



## Der Leitfaden für nachhaltige Essensangebote vor Ort

**AKTION:**

Kampagne an deiner Mensa/Kantine/Restaurant

**THEMA:**

Was du willst: regional, fair, bio, vegetarisch/vegan

**ZIEL:**

nachhaltigere Essensangebote schaffen

**AUFWAND:**

mittel - hoch; 1-12 Personen

keine - geringe Kosten



**BUNDjugend**  
NORDRHEIN - WESTFALEN



**ESSEN MACHT...**

[www.essen-macht-mehr.de](http://www.essen-macht-mehr.de)

# Kampagne: Änder Was bei dir vor Ort

Dieser Leitfaden zeigt, wie du gemeinsam mit Anderen die Änder Was Kampagne "Nachhaltige Mensa/Eisdiele/Cafeteria" angehen kannst. Natürlich könnt ihr die Situation vor Ort wesentlich besser beurteilen. Deshalb ist es erfahrungsgemäß sinnvoll diverse Dinge anzupassen, wegzulassen etc. So ist eure Kampagne von vielen Faktoren abhängig, z.B. davon, welche Ziele ihr habt, wie viele Engagierte ihr seid, wie cool eure Mensaleitung ist, ob ihr eure Mensa in der Schule, Uni oder vielleicht eher das Essen in eurem Lieblingsrestaurant oder -imbiss verändern wollt...

## melde dich bei uns

Wenn du eine Aktion planst, melde dich auf jeden Fall bei uns. So eine Initiative ist meist etwas aufwändiger als gedacht, sodass Tipps und Unterstützung von außen extrem wichtig sind. Wir helfen dir/euch bei offenen Fragen - egal ob zu Kampagnenarbeit, Presse, Strategien oder Flyern - und unterstützen euch gerne.

### Projekt "ESSEN MACHT..."

Felix Becker

Tel: 02921-346944

Mail: [essen@bundjugend-nrw.de](mailto:essen@bundjugend-nrw.de)

## Inhaltliches

### Was ist eine Änder Was Kampagne?

Eine Änder Was Kampagne ist eine selbstorganisierte Kampagne, die Veränderungen vor Ort herbeiführen will. Dieser Leitfaden unterstützt Menschen darin sich zu organisieren und sich gemeinsam für ein nachhaltigeres Essensangebot in der lokalen Mensa, Restaurant, Eisdiele, Bäckerei, Kneipe, Lebensmittelfabrik oder Café einzusetzen.

### Was ist das Ziel der Aktion?

Allgemein gesagt: gutes und nachhaltiges Essen vor Ort. Was das bedeutet, hängt von dir/euch ab. Je nachdem welche Schwerpunkte du setzen willst, kann das heißen:

- fair gehandelte Produkte
- regionale/saisonale Zutaten
- vegetarische/vegane Speisen
- biologisches Essen
- weniger Lebensmittelverschwendung

## Organisatorisches

### Wie viele Leute brauche ich?

Im Idealfall 3 - 10 Aktive. Mit viel Motivation geht's auch allein oder zu zweit. Mit mehr Menschen geht's natürlich auch. Trotzdem sollte die Gruppe der Aktiven nicht größer als 15 Leute sein, um Absprachen leichter zu treffen und die Übersicht nicht zu verlieren. Wichtig ist es ein, zwei oder drei Personen zu haben, die alles im Blick haben. Hilfreiche Tipps und Methoden, wie Ihr euch gut organisieren könnt, findest du in dieser Broschüre.

### Wie viel Zeit brauche ich für alles?

Je nachdem wie deine/eure Ziele und Rahmenbedingungen sind, kann die Initiative mehrere Wochen oder länger in Anspruch nehmen. Gerade deshalb ist es wichtig sich als (Arbeits-)Gruppe regelmäßig zu treffen. Für eine gute Struktur und Organisation, gibt's hier eine tolle Broschüre: [www.bit.ly/1AEoizF](http://www.bit.ly/1AEoizF) Und wir unterstützen euch gerne :)

### Was brauche ich an Material und wo bekomme ich es her?

Die auf deine/eure Situation angepasste Infomappe für die Mensaleitung ([www.essen-macht-mehr.de/infomappe](http://www.essen-macht-mehr.de/infomappe)), eine Kamera / Smartphone für gute Fotos; Flyer, Postkarten / Unterschriftenlisten, Augenaufkleber und weiteres Aktionsmaterial bekommst du von der BUNDjugend Landesgeschäftsstelle. Sende einfach eine E-Mail an



Der Ablaufplan ist ein Beispiel, das **ich** und **euch** als Vorlage und zur Anregung hilft. Hier geht es um veganes Essen in der (Hoch-)Schulmensa. Je nachdem was ihr verändern wollt, könnt ihr den Plan abwandeln um **euch** bei der Eisdielen-Ecke oder eurem Lieblingsrestaurant für ökologische/regionale/... Zutaten einzusetzen.

## 1. Infomappe runterladen

Unter "Infomappe herunterladen" könnt ihr euch eine vorgefertigte Infomappe als Word-Datei herunterladen, die in ähnlicher Form schon von zahlreichen Initiativen erfolgreich verwendet wurde.

## 3. Übergabe der Infomappe vorbereiten

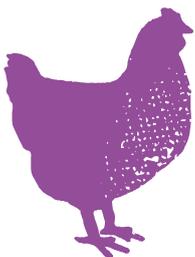
Vor dem Treffen mit der Mensaleitung sind zur Übergabe der Infomappe noch einige Dinge zu erledigen:

- 1.) Infomappe in Farbe ausdrucken und mit Spiralbindung oder Heftklammer versehen.
- 2.) Infomappe in schwarzweiß ausdrucken als Kopiervorlage.
- 3.) Die Infomappendatei als PDF-Datei per USB-Stick parat haben.
- 4.) Muffins oder andere Leckereien für die Mensaleitung backen -  
Rezepte: [www.essen-macht-mehr.de/tag/muffins](http://www.essen-macht-mehr.de/tag/muffins).

## 5. Aktionen planen & durchführen

Während ihr auf eine Rückmeldung der Mensaleitung wartet, könnt ihr euch die Zeit z.B. mit Infoständen, Postkarten-aktionen, Unterschriftenlisten, öffentlichkeitswirksamen Events, Pressearbeit oder veganen Kochworkshops vertreiben.

Bewerbt eure Aktionen auf Facebook, eurem eigenen Blog und dem von "ESSEN MACHT...". Weitere Anregungen, mit welchen Aktionen ihr eure Initiative bekannt und lebendig machen könnt, findet ihr hier: [www.essen-macht-mehr.de/aktionen/](http://www.essen-macht-mehr.de/aktionen/)



## 6. Erfolg? Misserfolg? Probleme? Wichtige Informationen?

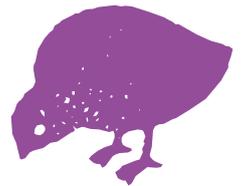
Bitte meldet die Ergebnisse eurer Bemühungen per E-Mail an [essen@bundjugend-nrw.de](mailto:essen@bundjugend-nrw.de), damit diese auf der Seite veröffentlicht werden können. Super wären natürlich Presseartikel zur Initiative. Teilt eure Erfahrungen auf [www.essen-macht-mehr.de/blog-eintrag-erstellen](http://www.essen-macht-mehr.de/blog-eintrag-erstellen), damit andere Engagierte von euch lernen und inspiriert werden.



## 2. E-mail-Anschreiben an die Mensaleitung

Sobald ihr eine kleinere Gruppe (3-5 Aktive genügen schon) zusammen habt und **euch** am besten auch schon mal zum Kennenlernen getroffen habt, könnt ihr eure Mensaleitung anschreiben. Tipps, wie ihr mehr Aktive werdet, könnt ihr von uns bekommen. Achtung: Nicht die Infomappe per E-Mail versenden! Der persönliche Kontakt ist wichtig.

- 1.) Ersetzt die im Artikel "Anschreiben Mensaleitung" rot markierten Stellen.
- 2.) Kopiert dann den Text in eine E-Mail.



## 4. Infomappe übergeben

Beim Treffen mit der Mensaleitung zur Übergabe der Infomappe wäre es gut:

- 1.) Mit 3-5 Mitgliedern zum Treffen zu gehen.
- 2.) Die Zusage einer ungefähren Rückmeldung seitens der Mensaleitung einzuholen.
- 3.) Mit der Rückmeldung erhaltet ihr hoffentlich einen zweiten Termin. Bei diesem Treffen könnt ihr Rückfragen der Verantwortlichen beantworten etc. Die Mensaleitung wird sich bei einer Rückmeldung sicher nicht bereit erklären die Mensa vollständig vegan zu machen. Vielleicht wollen die Verantwortlichen aber ein veganes Gericht einführen oder die Kennzeichnung der veganen Gerichte/ Beilagen etc., welche sowieso schon unter den "normalen" Gerichten/Beilagen vorhanden sind. Damit ihr bei der Kennzeichnung sicher sein könnt – und auch die Mensaleitung – ist es sinnvoll unser Anschreiben (deutsch | englisch) zu benutzen, in dem die Hersteller zusichern, dass ihre betreffenden Produkte – rezepturmäßig – ohne tierliche Bestandteile sind. Wir können nicht von der Mensaleitung erwarten, dass sie das 100%ig nachprüfen können, und wir können es eben



Nutzt diese Checkliste - ähnlich wie den Ablaufplan - als Anregung. Für den Erfolg eurer Initiative müsst ihr nicht alle Schritte abhaken. Dennoch kann es sehr hilfreich sein, wenn ihr euch daran orientiert. Druckt ihn aus, verteilt Verantwortlichkeiten & Aufgaben und hakt die Punkte nach und nach ab.

### Vorspeise

#### Vorbereitung

- den Leitfaden & die Infomappe ausdrucken und lesen
- Mitstreiter\*innen suchen & erstes Treffen organisieren
- Ideen finden & Ziele klären: Was genau wollt ihr verändern? Wo soll das Essen in welcher Form nachhaltiger werden?
- BUNDjugend NRW kontaktieren & Materialien bestellen - Tel: [02921-346944](tel:02921-346944), Mail: [essen@bundjugend-nrw.de](mailto:essen@bundjugend-nrw.de)
- Broschüre „Einfach machen“ mit Tipps zur Organisation von Gruppen & Aktionen herunterladen: [www.bit.ly/1AEoizF](http://www.bit.ly/1AEoizF)
- Organisationsstruktur klären: Wie wollt ihr arbeiten? Wie oft wollt ihr euch treffen? Über welche Kanäle wollt ihr kommunizieren (E-Mail, Mund zu Mund, Facebook, Instagram ...)?
- Ressourcen besprechen: Wie viel Zeit habt ihr? Wer kann was einbringen? Wie lange wollt ihr aktiv werden?
- Strategien entwickeln & einen Plan erstellen
- Mensaleitung bzw. Gastronomie-Betreiber\*innen anschreiben und Termin vereinbaren
- Facebookseite oder Blog für eure Initiative erstellen
- die lokale Presse & Schul-/Unizeitung per Pressemitteilung & Telefonat informieren
- Infomappe überarbeiten & drucken (1x bunt & geheftet; 1x schwarz/weiß als Kopiervorlage)
- nachhaltige Snacks herstellen - als netter Vorgeschmack für die Gastronomie-Betreiber\*innen ;)
- einen groben Plan über den Verlauf des Gesprächs machen & Argumente sammeln

### Hauptgang

#### Durchführung

- mit Infomappe, Kamera, Flyer & Snacks zum Treffen mit Gastronomie-Betreiber\*innen gehen
- euer Anliegen und Vorhaben erklären, ins Gespräch kommen & Zusage einer Rückmeldung einholen
- Fotos machen & Bericht vom Treffen über verschiedene Kanäle veröffentlichen
- Treffen auswerten
- weitere Aktionen machen & darüber berichten, zum Beispiel:
  - Infostand
  - Postkartenaktion / Unterschriftenliste
  - öffentlichkeitswirksame Events (Beispiele gibt's unter: [www.essen-macht-mehr.de/aktionen](http://www.essen-macht-mehr.de/aktionen) )
  - nachhaltiger Kochworkshop

### Nachtisch

#### Nachbereitung

- weiter im Kontakt mit Gastronomie-Betreiber\*innen bleiben
- Ergebnisse auswerten
- Bericht schreiben & mit Fotos über [www.essen-macht-mehr.de/blog-eintrag-erstellen](http://www.essen-macht-mehr.de/blog-eintrag-erstellen) an uns senden
- euch selbst und eure coole Initiative feiern ;)

