Gruppenstunde Lebensmittelverschwendung

ca. 1h 30min Zeitumfang

BDKJ Bund der Deutschen Katholischen Jugend Dekanat Rottweil

Anschuggerle: „Wie kann mans noch vor der Tonne retten?“

Beschreibung: Der*die Gruppenleiter*in liest die folgenden Lebensmittel nacheinander vor und die Kinder sollen so schnell wie möglich ein Gericht oder eine Verwendung finden um dieses Lebensmittel vor der Tonne zu retten. Zum Beispiel

» altes Brot (Semmelbrösel, Brotchips, Knödel, süße Aufläufe...)
» braune Banane (einfrieren und Eis daraus machen, Bananenmilch, Smoothie...)
» Karottengrün (Pesto, Smoothie, in den Salat als Petersilienalternative...)
» schrumpeliger Apfel (Apfelchips, Apfelmus, reiben für einen Kuchen, Smoothie...)
» Kaffeesatz (Handpeeling, Dünger, Färben mit Kaffeesatz z.B. Stoffe oder Ostereier...)

Einführung:

Wie ihr gemerkt habt, hat sich schon beim heutigen Anschuggerle alles ums Thema Lebensmittel und Essen gedreht. Vor Allem ging es aber darum wie man verschiedene Lebensmittel, die man vielleicht eigentlich in den Müll schmeissen würde, genau davor retten kann.
In der heutigen Gruppenstunde geht es auch weiterhin um das Thema Lebensmittelverschwendung und um das „Retten vor der Tonne“.

Nun könnt ihr euch für eine der beiden Varianten entscheiden und diese dann mit euren Gruppenkindern spielen. Viel Spaß!

1. Variante: Stationenquiz

Materialien: Tische, Laufzettel, Stationszettel, Stifte, (Belohnung für das beste Team)
Vorbereitung: fünf Tische verteilt im Raum aufstellen, Stifte und Stationszettel zur jeweiligen Station legen, (Einteilungsspiel Zettel vorbereiten)
Ihr könnt euch außerdem überlegen, ob ihr das Gewinnerteam belohnen wollt oder ob das Verliererteam in der nächsten Gruppenstunde Muffins oder Kuchen für alle bringen soll
Durchführung:

1. - Einteilungsspiel für Gruppengröße von unter 10 Personen: Ihr verteilt so viele Memorykarten wie Kinder auf dem Tisch. Jede*r zieht eine Karte und sucht nun den*diejenige mit der selben Karte. Diese beiden bilden ein Paar.
   - Einteilungsspiel für Gruppengröße von über 10 Personen: Es gibt verschiedene Kategorien. Die Kinder bekommen Begriffe, die je zu einer Kategorie passen. Die Kinder, deren Begriffe zur selber Kategorie gehören finden zusammen. Ihr sagt im Voraus nicht welche Kategorien es gibt. Die Kinder sollen sich zusammenfinden und überlegen, welche Kategorie damit ge meint sein könnte. Was ihr sagen könnt: „Es dreht sich alles rund um Lebensmittel.“.
   Beispiele:
   Obst: Traube, Apfel, Banane, Mandarine, Birne
   Backwaren: Brezel, Croissant, Laugenstange, Brot, Baguette
   Nüsse: Haselnuss, Macadamia, Erdnuss, Kastanie, Walnuss
   Gemüse: Kopfsalat, Karotte, Kohlrabi, Paprika, Radieschen
   Aufstriche: Marmelade, Nuss-Nougat-Creme, Frischkäse, Mandelmus, Feigensenf

Info: Es sollten insgesamt nicht mehr als fünf Gruppen sein, da es nur fünf Stationen gibt. Wenn es mehr sind, dann gibt es immer Gruppen, die warten müssen, weil alle Stationen belegt sind. (Passt das Spiel mit den Kategorien einfach so an, dass es höchstens fünf Gruppen gibt und macht demensprechend viele Begriffe pro Kategorie, dass es aufgeht.)

2. Ablauf: Jede Gruppe bekommt einen Laufzettel und einen Kulli. Auf dem Laufzettel sollte jede Gruppe alle Fragen der verschiedenen Stationen beantworten. Wenn alle Gruppen mit jeder Stationen fertig sind, dann geben diese den Laufzettel bei euch ab. Ihr wertet die Laufzettel dann aus und das beste Team bekommt eine Belohnung bzw. das Schlechteste muss für die nachste Gruppenstunde etas backen. Am Besten besprecht ihr die Ergebnisse noch, sodass am Schluss alle Kinder die richtigen Antworten kennen.

2. Variante: 1, 2 oder 3

Materialien: drei verschiedenfarbig strahlende Strahler (alternativ drei verschiedenfarbige Plakate), Musikbox, Handy mit Musik, (Belohnung für die Gewinnergruppe)
Vorbereitung: die Strahler in je eine Ecke des Raumes ausrichten oder die Plakate in je einer Ecke des Raumes befestigen, Einteilungsspiel Zettel vorbereiten
Ihr könnt euch außerdem überlegen, ob ihr das Gewinnerteam belohnen wollt oder ob das Verliererteam in der nächsten Gruppenstunde Muffins oder Kuchen für alle bringen soll
Durchführung:

1. Einteilungsspiel: Die Kinder finden sich aufgrund von Kochgerichten in Kleingruppen zusammen. Ihr verteilt Zettel mit Zutaten, aus denen die Gerichte bestehen. Die Kinder sollen nun anhand ihrer Zutat die anderen Zutaten finden die zu einem Gericht gehören. Ihr sagt im Voraus nicht welche Gerichte gesucht sind. Die Kinder sollen sich zusammenfinden und überlegen, welches Gericht aus den jeweiligen Zutaten entstehen könnte. Ihr könnt aber sagen, dass es jeweils nur die Hauptzutaten des Gerichtes sind.

   Beispiele:
   Spaghetti mit Tomatensoße: Öl, Tomaten, Zwiebeln, Spaghetti, Knoblauch
   Apfelkuchen: Eier, Äpfel, Mehl, Butter, Zucker
   Gemischter Salat: Öl, Essig, Karotten, Gurke, grüner Salat
2. Erklärung: Das Spiel funktionert ähnlich wie die Fernsehshow 1, 2 oder 3. Ihr seht hier drei Ecken, die verschiedene Farben haben. Wir lesen unterschiedliche Fragen zum Thema Lebensmittelverschwendung vor und zu jeder Frage lesen wir auch drei Antwortmöglichkeiten vor. Für eine dieser Antwortmöglichkeiten sollt ich euch dann während die Musik läuft entscheiden. Entscheidet ihr euch für Antwortmöglichkeit A, dann stellt ihr euch in die blaue Ecke. Entscheidet ihr euch für Antwortmöglichkeit B, dann stellt ihr euch in die rote Ecke. Entscheidet ihr euch für Antwortmöglichkeit C, dann stellt ihr euch in die gelbe Ecke. Wenn die Musik aus ist, solltet ihr in der von euch ausgewählten Ecke stehen und dann verkünden wir welche Antwort die Richtige war. Jede Gruppe bekommt dann pro Person die in der richteigen Ecke stand einen Punkt. Zum Schluss zählen wir die Punkte zusammen und die Gewinner*innen bekommen eine Belohnung bzw. die Verlierer*innen müssen etwas backen.

Ein paar Rettertipps für jede*n:

Diese Tipps könnt ihr noch mit den Kindern teilen. Entweder ihr schreibt sie auf ein großes Plakat und hängt dieses irgendwo auf, wo auch noch andere davon mitbekommen oder ihr gebt den Kindern einfach diese Liste mit nach Hause, so können sie sich das Ganze auch mit den Eltern anschauen.

Apps:
- „ToGoodTooGo“
Mit dieser App kannst du Essen vor der Tonne retten. Anmelden, einen Supermarkt, einen Bäcker, ein Restaurant... aus deiner Nähe wählen und eine Retterbox zum geringen Preis abholen. So einfach kann es sein.
- „Zu gut für die Tonne“
- „Eat Smarter“
Diese beiden Apps helfen dir mit deinen Resten zu Hause kreativ zu werden. Ein fach gewünschte Zutaten eingeben und tada: Schon werden dir Rezepte angezeigt.

Websites:
- https://sirplus.de/
- https://www.schokoladen-outlet.de/
- https://miteckenundkanten.com/
Auf diesen drei Websites findest du verschiedene Produkte die aufgrund von verschiedenen Ecken und Kanten aussortiert wurden. Den Produkten wird eine zweite Chance gegeben und du kannst sie ganz einfach zu dir nach Hause bestellen.
https://etepetete-bio.de/diebox
https://www.ruebenretter.de/shop/
Diese beiden Unternehmen setzen sich gezielt mit dem retten von Obst und Gemüse auseinander. Du kannst einfach eine Box zu dir nach Hause bestellen und bekommst eine große Auswahl an verschiedenem Obst und Gemüse, das es aus ver schiedenen Gründen (meist Optik) nicht in den „normalen“ Handel geschafft hat.
- https://foodsharing.de/
Hier kann jede*r mitmachen. Du fährst in den Urlaub und der Kühlschrank ist noch nicht leer? Einfach Lebensmittel auflisten und dann melden sich im besten Fall Interessent*innen bei dir. Genauso kannst du dich aber auch bei jemand anderem melden, wenn dir gefällt, was der*diejenige hochgeladen hat. So kann jede*r ganz easy Lebensmittelretter*in werden
- https://restegourmet.de/
Diese Website funktioniert ähnlich wie die beiden Apps „Zu gut für die Tonne“ und „Eat Smarter“. Einfach Zutaten eingeben und schon werden Gerichte angezeigt, die du daraus zaubern kannst.

Abschlussrunde:

Nachdem ihr eine der Varianten durchgemacht habt, könnt ihr euch alle nochmal in einem Kreis zusammenfinden. Ihr solltet pro Person einen kleinen Zettel und einen Stift haben.
„Überlegt mal, was habt ihr heute dazugelernt? Was fandet ihr besonders interessant? Welche Info hat euch am meisten geschockt?“
Diese Fragen könnt ihr in der Runde besprechen und euch austauschen.
Danach soll jede*r auf seinen Zettel eine Sache schreiben, die er*sie in Zukunft gegen die Lebensmittelverschwendung machen will. Vielleicht einmal Semmelknödel aus altem Brot zubereiten, ein Essen mit der App „TooGoodToGo“ retten oder zu Hause einen Essensplan einführen.
Wenn jede*r ein passendes Vorhaben für sich aufgeschrieben hat, könnt ihr die Gruppenstunde beenden. Wir hoffen, dass ihr viel Spaß hattet!