

Name:

Klasse:

Datum:

Video zu nachhaltiger Ernährung

Die regional-saisonale Bio-Abokiste:

Aktionen zur Kommunikation Nachhaltiger Ernährung

Schau dir das Erklärvideo „Aktionen zur Kommunikation Nachhaltiger Ernährung“ in voller Länge an.

Hier findest du das Video:

<https://modulbox.vernetzungsstelle-berlin.de/wissenstransfer/erklavideos>



Bearbeite anschließend die folgenden Aufgaben zum Video. **Schau** dir das Video zur Hilfe mehrmals **an** und **stoppe** das Video je nach Bedarf.

1. Kreuze an: Ist die Aussage wahr oder falsch?

	wahr	falsch
In der Bio-Abokiste sind nur saisonale Lebensmittel enthalten.		
Die Bio-Abokiste enthält Gemüse und Obst aus der ganzen Welt.		
Die Aktionen zur nachhaltigen Ernährung wurden nur in einer Schule durchgeführt.		
Die Aktionen zur nachhaltigen Ernährung beinhalteten auch das Thema Verpackungen und Haltbarmachung.		
Die fleischlosen Burger wurden nicht gut angenommen.		
Die Exkursion führte die Schüler:innen u. a. in einen Paketshop.		

2. Fülle die Lücken im Text mit den passenden Wörtern.

hergestellte Arten- saisonalem regionalem verpackungsfreien Bio-Abokiste
 biologischem Biodiversität nachhaltigen

Das Video handelt von Aktionen zur _____ Ernährung, die in Schulen durchgeführt wurden. Dabei wurde eine _____ mit _____, _____ und _____

_____ Gemüse und Obst verwendet. Die Schüler:innen setzten sich mit Begriffen wie _____ und Sortenvielfalt sowie _____ auseinander. Sie organisierten Verkostungen, informierten Mitschüler:innen und Lehrkräfte über die Aktionen und verteilten selbst _____ Speisen. Exkursionen in einen _____ Laden wurden ebenfalls durchgeführt.

- 3. Benenne** in Stichpunkten die Aktionen, die in den Schulen durchgeführt wurden. **Ergänze** durch zusätzliche Aktionen, die du dir vorstellen könntest.



- 4. Beschreibe**, warum es wichtig ist, bevorzugt saisonale und regionale Lebensmittel zu kaufen.

- 5. Erkläre**, welche Bedeutung die Arten- und Sortenvielfalt und Biodiversität in Bezug auf nachhaltige Ernährung hat.



Ergänzende Ideen zu Aktionen rund um das Thema Akzeptanz und Kommunikation Nachhaltiger Ernährung gibt es hier



<https://modulbox.vernetzungsstelle-berlin.de/wissenstransfer/aktionen>



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

Name:

Klasse:

Datum:

Video zu nachhaltiger Ernährung

Die regional-saisonale Bio-Abokiste:

Aktionen zur Kommunikation Nachhaltiger Ernährung

Schau dir das Erklärvideo „Aktionen zur Kommunikation Nachhaltiger Ernährung“ in voller Länge an.

Hier findest du das Video:

<https://modulbox.vernetzungsstelle-berlin.de/wissenstransfer/erklavideos>



Bearbeite anschließend die folgenden Aufgaben zum Video. **Schau** dir das Video zur Hilfe mehrmals **an** und **stoppe** das Video je nach Bedarf.

1. Kreuze an: Ist die Aussage wahr oder falsch?

	wahr	falsch
In der Bio-Abokiste sind nur saisonale Lebensmittel enthalten.	x	
Die Bio-Abokiste enthält Gemüse und Obst aus der ganzen Welt.		x
Die Aktionen zur nachhaltigen Ernährung wurden nur in einer Schule durchgeführt.		x
Die Aktionen zur nachhaltigen Ernährung beinhalteten auch das Thema Verpackungen und Haltbarmachung.	x	
Die fleischlosen Burger wurden nicht gut angenommen.		x
Die Exkursion führte die Schüler:innen u. a. in einen Paketshop.		x

2. Fülle die Lücken im Text mit den passenden Wörtern.

Das Video handelt von Aktionen zur nachhaltigen Ernährung, die in Schulen durchgeführt wurden. Dabei wurde eine Bio-Abokiste mit regionalem, saisonaem und biologischem Gemüse und Obst verwendet. Die Schüler:innen setzten sich mit Begriffen wie Arten- und Sortenvielfalt sowie Biodiversität auseinander. Sie organisierten Verkostungen, informierten Mitschüler:innen

und Lehrkräfte über die Aktionen und verteilten selbst **hergestellte** Speisen. Exkursionen in einen **verpackungsfreien** Laden wurden ebenfalls durchgeführt.

- 3. Benenne** in Stichpunkten die Aktionen, die in den Schulen durchgeführt wurden.
Ergänze durch zusätzliche Aktionen, die du dir vorstellen könntest.

In den Schulen wurden verschiedene Aktionen zur nachhaltigen Ernährung durchgeführt, wie z.B. Verkostungen, Informationsverteilung, Herstellung von Speisen, Exkursionen zu einem Unverpacktladen usw.

weitere Aktionen = eigene Notizen der Schüler:innen

- 4. Beschreibe**, warum es wichtig ist, bevorzugt saisonale und regionale Lebensmittel zu kaufen.

Der Kauf von saisonalen und regionalen Lebensmittel (wie in der Bio-Abokiste) unterstützt einen nachhaltigen Konsum. Durch den Verzehr von saisonalen und regionalen Lebensmitteln wird der Transportaufwand reduziert (ökologischer Fußabdruck) und die Umweltbelastung verringert. Der Verzehr von saisonalen Lebensmitteln bringt mehr Frische und Qualität, da die Lebensmittel zu ihrer natürlichen Reifezeit geerntet werden und nicht künstlich nachgereift oder lange gelagert werden müssen. Saisonale Produkte können zudem zur Erhaltung der Biodiversität beitragen, da unterschiedliche Pflanzen zu verschiedenen Zeiten angebaut werden. Außerdem werden lokale Landwirte und Produzenten unterstützt.

- 5. Erkläre**, welche Bedeutung die Arten- und Sortenvielfalt und Biodiversität in Bezug auf nachhaltige Ernährung hat.

Die Arten- und Sortenvielfalt und Biodiversität sind wichtig für nachhaltige Ernährung, da sie den Schutz der genetischen Vielfalt von Pflanzen und Tieren ermöglichen. Durch den Anbau verschiedener Sorten und Arten wird die Abhängigkeit von wenigen Produktionsarten verringert, was die Anpassungsfähigkeit an klimatische Veränderungen und das Risiko von Ernteverlusten reduziert. Außerdem trägt die Biodiversität zum Erhalt der Ökosysteme bei, die für die Produktion von Lebensmitteln unentbehrlich sind.



Ergänzende Ideen zu Aktionen rund um das Thema Akzeptanz und Kommunikation Nachhaltiger Ernährung gibt es hier



<https://modulbox.vernetzungsstelle-berlin.de/wissenstransfer/aktionen>



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Name:

Klasse:

Datum:

Aktionen selber durchführen

Ergänzung zum Video

„Aktionen zur Kommunikation Nachhaltiger Ernährung“

Nachdem du dir das Erklärvideo „Aktionen zur Kommunikation Nachhaltiger Ernährung“ angeschaut hast, weißt du schon jede Menge zum Thema „Akzeptanz und Kommunikation Nachhaltiger Ernährung“. Nun kannst du selber aktiv werden und Aktionen durchführen.

Hier findest du das Video:

<https://modulbox.vernetzungsstelle-berlin.de/wissenstransfer/erklaervideos>



- Hier findest du alle Aktionen, die von Schüler:innen durchgeführt wurden:
<https://modulbox.vernetzungsstelle-berlin.de/wissenstransfer/aktionen>
- **Führe** eine der Aktionen mit deiner Gruppe durch.



