

Nachhaltiger einkaufen – Was geht?

Unterrichtsmodul für die Klassen 7 und 8

Wo bekomme ich mein Essen her? Aus dem Supermarkt, der fast jederzeit alles bietet, oder vom Pizza- oder Sushi-Lieferservice? Oder will ich dort kaufen, wo ich weiß, dass Gemüse und Obst aus der Region kommen und die Lebensmittel nachhaltig produziert sind? Ziel des Unterrichtsmoduls ist, verschiedene Einkaufsmöglichkeiten zu entdecken und zu vergleichen. Dabei finden die Schüler*innen heraus, was in ihrem Umfeld möglich ist. Sie werden auch motiviert, Initiativen rund um Lebensmittel kennen zu lernen und selbst mitzumachen. Auf dem Weg wird eine Reflexion und idealerweise eine neue Haltung angestoßen – ein Schritt, um eine nachhaltige Ernährungsversorgung mitzugestalten.

Zeitbedarf

1 – 2 Doppelstunden

Einordnung und Vorwissen

Die meisten Schüler*innen wissen, dass plastikfrei, bio und fair gut für Mensch, Umwelt und Klima ist. Wenig bekannt ist, dass jeder Einkauf Auswirkungen auf unser Ernährungssystem hat: Ob regionale Unternehmen gestärkt werden, welche Landwirtschaft betrieben wird, wer Gewinne macht, diese Zusammenhänge sind vielen nicht bewusst.

Kompetenzerwartungen

Die Schüler*innen

- ▶ erarbeiten aus Lesetexten die Merkmale verschiedener Einkaufsorte,
- ▶ diskutieren Vor- und Nachteile in puncto Nachhaltigkeit,
- ▶ erkunden Einkaufsorte im Umfeld unter den Fragestellungen: Wie viel Nachhaltigkeit ist möglich? Was ist für mich machbar?



Zusammenhänge verstehen, Selbstwirksamkeit erleben

- ▶ **Die Einkaufsmöglichkeiten sind heute vielfältiger denn je.** Neben Supermarkt und Discounter gibt es Wochenmärkte, Bio- und Hofläden. Relativ neu sind beispielsweise Online-Handel, Lebensmittelautomaten, Marktschwärmer und die solidarische Landwirtschaft (M1).
- ▶ **Viele Menschen möchten wissen, woher ihr Essen kommt.** Sie wollen kaufen, was in der Nähe nachhaltig erzeugt und verarbeitet wurde. Doch das ist schwierig. Denn unsere heimische Produktion reicht nicht. Das meiste Obst und Gemüse importieren wir aus dem Ausland. Zum einen, weil die Produktion in Deutschland (momentan) nicht ausreicht. Zum anderen, weil nicht immer alles, was wir im Supermarkt erwarten, aus heimischem Anbau verfügbar ist. Hinzu kommt, dass wir die **regionalen Lebensmittel** inmitten des großen Angebots auch finden müssen.
- ▶ **Wo wir welche Lebensmittel einkaufen, hängt vom Umfeld und von uns selbst ab.** Schnell, preiswert, 1A-Qualität, Vielfalt zu jeder Jahreszeit und gleichzeitig regional, bio und fair – alles auf einmal gelingt nicht, solange uns so viele hochverarbeitete, aufwändig verpackte und weit gereiste Lebensmittel angeboten werden. Doch oft ist mehr **nachhaltiges Einkaufen** möglich als gedacht – auf dem Land genauso wie in der Stadt.
- ▶ **Wir brauchen mehr Nähe zur Produktion** und Erfahrungsräume, um zusammen aktiv zu werden: Vielerorts entstehen **Initiativen (M2)**, die sich für ein nachhaltiges Ernährungssystem einsetzen. Immer öfter findet man z. B. Urban-Gardening-Projekte, Foodsaver oder Ernährungsräte. Hat das mit dem Einkaufen zu tun? Eine Menge! Denn hier erleben die Menschen, dass sie zusammen viel bewegen können. Beim Mitmachen erfahren die Schüler*innen **transformative Bildung**. Sie rücken räumlich und emotional mit den Erzeugern zusammen und erwerben Fähigkeiten, die sie für verantwortungsvolles Handeln brauchen. Erfolgserlebnisse beim Gärtnern oder Retten von Lebensmitteln lassen Schüler*innen ihre Selbstwirksamkeit erfahren und können sie dazu motivieren, künftig öfter nachhaltiger einzukaufen.
- ▶ **Zum Weiterlesen:**
 - www.bzfe.de > Suche: Orientierung beim Einkauf
 - Maschkowski, G. (2020): Planetary Health Diet – Herausforderung und Chance für eine nachhaltige Transformation unseres Ernährungssystems.
 - Ernährung im Fokus 1/2020, 14–21.

Mit
Lösungs-
vorschlägen



Impulse für den Unterricht

Einstieg und Problemstellung

Situation aus dem Alltag: Zwei SuS sollen regionales Gemüse, Obst und Eier kaufen. Die Fragen lauten: Wo kauft ihr ein? Woher wisst ihr, dass es regionale Produkte sind? (z. B.: Eiercode lesen, Schilder bei loser Ware beachten, im Hofladen nachfragen). Dabei zeigen die SuS ihr Vorwissen über Einkaufsorte, die sie in ihren Familien nutzen.

Problemstellung: **Wie unterscheiden sich die Einkaufsorte? Wovon hängt ab, wo ihr einkauft?**

Erarbeitung und Reflexion

A1 Hier gibt es Lebensmittel: Einkaufsorte

Die SuS informieren sich über verschiedene Einkaufsorte. In den Texten **M1** erklären Verkäufer*innen und Kund*innen, was sie daran schätzen und was für sie wichtig ist: beispielweise Öffnungszeiten, Entfernung, Preis, Angebotsvielfalt, regionale und nachhaltige Produkte oder persönliche Kontakte. Danach stellen die SuS in arbeitsteiligen Gruppen die genannten Vor- und Nachteile der Einkaufsorte auf **A1** zusammen.

Im folgenden Klassengespräch geht es darum zu verstehen, was nachhaltiges Einkaufen mit Regionalität zu tun hat. Diese Aspekte werden auf **A2** und **M2** erklärt und die SuS zum Weiterdenken angeregt.

A2 Wo und wie nachhaltig kannst DU einkaufen? – Erkundung

Die SuS erhalten den Auftrag, zwei für sie erreichbare Einkaufsorte zu prüfen: Wie viel Umwelt- und Klimaschutz ist hier beim Kauf von Eiern, Gemüse und Obst möglich? Als Hilfe oder Ergänzung dienen **M3** und das Video (4:16 Min.) mit den Klimatipps.

Im Plenum berichten die SuS von ihren Recherchen und reflektieren: Was ist machbar? Welche Kompromisse sind möglich? Die SuS werden erkennen: ETWAS ist überall möglich! Man muss jedoch genau hinschauen und sich die eigenen Bedürfnisse bewusstmachen. Um den SuS neue Erfahrungsräume aufzuzeigen und Lust am Mitmachen zu wecken, lernen sie anschließend Initiativen **M4** kennen, die sich konkret und praktisch für nachhaltiges Essen engagieren.

Transfer und Anwendung

Was könnte einzelnen SuS Spaß machen? Die SuS werden motiviert, selbst aktiv zu werden – im Sinne der transformativen Bildung. Sie werden ermuntert, ihr Umfeld zu erforschen: Wo gibt es attraktive Angebote oder Initiativen zum Mitmachen wie Gemeinschaftsgärten, Mietacker oder Foodsaver?

