



# UNSER LEBENSMITTELKORB

## ZIELSETZUNG

Die Gruppenarbeit „Unser Lebensmittelkorb“ soll Kinder und Jugendliche dazu anregen, sich  **kreativ mit den Einkaufsmöglichkeiten im eigenen Alltag auseinanderzusetzen**. Der **spielerische Einstieg ist ein erster Schritt zur Reflexion des eigenen (zukünftigen) Verbraucherverhaltens**. Den Ausgangspunkt der Übung bildet dabei die Frage, welche Lebensmittel die Kinder und Jugendlichen mit einem festgelegten (wöchentlichen) Budget einkaufen würden. Darauf aufbauend wird gemeinsam darüber diskutiert, nach welchen Kriterien die Lebensmittel ausgewählt wurden: Hat die Gruppe auf die Siegel der Verpackungen geachtet? War es wichtig, dass die Eier von „glücklichen Hühnern“ stammten? Oder war vor allem der Preis entscheidend? Über das Erkennen von Siegeln, die Auseinandersetzung mit der Saisonalität und Regionalität von Lebensmitteln oder das gemeinsame Diskutieren der Frage, was ein gutes, sauberes und faires Lebensmittel ausmacht, soll ihnen das Handwerkzeug vermittelt werden, um **mündige und nachhaltige Entscheidungen beim alltäglichen Lebensmitteleinkauf treffen zu können**.

## MATERIALIEN

- Arbeitsblätter 1 + 2
- **verschiedene Lebensmittel** vom Wochenmarkt, Discounter und/oder vom Biosupermarkt/Reformhaus - alternativ können auch Fotos von Lebensmitteln verwendet werden; auf allen Lebensmitteln muss ein Preis vermerkt werden; die ausgewählten Lebensmittel sollten 2x vorhanden sein, damit sie die Kinder und Jugendlichen in zwei Gruppen aufteilen können
- **Tabellenübersicht** zu Lebensmittelsiegeln

## FORM

Gruppenarbeit

## DAUER

60 - 90 Minuten

## VORBEREITUNGEN

Für die Durchführung benötigen Sie verschiedene Lebensmittelverpackungen, am besten auch frische Lebensmittel - die allerdings danach verwertet werden sollten. Alternativ dazu können Sie auch Fotos mit verschiedenen Lebensmitteln verwenden. Die **Lebensmittel müssen mit Preisen versehen werden**, insofern sie nicht bereits vermerkt sind. Die Anzahl der Lebensmittel, die Sie für die Gruppenarbeit verwenden, ist variabel. Es sollten aber nicht zu wenige sein und die Kinder und Jugendlichen sollten zum Beispiel auch wählen können zwischen einzelnen Komponenten, die ein Gericht ergeben (z.B. gestückelte Tomaten, Zwiebeln, Basilikum) oder einem Fertiggericht (fertige Tomatensauce im Glas). Achten Sie auch darauf, dass Sie eine **gewisse Bandbreite an Lebensmittelverpackungen abdecken**: Kaufen Sie bewusst Verpackungen, die keine Qualitätssiegel aufweisen, und solche, die beispielsweise über ein fair trade - Siegel oder verschiedene Biosiegel verfügen. Achten Sie zuletzt auch darauf, **regionale und/oder saisonale Produkte zur Auswahl zu stellen**.

Auch wenn für Sie die erstmaligen Vorbereitungen etwas Aufwand bedeuten: Sobald Sie diese Vorbereitungen einmal getroffen haben, können Sie die Verpackungen/Bilder immer wieder als anschauliches Bildungsmaterial verwenden, das sich sehr gut im Lebens(mittel)alltag der Kinder und Jugendlichen verorten lässt. Alternativ können Sie die Jugendlichen auch für die Zubereitung einer gemeinsamen Mahlzeit einkaufen lassen und diese Lebensmittel als Grundlage für die Bearbeitung der Arbeitsblätter nutzen!



## DURCHFÜHRUNG

Zunächst werden die Kinder und Jugendlichen **in zwei Gruppen aufgeteilt**. Jede Gruppe erhält das Arbeitsblatt A1. Das Arbeitsblatt enthält eine kurze Anleitung, welche die Gruppe dazu auffordert, **ihren eigenen Lebensmittelkorb zu füllen**, und dabei das Budget von 50 Euro nicht zu überschreiten. Diese Aufgabe wird die Gruppen eine Weile beschäftigen: Sie müssen gut kalkulieren, damit das vorgesehene Budget nicht überschritten wird und sich zudem über die Auswahl der Produkte einig werden.

Sollte eine der Gruppen wesentlich früher fertig sein, können Sie der Gruppe bereits das nächste Arbeitsblatt A2 reichen. Dieses Arbeitsblatt enthält Fragen zu den Kriterien, **nach denen die Gruppe ihre Einkaufsentscheidungen getroffen hat**. Fordern Sie die Gruppen auf, die Fragen untereinander zu diskutieren.

Nach dieser Gruppenarbeit sollen sich die zwei Gruppen in einer großen Runde über ihre Erfahrungen austauschen und gemeinsam diskutieren. Hierbei stehen die Erfahrungswerte und Eindrücke der Kinder und Jugendlichen im Zentrum.

**Zentrale Fragen bei der gemeinsamen Diskussion sollten zunächst sein:**

- Was durfte in dem Korb nicht fehlen? Was hat bei den Auswahlmöglichkeiten gefehlt?
- Unterscheiden sich die Einkaufskörbe voneinander?
- Nach welchen Kriterien haben die einzelnen Gruppen ihre Lebensmittel ausgesucht?

**In einem zweiten Schritt wird die Diskussion auf Aspekte der Nachhaltigkeit ausgeweitet. Hier können nun auch die Fragen von A2 wieder aufgegriffen werden:**

- Was macht ein **gutes, sauberes und faires Lebensmittel** aus? (*Kriterienkatalog für nachhaltige Lebensmittel*)
- Wie kann man als KundIn **erkennen**, ob ein Lebensmittel gut, sauber und fair ist? (*z.B. Lebensmittelsiegel*)
- **Wo** kommen die Lebensmittel, die wir essen, eigentlich her?
- Von **wem** werden sie produziert?
- Ist es besser, sich **regional** und **saisonal** zu ernähren?

A1



A2



A3



A4

### AKTIVITÄTEN, DIE SIE IM ANSCHLUSS AN DIESE EINFÜHRUNG MACHEN KÖNNEN

- Gemeinsam **mit den Lebensmitteln kochen**, die im Lebensmittelkorb gelandet sind. Dabei kann man beispielsweise ein Fertiggericht mit einem selbst gekochten Gericht vergleichen.
- **Ausflüge** zu verschiedenen Schauplätzen unternehmen, an denen man **regional** und **saisonal einkaufen kann** (z.B. Wochenmarkt, Hofläden oder kleine Einkaufskooperativen).