- **Engagiert** euch gemeinsam weiter für das Thema „Nachhaltige Ernährung“.
- **Plant** in Gruppen eine eigene Aktion bzw. einen Projekttag.
- **Setzt** diese(n) an deiner Schule um.
- **Überlegt** euch weitere Ideen, die in der Schule leicht praktisch umgesetzt werden können.
- Tipp: **Setzt** die persönlichen Stärken von jedem geschickt **ein**.



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Begleittext zum Erklärvideo:

„Die regional-saisonale Bio-Abokiste: Aktionen zur Kommunikation Nachhaltiger Ernährung“

Information für Lehrkräfte:

Alle im Begleittext hervorgehobenen Begriffe sind im Glossar in Textreihenfolge zu finden.

Kapitel: Einleitung

Wir sind Miki und Yoko. In unserer Schule nutzen wir regelmäßig eine **regional-saisonale Bio-Abokiste** mit leckerem Gemüse und Obst. Mit der Bio-Abokiste wollen wir Aktionen zur **nachhaltigen** Ernährung durchführen. Das hier ist unsere Bio-Abokiste. Sie ist gefüllt mit Gemüse und Obst aus unserer Region. Es sind nur saisonale Lebensmittel enthalten, die aktuell hier angebaut werden. Das Gemüse und Obst kommt aus **ökologischem Anbau** und ist somit „Bio“. Ganz schön bunt und vielfältig!

Wir hatten die Aufgabe zu **recherchieren**, was unter den Begriffen **Arten- und Sortenvielfalt** verstanden wird, und haben uns danach noch ausführlich mit dem Begriff der **Biodiversität** beschäftigt. Danach kamen wir auf die Idee, eine **Verkostung** mit den Mitschüler:innen in der Pause durchzuführen. Getestet wurde, ob die Vielfalt von einzelnen Apfel- und Möhrensorten anhand des Aussehens und des Geschmacks unterschieden werden kann. Informationen zu den verkosteten Apfel- und Möhrensorten haben wir den Mitschüler:innen zusätzlich gegeben.

Kapitel: Aktionen

Nicht nur unsere Lerngruppe hat sich mit Aktionen zur nachhaltigen Ernährung beschäftigt. Freund:innen aus anderen Schulen haben erzählt, dass auch sie viele Bio-Abokisten-Aktionen zur **Kommunikation** und zum Erleben von nachhaltiger Ernährung durchgeführt haben.

Die Schulen haben sich mit neun verschiedenen Aktionsthemen beschäftigt. Dabei ging es einerseits um Verpackungen und **Haltbarmachung**, Sorten- und Rohkostvielfalt, unbekanntes Gemüse und Obst sowie deren Verwertung ohne Reste. Andererseits waren auch süße Sachen und Fast Food, welche nachhaltig produziert wurden, sowie eine ausgewogene Eiweißversorgung ohne Tier relevante Themen. Das klingt echt interessant! Wir sind gespannt, wie die teilnehmenden Schulen ihre Aktionen umgesetzt haben und welche Ideen die anderen Schüler:innen hatten.

Kapitel: Umsetzung

Viele Lebensmittel der Bio-Abokiste wurden in der eigenen Lerngruppe verarbeitet und probiert. Wie wir hier sehen, ging es dabei im wahrsten Sinne des Wortes bunt zu! Auch das ist Kommunikation, denn die Verarbeitung der Lebensmittel und das anschließende Essen sind schon Kommunikation. Während der Vor- und Zubereitung wird über die Lebensmittel, deren Eigenschaften sowie über die

Umsetzung und **Variationen** der Rezepte gesprochen. Beim Essen wird sich über Aussehen, Geschmack und **Präferenzen** unterhalten. Wir hatten dazu die Idee, das man leckere Rezepte ja auch an den **Caterer** der Schule weitergeben könnte, damit dieser erfährt, was uns Schüler:innen schmeckt.

Einige Schüler:innen haben Steckbriefe und **Collagen** gestaltet, die in den Fluren und Vitrinen ausgestellt wurden. So wurden die Mitschüler:innen und Lehrkräfte über die Aktionen mit der Bio-Abokiste informiert.

