

Begleittext zum Erklärvideo:

„Die regional-saisonale Bio-Abokiste: Aktionen zur Kommunikation Nachhaltiger Ernährung“

Information für Lehrkräfte:

Alle im Begleittext hervorgehobenen Begriffe sind im Glossar in Textreihenfolge zu finden.

Kapitel: Einleitung

Wir sind Miki und Yoko. In unserer Schule nutzen wir regelmäßig eine **regional-saisonale Bio-Abokiste** mit leckerem Gemüse und Obst. Mit der Bio-Abokiste wollen wir Aktionen zur **nachhaltigen** Ernährung durchführen. Das hier ist unsere Bio-Abokiste. Sie ist gefüllt mit Gemüse und Obst aus unserer Region. Es sind nur saisonale Lebensmittel enthalten, die aktuell hier angebaut werden. Das Gemüse und Obst kommt aus **ökologischem Anbau** und ist somit „Bio“. Ganz schön bunt und vielfältig!

Wir hatten die Aufgabe zu **recherchieren**, was unter den Begriffen **Arten- und Sortenvielfalt** verstanden wird, und haben uns danach noch ausführlich mit dem Begriff der **Biodiversität** beschäftigt. Danach kamen wir auf die Idee, eine **Verkostung** mit den Mitschüler:innen in der Pause durchzuführen. Getestet wurde, ob die Vielfalt von einzelnen Apfel- und Möhrensorten anhand des Aussehens und des Geschmacks unterschieden werden kann. Informationen zu den verkosteten Apfel- und Möhrensorten haben wir den Mitschüler:innen zusätzlich gegeben.

Kapitel: Aktionen

Nicht nur unsere Lerngruppe hat sich mit Aktionen zur nachhaltigen Ernährung beschäftigt. Freund:innen aus anderen Schulen haben erzählt, dass auch sie viele Bio-Abokisten-Aktionen zur **Kommunikation** und zum Erleben von nachhaltiger Ernährung durchgeführt haben.

Die Schulen haben sich mit neun verschiedenen Aktionsthemen beschäftigt. Dabei ging es einerseits um Verpackungen und **Haltbarmachung**, Sorten- und Rohkostvielfalt, unbekanntes Gemüse und Obst sowie deren Verwertung ohne Reste. Andererseits waren auch süße Sachen und Fast Food, welche nachhaltig produziert wurden, sowie eine ausgewogene Eiweißversorgung ohne Tier relevante Themen. Das klingt echt interessant! Wir sind gespannt, wie die teilnehmenden Schulen ihre Aktionen umgesetzt haben und welche Ideen die anderen Schüler:innen hatten.

Kapitel: Umsetzung

Viele Lebensmittel der Bio-Abokiste wurden in der eigenen Lerngruppe verarbeitet und probiert. Wie wir hier sehen, ging es dabei im wahrsten Sinne des Wortes bunt zu! Auch das ist Kommunikation, denn die Verarbeitung der Lebensmittel und das anschließende Essen sind schon Kommunikation. Während der Vor- und Zubereitung wird über die Lebensmittel, deren Eigenschaften sowie über die

Umsetzung und **Variationen** der Rezepte gesprochen. Beim Essen wird sich über Aussehen, Geschmack und **Präferenzen** unterhalten. Wir hatten dazu die Idee, das man leckere Rezepte ja auch an den **Caterer** der Schule weitergeben könnte, damit dieser erfährt, was uns Schüler:innen schmeckt.

Einige Schüler:innen haben Steckbriefe und **Collagen** gestaltet, die in den Fluren und Vitrinen ausgestellt wurden. So wurden die Mitschüler:innen und Lehrkräfte über die Aktionen mit der Bio-Abokiste informiert.

Aber nicht nur Informationen wurden weitergegeben, sondern auch die leckeren Lebensmittel und hergestellten Speisen. In den Pausen wurden diese an Mitschüler:innen und Lehrkräfte ausgegeben. Teils wurden Verkostungen durchgeführt, um Unterschiede zwischen einzelnen Gemüse- und Obstsorten, wie hier beispielsweise bei den Äpfeln, zu erleben.

Solch eine Verkostung der Speisen kann auch in einem größeren Rahmen innerhalb einer Aktionswoche durchgeführt werden. So wurden beispielsweise Flyer mit Informationen zum Thema Essen und **Klima** bereitgelegt und fleischlose Burger mit leckeren Burger-Patties aus Haferflocken oder Kidneybohnen angeboten. Die fleischlosen Burger kamen so gut an, dass die Rezepte schnell ab fotografiert wurden, um diese mit Freunden oder der Familie erneut zubereiten zu können.

Außerdem wurden **Exkursionen** durchgeführt, beispielsweise in einen **Unverpackt-Laden**. Dieser bietet keine Produkte in Plastik- und Einwegverpackung an. Dort können die Lebensmittel aus großen **Mehrwegbehältern** wie Gläsern in kleinere selbst mitgebrachte Behälter oder Papiertüten abgefüllt werden. Mit den Inhaber:innen wurde ein Expert:innen-Interview geführt, um zusätzliche Informationen und Tipps zum Thema Verpackungen zu erhalten.

Auch an Familie und Freunde wurde gedacht. Viele Lebensmittel wurden haltbar gemacht und als Geschenke außerhalb der Schule verteilt. Neben eingelegtem Gemüse, waren vor allem Apfelringe und **Chutney** sehr beliebt.

Kapitel: Fazit

Durch die vielen Aktionen konnte das Thema nachhaltige Ernährung vielen erlebbar gemacht werden: den Schüler:innen, Lehrkräften, dem Caterer, unseren Eltern und Freunden. Klasse – das sind ganz schön viele Ideen rund um das spannende Thema Bio-Abokiste und Kommunikation nachhaltiger Ernährung. Wir sollten die ein oder andere Aktion auf alle Fälle nachmachen!

Über IN FORM

IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern.

Weitere Informationen unter www.in-form.de.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft



Vernetzungsstelle
Kita- und
Schulverpflegung
Berlin e.V.



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages