



© WWF Schweiz

Äpfel wachsen nicht im Supermarkt

Dossier für Lehrpersonen

Ökologische Ernährung und Foodwaste

- S. 3 Erfahren Sie mehr!
- S. 4 Übersicht
- S. 5 Infoblatt «Umweltgerechtes Essen»
- S. 7 Infoblatt «Foodwaste»
- S. 9 Unterrichtsplanung
- S. 12 Unterrichtsmaterial

Stufe

3. bis 5. Klasse

Zeit

4 Lektionen und mehr

Weiter im Thema Fussabdruck

- «Spiele mit Biss»: wwf.ch/schule
- Dossier «Fussabdruck»:
wwf.ch/schule

Weiter im Thema Apfel

- Lehrmittel «Der Apfel»:
aol-verlag.de
- Werkstatt «Der Apfel»: schubi.ch

Weiter im Thema Foodwaste

- Praktischer Umweltschutz:
pusch.ch

Weiter im Thema Bauernhof

- Schule auf dem Bauernhof:
schub.ch
- Landwirtschaftlicher Dienst:
lid.ch



● Vorwort

Liebe Lehrperson

Gestalten Sie Ihren Unterricht möglichst naturverbunden und motivierend: Dafür empfehlen wir Ihnen, oft mit Ihrer Klasse in die Natur zu gehen, Bäume zu entdecken, ein Angebot von Schule auf dem Bauernhof zu buchen oder an den WWF-Erlebnistagen teilzunehmen. Solche Erlebnisse stärken auch den Klassenzusammenhalt, was wiederum die Schüler motiviert, die erhaltenen Umwelttipps wirklich umzusetzen.

Dieses Dossier setzt beim Wissen und den Kompetenzen an. Mit ansprechendem Unterrichtsmaterial vermitteln Sie Ihren Schülern Umweltwissen, regen sie zum Nachdenken an und fördern das selbstständige Arbeiten sowie lösungsorientierte Handeln.

Indem Sie das Thema nachhaltige Ernährung in Ihren Unterricht integrieren, leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutz unseres Planeten. Für diese Unterstützung danken wir Ihnen sehr.

Wir wünschen Ihnen spannende Schulstunden.
Ihr WWF

Impressum

WWF Schweiz

Hohlstrasse 110
8010 Zürich
Tel.: +41 (0) 44 297 21 21
wwf.ch/kontakt
www.wwf.ch

Spenden: PC 80-470-3

Autorinnen: Martina Henzi & Eveline Müller

Adaptation: Ariane Derron & Nadia Klemm

Bilder: Timo Ullmann © bildwild.ch
global warming Images / WWF-Canon

Illustrationen: illustres.ch

Grafik: Veriza Galati

© WWF Schweiz 2014

© 1986 Panda-Symbol WWF

® «WWF» ist eine vom WWF eingetragene Marke

Erfahren Sie mehr!



Frische Spargeln und Erdbeeren bereits im Februar: Wie sollen Kinder da noch wissen, welche Frucht oder welches Gemüse denn eigentlich Saison hat? Genau hier möchten wir ansetzen und gemeinsam mit Ihnen den SchülerInnen aufzeigen, was unser Konsum mit der Umwelt zu tun hat.

Die Ernährung hinterlässt Spuren auf der Erde

Für die Lebensmittelherstellung oder den Transport braucht es Wasser, Erdöl, Kohle, Holz oder andere Ressourcen, die wir unserem Planeten entnehmen. Die Ernährung ist der Konsumbereich, der am meisten Wasser und Land braucht. Vor allem der Fleischkonsum belastet die Umwelt sehr, denn für die Produktion wird besonders viel Land und Wasser gebraucht.



Vom Einkaufskorb in den Abfallkübel

Doch nicht nur mit der Art und Weise, wie wir uns ernähren, beanspruchen wir unseren Planeten, sondern auch wie wir mit den Lebensmitteln umgehen. Denn rund ein Drittel der für den Schweizer Konsum produzierten Lebensmittel geht entlang der Lebensmittelkette verloren. Dies entspricht rund zwei Tonnen einwandfreier Lebensmittel, die jedes Jahr weggeworfen werden. Spitzenreiter beim Wegwerfen sind wir – die Haushalte.

Bildung für nachhaltige Entwicklung

Die Inhalte und Methoden dieses Dossiers sind nach den folgenden didaktischen Prinzipien der BNE (Bildung für nachhaltige Entwicklung) ausgerichtet.

Visionsorientierung: Der Unterricht richtet sich an einem Entwurf der erwünschten gesellschaftlichen Entwicklung aus und nicht nach einem Katastrophenszenario.

Vernetztes Lernen: Vernetzung in den Bereichen «lokal – global», «Umwelt – Wirtschaft – Soziokulturelles» und «Gegenwart – Zukunft» erfolgen im Unterricht explizit und angeleitet.

Für die Unterrichtsvorbereitung

Das Dossier beinhaltet die Factsheets umweltgerechtes Essen und Food Waste, passendes Unterrichtsmaterial und weiterführende Tipps für Ihren Unterricht. Auf der folgenden Seite finden Sie eine detaillierte Übersicht über das angebotene Material.

Übersicht

Material	Inhalt	Für wen	Seite
Infoblatt «Umweltgerechtes Essen»	Hintergrundwissen, wie die Ernährung den Planeten Erde beansprucht	Lehrperson	5
Infoblatt «Foodwaste»	Hintergrundwissen über das Wegwerfen von Lebensmitteln - Ja. R.M. in der Schweiz	Lehrperson	7
Unterrichtsplanung	Eine mögliche Unterrichtsvorbereitung	Lehrperson	9
Geschichte «Professor Vogel klärt auf»	Eine Kurzgeschichte, welche die Kinder an das Thema heranzuführt	Lehrperson	12
Schülerheft	Kleines Heft zum Thema nachhaltige Ernährung	SchülerInnen	17
Lösungsblatt «Saisontabelle Früchte und Gemüse»	Lösungen zu den Seiten 3 bis 6 im Schülerheft	SchülerInnen	19
Kleberblatt	Arbeitsblatt mit abgebildeten Labels	SchülerInnen	20
Lösungsblatt «Lebensmittellabels»	Kurze Beschreibungen zu den acht bekannten Labels	Lehrperson	21
Arbeitsblatt «Lebensmittellabels» aus dem Dossier «Der ökologische Fussabdruck» wwf.ch/schule	Arbeitsblatt zu acht bekannten Bio-Labels	SchülerInnen	Link
foodwaste.ch	Merkblätter zu Foodwaste	Lehrperson	Link
wwf.ch/de/nachhaltig-leben	Allgemeine Informationen über Konsum	Lehrperson	Link
«Spiele mit Biss» wwf.ch/schule	WWF-Spielsammlung zur nachhaltigen Ernährung	Lehrperson	Link
«Der ökologische Fussabdruck» wwf.ch/schule	Materialzusammenstellung zum ökologischen Fussabdruck	Lehrperson	Link
«Erlebnis Apfel» wwf.ch/schule	Baumentdecker-Tasche	Lehrperson	Link

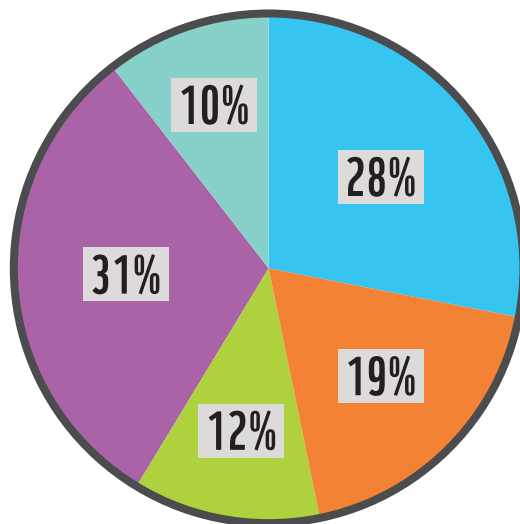
Umweltgerechtes Essen der Erde zuliebe

Wenn alle so leben würden wie wir in der Schweiz, bräuchten wir 2,8 Planeten

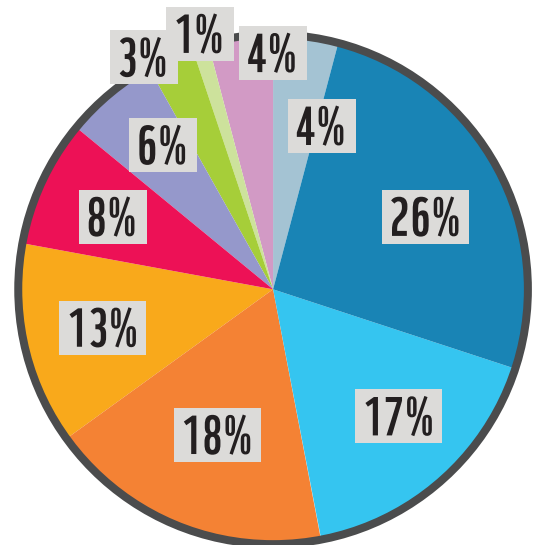


Durch die Art und Weise, wie wir uns ernähren, kleiden, fortbewegen oder wie wir wohnen, hinterlassen wir Spuren auf der Erde. Für die Herstellung von Landwirtschaftsprodukten oder Industriegütern, den Betrieb von Kühlschränken, Autos oder Heizungen brauchen wir Erdöl, Kohle, Holz oder andere Ressourcen, die wir unserem Planeten entnehmen. Momentan braucht die Menschheit weltweit mit ihrem Konsum und ihren Aktivitäten eineinhalb Mal so viele Ressourcen, wie die Erde langfristig zur Verfügung stellen kann. Wenn alle leben würden wie wir in der Schweiz, wären gar 2,8 Planeten notwendig.

So belasten wir die Umwelt



Wie die Lebensmittel-Kette die Umwelt belastet



Quellen:
Jungbluth, ESU-Services/
WWF-Footprintrechner
2012

© WWF Schweiz
April 2014

- Öffentliche Dienstleistungen
- Ernährung
- Wohnen
- Mobilität
- Konsum allgemein

- Verarbeitung
- Transporte
- Fleisch und Fisch
- Milch und Eier
- Getränke
- Fette und Anderes
- Getreide
- Fruchte
- Gemüse
- Verpackung

Die wichtigsten Tipps im Überblick



Pflanzliche Nahrungsmittel

Ein vegetarisches Gericht belastet das Klima im Durchschnitt dreimal weniger als ein Gericht mit Fleisch.



Freiland

Achten Sie beim Kauf von Gemüse auf Freilandproduktion. Freilandgemüse belastet das Klima im Schnitt neunmal weniger als Treibhaus- oder Hors-Sol-Produkte.



Aus der Schweiz und saisonal

Entscheiden Sie sich für regionale oder inländische Produkte. Diese müssen nur über kurze Strecken transportiert werden.



Bio

Wer Bio kauft, setzt auf naturnahe Produktion, langfristige Bodenfruchtbarkeit und artgerecht gehaltene Nutztiere.



Artgerecht

Achten Sie auf eine Haltung, welche die Bedürfnisse der Tiere berücksichtigt und ihnen gerecht wird. Die hohe Lebensqualität der Tiere wirkt sich auch positiv auf die Qualität ihrer Produkte aus.



MSC- und Bio-Fisch

Geniessen Sie Fisch als nicht alltägliche Delikatesse. Achten Sie beim Kauf auf das MSC- und Bio-Label.



Fair

Der faire Handel garantiert Familien im Süden ein existenzsicherndes Einkommen und elementare Arbeitsrechte. Unterstützen Sie auch diese Ziele!



Massvoll

Kaufen Sie nur so viel ein, wie Sie auch essen können und verwerten Sie Resten konsequent. Rund 30 Prozent der produzierten Nahrungsmittel werden weggeworfen.

Mehr zum Thema «Umweltgerechtes Essen»

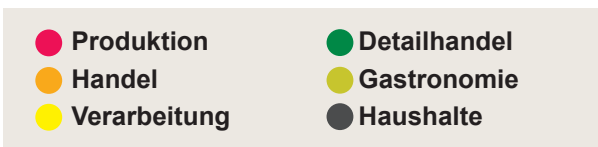
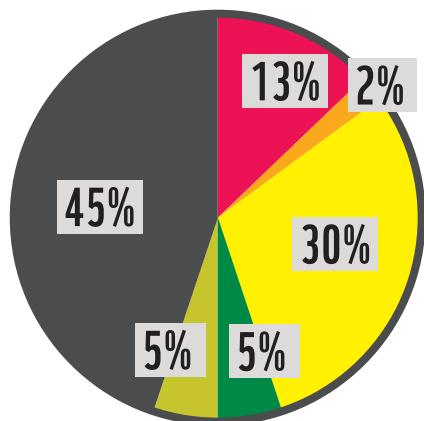
WWF-Faktenblatt [Umweltgerechtes Essen](#)

wwf.ch/essen wwf.ch/tipps

Foodwaste

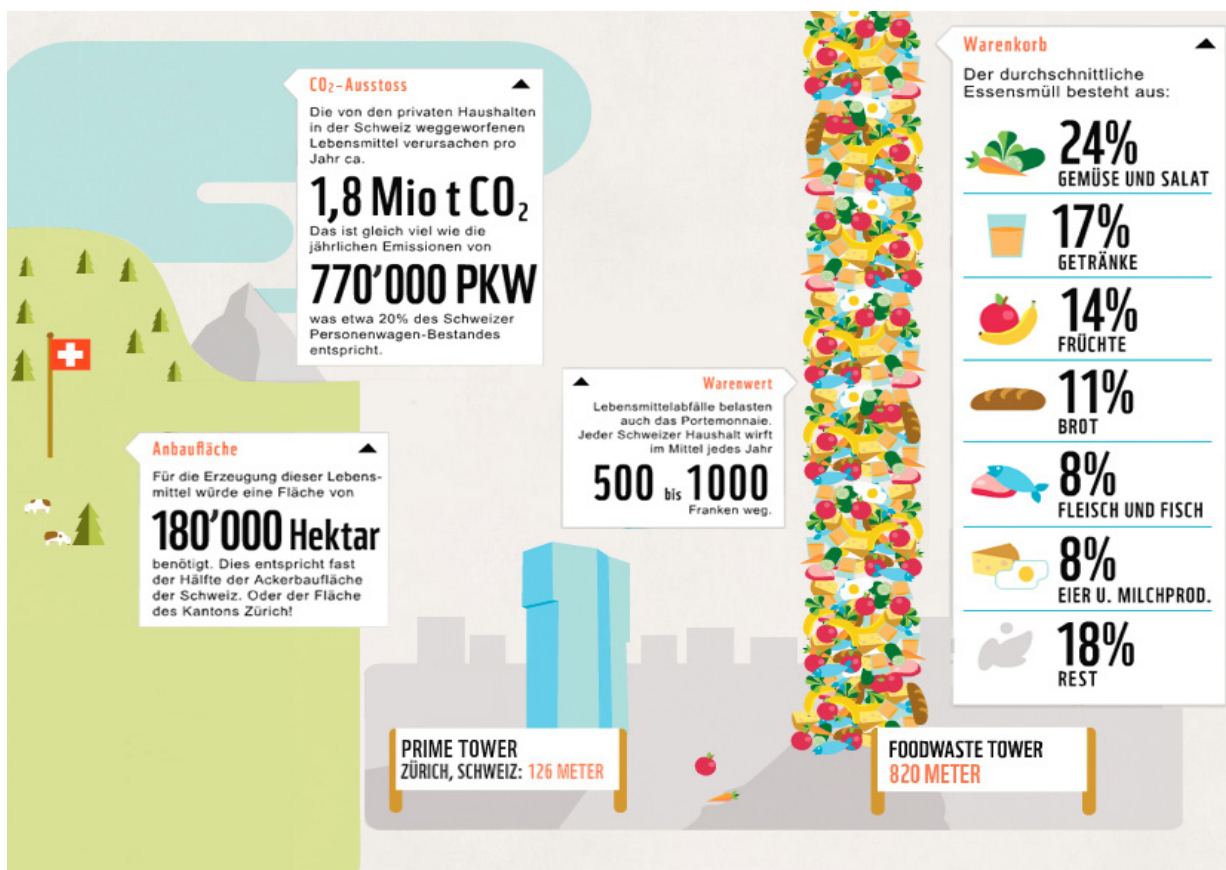
- Ein Drittel der für den Schweizer Konsum produzierten Lebensmittel geht entlang der ganzen Lebensmittelkette verloren. Dies entspricht für die Schweiz einer Menge von rund zwei Millionen Tonnen einwandfreier Lebensmittel, die jedes Jahr weggeworfen werden.

Wo gehen die Lebensmittel verloren?



Lebensmittelverluste in der Schweiz

Fast die Hälfte der weggeworfenen Lebensmittel kommen aus dem Haushalt. Was das bedeutet, wenn 7 Millionen Menschen täglich 320 Gramm Lebensmittel wegwerfen, zeigt die untenstehende Infografik deutlich.



Quellen:
WWF Schweiz,
foodwaste.ch

© WWF Schweiz
April 2014

Abbildung: Lebensmittelverluste in der Schweiz, verursacht durch die Haushalte (WWF Schweiz)

Die wichtigsten Tipps im Überblick



- Keine grossen Wocheneinkäufe tätigen, sondern häufiger Frischprodukte einkaufen.



- Bewusste Mengenplanung.



- Späteres Verwerten von Kochüberschüssen und Produkteresten durch kreative Resten-Rezepte.



- Lebensmittel luftdicht verschlossen oder kühl aufbewahren.



- Bevor Lebensmittel weggeworfen werden, weil das Mindesthaltbarkeitsdatum abgelaufen ist: zuerst testen, ob sie wirklich nicht mehr geniessbar sind.

Mehr zum Thema «Foodwaste»

- Bericht «Lebensmittelverluste in der Schweiz» wwf.ch/foodwaste
- wwf.ch/tipps

Unterrichtsplanung

Lernziele

- Die SchülerInnen erfahren, wie wir mit unserer Ernährung die Umwelt beeinflussen.
- Die SchülerInnen wissen bei mindestens fünf Gemüsen und Früchten, in welchen Monaten diese saisonal erhältlich sind.
- Die SchülerInnen wählen selbst von drei bis sechs Lebensmittellabel aus und erklären in einem Satz, wofür diese stehen.

Vorbereitung

- Evtl. Bilder für das Erzählen vergrössern
- Heftvorlage für jedes Kind auf A3 kopieren
- Je fünf Früchte und Gemüse an die WT schreiben oder zeichnen
- Lösungsblatt Saisontabelle Früchte und Gemüse bereitlegen (evtl. mehrere Exemplare)
- Arbeitsblatt «Lebensmittellabels» für jedes Kind kopieren
- Kleberbogen farbig kopieren
- Evtl. Labels in Grossformat kopieren

Material

- Geschichte
«Professor Vogel»
- Bilder
- Heftvorlage (für jedes Kind)
- Schere
- «Saisontabelle Früchte und Gemüse»
- Arbeitsblatt
«Lebensmittellabels»
(für jedes Kind)
- Kleberbogen

Einführung

Erzählen Sie der Klasse die Geschichte **«Professor Vogel klärt auf»** mit Letizia und Amir. Fünf passende Bilder begleiten das Erzählen und ermöglichen Ihnen zudem, die thematischen Schwerpunkte hervorzuheben.

Anschliessend an die Geschichte können untenstehende Punkte mit den SchülerInnen diskutiert werden. Dies entweder in Kleingruppen oder mit der ganzen Klasse.

Mögliche Diskussionspunkte

- Wie beeinflussen wir die Umwelt mit unserer Ernährung?
- Was wäre, wenn es keine Obstbäume mehr gäbe?
- Wie kauft ihr zu Hause ein? Jeden Tag oder einmal in der Woche?
- Wirfst du abgelaufene Lebensmittel weg?
- Kennst du den Lebensmitteltest?

Dauer

ca. 30 Minuten

Material

- Geschichte
- Bilder
- Diskussionspunkte

Vertiefung

Die SchülerInnen erhalten das bereits vorgedruckte Heft. Zuerst schneiden sie die Doppelseiten an der gestrichelten Linie aus und legen diese in der korrekten Reihenfolge aufeinander. Am Schluss heften sie das Heft zusammen. Anschliessend erarbeiten sich die SchülerInnen den Inhalt des Hefts.

Die folgenden Arbeitsschritte können entweder in Einzelarbeit, Kleingruppen oder im Klassenverband erfolgen.

1. Name auf die Titelseite schreiben.
2. Seiten 1 und 2 lesen und unbekannte Begriffe übermalen.
3. Unklare Begriffe klären.
4. Fünf Früchte und Gemüse in die entsprechenden Felder der Tabelle auf Seiten 3 bis 6 zeichnen. Die SchülerInnen sollen sich zuerst überlegen, in welchen Monaten die Früchte/das Gemüse geerntet und gelagert wird. Eventuell zuerst mit Bleistift entsprechende Felder kennzeichnen und erst dann mit Farbe markieren.
5. Die Lösung von den bereitgelegten Lösungsblättern übertragen – Prinzip Wanderdiktat.
6. Das Arbeitsblatt Lebensmittellabels lösen.
7. Kleberbogen mit verschiedenen Labels verteilen. Die SchülerInnen wählen vier bis sechs Labels aus und kleben sie in die entsprechenden Felder. Neben dem Kleber schreiben sie eine kurze Beschreibung (für welche Lebensmittel steht dieses Label, was verspricht es, usw.).

Ein Lösungsblatt mit möglichen Beschreibungen liegt diesem Dossier bei.

Dauer

2 Stunden

Material

- Heft
- Schere
- Arbeitsblatt Label
- Labelbogen

Faltanleitung

- Zerschneide jeweils die Doppelseiten entlang den gestrichelten Linien.
- Lege die Seite mit dem Titelblatt auf den Tisch, so dass der Titel nach unten schaut.
- Lege nun die Seiten in der richtigen Reihenfolge aufeinander.
- Hefte die Seiten in der Mitte mit zwei Heftklammern zusammen. Wenn dein Heftklammergerät zu klein ist, kannst du es ganz öffnen und die Heftklammern von oben hineindrücken. Achtung, lege einen Radiergummi darunter, sonst landen die Heftklammern im Tisch.
- Am Schluss faltest du dein Heft.

Abschluss

Die Bilder der Geschichte «Professor Vogel klärt auf» nochmals den SchülerInnen vorlegen. Sie sollen ihren Gedanken freien Lauf lassen und erzählen, was ihnen in den Sinn kommt.

Wenn die Kinder den Zusammenhang unserer Ernährung mit dem Schutz der Umwelt verstehen, die wichtigsten Labels kennen und mit der Saisontabelle gearbeitet haben, sind sie bereit für ein Apfel-Erlebnis:

- Angebot Schule auf dem Bauernhof buchen schub.ch

Dauer

ca. 15 Minuten

Material

Bilder der Geschichte
«Professor Vogel klärt auf»

Als Vertiefung und Nachbereitung empfiehlt der WWF:

Weiter zum Thema Konsum:

- Ausflug in den nächstgelegenen Supermarkt mit dem Blick auf die Labels organisieren.
- Buch «Die Essensvernichter. Warum die Hälfte aller Lebensmittel im Müll landet und wer dafür verantwortlich ist» (von Stefan Kreutzberger & Valentin Thurn)
- Buch «Für die Tonne. Wie wir unsere Lebensmittel verschwenden» (von Tristan Stuart)

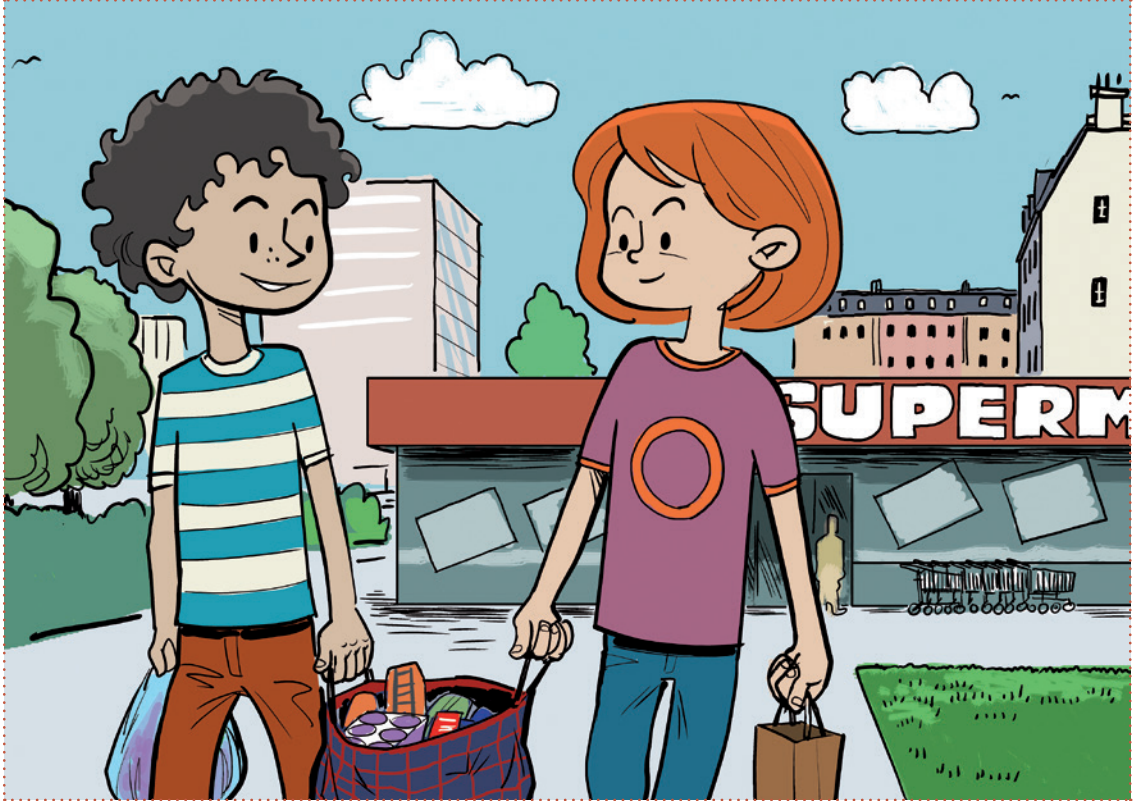
Weiter zum Thema Apfel:

- Themenmappe «Thema», Nr. 3, 2006: Rund um den Apfel, geeignet für die Mittelstufe.
Diese Themenmappe umfasst unter anderem die Geschichte des Apfels, die botanische Einordnung des Apfels, Apfelanbau in der Schweiz, Allgemeines über den Apfelbaum sowie die Züchtung von Apfelbäumen, die unterschiedlichen Apfelsorten, Gesundheit und Rezepte mit Äpfeln.
- Werkstattunterricht «Der Apfel», Schubi-Verlag, geeignet für Unterstufe und Mittelstufe.
Diese Werkstatt umfasst folgende Themen: Bestandteile des Apfels, Entwicklung des Apfelbaums, die unterschiedlichen Erscheinungsformen des Apfelbaumes im Laufe eines Jahres, gesundheitliche Bedeutung von Obst am Beispiel Apfel, verschiedene Äpfel nach Geschmack und Aussehen unterscheiden.

Geschichte

«Professor Vogel klärt auf»

von Brigitte Häni



Illustrationen: Res Zinniker

Letizia und Amir sind im Supermarkt.

«Oh, ich freue mich aufs Essen, ich habe einen Riesenhunger! Du auch, Letizia?»

«Na ja, nach dem Tag kann ich schon etwas vertragen. Schau, es hat eine Aktion Viererpack von meinen Lieblings-Schoggijoghurt!» - «Und die Milchschnitten gibt es mit 50 Prozent Rabatt!»

Die Kinder kaufen Joghurt, Milchschnitten, Farmerstängel, geschnittene Salami, eine Tube Tartarsauce, ein Sixpack Caprisonne, Streichkäse und einen Sack mit Brötchen.

Zuhause angekommen:

«Letizia, schau mal, Mama hat auch schon eingekauft, jetzt hat es aber genug zu essen! Die Joghurt haben gar nicht Platz im Kühlschrank.»

Eine Woche später um 17:00 Uhr, nach der Schule.

«Es dauert noch zwei Stunden bis zum Abendessen, das halte ich nicht aus!»

«Im Kühlschrank hat es sicher noch Joghurt. Komm, wir schauen nach.»

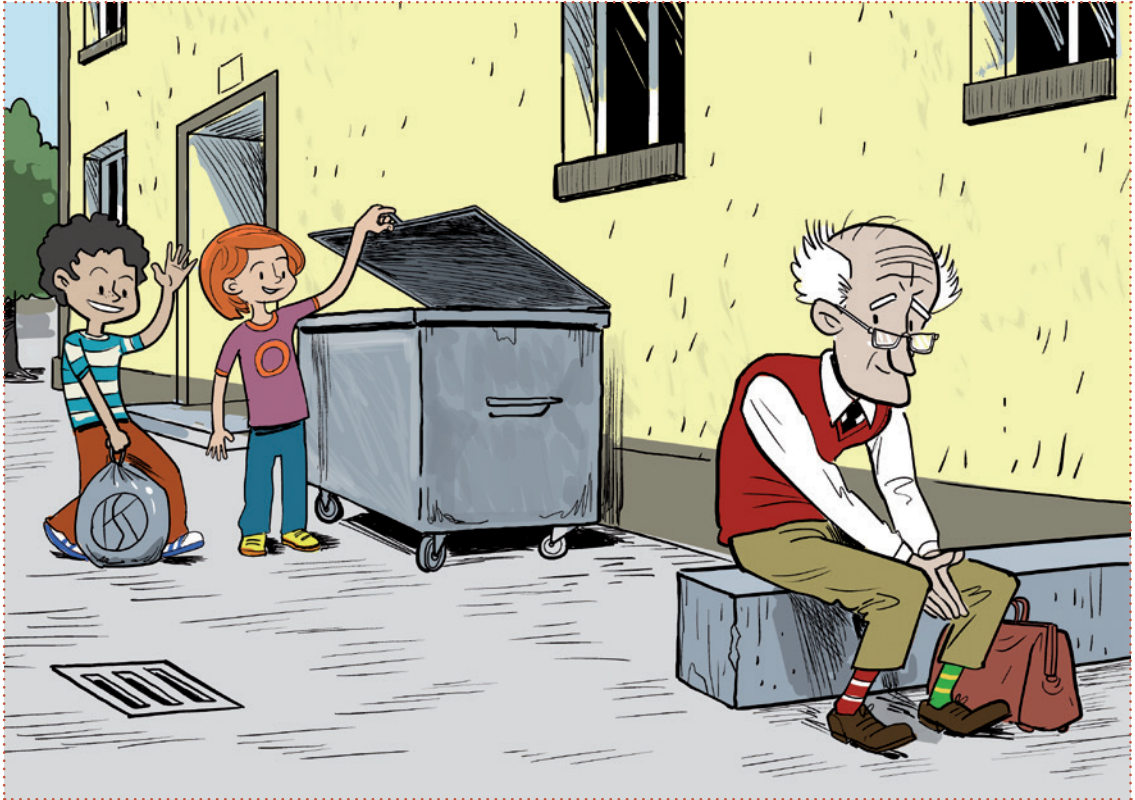
«Schade, die Schoggijoghurt sind schon vor drei Tagen abgelaufen und der Salami ist auch schon alt.»

«Hier sind noch andere Joghurt mit abgelaufenem Datum, der Streichkäse ist auch schon alt, und den Rest der Frischbackbrötchen können wir auch vergessen.»

«Amir, bring doch den Abfallsack gleich her, wir räumen den Kühlschrank auf.»



Letizia und Amir prüfen den Inhalt des Kühlschranks. Was über dem Mindesthaltbarkeitsdatum ist, wandert in den Abfall. Schlussendlich ist der Sack voll. Die Kinder schnüren ihn zusammen und bringen ihn zum Container im Hof.



Vor dem Haus treffen sie auf Professor Vogel.

«Guten Tag, Herr Professor.» - «Hallo Kinder, wie geht es euch?» - «Wir müssen warten, bis Mama nach Hause kommt und Essen kocht, echt langweilig ... Aber Sie sehen nicht gerade glücklich aus, geht es Ihnen nicht gut?»

Besorgt schaut Letizia Professor Vogel an, der zusammengesunken auf der Mauer vor dem Hauseingang sitzt.

«Ich mache mir Sorgen um den Lebensraum meiner gefiederten Namensvetter», sagt der Professor.

«Auf meinem Spaziergang bin ich bei der Obstbaumanlage vorbeigekommen. Stellt euch vor, die alten Bäume werden gefällt. Weil sie nicht mehr so viele Äpfel tragen. Damit die Früchte schön aussehen und gut verkauft werden können, werden die restlichen Bäume mit Pestizid gespritzt. Die Vögel finden oft nicht mehr genug Insekten und kaum mehr Nistplätze.»

«Aber», unterbricht Amir den Professor, «ist unser Kletterbaum mit der Höhle im Stamm und der grossen Krone etwa auch weg?»

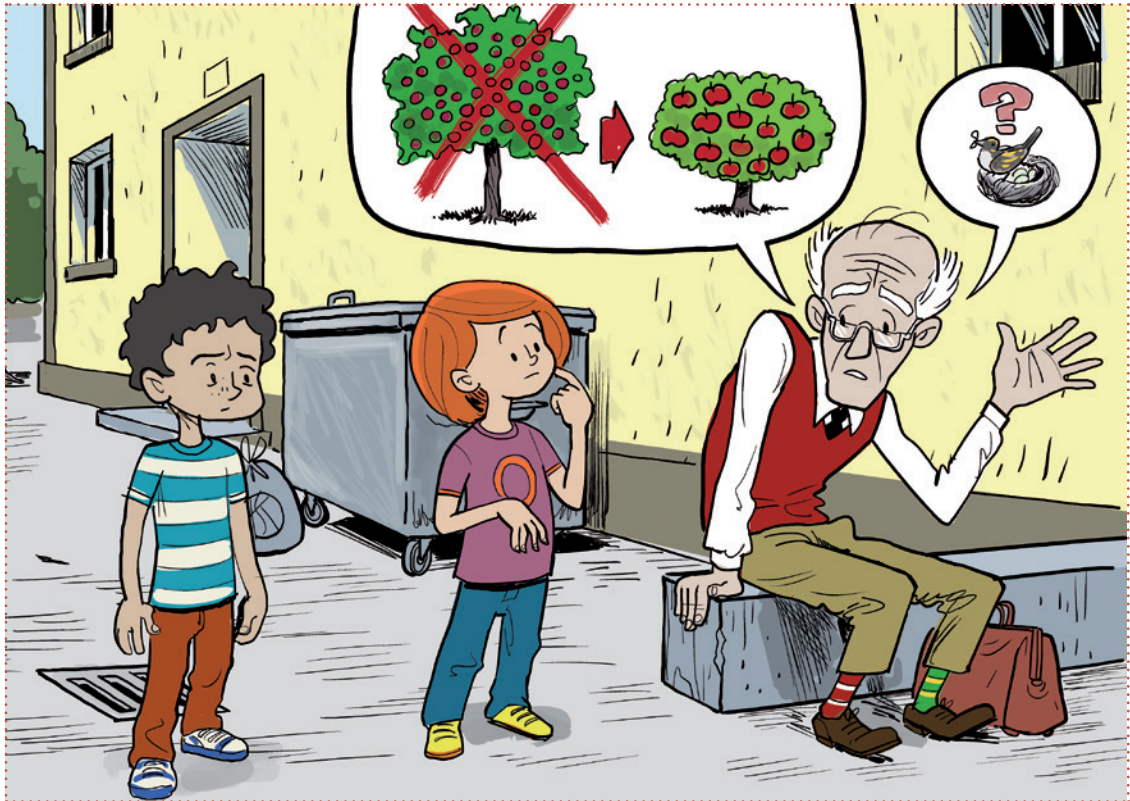
«Ja, das Wendehalspärchen wird nur schwer einen anderen Ort für seine Eier finden.»

Die Stimme des Professors tönt traurig.

«Wo soll ich im Herbst die Äpfel für Omas Apfeltorte hernehmen?», erkundigt sich Letizia.

«In Grossmutter's Kochbuch steht nämlich, dass die Torte am besten mit Jonathanäpfeln oder einer anderen alten Sorte gelingt.»

«Ihr habt ja noch Glück», fährt der Professor fort, «ihr konntet die alten Hochstamm-Sorten noch probieren, viele von euren Freundinnen und Kollegen können das nicht mehr.»



Wir Menschen sind das grösste Problem. Aber viele wissen es gar nicht.»

«Mit unserem Verhalten schaden wir der Erde. Habt ihr gewusst, dass ein Drittel der Nahrungsmittel fortgeworfen wird? Unvorstellbar! Was da für Energie und Rohstoffe verloren gehen!»

Letizia und Amir schauen sich betroffen an. Professor Vogel ist jetzt nicht mehr zu bremsen.

«Wir müssten unser Verhalten ändern. Weniger aufs Mal einkaufen und nicht auf alle Aktionen hereinfallen. Ein Familieneinkaufszettel wäre sicher hilfreich.»

Er schaut die Kinder fragend an.

«Kennt ihr den Lebensmitteltest? Lebensmittel mit einem Mindesthaltbarkeitsdatum, wie sie zum Beispiel Joghurt haben, nicht einfach wegwerfen. Macht sie auf und schaut sie an. Hat es keinen Schimmelpilz und schmecken sie gut, könnt ihr sie bedenkenlos geniessen. Bei Fleisch und Fisch müsst ihr vorsichtig sein, aber bei den restlichen Lebensmitteln ist der Test einfach anzuwenden.»

Er hält inne und steht von der Mauer auf. Fast empört sagt er:

«Aber was rede ich da? Ich muss schnellstens zurück in meine Forschungsstation.

Es muss einen Weg geben, um uns Menschen zur Vernunft zu bringen. Um unsere Umgebung zu retten und die Natur zu schützen, müssen wir darauf achten, wo unser Essen herkommt und wie die Produkte hergestellt werden. Auf Wiedersehen!»

Professor Vogel geht gebückt und nachdenklich weg. Die Kinder schauen sich verduzt an, Amir tippt den Abfallsack an. Letizia nimmt Amir am Ärmel und hebt den Abfallsack auf.

Beschämt gehen Letizia und Amir in die Wohnung zurück. Hier öffnen sie den Abfallsack und machen mit den Joghurt den Lebensmitteltest. Nur einer der sechs Becher besteht den Test nicht und wandert definitiv in den Abfall.

«Amir, morgen zeige ich den Lebensmitteltest Tamara, Sophie und Angela», denkt Letizia laut nach. «Gut so», sagt Amir, «ich zeige unseren Eltern heute Abend beim Essen, was wir von Professor Vogel gelernt haben».



Amir und Letizia sitzen am Küchentisch, löffeln Joghurtbecher aus und schmieden Pläne für die kommenden Tage.

Kannst du folgende Fragen beantworten?

1. Warum werfen Letizia und Amir das Joghurt und den Streichkäse fort?
2. Warum werden Obstbäume mit Pestiziden gespritzt?
3. Wie beeinflussen wir mit unserem Verhalten die Umwelt?
4. Wie funktioniert der Lebensmitteltest?



WWF Schweiz
 Hohlstrasse 110
 8010 Zürich
 Tel.: +41 (0) 44 297 21 21
 E-Mail: www.ch/kontakt
www.wwf.ch

Spenden: PC 80-470-3



Unser Ziel
 Wir wollen die weltweite Zerstörung der Umwelt stoppen und eine Zukunft gestalten, in der Mensch und Natur in Harmonie miteinander leben.

Äpfel wachsen nicht im Supermarkt

Dieses Heft gehört:

Klasse:

Was willst du tun?

13

- Zum Training oder zur Musikstunde gehe ich zu Fuss oder fahre mit dem Fahrrad hin.
- Wenn Lebensmittel das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten haben, mache ich den Lebensmitteltest (gilt nicht für Fleisch und Fisch).
- Ich führe in meiner Familie einen Restentag pro Woche ein: An diesem Tag essen wir alle Resten der Woche auf.
- Wenn ich alleine einkaufe oder meine Eltern beim Einkaufen begleite, lege ich möglichst viele saisonale Früchte und Gemüse sowie Bio-Produkte in den Einkaufswagen.

PS:

Zeige dieses Heft deinen Eltern.

Esst BIO!

2



Ein Bio-Bauer pflegt seine Felder nicht mit schädlichen Mitteln und verursacht damit deutlich weniger Wasser- und Bodenverschmutzung. Auch die Tiere und Pflanzen leben gerne auf einem Bio-Bauernhof, und es gibt dort mehr verschiedene Arten.

Verzichtet auf eingeflogene Lebensmittel!



Wenn du im Winter Erdbeeren kaufst, werden diese meist mit dem Flugzeug transportiert, da in unseren Breitengraden zu dieser Jahreszeit keine Erdbeeren wachsen können.

Werft Lebensmittel nicht einfach fort!



Ein Drittel der Lebensmittel geht während der Produktion, im Supermarkt oder im Kühlschrank verloren. Dies belastet unseren Planeten unnötig! Deshalb ist es wichtig, nur immer so viel einzukaufen, wie man auch braucht, und die Essensreste wiederzuverwerten.

Mein Apfel-Erlebnis!

11

Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez

4

9

Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez

6

Saisontabelle Früchte

3

	Jan	Feb	Mär	Apr

- Frisch geerntet
- Gelagert

12

Liebe Kinder Tragt Sorge zur Erde!

1

Wie wir in die Schule gehen und das Sporttraining besuchen, wie wir reisen, welche Kleider wir tragen, wie wir wohnen und uns ernähren – damit beeinflussen wir die Umwelt. Hast du gewusst: Wenn wir alle so leben würden wie in der Schweiz, bräuchten wir fast 2,8 Planeten, um unseren Bedarf zu decken. Vor allem die Ernährung hinterlässt grosse Spuren auf dem Planeten, denn sie braucht viel Wasser und Land.



Esst weniger Fleisch!



Wenn du nur drei Mal pro Woche Fleisch isst statt jeden Tag, hinterlässt du viel weniger Spuren auf dem Planeten. Denn für die Produktion von einem Kilogramm Rindfleisch werden 51 mit Wasser gefüllte Badewannen benötigt.

Liebe Eltern

14

Haben Sie gewusst, dass in der Schweiz ein Drittel der Lebensmittel im Müll landen? Und dass unser Konsum die Umwelt stark beeinträchtigt?

Ihre Tochter / Ihr Sohn behandelt in der Schule diese Themen und erwirbt dabei folgende Fähigkeiten:

- Texte lesen und verstehen
- Arbeiten im Team
- Zuhören und andere Meinungen verstehen
- Kritisches Denken
- Lösungen für Probleme suchen

Begleiten und unterstützen Sie Ihr Kind in Umweltthemen. Kinder, die respektvoll mit der Natur umgehen, fühlen sich gesünder und wohler. Wählen Sie beim Einkauf die Lebensmittel bewusst aus und begründen Sie den Kindern Ihre Wahl. Kochen Sie gemeinsam mit den Kindern ein saisonales Menü und laden Sie Freunde zum Essen ein.

Für weitere Tipps, wie Sie sich im Alltag für die Umwelt engagieren können, besuchen Sie die zwei folgenden Seiten: www.wwf.ch/tipps und www.wwf.ch/zukunft.

Ihr WWF

Labels zeigen dir den Weg!

7

Lebensmittel wie Butter, Früchte und Brot sind häufig mit einem Label gekennzeichnet. Sie zeigen dir unter anderem, dass bei der Herstellung darauf geachtet wurde, die Erde zu schonen.

In der Schweiz gibt es viele verschiedene Labels. Auf den nächsten drei Seiten lernst du einige näher kennen.

Die Labels helfen dir!

8

Saisontabelle Gemüse

5

	Jan	Feb	Mär	Apr

- Frisch geerntet
- Gelagert

10

Lösungsblatt «Saisontabelle Früchte und Gemüse»



Früchte

	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
Apfel	Gelagert	Gelagert	Gelagert	Gelagert	Gelagert	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Gelagert	Gelagert	Gelagert
Kirsche						Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet				
Kiwi	Gelagert	Gelagert	Gelagert							Frisch geerntet	Frisch geerntet	Gelagert
Erdbeere						Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet				
Zwetschgen								Frisch geerntet	Frisch geerntet			

● Frisch geerntet
● Gelagert



Gemüse

	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sept	Okt	Nov	Dez
Gurke					Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet		
Karotte	Gelagert	Gelagert	Gelagert	Gelagert	Gelagert	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Gelagert	Gelagert	Gelagert
Kartoffel	Gelagert	Gelagert	Gelagert	Gelagert	Gelagert	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Gelagert	Gelagert	Gelagert
Kürbis	Gelagert	Gelagert						Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Gelagert	Gelagert
Tomate						Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet	Frisch geerntet		

● Frisch geerntet
● Gelagert

Eine umfangreiche Saisontabelle finden Sie hier: wwf.ch/essen

Kleberblatt



Lösungsblatt «Lebensmittellabels»

Name	Label	Beschreibung
Knospe Bio Suisse		Biologisch bedeutet: Landwirtschaft im Einklang mit natürlichen Kreisläufen und Prozessen. Tiere verbringen ihr Leben auf Biobetrieben und fressen Biofutter. Kein Einsatz chemisch-synthetischer Hilfsstoffe und Zutaten. Kein Einsatz von gentechnisch veränderten Produkten.
Coop Naturaplan		Das Biolabel von Coop richtet sich nach den Vorschriften von Bio Suisse. Es zeichnet Produkte aus, die biologisch hergestellt wurden. Was Bio bedeutet, erfährst du im Abschnitt von Bio Suisse.
MSC		Es darf nur so viel gefischt werden, wie wieder natürlich nachwächst. Die Fischerei darf dem Lebensraum nicht schaden.
Terra Suisse		Das Label zeichnet pflanzliche und tierische Produkte aus. Die Bestimmungen sind nicht so streng wie Bio. Der Bauernhof muss aber relativ hohe Auflagen bezüglich Umwelt und Tierwohl erfüllen.
Migros Bio		Das Biolabel der Migros richtet sich nach biologischen Richtlinien. Es zeichnet Produkte aus, die biologisch hergestellt wurden. Was Bio bedeutet, erfährst du im Abschnitt Bio Suisse.
Fairtrade		Das Fair-Trade-Label zeichnet Produkte aus, die von weit herkommen. Es garantiert, dass Bauern und Arbeiter faire Löhne erhalten. Zudem wird eine Produktion angestrebt, die für Mensch und Natur gesund ist.
Aldi		Das Biolabel von Aldi zeichnet eine naturnahe und nachhaltige Produktweise aus. Produkte, die nicht aus der Schweiz kommen, werden nach den europäischen Bio-Richtlinien hergestellt.
Lidl		Das Biolabel von Lidl steht für einen ökologischen Anbau. Bio-Produkte, welche nach Schweizer Bio-Richtlinien hergestellt wurden, werden mit einem zusätzlichen Label gekennzeichnet.