Aber nicht nur Informationen wurden weitergegeben, sondern auch die leckeren Lebensmittel und hergestellten Speisen. In den Pausen wurden diese an Mitschüler:innen und Lehrkräfte ausgegeben. Teils wurden Verkostungen durchgeführt, um Unterschiede zwischen einzelnen Gemüse- und Obstsorten, wie hier beispielsweise bei den Äpfeln, zu erleben.

Solch eine Verkostung der Speisen kann auch in einem größeren Rahmen innerhalb einer Aktionswoche durchgeführt werden. So wurden beispielsweise Flyer mit Informationen zum Thema Essen und **Klima** bereitgelegt und fleischlose Burger mit leckeren Burger-Patties aus Haferflocken oder Kidneybohnen angeboten. Die fleischlosen Burger kamen so gut an, dass die Rezepte schnell ab fotografiert wurden, um diese mit Freunden oder der Familie erneut zubereiten zu können.

Außerdem wurden **Exkursionen** durchgeführt, beispielsweise in einen **Unverpackt-Laden**. Dieser bietet keine Produkte in Plastik- und Einwegverpackung an. Dort können die Lebensmittel aus großen **Mehrwegbehältern** wie Gläsern in kleinere selbst mitgebrachte Behälter oder Papiertüten abgefüllt werden. Mit den Inhaber:innen wurde ein Expert:innen-Interview geführt, um zusätzliche Informationen und Tipps zum Thema Verpackungen zu erhalten.

Auch an Familie und Freunde wurde gedacht. Viele Lebensmittel wurden haltbar gemacht und als Geschenke außerhalb der Schule verteilt. Neben eingelegtem Gemüse, waren vor allem Apfelringe und **Chutney** sehr beliebt.

Kapitel: Fazit

Durch die vielen Aktionen konnte das Thema nachhaltige Ernährung vielen erlebbar gemacht werden: den Schüler:innen, Lehrkräften, dem Caterer, unseren Eltern und Freunden. Klasse – das sind ganz schön viele Ideen rund um das spannende Thema Bio-Abokiste und Kommunikation nachhaltiger Ernährung. Wir sollten die ein oder andere Aktion auf alle Fälle nachmachen!

Über IN FORM

IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern.

Weitere Informationen unter www.in-form.de.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft



Vernetzungsstelle
Kita- und
Schulverpflegung
Berlin e.V.



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Glossar zum Erklärvideo:

„Die regional-saisonale Bio-Abokiste:

Aktionen zur Kommunikation Nachhaltiger Ernährung“

Information für Lehrkräfte:

Alle in diesem Glossar gelisteten Begriffe sind im Begleittext des Erklärvideos hervorgehoben.

Wort	Definition - Beschreibung	Synonym, Beispiel, Bild
IN FORM	Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung	 <small>Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung</small> https://www.in-form.de/
regional regionale, es	<p>Regionalität:</p> <p>Lebensmittel, die aus der näheren Umgebung (Region) stammen.</p> <p>(Es existiert jedoch keine einheitliche Definition des Begriffs Regionalität)</p>	lokal, einheimisch
saisonal saisonale, es	<p>Saisonalität:</p> <p>Lebensmittel, die zu einer bestimmten Zeit im Jahr (Jahreszeit) reif sind und dann auch verzehrt werden.</p>	siehe z.B. Saisonkalender des Bundeszentrums für Ernährung (BZfE)
Bio(logisch) das Bio-Lebensmittel die Bio-Lebensmittel	Bio-Lebensmittel sind Lebensmittel aus ökologischer Landwirtschaft / ökologischem Anbau.	  Weitere Informationen
die Abokiste die Abokisten	Eine Kiste z.B. Gemüse und Obst, die auf Bestellung in einem regelmäßigen Turnus an jemanden geliefert wird.	

nachhaltig nachhaltige, es	Nachhaltigkeit: Rücksicht auf die nachfolgenden Generationen nehmen (nur die Menge an Ressourcen dem Planeten entnehmen, die sich wieder regenerieren kann).	In den Bereichen Umwelt, Gesellschaft, Wirtschaft, Gesundheit und Kultur.
ökologisch ökologische, es	Ökologie: Beziehung von Lebewesen zur Umwelt. Aber auch umgangssprachlich: Schonender Umgang mit Umweltressourcen.	naturverbunden, umweltbewusst, naturbelassen
der Anbau -	Die Anpflanzung von Pflanzen mit dem Ziel landwirtschaftliche Produkte zu erzeugen.	
der ökologische Anbau -	Auch ökologische Landwirtschaft: Umweltschonende Produktionsmethode mit artgerechter Tierhaltung.	 Weitere Informationen
die Recherche die Recherchen	Ein Prozess, bei dem nach bestimmten Informationen gesucht wird.	Nachforschung, Ermittlung, Untersuchung
die Art die Arten	Eine bestimmte Gruppe von Pflanzen oder Tieren.	Artenvielfalt, artenreich
die Artenvielfalt -	Der Begriff beschreibt die Gesamtheit aller Tier- und Pflanzenarten in einer bestimmten Region (bzw. einem Lebensraum).	
die Sorte die Sorten	(Pflanzen-)Sorten unterscheiden sich durch ihre Merkmale.	Beispielhafte Merkmale sind Farbe, Form, Größe, Geschmack.
die Sortenvielfalt -	Das ist die Vielfalt an Sorten innerhalb einer Art.	

die Biodiversität die Biodiversitäten	Auch biologische Vielfalt: Sie umfasst die Vielfalt aller Lebensräume, aller Arten sowie genetische Besonderheiten innerhalb der Arten.	Somit ist sie die Grundlage für das Leben der Menschen.
die Verkostung die Verkostungen	Ein Test oder eine Bewertung von etwas, das gegessen oder getrunken wird.	probieren, prüfen, Sensorik
die Kommunikation -	Verwendung von Sprachen oder Zeichen zur Verständigung und der Weitergabe von Informationen.	Unser Ziel: Kommunikation über die Inhalte der Themen sowie der Bio-Abokiste.
die Haltbarmachung -	Die Haltbarmachung umfasst verschiedene Verfahren, die den Verderb der Lebensmittel verlangsamen.	Die Verfahren lassen sich in chemische (z.B. Salzen, Zuckern, Räuchern), physikalische (z.B. Kühlen, Gefrieren, Einkochen), biologische (Fermentieren, Gären) sowie in weitere (kombinierte) Verfahren unterteilen.
die Variation die Variationen	Unter einer Variation wird eine Abwandlung, Veränderung oder Abweichung verstanden.	„verändern“ - von lateinisch <i>variare</i>
die Präferenz die Präferenzen	Präferenzen sind Vorlieben gegenüber bestimmten Gegenständen oder Produkten.	„vorziehen“ - von lateinisch <i>prae-ferre</i>
der Caterer die Caterer	Ein Unternehmen das Speisen in der Kantine, Mensa, Cafeteria her- oder bereitstellt.	„Lebensmittel liefern“ oder auch „jemanden verpflegen“ – von englisch <i>to cater</i>
die Collage die Collagen	Schaffung eines neuen Kunstwerks oder Bilds, durch das Zusammenfügen vieler einzelner Bilder oder Gegenstände.	

das Klima -	Wetterereignisse in einem längeren Zeitraum in einer bestimmten Region.	Die normalen Wetterereignisse innerhalb des Jahres stellen das Klima dar.
die Exkursion die Exkursionen	Ein Lehrausflug an einen bestimmten Bildungsort.	Möglich als Besichtigung, Wanderung, Reise, Ausflug.
der Unverpackt-Laden die Unverpackt-Läden	Einzelhandelsgeschäft, das Produkte frei von Verpackungen anbietet, oftmals in Mehrwegbehältern.	Ziel: Verpackungsmüll vermeiden.
der Mehrwegbehälter die Mehrwegbehälter	Meist robuste und langlebige Behälter oder Gebinde. Zur mehrfachen Nutzung ausgelegt (aus Plastik oder Glas).	
das Chutney die Chutneys	Würzige, auch scharf-pikante oder süß-saure Sauce. Variationen mit Gemüse- oder Fruchtstückeinlagen möglich.	Chutney stammt aus der Indischen Küche.

Über IN FORM

IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern.

Weitere Informationen unter www.in-form.de.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages