



## EINKAUFEN MIT KÖPFCHEN



### Lebensmittel bewusst auswählen

In diesem Workshop dreht sich alles um Lebensmittel und die vielen Entscheidungen, die wir beim Einkaufen treffen: Bio/Fairtrade, regional, billig oder auch abfallarm?



### Ziel:

Die Schüler sollen für einen bewussten Einkauf sensibilisiert werden und sollen herausfinden, wie Essgewohnheiten und Konsum Einfluss auf Klima, Umwelt und Gesundheit nehmen.



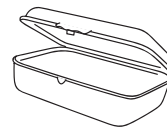
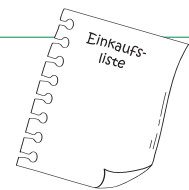
### Vorbereitung:

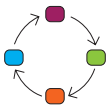
- Ggf. Supermarkt informieren
- Info an Schüler  $\Rightarrow$  **Keine Jause** am Aktionstag mitnehmen
- Info an Schüler  $\Rightarrow$  **Jausenboxen mitnehmen** für Reste
- Möglichkeit zur getrennten Entsorgung der angefallenen Abfälle



### Material:

- Klemmbretter (eines pro Gruppe)
- Einkaufslisten
- Kugelschreiber
- Einkaufstaschen (eine pro Gruppe)
- Einkaufswagenchips (einer pro Gruppe)
- Jausenboxen für abfallarme Gruppe
- Obstnetze für abfallarme Gruppe
- Geld
- Geschirr, Besteck, Gläser, etc. für Jause





## Arbeitsschritte:

Die Klasse wird in 4 Gruppen eingeteilt:

- ① Bio/Fairtrade
- ② Regional
- ③ Billig
- ④ Abfallarm

Jede Gruppe erhält eine Einkaufsliste und ein Budget von € 20. Innerhalb von ca. 30 Minuten sollen im Geschäft die Lebensmittel entsprechend dem Auftrag eingekauft werden. Dabei gilt es, Preise zu vergleichen, auf Herkunft, Verpackung und Qualität zu achten – und gemeinsam gute Entscheidungen zu treffen.

Auswertung und Vergleich in der Schule. Nach dem Einkauf gehen die Gruppen wieder zurück in die Schule. Dort werden die Einkäufe gemeinsam ausgewertet und verglichen:

- Welche Lebensmittel wurden gekauft?
- Wurde der Einkaufsauftrag erfüllt?
- Wie wurde das Budget eingesetzt?
- Welche Entscheidungen wurden bewusst getroffen? Z.B. in Bezug auf Regionalität, Saisonalität, Bio-Qualität oder Verpackung?
- Gab es Herausforderungen oder Überraschungen beim Einkaufen?

Jede Gruppe stellt ihre Ergebnisse kurz vor. Gemeinsam wird reflektiert, welche Kriterien beim Lebensmitteleinkauf wichtig sind und wie sich Konsumentenscheidungen auf Umwelt und Gesundheit auswirken können.



## Vertiefungsmöglichkeiten:

- die angefallenen Verpackungen richtig Trennen und Entsorgen.
- Film „Essen im Eimer“ oder „Taste the Waste“
- Zusätzliche Aufträge, weitere Gruppen bilden (z.B. Gesund/Zuckerarm)
- Einkaufsliste um Lebensmittel ergänzen (z.B. Eier, Kekse, ...)

### TIPP

Die Aktion kann vom regionalen BAV unterstützt werden





## EINKAUFLISTE „ABFALLARM“



### Beachte:

- Die Einkaufsliste soll möglichst vollständig erfüllt werden – ohne das Budget zu überschreiten.
- Es soll so wenig Abfall wie möglich entstehen. Das bedeutet: Verpackungen vermeiden (nutze: mitgebrachte Jausenboxen).



### Kaufe:

1 Stück **Obst** pro Gruppenmitglied

- **Gebäck/Brot** für die Gruppe
- Etwas zum **Belegen oder Bestreichen** des Gebäcks/Brotes
- **Gemüse** für die Gruppe
- **Getränk** für die Gruppe

Lebensmittel	Stück	Preis	Woher kommt das Produkt?	Art der Verpackung (Beschreibe: aus Papier, Kunststoff, Mehrweg/ Einweg oder Pfand, ...)
<b>Gesamt:</b>				



## EINKAUFLISTE „BILLIG“



### Beachte:

- Die Einkaufsliste soll möglichst vollständig erfüllt werden – ohne das Budget zu überschreiten.
- Es soll so wenig Geld wie möglich ausgegeben werden. Das bedeutet: Kaufe das vorgegebene Lebensmittel zum günstigsten Preis (beachte: Sonderangebote, Mengenrabatte, ...).



### Kaufe:

- 1 Stück **Obst** pro Gruppenmitglied
- **Gebäck/Brot** für die Gruppe
- Etwas zum **Belegen oder Bestreichen** des Gebäcks/Brot
- **Gemüse** für die Gruppe
- **Getränk** für die Gruppe

Lebensmittel	Stück	Preis	Woher kommt das Produkt?	Art der Verpackung (Beschreibe: aus Papier, Kunststoff, Mehrweg/ Einweg oder Pfand, ...)
<b>Gesamt:</b>				



## EINKAUFLISTE „BIO & FAIRTRADE“



### Beachte:

- Die Einkaufsliste soll möglichst vollständig erfüllt werden – ohne das Budget zu überschreiten.
- Es sollen die vorgegebenen Lebensmittel möglichst biologisch produziert und/oder Fair gehandelt sein. Qualität und Herkunft stehen im Vordergrund (beachte: Fairtrade Siegel, Bio-Erkennungszeichen, ...).



### Kaufe:

- 1 Stück **Obst** pro Gruppenmitglied
- **Gebäck/Brot** für die Gruppe
- Etwas zum **Belegen oder Bestreichen** des Gebäcks/Brot
- **Gemüse** für die Gruppe
- **Getränk** für die Gruppe

Lebensmittel	Stück	Preis	Woher kommt das Produkt?	Art der Verpackung (Beschreibe: aus Papier, Kunststoff, Mehrweg/ Einweg oder Pfand, ...)
<b>Gesamt:</b>				



## EINKAUFLISTE „REGIONAL“



### Beachte:

- Die Einkaufsliste soll möglichst vollständig erfüllt werden – ohne das Budget zu überschreiten.
- Es sollen die vorgegebenen Lebensmittel möglichst aus der Region stammen, also aus Österreich oder idealerweise direkt aus Oberösterreich oder noch besser dem Bezirk (beachte: Hinweise zur Herkunft - eventuell Bauernhof, ...).



### Kaufe:

- 1 Stück **Obst** pro Gruppenmitglied
- **Gebäck/Brot** für die Gruppe
- Etwas zum **Belegen oder Bestreichen** des Gebäcks/Brot
- **Gemüse** für die Gruppe
- **Getränk** für die Gruppe

Lebensmittel	Stück	Preis	Woher kommt das Produkt?	Art der Verpackung (Beschreibe: aus Papier, Kunststoff, Mehrweg/ Einweg oder Pfand, ...)
<b>Gesamt:</b>				