugschiff stellen Transportwege dar
- In der entsprechenden Erntezeit auf ein Erdbeerfeld in der Region gehen und Erdbeeren pflücken

Sammeln, Verwerten, Verteilen

Wös haben Teil an einem Prozess, in dem Lebensmittel nachhaltig verwertet und verteilt werden

ganztägig

variabel

Schritt 1: Sammeln

In Schritt 1 werden Lebensmittel nachhaltig gesammelt. Das können schnellverderbliche Waren, Lebensmittel zweiter Wahl oder weiterverwendbares Essen über dem Haltbarkeitsdatum sein.
Mögliche Herangehensweise: Gemeinsam mit den Wös mögliche Abholorte ausdenken. Im Leitungsteam sucht ihr dazu konkrete Adressen und Kontaktinfos heraus. Gemeinsam mit den Wölflingen geht ihr anschließend zu den Abholstationen.

Supermärkte sortieren Lebensmittel oft morgens aus, haben allerdings auch schon bestehende Kooperationen. Daher sollten sie frühzeitig kontaktiert werden. Darauf achten, dass keine Konkurrenz zu anderen sozialen Organisationen entsteht. Bäcker sortieren in der Regel abends. Besonders gut funktionieren Bauernhöfe, die in der Erntesaison oft auch spontan unverkäufliches Obst und Gemüse abzugeben haben.
Es empfiehlt sich, direkt persönlichen Kontakt aufzunehmen.

Schritt 2: Verarbeiten

Mögliche Herangehensweise: Ihr sucht gemeinsam mit den Wös eine geeignete Küche zum Arbeiten und richtet anschließend die Küchenutensilien. Viel Zeit für die Verarbeitung einplanen. Aus den gesammelten Lebensmitteln ein gutes Rezept entwickeln. Reste zu lang haltbaren Produkten verarbeiten (einfrierbar, hocherhitzt).

Praxistipp: Es hilft, wenn ihr auch viele ältere Personen als Unterstützung zu suchen – am besten aus der Leitendenrunde oder aus den höheren Stufen.

EINFACH MACHEN!

Gruppe beim Kochen

Schritt 3: Verteilen

Mögliche Herangehensweise: Mit den Wölflingen geeignete Personenkreise zum Verteilen überlegen, für einen Personenkreis entscheiden. Reste könnten eventuell in der Nachbarschaft verteilt werden. Beim Verteilen können andere Menschen die DPSG kennenlernen.

Es können Hospize, Tafeln, Obdachlosenunterkünfte und Wohngruppen angefragt werden. Oft haben die Kirchengemeinden und Ortsverwaltungen Ideen, mit wem gut kooperiert werden kann. Bei öffentlichem Verteilen (z. B. auf der Straße) sollte der rechtliche Rahmen im Vorhinein gut abgeklärt werden. Außerdem könnte ein Tausch gegen Geld schwierig werden.

Gruppe beim Essen verteilen

Dem Prozess vertrauen und ergebnisoffen herangehen. Aktiv an das Projekt herangehen und wenig Zeit an Zweifel verschwenden. Während der Arbeit flexibel bleiben – nicht zu früh auf ein Rezept versteifen.

Partner*innen suchen (Tafeln, Wohngruppen, Suppenküchen, …). Dafür früh anfragen, gerade da einige Tafeln nicht mehr selbst kochen. Partner*innen können häufig auch eine Küche stellen, sodass zwischen Verarbeiten und Verteilen der Transportschritt entfällt.

In jedem Schritt ins Gespräch gehen und konkret das Anliegen formulieren. Häufig können Menschen – selbst wenn sie absagen – noch mit Kontakten, an die man sich mit dem Anliegen wenden kann, dienen.

Danke sagen, z. B. mit Dankeskarten.

Zielsetzung flexibler gestalten: zur Not Zutaten zulassen, die nicht „gerettet werden“.

Nicht jedes scheinbare Scheitern ist ein tatsächliches Scheitern! Können keine Lebensmittel gefunden werden, bedeutet das vielleicht, dass bereits ressourcensparend gearbeitet wird.

Früh vernetzen und Ressourcen von Partner*innen nutzen. Diese auf das Alter der Wölflinge hinweisen!

Auch unverarbeitete Lebensmittel können verteilt werden.

Was passiert mit der Bananenschale?

Bewusstsein schaffen für Lebensmittelreste und Sensibilisierung für Müllmengen und weitere Nutzungsmöglichkeiten aufzeigen

1 Std. | variabel | digitales Endgerät zum Film abspielen z. B. Laptop, Beamer etc. + Film "Sendung mit der Maus - Biotonne"

Ihr bringt gemeinsam mit den Wölflingen den Biomüll in die Tonne. Das kann z. B. im Kontext einer Kochaktion mit den Wös passieren. Anschließend daran könnt ihr gemeinsam den Film "Sendung mit der Maus - Biotonne" abschnittsweise mit den Wös schauen und besprechen.

Varianten / Erweiterungen / Verknüpfungen:

- Kompost befüllen und beobachten (über längeren Zeitraum)
- Ausflug zur Deponie → Expert*inneninterview (Folgegruppenstunde)
- Dominosteine mit den Bildern basteln und im Anschluss zusammenfügen, damit Zusammenhang deutlich wird

Sendung mit der Maus - Die Biotonne
https://www.wdrmaus.de/filme/sachgeschichten/biotonne.php5 [zuletzt aufgerufen: 01.03.2025]

REFLEXION

In der Reflexion können einerseits die Erfahrungen der Wös nachgearbeitet (Reflexion auf der Ich-Ebene) und andererseits der Rahmen des Projektes bewertet (Reflexion auf der Sachebene) werden.
Eine Reflexion sollte mit einer geeigneten Form der Dokumentation einhergehen. Im Veranstaltungsteam schließt sich die Frage an: „Was nehmen wir daraus mit?"

Inhaltsverzeichnis

Ich fühle mich wie... S. 76
Das Reflexionsgetränk S. 77
Meinungsbarometer S. 78
Bonbonglas S. 79
Einkaufskorbmethode S. 80
In meinem Einkaufskorb S. 81

Ich fühle mich wie...

Reflexion auf der Ich-Ebene

2 Min. p. P.

kleinere Gruppen

Die Reflexion ähnelt einem Blitzlicht. Die Wös sagen „Ich fühle mich wie...“ und nennen anschließend daran ein Lebensmittel oder Gericht, dass für sie zu ihren Gedanken und Gefühlen passt.

Beispiele:

- Ich fühle mich wie ein Teller Spaghetti, weil ich Spaghetti super gerne esse und den Tag auch super fand.
- Ich fühle mich wie Spinat. Den mag ich nicht so gerne und ich habe mich heute nicht so gut gefühlt.

Das Reflexionsgetränk

Reflexion auf der Ich-Ebene

3 Min. p. P. | kleinere Gruppen | Zitronensaft, süßer Saft, Karaffe, Löffel zum Rühren, Gläser o. Ä. für alle

Die Wölflinge machen sich Gedanken, wann sie sich im Laufe des Projektes gut oder nicht so gut gefühlt haben. In die große Karaffe werden entsprechende Mengen der Säfte gegeben. Die Wös erklären, warum sie so viel von den Säften hinzugegeben haben.
Zuletzt wird das „Aktionsgetränk" gemeinsam getrunken.

Beispiel:

- Ich fand den Tag super, deswegen mache ich ganz viel süßen Saft rein. Heute Mittag war es aber auch ein bisschen anstrengend, deswegen mache ich ein bisschen Zitronensaft rein.

Zitronensaft stark verdünnen oder andere Getränke verwenden (z. B. Orange und Kirsche). Funktioniert vor allem mit Gruppen gut, die alleine aus einem großen Gefäß einschenken können. Alternativ kann vorportioniert werden. Funktioniert auch zur Reflexion auf der Sachebene.

Foto vom Getränk

Meinungsbarometer

Reflexion auf der Ich-Ebene

2 Min. p. P. | jede Größe | ggf. Stift und Papier

Es werden Reflexionsfragen gestellt, die Wölflinge positionieren sich auf einer Fläche auf einer vorgegebenen Skala (z. B. links ist gut, rechts ist schlecht), um die Frage zu beantworten. Die Skala kann passend benannt werden (z. B. positiver Pol = Gummibärchen; negativer Pol = Grünkohl). Es kann die Möglichkeit gegeben werden, sich zur eigenen Positionierung zu äußern.

Meinungsäußerungen verlängern die Dauer. Funktioniert auch zur Reflexion auf der Sachebene.

Bonbonglas

Reflexion auf der Sachebene

ca. 10 Min. | jede Größe | Gläser, Bonbons in verschiedenen Farben

Für verschiedene Fragestellungen (z. B. wie war das Programm, wie war das Essen, wie war der Tag insgesamt, ...) werden Bonbongläser auf einen Tisch gestellt. Verschiedene Bonbonfarben werden einer Skala zugewiesen (z. B. grün – gut; gelb – mittel; rot – schlecht). Die Wös machen in die Gläser Bonbons, um die Frage für sich zu beantworten. Zum Schluss können die Bonbons gegessen werden.

Bonbons können durch andere Lebensmittel ersetzt werden, Gläser durch Teller / Einkaufskörbe / ...

Bonbongläser o. Ä. fotografieren

Einkaufskorbmethode

Reflexion auf der Sachebene

3 Min. p. P. | kleinere Gruppen | Stifte und Papier, Einkaufskorb, Kiste/ Schublade/ kleiner Schrank, kleine Mülltonne

Erlebnisse und Aktionen können in eine von drei Kategorien eingeteilt werden. In den Einkaufskorb kommen Dinge, die gut oder wichtig waren. In die Kiste („Kühlschrank“) kommen Dinge, die „mittel“ waren, in den Biomüll kommen Dinge, die nicht so gut waren.

Die Wös schreiben in Einzelarbeit Dinge auf oder malen sie und sagen dann, was sie wohin einsortieren wollen.

Wenn die Wös noch nicht schreiben können, kann die Methode auch mündlich durchgeführt werden bzw. eine Gruppenleitung das Schreiben während der Vorstellung übernehmen. In etwas älteren Gruppen kann der Kühlschrank auch anders verwendet werden: anstelle von „mittel“ können dort Ideen oder Erkenntnisse abgelegt werden, die man sich für später aufheben möchte.

In meinem Einkaufskorb

Reflexion auf der Sachebene

2 Min. p. P.

kleinere Gruppen

Die Wös sagen „In meinem Einkaufskorb ist …“ und sagen dann Dinge, die sie an diesem Tag super fanden oder was sie mitgenommen haben.

Abkürzungsverzeichnis

bspw.	beispielsweise
ca.	circa
etc.	et cetera
evtl.	eventuell
ggf.	gegebenenfalls
KG	Kleingruppe
max.	maximal
MHD	Mindesthaltbarkeitsdatum
mind.	mindestens
Min.	Minute(n)
o. Ä.	oder Ähnliches
p. P.	pro Person
S.	Seite
s. (*Anhang)* S.	siehe *(Anhang)* Seite
Std.	Stunde(n)
Wö / Wös	Wölfling / Wölflinge
z. B.	zum Beispiel

Liebe Leitende der orangefarbenen Stufe,
hoffentlich konntet Ihr ein paar der Ideen umsetzen, habt gemeinsam mit euren Wös neue Dinge erfahren und viel Spaß gehabt.



Robin Paula Anika Cathrin Carl Madita Sabi
Christoph Leon Niklas Thomas Evelyn
Fee Philipp Julian Sara

Wir sagen Danke für die schöne Zeit!
Liebe Grüße,
euer *"roaring twönties"*-WöBK

Wörter raten

selbst erstellt vom WöBK am 31.07.2024

Die Seiten 85 bis 91 einseitig ausdrucken und anschließend die Karten ausschneiden und durchmischen.

Apfel

Obst, Rot, Frucht, Kern, Apfelbaum

Brot

Bäcker, Mehl, Scheibe, Backen, Weizen

Käse

Milch, Gelb, Kuh, Scheibe, Hart

Kartoffel

Knolle, Pommes, Schale, Erdäpfel, Püree

Milch

Kuh, Weiß, Kalzium, Trinken, Molkerei

Tomate

Rot, Salat, Ketchup, Frucht, Samen

Huhn

Geflügel, Ei, Fleisch, Bauernhof, Braten

Fisch

Wasser, Flosse, Schuppen, Angeln, Meer

Butter

Milch, Fett, Brot, Streich, Gelb

Reis

Asien, Korn, Weiß, Kochen, Schale

Banane

Gelb, Frucht, Affe, Schale, Tropisch

Karotte

Orange, Wurzel, Gemüse, Kaninchen, Salat

Joghurt

Milch, Fermentiert, Löffel, Becher, Kühl

Pizza

Italien, Teig, Käse, Tomate, Ofen

Kaffee

Bohne, Koffein, Schwarz, Tasse, Heiß

Schokolade

Kakao, Süß, Braun, Tafel, Milch

Zucker

Süß, Weiß, Kristall, Backen, Rohr

Ei

Huhn, Schale, Gelb, Protein, Kochen

Salat

Grün, Blätter, Dressing, Roh, Gemüse

Honig

Biene, Süß, Imker, Gold, Natur

Orangensaft

Orange, Trinken, Vitamin C, Frucht, Frühstück

Nudeln

Teigwaren, Italien, Spaghetti, Kochen, Soße

Steak

Fleisch, Rind, Grill, Braten, Saftig

Eiscreme

Kalt, Süß, Milch, Vanille, Sommer

Spinat
Grün, Blattgemüse, Popeye, Eisen, Gesund

Erdbeere
Rot, Beere, Frucht, Süß, Sommer

Erdnüsse
Nuss, Schale, Butter, Snack, Salz

Mango
Tropisch, Orange, Frucht, Süß, Stein

Pilz
Hut, Wald, Champignon, Essen, Sammeln

Wassermelone
Grün, Rot, Sommer, Frucht, Samen

Lachs
Fisch, Rosa, Omega-3, Sushi, Grillen

Zwiebel
Knolle, Schale, Tränen, Kochen, Gemüse

Avocado

Grün, Steinfrucht, Guacamole, Fett, Toast

Müsli

Frühstück, Hafer, Milch, Nüsse, Früchte

Kokosnuss

Tropisch, Hart, Milch, Weiß, Palme

Zitrone

Gelb, Sauer, Zitrus, Limonade, Vitamin C

Knoblauch

Würze, Weiß, Intensiv, Küche, Zehe

Himbeere

Rot, Beere, Frucht, Süß, Sommer

Kohl

Grün, Gemüse, Kraut, Kopf, Salat

Pfirsisch

Frucht, Stein, Flaum, Orange, Süß

Birne

Frucht, Gelb, Saftig, Baum, Herbst

Walnuss

Nuss, Schale, Baum, Herbst, Snack

Gurke

Grün, Salat, Gemüse, Essiggurke, Knackig

Linsen

Hülsenfrucht, Protein, Suppe, Klein, Orange

Brokkoli

Grün, Gemüse, Blume, Dampfen, Gesund

Quark

Milch, Käse, Weiß, Frisch, Mager

Blaubeere

Blau, Beere, Frucht, Süß, Antioxidantien

Melone

Frucht, Sommer, Wasserreich, Süß, Grün

Chili

Scharf, Gewürz, Rot, Schote, Feuer

Granatapfel

Rot, Kerne, Frucht, Saft, Antioxidantien

Krübis

Orange, Herbst, Gemüse, Halloween, Suppe

Lebensmittelabsturz

selbst erstellt vom WöBK am 31.07.2024

Die Seite 92 einseitig ausdrucken und anschließend die Karten ausschneiden und bunt durchmischen.

Banane

läuft krumm, schaut nur auf den Boden

Apfel

darf nur rollen

Kuchen

verliert ständig irgendwas

Schimmelkäse

läuft immer in die falsche Richtung

Fisch

kann nicht laufen, nur schwimmen

Huhn

rennt die ganze Zeit weg

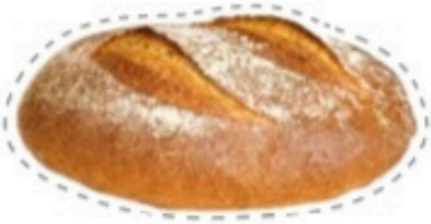
Lebensmittel verbrauchen Wasser

Die Seite 93 einseitig ausdrucken und anschließend die Karten ausschneiden und bunt durchmischen.

Bilder entnommen aus: https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/zgfdT_Arbeitsblattheft_3-6.pdf?__blob=publicationFile&v=6 [zuletzt aufgerufen: 31.07.2024]



Kartoffeln



Brot



Fleisch



Karotten



Bananen



Apfel

Erlebnisbericht zum WöBK „Roaring Twönties“

Ende Juli bis Anfang August fand unser WöBK in den 1920er Jahren unter dem Motto „Roaring Twönties“ im Grand Hotel Ritz Werl statt. 16 Menschen aus unterschiedlichen Ecken des Landes kamen zusammen, um eine Woche lang viele neue Erlebnisse zu sammeln und sich weiterzuentwickeln.

Wir starteten an einem Freitag in Soest und wurden von unseren Teamenden spektakulär in den 1920er Jahren empfangen. Im Rahmen des ersten Kennenlernens durften wir uns in die Wö-Perspektive versetzen und verschiedene Museen erkunden: Osthofentormuseum, Liebes-Leben-Museum, Grünsandsteinmuseum, Burghofmuseum. Abends haben wir uns alle an unserer Unterkunft getroffen und feierlich die Eröffnung des Grand Hotel Ritz Werl durch die anwesenden Josie Becker, und das Ehepaar Lotte und Erich von Ritz miterlebt – Karl Kaplan war leider kurzfristig ausgefallen. Im Anschluss sind wir mit verschiedenen Inhalten und Methoden in die Kurswoche gestartet.
Mittwoch war es dann so weit und wir konnten die Umsetzung unseres eigenen Projekts zum Thema nachhaltiger Umgang mit Lebensmitteln in Angriff nehmen. Wir waren motiviert das Projekt erfolgreich umzusetzen, waren teilweise von morgens ab 6 Uhr bis abends um 22 Uhr aktiv. Dabei haben wir u.a. unverkäufliche Lebensmittel von Bauernhöfen eingesammelt, diese in der Küche eines sozialen Wohnprojekts gekocht und an die bedürftigen Menschen vor Ort verteilt. Wir wurden dort sehr herzlich empfangen und haben uns spannende Geschichten erzählen lassen. Eine zweite Gruppe saß währenddessen im Seminarraum, recherchierte eine Vielzahl an Methoden, schrieb eigene Anleitungen und fügte diese in einem gemeinsamen Layout zusammen. Das Endergebnis war ein digitaler Methodenkoffer für Wö-Leitende und ihre Wös. Glücklich und erschöpft feierten wir anschließend gemeinsam unser absolviertes Projekt.

Während der ganzen Woche sind wir mit den uns vorher größtenteils unbekannten Menschen zu einer Gruppe zusammengewachsen, haben wie Zitteraale wild getanzt, viele Nachtspaziergänge durch die Umgebung gemacht und gemütliche Lagerfeuerrunden genossen.

Am Ende dieser lehrreichen und intensiven Zeit steht nun das eigene Vorhaben und die weitere Auseinandersetzung mit dem Erlernten. Wir freuen uns bereits jetzt darauf uns in 6 Monaten wiederzusehen und zu erfahren, wie es den anderen in dieser Zeit ergangen ist. Vielen Dank an unsere Teamenden, die uns diese Erfahrung ermöglicht haben. Danke an das Küchenteam für die gute Versorgung.