



Gestärkt in den Sommer

Aktionen für regionale und saisonale Gerichte



Konzept für eine Großveranstaltung





Impressum

Herausgeber:

Förderverein NaturGut Ophoven e.V.
 Kompetenzzentrum der Bildung für nachhaltige Entwicklung
 Talstraße 4
 51379 Leverkusen
 Tel. 0 21 71/73 49 90
 Fax. 0 21 71/3 09 44
 www.naturgut-ophoven.de
 zentrum@naturgut-ophoven.de

Das NaturGut Ophoven ist:



Mitarbeit: Cordula von der Bank, Annika Wachten
Redaktion: Ute Rommeswinkel, Ursula Heinrichs
Fotos: Hans-Martin Kochanek
Gestaltung: Barbara Pagenkemper

Juli 2018

Das Projekt „Gestärkt in den Sommer! Aktionen für regionale und saisonale Gerichte“ fand im Rahmen der Aktionstage für Nachhaltigkeit 2018 statt und wurde gefördert von der Stiftung Umwelt und Entwicklung NRW.



Gestärkt in den Sommer



Ein großes Fest einer Einrichtung oder eines außerschulischen Lernortes kann sehr gut genutzt werden, um viele Kinder und Familien zu einem bestimmten Thema zu informieren und zum Mitmachen zu begeistern.

Dazu wurden für das große Sommerfest des NaturGuts Ophoven 2018 neuartige Standkonzepte entwickelt und erfolgreich erprobt.

Folgende vier Themen wurden bearbeitet:

- **Regionale Produkte** – was aus der Heimat kommt, esse ich gerne – identitätsstiftend
- **Wertschätzung von Lebensmitteln** – wenn ich Lebensmittel als wertvoll einschätze, beschäftige ich mich mehr mit ihrer Herkunft
- **Hunger einschätzen** – nur so viel nehmen, wie man braucht (genussvoller Ressourcenschutz)
- **Saisonale Produkte** – alles zu seiner Zeit – freuen auf die Früchte der Saison (Vorfreude ist die schönste und längste Freude)

Die Besucher sollen die Möglichkeit bekommen, sich auf dem Fest selbstständig zu informieren, mitzuspielen oder - durch einen Aktionspass motiviert - alle Stationen zu erforschen. Der Aktionspass und damit auch die einzelnen Aktionen richteten sich nicht nur an die Zielgruppe Kinder, sondern beziehen auch die Eltern mit ein, die ihre Kinder meist zu den Aktionsständen begleiten.

Die folgende Übersicht enthält alle wichtigen Informationen, um die Aktionsstände auch auf Festen anderer Bildungseinrichtungen durchführen zu können.

Einladungen, Werbung für das Fest



Eine Grundlage für viele Besucher an diesem Tag ist die Vorabinformation der verschiedenen Zielgruppen. Neben der „normalen“ Pressearbeit und den Einladungen über die sozialen Medien ist eine gezielte Ansprache in den Schulen der Umgebung besonders effektiv. Hierzu kann man in mehreren Grundschulen, beginnend 3 Wochen vor der Veranstaltung, Pauseninfostände z.B. zum Thema „Schulesse“, „Gutes Futter für Bauch und Kopf“ o.ä. durchführen.

Im Folgenden die Standkonzepte zu den Themen im Einzelnen:

Standkonzept I

Regionale Produkte „Wo kommt es her?“

Regionale Produkte – was aus der Heimat kommt, esse ich gerne

Personal: 2-3 Personen

Ziel des Spiels: Die Teilnehmer sollen lernen, welches Obst/Gemüse aus Deutschland bzw. aus dem Ausland kommt.

In der Mitte des Spielfeldes steht der Spielleiter. Zu seiner Linken bzw. Rechten stehen 5 bis 10 Meter von ihm entfernt je ein Kind.

Der Spielleiter hat zwei Kartenstapel vor sich auf der Erde. Ein Stapel besteht aus den Karten „Obst“ und „Gemüse“. Der andere Stapel besteht aus den Karten „Deutschlandfahne“ oder Karten „Welt“. Die Anzahl der Karten auf jedem Stapel muss gleich sein.

Der Spielleiter nimmt gleichzeitig jeweils eine Karte aus den beiden Stapeln hoch, so dass die Kinder beide Karten gut sehen können. Die Kinder sollen entscheiden, ob die Paarung, die der Spielleiter hochhält stimmt oder nicht stimmt. Z.B. Karte „Deutschlandfahne“ und Karte „Erdbeere“. Die Paarung stimmt, Erdbeeren kommen aus Deutschland, Karte „Deutschlandfahne“ und Karte „Bananen“. Die Paarung stimmt nicht, da Bananen aus dem Ausland zu uns kommen.

Meint ein Kind, dass die Paarung stimmt, läuft es schnell in die Mitte zum Spielleiter und klingelt mit der Glocke / haut auf die Trommel. Hat es Recht, bekommt es einen Punkt. Hat es Unrecht, bekommt das andere Kind einen Punkt.

Passt das Paar nicht, sollte eigentlich keiner loslaufen. Es wird weitergespielt und die nächsten Karten werden vom Stapel hochgehalten. Es wird solange gespielt, bis keine Karten mehr auf den Stapeln liegen.

Material:

- Karten „Deutschlandfahne“ (ab Seite 5)
- Karten „Welt“ (ab Seite 6)
- Karten „Obst/Gemüse“ (ab Seite 7)
- Glocke oder Trommel









Kiwi



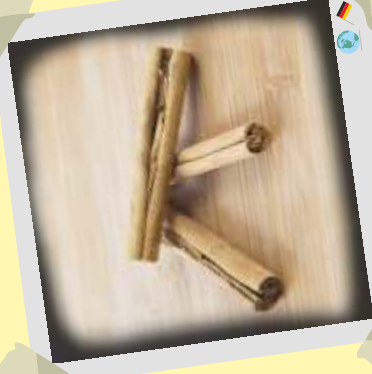
Kiwi

Mais



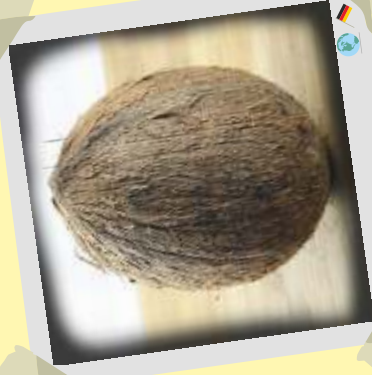
Mais

Zimt



Zimt

Kokos



Kokos

Johannisbeere



Johannisbeere

Banane



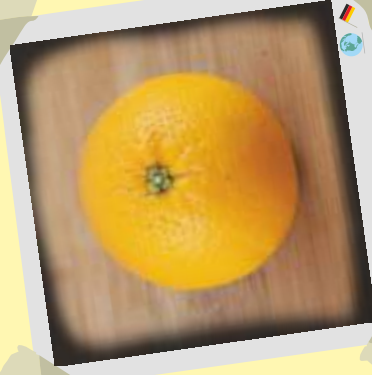
Banane

Avocado



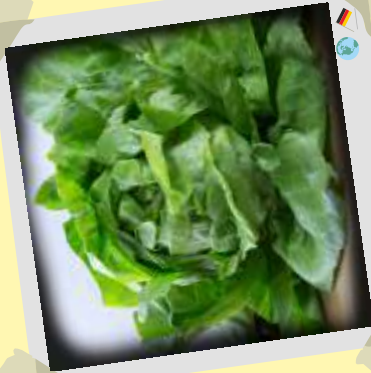
Avocado

Orange



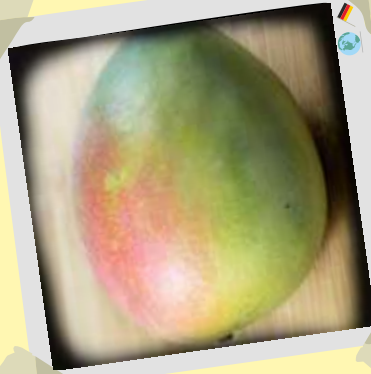
Orange

Salat



Salat

Mango



Mango

Himbeere



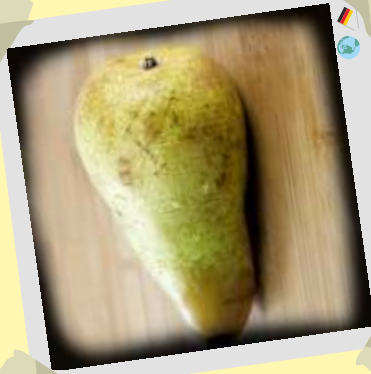
Himbeere

Pfeffer



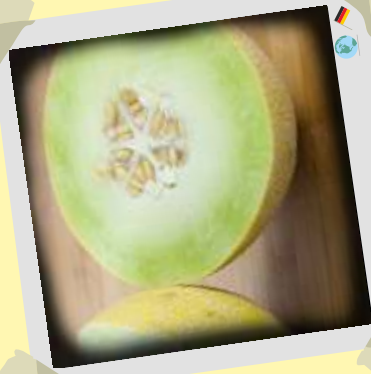
Pfeffer

Birne



Birne

Melone



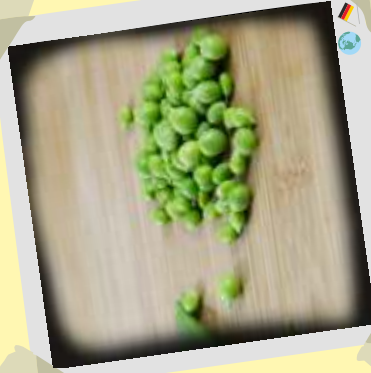
Melone

Zitrone



Zitrone

Erbsen



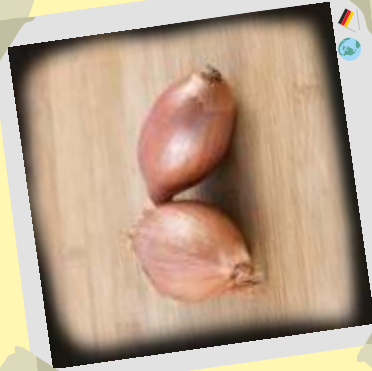
Erbsen

Kartoffel



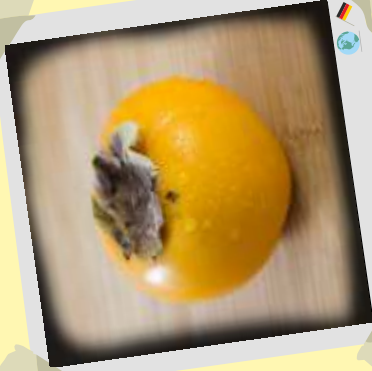
Kartoffel

Zwiebel



Zwiebel

Kaki



Kaki

Ananas



Ananas

Apfel



Apfel

Möhre



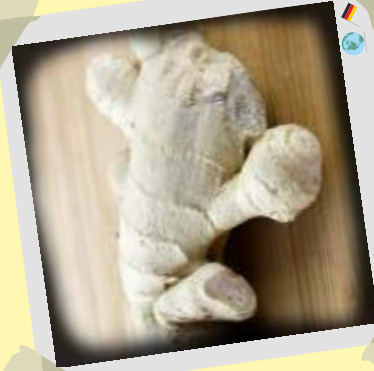
Möhre

Vanille



Vanille

Ingwer



Ingwer

Standkonzept II

Wertschätzung von Lebensmitteln „Frisch eingetopft“

Personal: 2-3 Personen

Ziel des Spiels: Die Teilnehmer sollen lernen, dass die Pflege einer Pflanze viel Arbeit bedarf, bis ein fertiges Lebensmittel daraus hervorgeht.

Der Hauptpart des Aktionsstandes zum Thema Wertschätzung von Lebensmitteln ist eine Pflanzaktion.

Die Kinder basteln aus Zeitungspapier ein kleines Pflanztöpfchen nach Anleitung. In dieses füllen sie Erde und drücken oben in die Erde einige – wenige – Radieschen-Samen! Es werden für jedes Töpfchen max. 5 Samen benötigt!

Die Radieschen wachsen sehr schnell und müssen von den Kindern natürlich gepflegt werden. Dadurch bekommen sie eine bessere Vorstellung davon, wie aufwendig Lebensmittelproduktion ist und entsprechend wächst die Wertschätzung.

Material:

- Erde
- kleine Schaufelchen/Esslöffel
- Zeitungspapier
- Radieschen-Samen
- Bastelvorlagen, z.B. von <https://www.urban-kraut.de/pages/topfe-aus-zeitungspapier-selber-machen-diy>



Standkonzept III

Hunger einschätzen „Meine Portion!“ Wie viel brauche ich wirklich?

Personal: 3-4 Personen

Ziel des Spiels: Die Teilnehmer sollen lernen, die Portionen ihrer Mahlzeiten richtig einzuschätzen. Je weniger Essen nachher übrig bleibt, desto besser. Also lieber nochmal nachnehmen, als sich den Teller zu voll zu laden.

Der Aktionsstand zum Thema Lebensmittelverschwendung und Portionsgrößen besteht aus drei kleinen Aktionen.

Die Kinder sollen zunächst an einer Art Buffet einen Teller so voll machen, wie sie für richtig halten. Es wird gefragt, wie viel sie für eine Portion brauchen. Mit diesem Teller, voll mit den ausgesuchten Lebensmitteln, kommen sie dann zur zweiten Station, bei der ihnen dann erklärt wird, dass die Portion, die sie wirklich brauchen, eigentlich in ihre Hand passt.

Entsprechend sollen die Kinder versuchen, den gesamten Inhalt des Tellers in die Hände zu nehmen, um damit einen Parcours zu laufen. Ihnen fällt auf, dass sie es mit einer handgroßen Portion leichter gehabt hätten.

Im Anschluss daran können die Kinder eine Portionsgrößenübersicht für ihre Hosentasche basteln. (siehe Bastelvorlage „Meine Portion!“).

Aktion 1:

Teller mit Lebensmitteln füllen, so viel sie meinen, für eine Portion zu brauchen

Aktion 2:

Parcours laufen mit den vorher ausgesuchten Lebensmitteln

Aktion 3:

Portionsgrößenübersicht für die Hosentasche basteln

Material:

- Filz-/Holz-Obst und -Gemüse für das Buffet
- Tisch
- Teller
- für den Parcours: Ringe, Hütchen zum Slalomlaufen, etwas zum Drübersteigen (Seil)
- Bastelvorlage „Meine Portion!“ (siehe Anlage)
- Kleber
- Schere





Das ist meine Portion! Wie viel brauche ich wirklich? Kleine Fibel aus der Schachtel

Titel für die Streichholzschachtel - ausschneiden und aufkleben



Diese beiden Streifen ausschneiden, zusammenkleben und zu einem Leporello mit einer zick-zack Falz knicken.

 Dieses Bild am Schachtelboden festkleben	Knicken	Ein Glas passt in deine Hand pro Mahlzeit	Knicken	Eine Hand voll Obst und Gemüse pro Mahlzeit	Knicken	Zwei Hände voll zerkleinertes Obst und Gemüse am Tag	Knicken	Ein Glas Saft als eine der täglichen Obst- und Gemüse- portionen	Knicken	Eine Scheibe Brot so groß wie deine gesamte Handfläche pro Mahlzeit.	Knicken	Kleben
Knicken	Knicken	Knicken	Knicken	Knicken	Knicken	Knicken	Knicken	Knicken	Knicken	Knicken	Knicken	Knicken
Zwei Hände voll Belegen (Nudeln, Kartoffeln oder Müsli) pro Mahlzeit	Knicken	Der Handteller Fleisch und Fisch am Tag	Knicken	1-2 Esslöffel Fett am Tag	Knicken	Eine Hand voll Süßigkeiten am Tag	Knicken		Knicken		Knicken	

Standkonzept IV

Saisonale Produkte „Kalender der Saison“

Personal: 2-3 Personen

Ziel des Spiels: Die Teilnehmer sollen lernen, zu welcher Jahreszeit welches Obst/Gemüse in Deutschland Saison hat.

In der Aktion „Wo kommt es her?“ haben die Kinder erfahren, wo verschiedenes Obst und Gemüse herkommt. Nun sollen sie lernen, dass Obst und Gemüse eine Saison hat, also z.B. dass die Erdbeeren nur zu einer bestimmten Jahreszeit aus Deutschland kommen.

Dazu basteln sie sich ihren eigenen Saisonkalender:

Das Din-A4 Blatt mit der Kopiervorlage auf die Pappe kleben, die Kreise ausschneiden, die grauen Felder mit dem grünen Cutter ausschneiden.

Wer mag, kann seinen Kalender erst bunt anmalen, bevor er die beiden Scheiben aufeinander legt und eine goldene Flügelklammer durch den Mittelpunkt steckt.

Material:

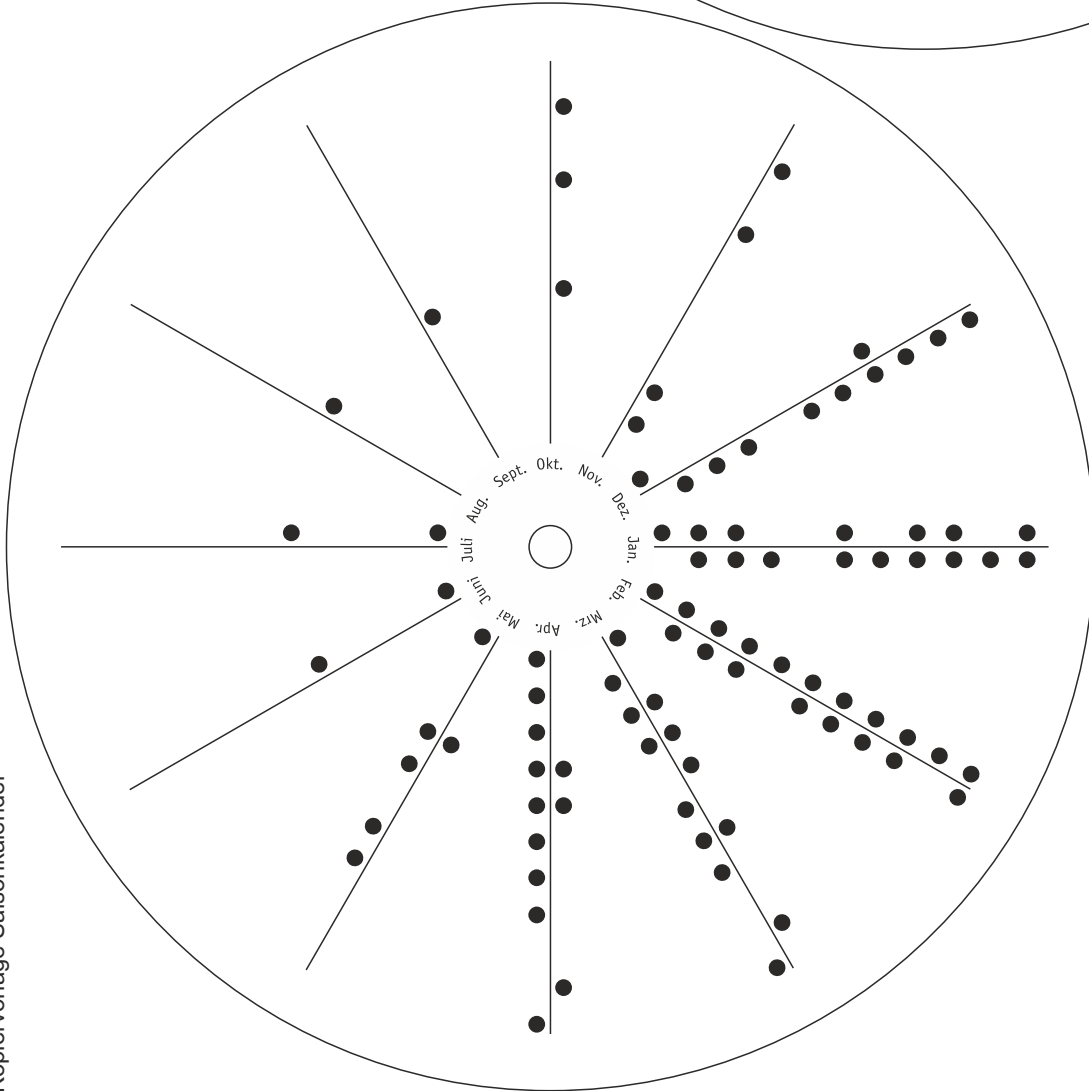
- Pappe
- Kopiervorlage „Saisonkalender“ (siehe Anlage)
- Scheren
- Cutter
- Buntstifte
- Kleber
- Flügelklammern



Anleitung:

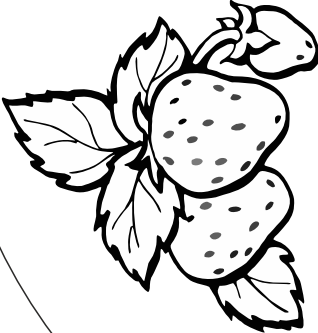

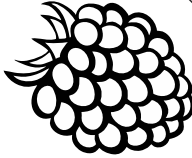
- schneide die beiden Kreise aus
- klebe sie auf Pappe, damit der Saisonkalender die notwendige Stärke bekommt
- schneide die beiden Kreise aus der Pappe aus
- trenne die kleinen Sichtfenster auf der Bastelvorlage mithilfe eines Cutters heraus (feste Unterlage!)
- mit einer Schere vorsichtig den Mittelpunkt der beiden Scheiben durchbohren
- die beiden Pappen mit einer Briefklammer verbinden

FERTIG! Jetzt kannst du deinen Saisonkalender noch ausmalen!

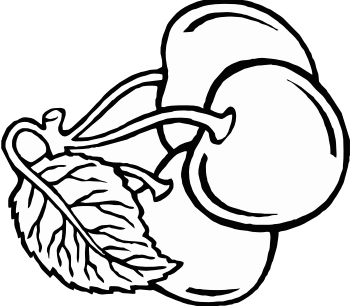


Name: _____


Saisonkalender



Grünkohl	Erdbeeren	Himbeeren	Pflaumen	Äpfel	Birnen	Aprikosen	Holunderbeeren
Kohlrabi							Johannisbeeren
Mangold							Kirschen
Möhren							Brombeeren
Feldsalat							Mirabellen
Kopfsalat							
Endiviansalat							
Spinat							
Erbsen							
Rhabarber							
Broccoli							



Beispiel für einen Aktionspass



Gestärkt in den Sommer
NaturGutSommer






Aktion 1: **Frisch eingetopft** Stempel

Aktion 2: **Meine Portion!** Stempel

Aktion 3: **Wo kommt es her?** Stempel

Aktion 4: **Kalender der Saison** Stempel

Am heutigen Tag hast du mit diesem Pass
freien Eintritt in die **EnergieStadt!**



NaturGut Ophoven
forschen **erleben** lernen Förderverein e.V.
Kinder- und Jugendmuseum **EnergieStadt**