

Methodenbuffet mit Rezeptvorschlägen

Eine Auswahl von
Methoden und Workshopabläufen
für die Bildungsarbeit zum Thema
globale Lebensmittelvernichtung



Wir klammern Bildung nicht aus.

Inhalt

01		Einleitung
03		Hinweise für Lehrveranstaltungen

Einzelmethoden

03		Aperitif	05 Mülltonne 05 Das springende Toast 06 Bananas united
07		Vorspeise	08 Ernährungsführerschein 09 Namensassoziation 09 Klimagericht von Germanwatch & Brot für die Welt 10 Positionsbarometer 11 Assoziationen zu Fotos 12 Quiz 13 Lebensmittelverwendungs BINGO 14 Gespräch im Plenum
15		Hauptgang	16 Nix kommt weg von ReFoWas 16 Tomaten-Rallye von Fairbindung e.V. & Konzeptwerk neue Ökonomie 17 Der vernetzte Teller von Educación 21 18 Meinungsbild 19 Lebensmittelverschwendung und foodsharing 19 Globale Bedeutung der Lebensmittelverschwendung von Slow Food 20 Die Reise einer Orange von FDCL e.V. 21 Taste the Waste von Thurn Film 22 Spiel der Sinne
23		Nachtisch	24 Wie läuft eigentlich eine foodsharing-Abholung ab? 25 Wie lagern wir Lebensmittel richtig? von Zu gut für die Tonne 26 Handlungsoptionen gegen Lebensmittelverschwendung 26 Zukunftswerk- statt - Stopp der Lebensmittelverschwendung von der Bundeszentrale für politische Bildung (bpb) 27 Kochen mit geretteten Lebensmitteln 27 Apfelringkette basteln 28 Gemüsedemo von BUND Jugend Rheinland-Pfalz 28 Alternative zu was? von Fairbindung e.V. & Konzeptwerk neue Ökonomie 29 Häppchen gegen Versprechen
30		Digestif	31 Einkaufskorb, Mixer und Kompost von Fairbindung e.V. & Konzeptwerk neue Ökonomie 31 Blitzlicht 32 Zielscheibe 33 Fünf Finger-Feedback

34		Rezeptvorschläge
40/ 41		Referenzen & Impressum

Einleitung

Liebe Essensretter*innen in der Bildungsarbeit,

vor etwa einem Jahr lud die foodsharing Akademie unter dem Leitgedanke „Global gedacht, lokal bewegt. Bildung gegen Lebensmittelverschwendung“ zum ersten Wochenendseminar für Multiplikator*innen in der Bildungsarbeit ein. Seitdem ist viel passiert: Von Engagement Global wurde der foodsharing-Verein als Träger der entwicklungspolitischen Bildungsarbeit anerkannt. Mit dem Motto „Wir klammern Bildung nicht aus“ ist die foodsharing Akademie fester Bestandteil der Bewegung geworden und unter der Domain [foodsharing-akademie.org](https://www.foodsharing-akademie.org) entstand eine eigene Internetpräsenz. Zusammen mit der Community wurden in einem Workshop auf dem foodsharing Festival die Weiterbildungsbedürfnisse und -wünsche der foodsharing-Aktiven herausgearbeitet. Mit der foodsharing Akademie ist der Bildungsauftrag, den foodsharing sich zum Ziel setzt, nun fest in einem Projekt verankert. Dabei lässt sich die Arbeit der Akademie in zwei wesentliche Bereiche unterteilen. Zum einen sensibilisiert sie für das Thema Lebensmittelverschwendung im globalen, sozial-ökologischen sowie klimapolitischen Kontext und leistet somit einen Beitrag zu einer nachhaltigen und entwicklungspolitischen Bildung im deutschsprachigen Raum. Dafür bietet sie für foodsharing-Aktive, Pädagog*innen und Multiplikator*innen in der entwicklungspolitischen Bildungsarbeit u.a. ein themenspezifisches Bildungsangebot in Form von Präsenz-Seminaren, Fortbildungen und Webinaren an. Zum anderen veranstaltet sie regelmäßig Trainings und stellt Materialien für foodsharing-Aktive zur Verfügung, um sie in ihrem Engagement zu unterstützen und weiterzubilden, beispielsweise im Vereins- und Lebensmittelrecht oder der Mediation.

Im November 2019 findet erneut eine Fortbildung zum Thema Lebensmittelverschwendung im globalen Kontext statt. Wieder ist es ein Seminar für Multiplikator*innen in der Bildungsarbeit. Dieses Mal stehen die Auswirkungen der Lebensmittelverschwendung auf die globale Klimakrise im Vordergrund. Mit der Vorratskammer entstand im letzten Jahr eine ausführliche Wissenssammlung zum Thema globale Lebensmittelvernichtung, welche einen Überblick über spannende Bildungseinheiten, wissenschaftliche Studien, Fortbildungen sowie relevante Literatur gibt. Darüber hinaus enthält sie eine Zeittafel über die politische Entwicklung des Themas und stellt diese in Relation zur Entstehungsgeschichte von foodsharing. Die Vorratskammer findest Du unter <https://www.foodsharing-akademie.org/mediathek-2/> zum Herunterladen.

Zunehmend werden aktive Lebensmittelretter*innen in den Bezirken nach Vorträgen, Workshops oder anderen Bildungsangeboten gefragt. Mit diesem Methodenbuffet, als Ergänzung zur Vorratskammer, wollen wir Dich speziell in Deiner Planung von Bildungseinheiten unterstützen. Zunächst geben wir ein paar Tipps zur Planung und Durchführung von Veranstaltungen. Anschließend servieren wir in fünf Gängen Methoden rund ums Thema Lebensmittelvernichtung im globalen Kontext. Dabei orientieren sich die Inhalte an dem Konzept des Globalen Lernens:



Der Aperitif eröffnet das Buffet mit Energizern die helfen, die Konzentration wiederherzustellen und die Teilnehmenden zwischen den Seminareinheiten aufzuwecken.



Die Vorspeise beinhaltet Methoden zum Einstieg in das Thema und Spiele zum gegenseitigen Kennenlernen in der Gruppe.



Der Hauptgang enthält verschiedene Methoden, die ihren Schwerpunkt im Bereich der Wissensvermittlung ansiedeln.



Im Nachtisch wird Bezug auf das eigene Handeln genommen und die Fragestellung „Wie kann ich selber oder auch wir als Gruppe aktiv werden?“ bearbeitet.



Der Digestif schließt mit Methoden ab, die helfen gemeinsam als Gruppe das Gelernte zu reflektieren und in einem Feedback zusammenzufassen.

Abgerundet wird das Methodenbuffet mit Rezeptvorschlägen für Workshops mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Diese kannst Du gerne zur Orientierung bei der Planung Deiner Veranstaltung nutzen.

Viel Spaß beim Stöbern, Vorbereiten und Ausprobieren!
Euer Team der foodsharing Akademie

Einleitung

Hinweise für die Anwendung

In dem Dokument sind die Methoden in die Kategorien Austausch, Erleben, Film, Spiel und Wissen eingeteilt. Dafür werden die folgenden Icons verwendet:



Austausch



Erleben



Film



Spiel



Wissen

Bei einigen Methoden sind Arbeitsblätter angehängt, die *hier* zum Herunterladen zur Verfügung stehen. Dort findest Du auch das Raster zur Planung von Veranstaltungen, mit dem Du Deinen eigenen Workshop ausarbeiten kannst.



<https://www.foodsharing-akademie.org/methodenbuffet-arbeitsblaetter/>

Übrigens: In diesem Methodenbuffet sprechen wir immer wieder von Lebensmittelverschwendung und -verlusten. Doch was ist eigentlich der Unterschied?

- **Lebensmittelverluste** sind nicht direkt beabsichtigt. Sie entstehen zum Beispiel durch eine unzureichende Infrastruktur bei Transport und Lagerung, als Folge eines Unwetters, aber auch, wenn bei einem Lebensmitteltransport die Technik ausfällt und so die Kühlkette unterbrochen wird. Auch für den menschlichen Verzehr nicht geeignete Teile der Nahrung (z.B. Knochen) zählen zu den Lebensmittelverlusten.
- **Lebensmittelverschwendung** hingegen ist durch gegebene Strukturen und Konsumgewohnheiten bedingt und gewissermaßen “beabsichtigt”. Hierzu zählen z.B. marktimmanente Überproduktion, das Unterpflügen von Gemüse auf dem Feld, Produkte die wegen einem überschrittenen Mindesthaltbarkeitsdatum aussortiert werden oder auch wenn Lebensmittel in der Tonne landen, weil zu viel eingekauft wurde.

Lebensmittelverluste und Lebensmittelverschwendung werden in englischen Dokumentationen meistens zusammenfassend als “food waste” bezeichnet. Diese Methodensammlung soll ein lebendiges Dokument sein: Wenn Du also noch Methoden zu Lebensmittelverschwendung im Sinn hast, die gut in diese Methodensammlung passen oder Du eine der hier gesammelten Methoden weiterentwickelt hast, kannst Du dich sehr gerne unter akademie@foodsharing.de melden.

Hinweise für Veranstaltungen und Workshops

Checkliste für die Durchführung von Veranstaltungen

Vor der Veranstaltung

Rahmenbedingungen der Veranstaltung

- mit der Lehrkraft, Aufsichtsperson bzw. dem/der Organisator*in abklären -

- ☐ Gruppengröße
- ☐ Altersstufe(n)
- ☐ Kennt sich die Gruppe?
- ☐ Kontext der Veranstaltung (z.B. Freiwilligenseminar)
- ☐ Vorhandene Materialien/ Raumausstattung (z.B. Beamer, Flipchart)
- ☐ Größe des Veranstaltungsraums (Reicht der Platz für bestimmte Methoden?)
- ☐ Weitere Besonderheiten abfragen (z.B. beeinträchtigte Personen)
- ☐ Pausenzeiten
- ☐ Vorwissen der Gruppe
- ☐ Bestimmte Rituale in der Gruppe (z.B. Klangschale um zur Ruhe zu kommen)
- ☐ Kontaktnummer für Notfälle (z.B. Bahn verspätet, Krankheitsfall)
- ☐ Ggf. Aufsichtsperson bitten, durchgängig dabei zu sein

Methoden zusammenstellen

- ☐ Veranstaltungsraster (Vgl. Anlage 1) vorbereiten/überarbeiten
- ☐ Ggf. Aufgaben aufteilen
- ☐ Zeitabschätzung/-einteilung für die einzelnen Methoden
- ☐ Zeitlichen Puffer und Alternativen einplanen

Während der Veranstaltung

- ☐ Pausenzeiten/Konzentrationsfreie Phasen einplanen (z.B. Bild ausmalen lassen oder Energizer durchführen)
- ☐ Auf die Stimmung der Gruppe flexibel mit Alternativen reagieren
- ☐ Am Ende der Veranstaltung Feedback von den Teilnehmenden abfragen

Nach der Veranstaltung

- ☐ Feedback der Lehrkraft, Aufsichtsperson bzw. dem/der Organisator*in abfragen und dokumentieren
- ☐ Informationen zur Veranstaltung festhalten
- ☐ Ggf. Methoden und Materialien für die Zukunft anpassen

Tipps für eine gelungene Veranstaltung

- Gegen die Lautstärke: Falls es zu laut ist oder jemand sprechen möchte, fängt eine Person an zu summen. Jede Person, die das hört, schließt sich an bis nur noch ein kollektives Summen zu hören ist. Dieses wird kurz gehalten; anschließend verstummt das Summen und alle Teilnehmenden sind automatisch ruhig.
- Handzeichen einführen für Zustimmung, Ablehnung, Redereihenfolge, Timeout, Verfahrensvorschlag etc.
- Zwischendurch immer mal wieder das Energielevel abfragen und dann ggf. eine kurze Pause

Aperitif



Vorspeise



Hauptgang



Nachtisch



Digestif



Energizer

Der Aperitif wird serviert, um den Appetit anzuregen und sich auf die bevorstehende Mahlzeit einzustimmen. Auch die Energizer die Du in dem folgenden Kapitel findest, rütteln die Gruppe wieder auf. Energizer sind kurze und auflockernde Spiele, die helfen, die Konzentration wiederherzustellen und die Teilnehmenden zwischen den Seminareinheiten aufzuwecken. Sie können immer wieder eingeschoben werden, wenn die Aufmerksamkeit schwindet.

Mülltonne

>> **Pfiffiger Energizer, der nach jedem längeren thematischen Input wieder Schwung in die Gruppe bringt. <<**

Angelehnt an den Energizer Obstsalat, *hier*, bei dem die Teilnehmenden schnell die Plätze wechseln, sobald das passende Obst gerufen wird. Anstelle von Früchten werden Ausdrücke aus dem Bereich der Lebensmittelrettung verwendet. Hierzu können zum Beispiel die folgenden Begriffe zählen: „Brot von gestern“, „braune Bananen“, „abgelaufenes Salz“ oder „glitschige Pilze“. Das Wort „Obstsalat“, bei dem alle Menschen aufstehen müssen, wird durch „Mülltonne“ ersetzt.

- Kategorie: 
- Zielgruppe: Kinder und Jugendliche
- Dauer: 5 - 10 Minuten
- Ausstattung: Stühle
- Herausgeber: Baut auf einer bestehenden Methode auf (Jugendorganisation BUND Naturschutz)



Das springende Toast

>> **Ein Energizer der Kreativität erfordert und von der Situationskomik lebt. <<**

Die Gruppe steht im Kreis um den Teamenden. Zeigt dieser auf eine Person im Kreis und gibt ein Bewegungs-Kommando, z.B. Toaster, Mixer, Wiegemeser oder Knoblauchpresse, muss die Person, auf die der Finger zeigt, und die Personen rechts und links von ihr so schnell es geht eine passende Bewegung ausführen.

- Kategorie: 
- Zielgruppe: Kinder und Jugendliche
- Dauer: 5 Minuten
- Ausstattung: Ausreichend Platz zum Bewegen



<https://www.jbn.de/kinder-muepfe/spieleboerse/obstsalat/>



Bananas united

>> Ein schneller Energizer, der die Teilnehmenden motiviert und gute Laune verbreitet. <<

Die Gruppe wiederholt einen einfachen Refrain immer zweimal. Das erste Mal leise, mit kleinen Bewegungen und das zweite Mal lauter mit verstärkten Bewegungsabläufen. Ein Beispielvideo ist *hier* zu finden.

Kategorie:



Zielgruppe: Kinder und Jugendliche

Dauer: 5 Minuten

Ausstattung: Ausreichend Platz zum Bewegen

Herausgeber: Bestehende Methode (Mehrere Herausgeber)

Tipp/ Variation:

Von dem Lied existieren mehrere Versionen. Man kann es durch beliebig viele Strophen erweitern. Auch lässt sich das Lied auf anderes Obst oder Gemüse übertragen. *Hier* eine weitere Version.

Möglicher Text (Angelehnt an Version 1)

All bananas of the world get united.
(1x)
And I save banana, save save banana.
(2x)
And I peel banana, peel peel banana.
(2x)
And I cut banana, cut cut banana.
(2x)
And I shake banana, shake shake banana.
(2x)
And I drink banana, drink drink banana.
(2x)
And I digest banana, digest digest banana.
(2x)
And go banana, go go banana.
(2x)



Version 1:

<https://www.youtube.com/watch?v=jzxSHH3-xM4>



Version 2:

<https://www.youtube.com/watch?v=o6gHL1LJ-HQ>



Aperitif



Vorspeise



Begrüßung, Kennenlernen der Teilnehmenden und Einführung/Einstieg ins Thema

Hauptgang



Die Vorspeise enthält erste thematische Happen sowie Spiele zum Kennenlernen innerhalb einer Gruppe. Wie ist das Vorwissen? Gibt es bereits Berührungspunkte mit dem Thema? Welche Perspektive haben die Teilnehmenden auf die Problematik? Methoden, die versuchen, genau das herauszufinden, findest Du in dem folgenden Kapitel.

Nachtisch



Digestif



Ernährungsführerschein

>> Absolviere die einzelnen Stationen des Workshops und werde Lebensmittelexperte*in. <<

Jeder Teilnehmende bekommt eine Karte (Ernährungsführerschein) mit allen Stationen die durchlaufen werden; nach jeder Station bzw. jedem Programmpunkt darf ein Haken gesetzt werden. Mit dem Ernährungsführerschein halten die Teilnehmenden am Ende der Veranstaltung eine symbolische “Auszeichnung” in den Händen, die sie als Lebensmittelexperte*in ausweist. *Hier* eine Vorlage zum Herunterladen.

Kategorie:



Zielgruppe: Kinder

Dauer: Begleitend zur Veranstaltung

Ausstattung: Ausgedruckte Ernährungsführerscheine und Stifte



<https://www.foodsharing-akademie.org/methodenbuffet-arbeitsblaetter/>



Namensassoziation

>> Besonders bei fremden Gruppen und längerem Zusammensein der Gruppe zu empfehlen. <<

Vornamen werden mit passenden Alliterationen aus dem Lebensmittelbereich ergänzt. Hier funktioniert zum Beispiel „Leberkäse-Lili“, „Pfifferlings-Pia“ und „Topinambur-Thore“. Mit einer passenden Bewegung können sich so die Vornamen der Leute in einer Gruppe besser gemerkt werden.

Kategorie:



Zielgruppe: Für alle Altersstufen geeignet

Dauer: Variiert je nach Gruppengröße

Ausstattung: Keins

Tipp/ Variation:

Für einen höheren Schwierigkeitsgrad kann man zusätzlich zu dem Lebensmittel auch noch ein Adjektiv voransetzen (z.B. jubelnde Johannisbeere-Judith).

Klimagericht

>> Schnelle Möglichkeit, um den Wechsel zum Hauptgang einzuleiten. <<

Kurzer Videoclip, *hier* (1:07 Minuten), um in die globalen Zusammenhänge von Lebensmittelverschwendung einzusteigen.

Kategorie:



Zielgruppe: Für alle Altersstufen geeignet

Dauer: 5 Minuten

Ausstattung: Laptop, Lautsprecher, Beamer und Leinwand oder Fernseher

Herausgeber: Bestehende Methode
(Germanwatch & Brot für die Welt)



Tipp/ Variation:

Im Anschluss kann gut in eine Diskussionsrunde eingestiegen werden.



<https://www.youtube.com/watch?v=6d5F1v198l0>



Positionsbarometer

>> Gute Methode, um einen ersten Eindruck zu bekommen und das Vorwissen von der Gruppe festzustellen. <<

Es werden diverse Fragen an die Gruppe gestellt. Auf einem imaginären Barometer müssen sich die Teilnehmenden dann nach Zustimmung (ja/+) und Ablehnung (nein/-) positionieren. Nach der Positionierung ist es empfehlenswert eine Stellungnahme einzelner Teilnehmer*innen abzufragen. Eine ergänzende Methodenbeschreibung von Fairbindung e.V. ist [hier](#) zu finden.

Kategorie:



Zielgruppe: Für alle Altersstufen geeignet

Dauer: 15 Minuten

Ausstattung: Ausreichend Platz zur Positionierung

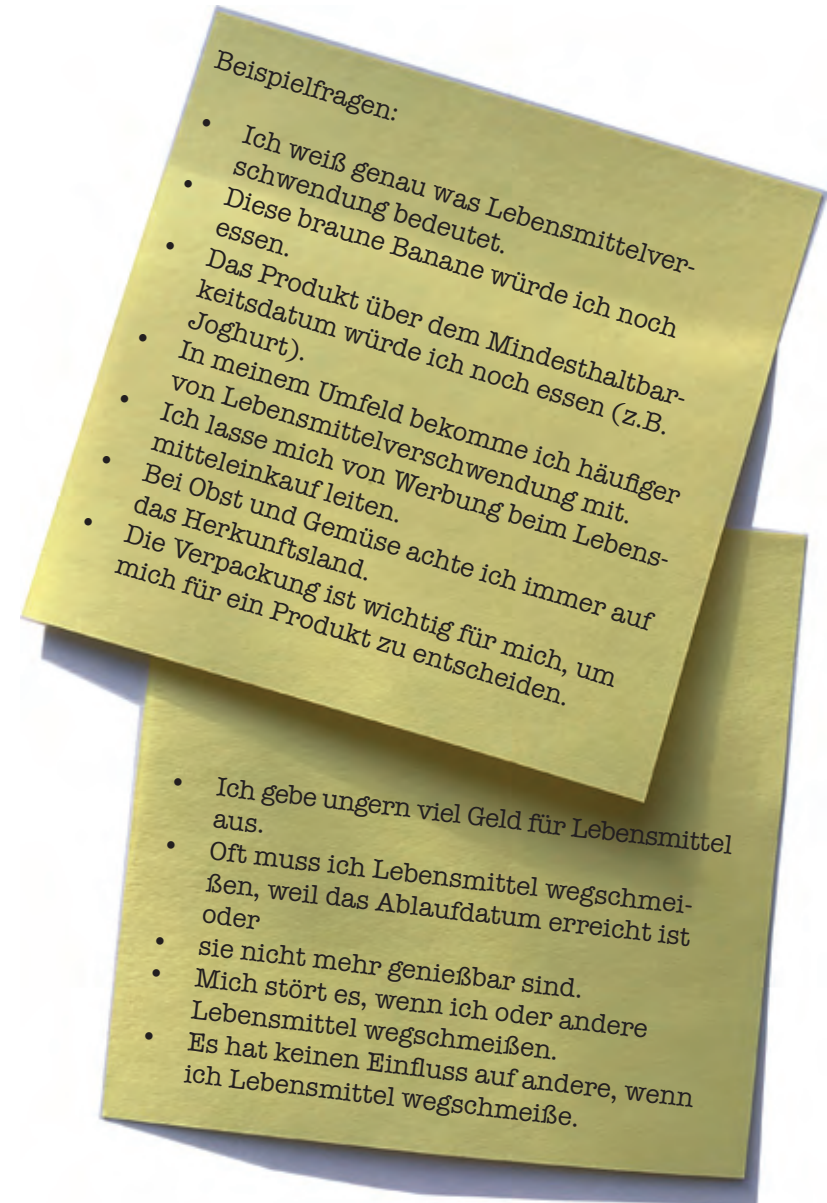
Herausgeber: Baut auf einer bestehenden Methode auf (Fairbindung e.V.)



Tipp/Variation:

Lebensmittel als Beispiele mitnehmen (z.B. braune Banane) und Fragen entsprechend der Altersstufe und Gruppe auswählen/ anpassen. Als Übergang zum Hauptgang eignet sich eine Schätzfrage zur Lebensmittelverschwendung gut (z.B. Wie viel schmeißt jede*r von uns im Schnitt pro Jahr weg? 0-100 Kg) Antwort: 55 Kg.

Quelle: Studie im Auftrag des Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL), Systematische Erfassung von Lebensmittelabfällen der privaten Haushalte in Deutschland (2017)



<https://www.endlich-wachstum.de/kapitel/lebensmittel-zum-zweck/methode/wie-stehe-ich-zu-2/>



Assoziationen zu Fotos

>> Schöne Möglichkeit, um Gespräche in einem Plenum anzustoßen und Sachverhalte durch Fotos zu verdeutlichen. <<

Stille Diskussion mit der Leitfrage „Welche Assoziationen/Gedanken rufen die Bilder in dir hervor?“ „Werden Lebensmittel verschwendet?“ „Oder doch gerettet bzw. verwendet?“ Zu den Stationen Produktion, Verteilung, Konsum und Entsorgung. Zu jeder Station gibt es ein Bild, *hier*, dieses wird in der Mitte eines Plakates positioniert. Es bietet sich an jedes Bild und Poster auf einen einzelnen Tisch zu legen. Im Anschluss darf jede*r Teilnehmer*in seine/ihre Gedanken auf die Poster schreiben. Zum Abschluss werden die stillen Notizen im Plenum zusammengefasst und besprochen.

Kategorie:



Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Dauer: 45 Minuten

Ausstattung: Passende Bilder oder Gegenstände, Plakate, mehrere Stifte und ggf. Tische

Tipp/ Variation:

Die Teilnehmenden könnten auch die Aufgabe bekommen in Gruppenarbeit Gründe für Lebensmittelverschwendung im Produktionsschritt zu sammeln.



<https://www.foodsharing-akademie.org/methodenbuffet-arbeitsblaetter/>



Quiz

>> Durch das Quiz kann der persönliche Wissensstand zum Thema Lebensmittelverschwendung und globale Ernährungssituation auf die Probe gestellt werden. <<

Die Fragen werden zunächst in Kleingruppenarbeit (2-4 Personen pro Gruppe) beantwortet und dann zusammen im Plenum diskutiert. Anschließend werden Kleingruppen mit je 3-4 Personen gebildet, die in einem Reflexionsprozess noch einmal die aus ihrer Sicht wichtigsten Punkte auf einem Poster zusammenfassen. *Hier* geht es zum Quiz.

Kategorie:



Zielgruppe: Für alle Altersstufen geeignet

Dauer: Variiert je nach Gruppengröße und Anzahl der Fragen

Ausstattung: Ausgedruckte Quizfragen, Poster, Permanent Marker und ggf. Tafel/Flipchart um die Lösungen anzuschreiben.

Tipp/Variation:

In Anlehnung an die Kinder-Quizshow 1, 2 oder 3 werden auf dem Boden drei Felder gekennzeichnet. Während die Fragen auf einer Flipchart dargestellt werden, müssen die Teilnehmenden sich entsprechend ihrer Antwort auf den Feldern positionieren. Dabei wird in Kleingruppen von 3-5 Personen gegeneinander gespielt.



<https://www.foodsharing-akademie.org/methodenbuffet-arbeitsblaetter/>



Lebensmittelverwendungs BINGO

>> Super Methode, um andere Teilnehmende besser kennenzulernen und in einen ersten Austausch über Lebensmittelwertschätzung zu kommen. <<

Jede*r bekommt einen Zettel, auf dem ein Raster (5x5) Kästchen zu sehen ist. Über dem Raster steht die Überschrift: "Finde eine Person, die...". In jedem Kasten steht eine Eigenschaft, zu der die Teilnehmenden dann eine andere Person aus der Gruppe finden sollen, auf die diese Eigenschaft zutrifft. Das Spiel ist zu Ende, wenn eine Person ein Bingo hat (eine volle Reihe horizontal, vertikal oder diagonal). *Hier* geht es zum BINGO-Zettel.



Kategorie:

Zielgruppe: Je nach Inhalt des Bingos sehr variabel.

Dauer: 10 Minuten

Ausstattung: Ausgedruckte Bingozetteln (einen pro Teilnehmende Person)

Tipp/ Variation:

Die Teilnehmenden bekommen am Anfang des Workshops ein leeres Raster und dürfen selber zur Lebensmittelverschwendung passende Begriffe wie “Tonne”, “Überproduktion” oder “gerettet” und Floskeln wie “Mindesthaltbarkeitsdatum ist abgelaufen” oder “das kann man doch noch essen” eintragen. Wenn irgendwann während des Workshops einer der Begriffe oder Floskeln fällt, darf das jeweilige Kästchen abgehakt werden. Wer eine Reihe voll hat ruft laut BINGO (auch wenn man gerade Mitten in einer Methode ist). Mit dem ersten BINGO endet das Spiel. *Hier* das leere BINGO-Raster als Vorlage.



<https://www.foodsharing-akademie.org/methodenbuffet-arbeitsblaetter/>



Gespräch im Plenum

>> Mit spritzigen Leitfragen unterstützt diese Methode Dich dabei ein Gespräch anzustoßen. <<

Im Zweiergespräch, Kleingruppen oder auch im Plenum werden verschiedene Fragestellungen diskutiert. Diese Methode soll Dir einige Fragestellungen zur Orientierung an die Hand geben.

Kategorie:



Zielgruppe: Für alle Altersstufen geeignet

Dauer: Variiert je nach Fragestellung

Ausstattung: Ggf. Lebensmittel zur Veranschaulichung

Tipp/ Variation:

Die Leitfragen sollten je nach Gruppe ausgewählt/angepasst werden. Ein offenes Plenum eignet sich auch sehr gut für die Identifikation von Lösungsmöglichkeiten (Nachtisch). Wir empfehlen Gruppenarbeiten mit maximal sechs Mitgliedern, damit jede*r zu Wort kommt. Um die Fragen zu verdeutlichen können Gegenstände (z.B. Lebensmittel oder Fotos) verwendet werden.

Beispielfragen:

- Jede*r schmeißt mal Lebensmittel weg. Kannst du dich daran erinnern warum du das letzte Mal etwas nicht aufgegessen hast?
- Hast du dich mit Freunden oder deiner Familie schon einmal über das Thema Lebensmittelverschwendung unterhalten?
- Welche Rolle spielt das Thema Ernährung an deiner Schule im Unterricht bzw. hat es eine Rolle gespielt?
- Bist Du schon mal ganz bewusst durch einen Supermarkt gelaufen und hast dir überlegt, woher all die vielen Lebensmittel kommen, welche Wege sie hinter sich haben, wer dafür gearbeitet hat?

Tipp für jüngere Gruppen: Eine Weltkarte mit den Umrissen der Länder schwarzweiß kopiert mitnehmen und dann mit Farbe die Länder ausmalen, die ihr im Supermarkt findet.



Aperitif



Vorspeise



Hauptgang



Nachtisch



Digestif



Erarbeitung des Themas

Der Hauptgang hat es in sich! Hier findest Du Methoden die nur so vor Informationen strotzen. Doch ein umfangreiches Wissen ist die Grundlage, um das Thema einzuordnen, Stellung zu beziehen und eigene Handlungsmöglichkeiten zu erarbeiten und umzusetzen. Verpackt in didaktisch gut aufgearbeiteten Methoden, lässt sich das nötige Fachwissen abwechslungsreich vermitteln.

Nix kommt weg

>> Nichts ist besser, als in der eigenen Umgebung aktiv zu werden. Bei diesem Projekt wird die eigene Schule zum Schauplatz im Kampf gegen die Lebensmittelverschwendung. <<

Die Schüler*innen untersuchen wann und warum Lebensmittel in ihrer Schule entsorgt werden. Sie bestimmen aktiv die Abfallmenge, lernen weshalb ein bewusster Umgang mit Lebensmitteln aus ökologischer, ökonomischer und ethischer Sicht von Bedeutung ist und erarbeiten Wege hin zu einer abfallarmen Schule. Alle Unterlagen sowie das gesamte Modulheft sind **hier** zu finden.

Kategorie:



Zielgruppe: Klassenstufe 5-9

Dauer: Mehrere Tage

Ausstattung: Zur Erhebung der Speisereste muss eine "Abräum station" mit Küchenwaage, Behältern und Teigschabern (zum Auskratzen), Schürzen und Handschuhen sowie mit Plakaten und Stiften eingerichtet werden.

Herausgeber: Bestehende Methode (ReFoWas – Reduce food waste)



Tipp/ Variation:

Für Schulen konzipiertes Projekt mit großem Praxisanteil. Sehr geeignet für Projekttag oder -wochen.

Tomaten-Rallye

>> Super aufgearbeitetes Spiel, dass Lebensmittelverluste und -verschwendung entlang der Wertschöpfungskette deutlich macht und sehr gut als Einstieg in den Hauptgang verwendet werden kann. <<

Das Brettspiel veranschaulicht auf lustige und unterhaltsame Art und Weise den Weg einer Tomate entlang ihrer Wertschöpfungskette. Ziel ist es möglichst viele Tomaten vom Strauch über die Verarbeitung und den Einzelhandel auf den Teller des Konsumenten zu bringen – dabei landen jedoch immer wieder Tomaten aus unterschiedlichen Gründen in der Tonne. Eine ausführliche Spielanleitung sowie Spielbrett, Rollenkarten und Spielfiguren befinden sich **hier**.

Kategorie:



Zielgruppe: Ab Klassenstufe 5

Dauer: 20 – 30 Minuten

Ausstattung: Ausreichend Spiel-Sets und Würfel. Ein Spiel-Set ist für 4 – 8 Personen ausgelegt.

Herausgeber: Bestehende Methode (Fairbindung e.V. & Konzeptwerk neue Ökonomie)



Tipp/ Variation:

Es können noch weiterführende Rollenkarten zu foodsharing und zum Containern eingefügt werden.



<https://refowas.de/hilfen-zur-schulverpflegung>



<https://www.endlich-wachstum.de/kapitel/lebensmittel-zum-zweck/methode/tomaten-rallye/>



Der vernetzte Teller

>> Auch wenn diese Methode nicht direkt etwas mit Lebensmittelverschwendung zu tun hat, so passt sie sehr gut in den Kontext. Denn sie verdeutlicht den Wert von Lebensmitteln auf sozialer, ökologischer und ökonomischer Ebene und vermittelt damit den wertschätzenden Umgang, den wir Lebensmitteln entgegenbringen sollten. <<

Die Teilnehmenden bekommen Rollen zugeteilt entweder von Lebensmitteln oder von Elementen die damit verknüpft sind (z.B. Supermarkt, Wasser oder Erdöl). Anschließend wird mit Klebeband der Umriss eines großen Tellers auf den Boden geklebt. Die Teilnehmenden mit einem Lebensmittel als Identität positionieren sich auf dem Teller, alle weiteren Identitäten stehen außerhalb des Tellers. Ausgehend von einem Lebensmittel wird nun mit einer Schnur zu allen in Verbindung stehenden Identitäten ein Netz gespannt. Parallel werden die Verbindungen erklärt und diskutiert. Der gleiche Ablauf erfolgt mit den anderen Lebensmitteln.

Das Spiel wurde für drei verschiedene Altersstufen ausgearbeitet und ist auf die entsprechende Altersklasse zugeschnitten. Die Version für 4 – 8 jährige ist *hier* zu finden. Für 8 – 12 und 12 – 16 jährige sind die Unterlagen *hier* und *hier* aufgeführt.



Kategorie:



Zielgruppe: 4-8, 8-12 oder 12-16 Jährige

Dauer: Mindestens 2,5 Stunden

Ausstattung: Ausgedruckte Rollenkarten, einen ausreichend langen Faden und Klebeband.

Herausgeber: Bestehende Methode (Educación 21)



Tipp/Variation:

Angehängt an der Methode “Der vernetzte Teller” befinden sich einige Themenblätter, diese gehören nicht mehr zur eigentlichen Methode.



4-8 Jährige:

<https://catalogue.education21.ch/de/der-vernetzte-teller-zyklus-1>



8-12 Jährige:

<https://catalogue.education21.ch/de/der-vernetzte-teller-zyklus-2>



12-16 Jährige:

<https://catalogue.education21.ch/de/der-vernetzte-teller-zyklus-3>



Meinungsbild

>> Warum werden Lebensmittel weggeworfen? Eine Methode um ein Meinungsbild innerhalb einer Gruppe zu erarbeiten. <<

Zunächst sollen die Teilnehmenden für sich selbst Gründe für Lebensmittelverluste und -verschwendung entlang der Wertschöpfungskette auf Moderationskarten schreiben. Anschließend wird die gesamte Gruppe aufgefordert die gesammelten Karten zu clustern und sich auf die wichtigsten (z.B. zehn) Gründe zu einigen. Durch ein finales Voting (z.B. mit Murmeln oder Klebepunkten) werden die für die Gruppe wichtigsten Gründe herausgearbeitet.

Kategorie:



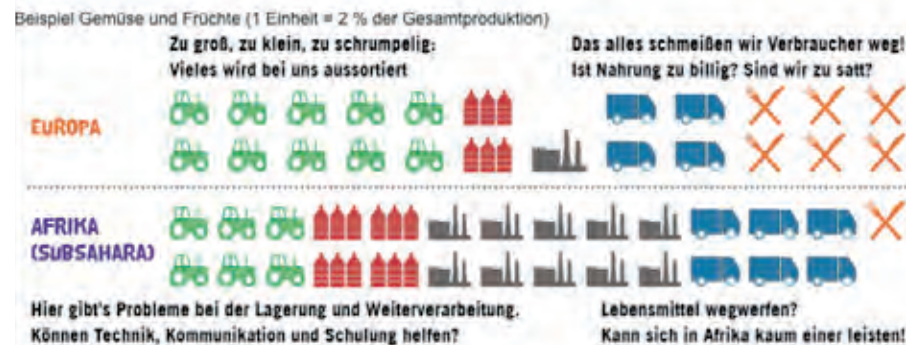
Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Dauer: Variiert je nach Gruppengröße

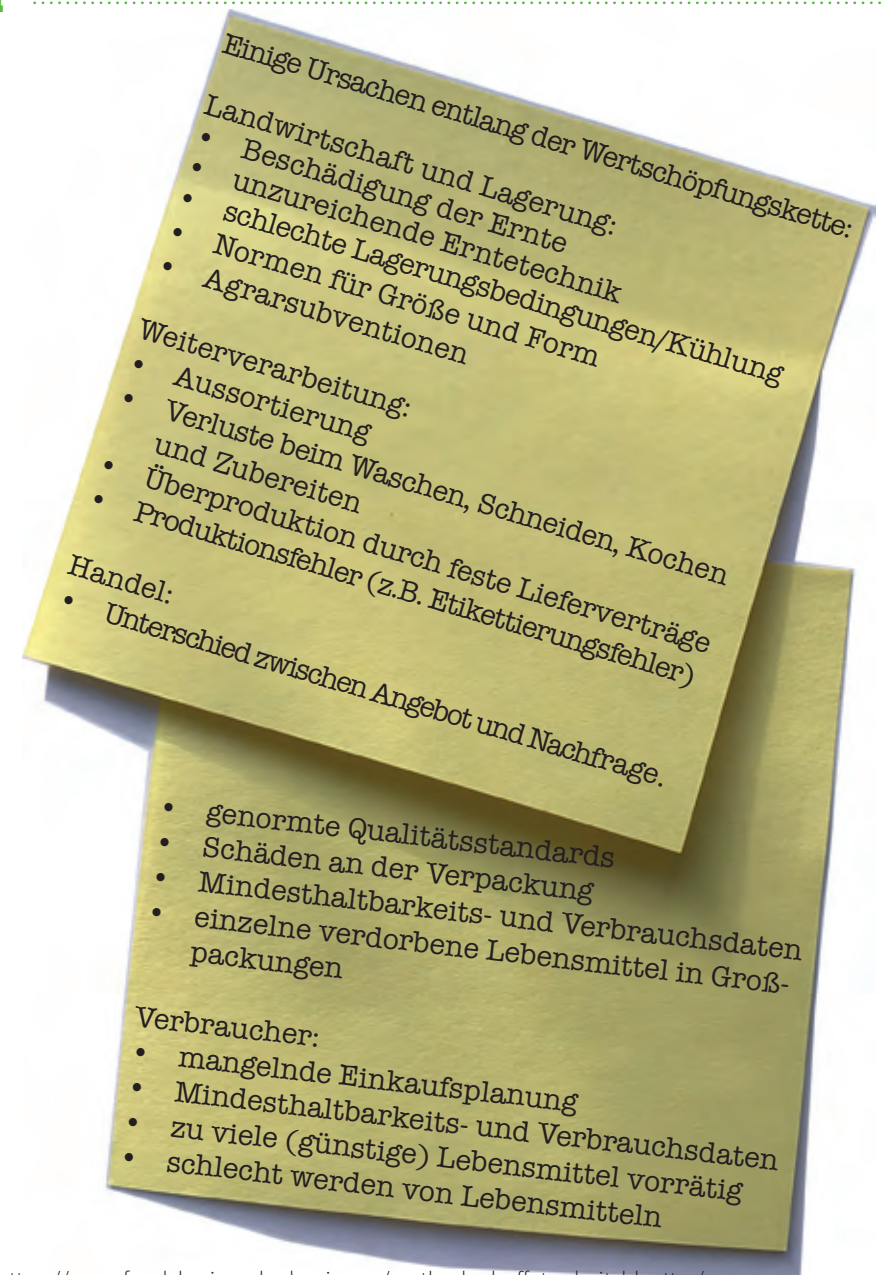
Ausstattung: Moderationskarten, Marker, Klebepunkte/ Murmeln und Schalen und eine Pinnwand

Tipp/Variation:

Die Methode eignet sich auch sehr gut, um die Unterschiede zwischen Industrieländern und den Ländern des globalen Südens herauszustellen.



Quelle: Welthungerhilfe, Stoppt Verschwendung! Nahrung ist kostbar, Seite: 4, © Grafik: Weingarten



<https://www.foodsharing-akademie.org/methodenbuffet-arbeitsblaetter/>



Lebensmittelverschwendung und foodsharing

>> Am häufigsten wird man wohl gefragt, ob man mal eine Präsentation über foodsharing geben könnte. Hier habt Ihr eine Vorlage, um direkt loszulegen.<<

Im Mittelpunkt der Präsentation steht die Vorstellung der foodsharing Bewegung. Dabei werden sowohl der Aufbau und die Ziele als auch die Entstehungsgeschichte der Bewegung vorgestellt. Darüber hinaus zeigt die Präsentation weitere von foodsharing unabhängige Handlungsmöglichkeiten auf. Zum Einstieg werden die Ursachen, Fakten und Auswirkungen der Lebensmittelverschwendung dargelegt. Zu finden ist die Präsentation *hier*.

Kategorie:



Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Dauer: 30 Minuten

Ausstattung: Präsentation, Laptop, Beamer und Leinwand oder Fernseher und einen Laserpointer

Tipp/Variation:

Es bietet sich an, noch ein paar spezifische Folien zu dem eigenen Bezirk mit lokalen Besonderheiten oder Ereignissen einzufügen.



<https://www.foodsharing-akademie.org/methodenbuffet-arbeitsblaetter/>

Globale Bedeutung der Lebensmittelverschwendung

>> Alles rund ums Thema Lebensmittelverschwendung auf einen Blick, verpackt in einer ansprechend gestalteten Präsentation.<<

Die Präsentation gibt einen Überblick über die Ursachen und Auswirkungen der Lebensmittelverschwendung und stellt einige Lösungsansätze für den Alltag vor (ohne speziellen Bezug zu foodsharing). Zu finden ist die Präsentation *hier*.

Kategorie:



Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Dauer: 30 Minuten

Ausstattung: Präsentation, Laptop, Beamer und Leinwand oder Fernseher und einen Laserpointer

Herausgeber: bestehende Methode (Slow Food)



Slow Food®

Tipp/Variation:

Teile die Folien bzw. Themengebiete unter den Teilnehmenden auf und lasse sie selber die Präsentation halten.



<http://www.teller-statt-tonne.de/lehrerinnen/unterrichtsmaterial/ppp-teller-statt-tonne/>



Reise einer Orange

>>Diese Methode hilft den Lernenden sowohl die vielen Stationen als auch mögliche Gründe für Verluste und Verschwendung von Lebensmitteln entlang der Wertschöpfungskette besser nachvollziehen zu können. <<

Gemeinsam mit den Teilnehmenden werden die Stationen einer Orange vom Feld auf unseren Teller durchgesprochen. Hierfür können die bebilderten und mit Beispielen versehenen Stationskarten vom FDCL e.V. verwendet werden, *hier* (S.45 ff.).

Im Anschluss bekommen die Teilnehmenden (im Plenum oder als Einzelarbeit) mögliche Gründe für das Aussortieren von Lebensmitteln, Arbeitsblatt *hier*, die sie den Stationen zuordnen sollen. Schließlich erfolgt eine Einordnung der Gründe in die Kategorien Lebensmittelverluste und -verschwendung. Dieses lässt sich z.B. im Plenum mit einem Positionsbarometer oder einer Abfrage im Kreis umsetzen. Es ist wichtig sicherzustellen, dass die Teilnehmenden zu diesem Zeitpunkt die Definitionen von Lebensmittelverlusten und -verschwendung kennen. Am Ende wird mit der Gruppe ein Fazit über die Produktionsschritte und die Verschwendung bzw. Verluste von Lebensmitteln entlang der Wertschöpfungskette gezogen.

Kategorie:



Zielgruppe: Schüler*innen

Dauer: 30 – 60 Minuten

Ausstattung: Ggf. ausgedruckte Stationskarten, eine Orange sowie verarbeitete Produkte aus Orangen und Karten mit Gründen für die Verschwendung und Verluste von Lebensmitteln.

Herausgeber: Bestehende Methode (FDCL e.V.)



Tipp/Variation:

Diese Methode kann mit verschiedenen Lebensmitteln sehr unterschiedlich durchgeführt werden. Spannend wird es auch, wenn das Lebensmittel mehrere Bestandteile hat wie z.B. ein Fruchtojoghurt. Eine Variation von der Methode wurde auch von Slow Food im Rahmen von Teller statt Tonne veröffentlicht, zu finden hier.

Um die Orte der einzelnen Produktionsschritte und besonders die weiten Transportwege deutlich zu machen kann eine (Welt-, Europa- oder Deutschland-) Karte hilfreich sein.



Arbeitsblatt

<https://www.foodsharing-akademie.org/methodenbuffet-arbeitsblaetter/>



FDCL e.V.:

https://www.globaleslernen.de/sites/default/files/files/education-material/vom-feld-in-die-tonne_bildungsmaterial_fuer_internet.pdf



Slow Food:

<http://www.teller-statt-tonne.de/lehrerinnen/unterrichtsmaterial/die-orangenreise-3/>



Taste the waste

>>Film der die foodsharing Bewegung ins Rollen gebracht hat. Pflichtprogramm für alle Lebensmittelretter*innen und Menschen, die sich mit der Thematik auseinander setzen wollen. <<

Dokumentation über die massive Lebensmittelverschwendung industrialisierter Staaten wie Deutschland. Der Film behandelt die Problematik entlang der gesamten Wertschöpfungskette vom Feld bis zu den Konsument*innen, zeigt globale Zusammenhänge zwischen Überfluss und Hunger auf und stellt kreative Lösungsansätze dar.

Während des Films können die Teilnehmenden Fragen beantworten. Einige leitende Fragen der Ernährungs- und Verbraucherbildung sind **hier** gesammelt. Einen ausführlichen Fragebogen erstellt von Slow Food im Rahmen von Teller statt Tonne (bearbeitbar etwa ab Klassenstufe 8) findest Du **hier**.

Kategorie:



Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Dauer: 90 Minuten Film plus Nachbesprechung

Ausstattung: Präsentation, Laptop, Beamer und Leinwand oder Fernseher und einen Laserpointer

Herausgeber: Bestehende Methode (Thurn Film)

THURNFILM

Tipp/Variation:

Der Film ist auch als Schulversion (43 Minuten) unter dem Namen "Frisch auf dem Müll" erhältlich. Des Weiteren ist **hier** eine 30 minütige Kurzfassung online abrufbar.



Kurzfassung:

<https://www.planet-schule.de/sf/php/sendungen.php?sendung=8459>



Leitfragen:

http://www.evb-online.de/schule/B_1_Taste_the_Waste_gesamt_neu.pdf



Fragebogen:

http://www.teller-statt-tonne.de/wp-content/uploads/2015/06/TsT_SEK1_Fragebogen_Taste-the-Waste.pdf



Spiel der Sinne

>> Die Sinne sind wichtig, um beurteilen zu können, ob ein Lebensmittel noch genießbar ist. Mit diesem Spiel werden sie trainiert. <<

Im Raum verteilt werden drei Stationen aufgebaut, die die Sinne Riechen, Schmecken und Tasten repräsentieren. Anschließend erfolgt eine Aufteilung in Kleingruppen mit je 3-4 Teilnehmenden. Nacheinander Erriechen, Erschmecken und Ertasten die Teilnehmenden verschiedene gerettete Lebensmittel an der jeweiligen Station.

Kategorie:



Zielgruppe: Kinder

Dauer: 30 Minuten

Ausstattung: Gerettete Lebensmittel, Schals/Tücher zum Verdecken, Sinneskarten und eventuell Gabeln oder Löffel

Tipp/Variation:

Es bietet sich an jede Station mit ungefähr drei verschiedenen Lebensmitteln zu bestücken. Der Schwierigkeitsgrad sollte an die geistige Fitness angepasst werden und bei Kindern ist darauf achten, dass sie Obst/Gemüse auch immer in der Urform sehen und korrekt benennen.



Aperitif



Vorspeise



Hauptgang



Nachtisch



Digestif



Handlungsmöglichkeiten erarbeiten

Um zu einem runden Abschluss zu kommen, fehlt noch der Bezug auf das eigene Handeln. Wo kann ich mein Verhalten ändern? Wie kann ich selber oder auch wir als Gruppe aktiv werden? Handlungsmöglichkeiten zu erarbeiten ist fester Bestandteil der politischen Bildung und Methoden die dieses Ziel verfolgen findest Du in dem folgenden Kapitel.

Wie läuft eigentlich eine foodsharing-Abholung statt?

>> Für viele von uns sind foodsharing Abholungen zur Routine geworden. Die Teilnehmenden kennen jedoch häufig die Abläufe nicht; ein Rollenspiel kann es ihnen näher bringen. <<

Das Rollenspiel zeigt den Teilnehmenden den typischen Ablauf einer foodsharing Abholung. Darüber hinaus thematisiert es warum Betriebe genießbare Lebensmittel aussortieren und was die Foodsaver mit den geretteten Lebensmitteln machen. Die Rollenbeschreibungen und Texte sind *hier* zu finden.

Kategorie: 

Zielgruppe: Kinder

Dauer: 5 Minuten

Ausstattung: Drei darstellende Personen, gerettete Lebensmittel, foodsharing Ausweise und Taschen.

Tipp/Variation:

Noch besser ist es natürlich die Teilnehmenden direkt zu einer foodsharing Abholung mitzunehmen. Gerade bei Kindern und Jugendlichen wird das als sehr spannend wahrgenommen.



<https://www.foodsharing-akademie.org/methodenbuffet-arbeitsblaetter/>



Wie lagern wir Lebensmittel richtig?

>> In Bezug auf die Haltbarkeit von Lebensmitteln ist auch der Lagerort entscheidend. In dieser Methode wird der ideale Lagerort für eine Vielzahl von Lebensmitteln ermittelt. <<

In dieser Einheit lernen die Teilnehmenden, wo Lebensmittel am Besten aufbewahrt werden, darunter auch die Anordnung von Lebensmitteln im Kühlschrank. Dazu werden die Lebensmittel aus *diesem* Bogen herausgeschnitten und dem entsprechenden Lagerort zugeordnet. Das Arbeitsblatt (Arbeitsblatt 4) mit den Lagerorten befindet sich in *diesem* Arbeitsheft.

Bei Grundschüler*innen bietet es sich an die Aufgabe im Plenum zu lösen. Dazu kann das Arbeitsblatt mit den Lagerorten im Großformat gedruckt und an einer Flipchart angebracht werden.

Kategorie:



Zielgruppe: Klassenstufe 1 – 7

Dauer: 25 Minuten

Ausstattung: Lebensmittel-Bögen, Arbeitsblätter, Scheren und Kleber

Herausgeber: Bestehende Methode
(Zu gut für die Tonne)



Tipp/ Variation:

Das Spiel kann auch *hier* interaktiv auf einem Computer gelöst werden. Mobile Endgeräte werden von der Website nicht unterstützt.



Lebensmittel-Bögen:

https://www.zugutfuerdietonne.de/fileadmin/Materialien/190225_ZgfdT_Schulmaterialien_Ausschneidebogen.pdf



Arbeitsblatt:

https://www.zugutfuerdietonne.de/fileadmin/Neuigkeiten/PDF-Dateien/Schulmaterial/190225_ZgfdT_Schulmaterialien_Arbeitsblattheft_Sekundar.pdf



Computerversion:

<https://www.in-form.de/wissen/kuehlschrankspiel/>



Handlungsoptionen gegen Lebensmittelverschwendung

>> Nachdem in den letzten Methoden deutlich geworden ist wie problematisch Lebensmittelverschwendung ist, wird den Teilnehmenden hier der Raum gegeben Lösungswege zu diskutieren.<<

Zunächst werden im Plenum Handlungsoptionen auf Moderationskarten festgehalten. Anschließend werden diese gesammelt und geclustert (z.B. in die Cluster Produktion, Handel, Staat, Privatpersonen, Sonstige). Nachdem alle Ideen gesammelt wurden, können (abhängig vom Alter) Umsetzbarkeit und Hürden bewertet werden.

Kategorie:	
Zielgruppe:	Für alle Altersstufen geeignet
Dauer:	15 – 20 Minuten
Ausstattung:	Moderationskarten und Stifte

Einige Handlungsoptionen:

- Einkochen/ Fermentation/ Einfrieren
- Containern
- Abschaffung des Mindesthaltbarkeitsdatums
- Verbot von Lebensmittelverschwendung ("Wegwerfstopp")
- Weniger EU-Normen für Obst und Gemüse
- Kreative Resteküche, z.B. Knödel

Zukunftswerkstatt Stopp der Lebensmittelverschwendung

>> Unter der Leitfrage Lebensmittelverschwendung stoppen, eignet sich die Zukunftswerkstatt hervorragend zur Erarbeitung von Lösungsvorschlägen und Umsetzungsstrategien innerhalb einer Gruppe.<<

Die Zukunftswerkstatt ist ein ausführliches Workshopkonzept, um mit einer Gruppe von Kindern oder Jugendlichen Lösungsvorschläge und Umsetzungsstrategien zu einem Thema oder einem Problem zu erarbeiten. Hierbei wird nach einem dreiteiligen Phasenaufbau (Kritik-Ideen-Umsetzung) vorgegangen. Eine Besonderheit ist, dass den Ideen keine Grenzen gesetzt werden sollen. Diese Phase wird daher auch als Fantasie- und Utopiephase bezeichnet. Die Beschreibung der bpb ist *hier* zu finden.

Kategorie:	
Zielgruppe:	Jugendliche und Erwachsene
Dauer:	Mehrere Stunden – 1 Tag
Ausstattung:	Individuell anzupassen, z.B. Poster, Marker, Stifte, Moderationskoffer oder Klebeband
Herausgeber:	Bestehende Methode (Bundeszentrale für politische Bildung (bpb))



Tipp/Variation:
Von der Zukunftswerkstatt existieren viele verschiedene Ausführungen mit unterschiedlichen Schwerpunkten, Methoden und Längen. Pass einfach die Anleitung an Deine Situation an!



<http://www.bpb.de/lernen/formate/methoden/62269/methodenkoffer-detailansicht?mid=194>



Kochen mit geretteten Lebensmitteln

>> Eine leckere Mahlzeit aus Lebensmitteln zaubern, die eigentlich schon für den Müll bestimmt waren, das rüttelt auf und bleibt langfristig im Gedächtnis.<<

Zunächst kann man die Lebensmittel verteilen und die Teilnehmenden raten lassen, warum sie aussortiert wurden. Anschließend sollen die Teilnehmenden erklären, wie man erkennen kann, welche Lebensmittel noch genießbar sind (Sinne benutzen!). Letztendlich erfolgt gemeinsam eine Einteilung der geretteten Lebensmittel in „Topf“ und „Tonne“; auch hier wieder in Verbindung mit Erklären und Aufzeigen, warum die jeweilige Entscheidung getroffen wurde.

Im Anschluss kann aus den Lebensmitteln gemeinsam eine Mahlzeit zubereitet werden. Besonders schnell und einfach ist dies bei Backwaren; dazu kann noch Obst und Gemüse geschnitten und ggf. Aufstriche zubereitet werden.

Kategorie:



Zielgruppe: Für alle Altersstufen geeignet

Dauer: Stark abhängig von den Lebensmitteln und der Gruppe, 1-3 Stunden

Ausstattung: Gerettete Lebensmittel, Geschirr, Besteck und ggf. eine Kochmöglichkeit

Tipp/Variation:

Wenn es zeitlich passt, ist es natürlich auch eine spannende Erfahrung für die Teilnehmenden direkt bei der foodsharing Abholung dabei zu sein.

Apfelringkette basteln

>> Die Verarbeitung von Lebensmitteln ist vielseitig. Schneidet man Äpfel in dünne Scheiben und hängt sie für 2 Tage auf, so hat man leckere Apfelchips.<<

Zunächst stanzt man mit einem Apfelnuker ein Loch in die Mitte des Apfels und entfernt das Gehäuse. Im zweiten Schritt werden die Äpfel in möglichst dünne Scheiben geschnitten, denn je dünner, umso eher trocknen sie. Bevor man die Apfelringe auf eine Schnur zum Trocknen auffädelt, kann man sie noch für 10 Minuten in Zitronenwasser (Saft einer halben Zitrone, 200 ml Wasser und eine Prise Salz) einlegen. Dadurch werden die Äpfel weniger braun. Jeder Teilnehmende kann seine eigene Kette basteln und mitnehmen; nach gut 2 Tagen sind die Apfelringe schön knusprig.

Kategorie:



Zielgruppe: Kinder

Dauer: 15 Minuten

Ausstattung: Äpfel, Apfelnuker und eine Schnur (ggf. Zitronen und Salz)



Gemüsedemo

>> Lasst das Gemüse selber gegen Lebensmittelverschwendung demonstrieren, denn es ist in erster Instanz davon betroffen! <<

Bei einer Gemüsedemo wird aussortiertes Obst und Gemüse gerettet, mit Sprechblasen, Augenaufklebern und Bannern bunt dekoriert und dann im öffentlichen Raum positioniert. Ziel ist es, dass die Menschen zufällig über das Gemüse stolpern und durch die kreativen Sprüche auf das Thema Lebensmittelverschwendung aufmerksam gemacht werden. Die Beschreibung der BUND Jugend Rheinland Pfalz ist **hier** zu finden. Denkt daran, dass Gemüse nach einigen Stunden oder am nächsten Tag wieder einzusammeln und es zu einer leckeren Mahlzeit zu verarbeiten!

Kategorie:



Zielgruppe: Für alle Altersstufen geeignet

Dauer: Ab eine Stunde

Ausstattung: Gerettetes Obst/ Gemüse, Stifte und Papier, Kleber/ Klebeband

Herausgeber: Bestehende Methode (BUND Jugend Rheinland-Pfalz)



Tipp/ Variation:

Wie wäre es vor der Bastelaktion mit einer gemeinsamen Ernteaktion? Vielleicht trägt auch gerade ein Apfelbaum auf dem Schulhof Früchte. Von der Norm abweichende Lebensmittel werden häufig aussortiert. Zeigt mit dieser Aktion die Vielseitigkeit der Lebensmittel in Bezug auf Form und Größe.

Alternative zu was?

>> In dieser Methode erfolgt eine interaktive Mindmaperstellung mit der Integration von konkreten Handlungsalternativen.<<

Im ersten Teil der Methode erstellen die Teilnehmenden in Form eines Speed-Datings eine Mindmap zur Fragestellung: Was läuft in unserem derzeitigen Wirtschaftssystem gerade eigentlich nicht so gut – was siehst du kritisch? Im zweiten Teil werden Portraits von Menschen vorgestellt, die bereits Alternativen ausprobieren und umsetzen. Diese Beispiele werden abschließend in das Mindmap integriert, so dass ein Bild von Herausforderungen und einigen bereits gelebten Lösungsansätzen entsteht. Alle Materialien findest Du **hier**!

Kategorie:



Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Dauer: 70 Minuten

Ausstattung: Ausgedruckte Portraits, Moderationskarten und Stifte

Herausgeber: Bestehende Methode (Fairbindung e.V. & Konzeptwerk neue Ökonomie)



Tipp/ Variation:

Die Teilnehmenden können auch noch nach weiteren Lösungsansätzen, die nicht in den Portraits dargestellt werden, gefragt werden. Diese können zusätzlich in das Mindmap integriert werden.



<https://www.bundjugend-rlp.de/projekte/essen-macht/veggivisage/>



<https://www.endlich-wachstum.de/kapitel/lebensmittel-zum-zweck/methode/alternative-zu-was/>



Häppchen gegen Versprechen

>> Wird die Welt mit jeder Tat ein wenig besser? Bei dieser Methode, die sich besonders gut für Infostände eignet, werden Häppchen bei Passant*innen gegen kleinere oder auch größere Verhaltenänderungen in der Zukunft eingetauscht. <<

Die Passant*innen bekommen eine leckere Kleinigkeit aus geretteten Lebensmitteln zu naschen (Stulle, Frucht oder auch Kuchen). Im Gegenzug schreiben sie ein konkretes gutes Vorhaben für mehr Klima- oder Umweltschutz auf ein Kärtchen und hängen es an eine Wäscheleine. Ein paar Anregungen befinden sich auf *diesem* Poster, es können aber ganz individuelle Versprechen sein. Das ist ein Eyecatcher und motiviert andere!



Kategorie: 

Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Dauer: Individuell

Ausstattung: Gerettete Lebensmittel, Zettel für Versprechen, Wäscheleine, Wäscheklammern, Stifte und ausgedrucktes Poster



<https://www.foodsharing-akademie.org/methodenbuffet-arbeitsblaetter/>



Aperitif



Vorspeise



Hauptgang



Nachtisch



Digestif



Feedback

Soviele neue Inhalte müssen erst einmal verdaut werden. Gut, dass es dafür den Digestif gibt! Doch ist das wirklich so? Wissenschaftlich ist die verdauungsfördernde Wirkung nicht belegt. Trotzdem bleibt es ein geselliges Ritual und regt den Austausch untereinander an. Genau das bezwecken auch die Methoden des folgenden Kapitels. Sie helfen gemeinsam als Gruppe das Gelernte zu reflektieren und in einem Feedback zusammenzufassen.

Einkaufskorb, Mixer, Kompost

>> Das nehme ich mit (Einkaufskorb), das lasse ich hier (Kompost), das beschäftigt mich noch (Mixer) <<

Drei Symbole (Einkaufskorb, Kompost und Mixer) werden auf dem Boden ausgelegt. Anschließend bekommen die Teilnehmenden Moderationskarten, auf denen sie festhalten können, was ihnen an Feedback dazu einfällt. Je nach Zeitkapazität und Gruppengröße, können die Moderationskarten mit den Kommentaren vorgelesen und passend zu den Symbolen abgelegt werden oder einfach still zugeordnet werden.

Kategorie:



Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Dauer: 15 Minuten

Ausstattung: Symbole für Einkaufskorb, Kompost und Mixer, Moderationskarten und Marker

Blitzlicht

>> Schnelle Methode, um ein Meinungsbild einzufangen. <<

Jede Person darf im Kreis herum ein kurzes Feedback geben. Dieses kann sich auf ein Wort oder einen Satz beschränken. Durch passende Leitfragen kann die Richtung vorgegeben werden: z.B. Welche Einstellung hast du dem Thema gegenüber? Was nimmst du für dich mit?

Kategorie:



Zielgruppe: Für alle Altersstufen geeignet

Dauer: Variiert je nach Gruppengröße

Ausstattung: Ggf. Flipchart, Moderationskarten oder Marker

Herausgeber: Bestehende Methode (Mehrere Herausgeber)

Tipp/ Variation:

Eine Haltung oder Stellungnahme zu einem Thema kann auch körperlich (z.B. Freudentanz) von den Teilnehmenden dargestellt und dann der Gruppe erläutert werden.

Eine weitere Variation ist, dass unterschiedliche Gegenstände (z.B. Glühbirne, Banane oder Mülltüte) in der Mitte liegen. Die Teilnehmenden suchen sich einen Gegenstand aus, mit dem sie ihr Feedback kurz und knackig in die Runde geben können.

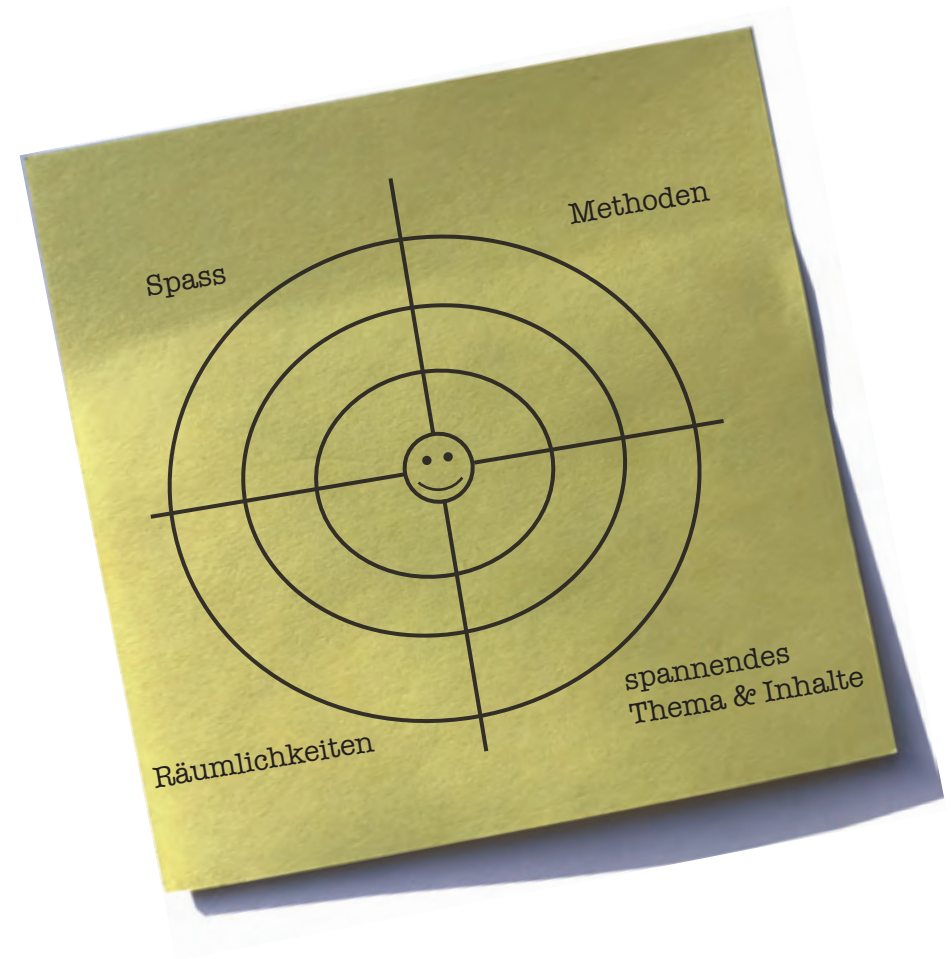


Zielscheibe

>> Diese Methode eignet sich besonders bei einem sehr straffen Zeitplan. <<

Auf einer Flipchart wird eine Zielscheibe (mit drei Kreisen) gemalt. Sie kann in beliebig viele “Tortenstücke” unterteilt werden, denen dann verschiedene Bereiche zugeordnet sind, zu denen sich die Teamenden Feedback wünschen (z.B. Räumlichkeiten, Inhalte, Abwechslungsreichtum etc.). Die Bereiche werden neben die “Tortenstücke” geschrieben. Anschließend darf jede*r Teilnehmende pro Bereich ein Kreuzchen malen. Der innerste Bereich steht für “Volltreffer” → es hat mir super gefallen bis hin zum äußersten Kreis → es hat mir nicht so gut gefallen.

Kategorie:	
Zielgruppe:	Jugendliche und Erwachsene
Dauer:	5 Minuten
Ausstattung:	Aufgezeichnete Zielscheibe auf Flipchartpapier und Klebepunkte
Herausgeber:	Bestehende Methode (Mehrere Herausgeber)
Tipp/ Variation:	Eignet sich besonders gut für große Gruppen und/oder wenn wenig Zeit für Feedback ist (kann auch nach der Verabschiedung beim Rausgehen durchgeführt werden).



<https://www.foodsharing-akademie.org/methodenbuffet-arbeitsblaetter/>



Fünf Finger-Feedback

>> Daumen hoch: Was hat den Teilnehmenden denn am Workshop gut gefallen und was kam zu kurz? Eine inspirierende Methode, um ein vielseitiges Feedback zu erhalten. <<

Jede Person darf im Kreis herum ein kurzes Feedback geben. Dabei soll sich an den fünf Fingern orientiert werden.

- Daumen Lob – „Besonders gut hat mir gefallen...“
- Zeigefinger Hinweis – „Ich möchte auf folgendes hinweisen...“
- Mittelfinger Kritik – „Mir hat überhaupt nicht gefallen dass...“
- Ringfinger Mitnehmen – „Für die Zukunft nehme ich mit...“
- Kleiner Finger Zu kurz – „Zu kurz ist heute gekommen...“

Kategorie:



Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Dauer: Variiert je nach Gruppengröße

Ausstattung: In größeren Gruppen kann es sehr langwierig werden, wenn jeder Teilnehmende Erläuterungen zu allen fünf Fingern macht. Alternativ kann man daher auch die Teilnehmenden den Umriss ihrer Hand auf ein Blatt malen und das Feedback eintragen lassen. Die fertigen Bögen lassen sich einsammeln und auswerten.

Herausgeber: Bestehende Methode (Mehrere Herausgeber)



Rezeptvorschläge

1. Rezept

Thema Lebensmittelverschwendung
 Zielgruppe Jugendliche
 Gruppengröße ca. 20 Menschen

Dauer 3 Stunden
 Vorinformationen Wenige
 Ziele der Veranstaltung Erkennen der Problematik
 Lebensmittelverschwendung

	Phase	Dauer/ Uhrzeit	Methode	Inhalte/Kurzbeschreibung	Ausstattung	Anmerkung
Aperitif	Energizer		Das springende Toast	Aufstellung im Kreis.	Ausreichend Platz für einen Kreis	Kategorien: Toaster, Mixer, Knoblauchpresse
Vorspeise	Begrüßung	10 Min.	Namensassoziation	Vorstellung der Teamer*innen: Name und Alter, schreiben zudem Namensschilder (Alliteration mit Bewegung Bsp. Cooler Cem)	Kreppband und Stifte	Ziel: Willkommen und Kennenlernen
	Kennenlernen					
	Einführung/ Einstieg ins Thema	15 Min.	Positionsbarometer	- In meinem Umfeld bekomme ich häufiger von Lebensmittelverschwendung mit. - Diese braune Banane würde ich noch essen. - Oft muss ich Lebensmittel wegschmeißen, weil das Ablaufdatum erreicht ist oder sie nicht mehr genießbar sind. - Mich stört es, wenn ich oder andere Lebensmittel wegschmeißen. - Ich weiß genau was Lebensmittelverschwendung bedeutet. - Es hat keinen Einfluss auf andere, wenn ich Lebensmittel wegschmeiße.	braune Banane, Produkt über MHD und ausreichend Platz für die Aufstellung	Hilft Vorwissen und Meinungsbild in der Gruppe zu erkennen. Als Beispiel "Gute Laune" für die Aufstellung.
		25 Min	Meinungsbild	Sammlung der ersten Ideen in Zweier-Murmel-Gruppen.		
	PAUSE - 10 Minuten - Umbauphase (Tischgruppen)					

Rezeptvorschläge

1. Rezept



Hauptgang	Erarbeiten des Themas	25 Min	Tomatenrallye (Gruppenphase)	- Durchzählen für 5 Gruppe - Gruppen spielen 15 Minuten - Reflexionsfragen in der Großgruppe	5x Tomatenrallyespiel, Würfel	Falls das Spiel zu langsam läuft, kann ein zweiter Würfel hinzugenommen werden.
		15 Min	“Lebensmittelverschwendung und foodsharing als Basis	Nur Präsentationsteil über die Auswirkungen von Lebensmittelverschwendung verwenden.	Präsentation, Beamer, Leinwand	Interaktiv gestalten.
Nachtsch	Handlungsmöglichkeiten erarbeiten	25 Min	Wie lagern wir Lebensmittel richtig	Teilnehmende teilen sich in zwei Gruppen ein und heften/ kleben die Lebensmittel auf die “richtige” Stelle im Kühlschrank. Dann wird gemeinsam abgeglichen.	Verschiedene Karten mit Lebensmitteln, zwei Kühlschrankzeichnungen auf Flipchart, Klebeband	
		15 Min	Handlungsoptionen gegen Lebensmittelverschwendung	Nach weiteren Ideen für die Vermeidung von Lebensmittelabfällen im Plenum fragen.	Moderationskarten und Marker	Ggf. Denkanstöße z.B. politische Lösungen in reinbringen.
Digestif	Feedback	10 Min	Fünf-Finger Feedback	Jede Person darf im Kreis herum ein Feedback geben.	Keine	Kann sich hinziehen, ggf. nur Rückmeldungen zu zwei Fingern pro Person.

Rezeptvorschläge

2. Rezept

Thema	Lebensmittelverschwendung	Dauer	3-5 Stunden
Zielgruppe	Kinder (Der Workshop wurde für eine Gruppe geistig beeinträchtigter Kinder und Jugendlicher von der 7. - 9. Klasse entwickelt, lässt sich aber auch gut mit Grundschulkindern durch führen.)	Vorinformationen	Keine
Gruppengröße	ca. 20 Menschen	Ziele der Veranstaltung	Den Wert von Lebensmitteln mit allen Sinnen erfahren, die Wertschätzung im Umgang mit Lebensmitteln steigern so wie eigene Handlungsmöglichkeiten gegen Lebensmittelverschwendung erarbeiten.

	Phase	Dauer/ Uhrzeit	Methode	Inhalte/Kurzbeschreibung	Ausstattung	Anmerkung
Aperitif	Energizer	5 Minuten	Bananas united	Sprechgesang über den Weg einer geretteten Banane mit passenden Bewegungen.	Ausreichend Platz zum Bewegen	Text vorher lernen
Vorspeise	Begrüßung	Begleitend zur Veranstaltung	Ernährungsführerschein	Jeder Teilnehmende bekommt eine Karte (Ernährungsführerschein) mit allen Stationen die durchlaufen werden; nach jeder Station bzw. jedem Programmpunkt darf ein Haken gesetzt werden, am Schluss sind alle Teilnehmenden „Lebensmittelexperte*in“.	Ausgedruckte Ernährungsführerscheine und Stifte	Nicht vergessen, den Ernährungsführerschein an die Methodenauswahl anzupassen.
	Kennenlernen	10 Minuten	Namensassoziation	Vorstellung mit Alliteration aus dem Lebensmittelbereich (z.B. Leberkäse-Lili)	Keine	Ziel: Willkommen und Kennenlernen
	Einführung/ Einstieg ins Thema	15 Minuten	Positionsbarometer	Mithilfe eines imaginären Barometers wird die Position der Teilnehmenden zu verschiedenen Fragestellungen ermittelt.	Ausreichend Platz zur Positionierung	Hilft Vorwissen und Meinungsbild in der Gruppe zu erkennen

Rezeptvorschläge

2. Rezept



Hauptgang	Erarbeiten des Themas	30 Minuten	Spiel der Sinne	An drei Stationen Erriechen, Erschmecken und Ertasten die Teilnehmenden verschiedene gerettete Lebensmittel.	Gerettete Lebensmittel, Schals/Tücher zum Verdecken und eventuell Gabeln oder Löffel	Jedes Lebensmittel auch in der Urform vorzeigen.
	PAUSE - 10 Minuten					
Nachtsch	Handlungsmöglichkeiten erarbeiten	5 Minuten	Wie läuft eigentlich eine foodsharing Abholung ab?	Rollenspiel zum typischen Ablauf einer foodsharing Abholung. Themen: Warum sortieren Betriebe genießbare Lebensmittel aus?, Was machen die Foodsaver mit den geretteten Lebensmitteln?	Drei darstellende Personen, gerettete Lebensmittel, foodsharing Ausweise und Taschen.	Fragen, ob andere Aufsichtspersonen vielleicht eine Rolle übernehmen
		25 Minuten	Wie lagern wir Lebensmittel richtig?	Verschiedene Lebensmittel werden aus einem Bastelbogen ausgeschnitten und dem richtigen Lagerort zugeteilt.	Lebensmittel-Bögen, Arbeitsblätter, Scheren und Kleber	Jede*r bekommt ein Lebensmittel. Zuordnung erfolgt zusammen als Gruppe an der Tafel.
		1 – 3 Stunden	Kochen mit geretteten Lebensmitteln	Gerettete Lebensmittel werden in Topf (genießbar) und Tonne (schlecht) sortiert. Anschließend wird gemeinsam eine Mahlzeit aus den Lebensmitteln zubereitet.	Gerettete Lebensmittel, Geschirr, Besteck und ggf. eine Kochmöglichkeit	Zeit im Blick behalten.
		15 Minuten	Apfelringkette basteln	Äpfel werden entkernt, in Scheiben geschnitten und auf einer Schnur getrocknet. So entstehen leckere Apfelchips.	Äpfel, Apfelentkerner und eine Schnur (ggf. Zitronen und Salz)	Jede*r bekommt seine eigene Kette
Digestif	Feedback	Variiert je nach Gruppengröße	Blitzlicht	Feedback und Ernährungsführerschein Revue passieren lassen	Keine	+ Verabschiedung

Rezeptvorschläge

3. Rezept

Thema	Lebensmittelverschwendung und Vorstellung von foodsharing als Handlungsoption	Dauer	2 Stunden
Zielgruppe	Erwachsene	Vorinformationen	Wenige
Gruppengröße	ca. 15 Menschen	Ziele der Veranstaltung	Auswirkungen von Lebensmittelverschwendung aufzeigen

	Phase	Dauer/ Uhrzeit	Methode	Inhalte/Kurzbeschreibung	Ausstattung	Anmerkung
Aperitif	Energizer	-	-	-	-	-
Vorspeise	Begrüßung	30 Minuten	Willkommen und kurze Vorstellung	Schnelle Vornamen mit Namen und Erwartung, zudem kurz selber vorstellen	Ausreichend Stühle	Im Kreis.
	Kennenlernen	15 Minuten	Positionsbarometer	3-5 Fragen zur Positionierung: - Das Produkt über dem Mindesthaltbarkeitsdatum würde ich noch essen (z.B. Joghurt). - Bei Obst und Gemüse achte ich immer auf das Herkunftsland. - Ich gebe ungern viel Geld für Lebensmittel aus. - Oft muss ich Lebensmittel wegschmeißen, weil das Ablaufdatum erreicht ist oder sie nicht mehr genießbar sind. - Es hat keinen Einfluss auf andere, wenn ich Lebensmittel wegschmeiße.	Ausreichend Raum für eine Aufstellungsreihe.	Nach jeder Frage einzelne Personen zu ihren Positionierung befragen. Eignet sich ggf. gut um es draußen an der frischen Luft durchzuführen.
	Einführung/ Einstieg ins Thema	15 Minuten	Klimagericht dann kurzes Gespräch im Plenum	Erst Clip zeigen und dann Rückmeldung aus Gruppe abwarten. Wenn keine Frage aus der Gruppe kommt: Hast du dich mit Freunden oder deiner Familie schon einmal Lebensmittelverschwendung unterhalten?	Beamer, Leinwand, Lautsprecher	Auf ausreichenden Ton achten.

Rezeptvorschläge

3. Rezept



Hauptgang	Erarbeiten des Themas	30 Minuten	Präsentation über foodsharing	Offene Präsentation dabei Publikum immer wieder miteinbeziehen.	Beamer, Leinwand	Ausreichend Zeit am Ende für Rückfragen lassen
Nachtisch	Handlungsmöglichkeiten erarbeiten	30 Minuten	Handlungsoptionen gegen Lebensmittelverschwendung	Gemeinsames Sammeln von Optionen gegene Lebensmittelverschwendung auf Karten sammeln.	Moderationskarten	Bevor in die Methode eingestiegen wird, sollten die wesentlichen bisherigen Erkenntnisse zusammengefasst werden.
Digestif	Feedback	5 Minuten	Zielscheibe	Kategorien: - Neue Erkenntnisse - Methoden - Moderation - Organisation	Vorbereitete Zielscheibe und Marker	Falls noch ausreichend Zeit vorhanden ist, kann dies Zielscheibe auch im Plenum ausgefüllt werden z.B. mit der Kernfrage "Was hast Du heute mitgenommen?".

Referenzen

Icons



Icons

.....

Icons made by Freepik from www.flaticon.com



.....

Icon made by Dimi Kazak from www.flaticon.com



.....

Icon made by Icongeek26 from www.flaticon.com



.....

Icon made by Dave Gandy from www.flaticon.com

Impressum

Herausgeber und alle Rechte		foodsharing e.V., vertreten durch den Vorstand Marsiliusstraße 36 50937 Köln, im November 2018
Inhalt & Redaktion		Pia Redenius Thore Peyk Stefan Kreutzberger
Layout & Satz		Melinda Kühn
Stand		1. Auflage, November 2019



Dieser Reader wird gefördert von ENGAGEMENT GLOBAL im Auftrag des Bundesministeriums für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung sowie Misereor und Brot für die Welt. Für den Inhalt dieser Publikation ist allein foodsharing e.V. verantwortlich; die hier dargestellten Positionen geben nicht den Standpunkt von Engagement Global gGmbH und dem Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung wieder.

Verwendungsnachweis

Die hier beschriebenen Methoden und Studien haben wir nach bestem Wissen und Gewissen ausgewählt und kommentiert. Die Zusammenstellung erhebt keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit und wissenschaftliche Genauigkeit. Der Reader kann und soll in der schulischen und außerschulischen Bildungsarbeit zum Thema globale Lebensmittelverschwendung genutzt und eingesetzt werden. Bei Verwendung bitten wir aber, auch bei Auszügen, immer um die Nennung der Quelle foodsharing e.V.

Linkverweise

In der pdf-Datei haben wir als Service zur vertiefenden Recherche und zum Download von Dokumenten aktive Links auf Seiten im Internet gelegt. Für die Inhalte und Aktualität dieser Links ist der foodsharing e.V. nicht verantwortlich. Wir haben keinerlei Einfluss auf die Inhalte oder Gestaltung der gelinkten Seiten und distanzieren uns deshalb ausdrücklich von diesen.