Arbeitsblätter



Materialkarten

Veränderbare Dateien unter: www.bzfe.de/nachhaltiger-einkaufen
Passwort: Einkaufsorte



Weiterführung und differenzierende Angebote

- Statements diskutieren und sich positionieren: „Ich nehme in Kauf, dass der Hofladen teurer ist, wenn ich so unseren Bauern unterstütze.“ „Im Supermarkt kann ich auch klimafreundlich einkaufen“.
- Werbung gestalten für klimafreundliches Einkaufen.

Auch interessant ...

- Einkaufsorte finden: Wo gibt es nachhaltige Lebensmittel? <https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/einkaufsorte-finden/>
- Regional einkaufen. <https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/orientierung-beim-einkauf/regional-einkaufen/>
- Die Klimatipps gibt es auch zum Anhören, in leichter Sprache: <https://www.bzfe.de/einfache-sprache/klimatipps/>
- Außerdem als Videoclip (4:16 Min.) unter: <https://youtu.be/pzffi0onHi0>



Lebensmittelqualität beurteilen
Der BZfE-Qualitätsfächer zur Verbraucherbildung in Schulen.
Downloadmaterial
Bestell-Nr. 1638
8 Euro
Poster
Bestell-Nr. 0216
kostenfrei



Verkaufstricks im Supermarkt - mit mir nicht
Unterrichtseinheit für die Klassen 7-9
Bestell-Nr. 1642
Kostenloser Download

Das Bundeszentrum für Ernährung informiert aktuell und wissenschaftlich fundiert über
► Ernährung,
► Lebensmittel und
► nachhaltigen Konsum.

www.ble-medienservice.de

www.bzfe.de

Impressum 0182/2021

Herausgeberin: Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE)

Präsident: Dr. Hanns-Christoph Eiden
Deichmanns Aue 29, 53179 Bonn
Telefon: 0228 / 68 45 - 0,
www.ble.de, www.bzfe.de

Text: Dr. Ingrid Brüggemann, BLE **unter Mitarbeit von:** Cora Rosato, 73630 Remshalden

Redaktion: Dr. Ingrid Brüggemann, BLE; **Gestaltung:** Arnout van Son, Alfter; **Titelbild:** © Boggy – stock.adobe.com
Nachdruck oder Vervielfältigung – auch auszugsweise – sowie Weitergabe mit Zusätzen, Aufdrucken oder Aufklebern nur mit Zustimmung der BLE gestattet.

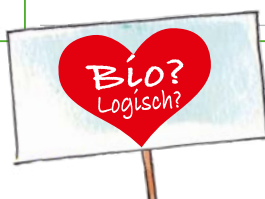
Erstauflage © BLE 2021

A1 Hier gibt es Lebensmittel: Einkaufsorte

- 1 Wähle zwei Einkaufsorte von **M1** und lies die Texte. Schreibe Stichworte zu deinen Einkaufsorten in die Tabelle.
- 2 Stellt euch gegenseitig eure Ergebnisse vor. Vervollständigt eure Tabellen.
- 3 Kreuze an: Welche Einkaufsmöglichkeiten nutzt du? Welche möchtest du mal ausprobieren? Warum?

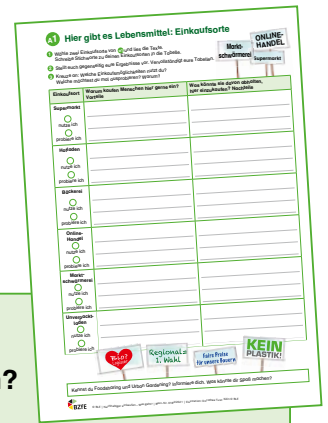


Einkaufsort	Warum kaufen Menschen hier gerne ein? Vorteile	Was könnte sie davon abhalten, hier einzukaufen? Nachteile
Supermarkt <input type="radio"/> nutze ich <input type="radio"/> probiere ich	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>
Hofladen <input type="radio"/> nutze ich <input type="radio"/> probiere ich	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>
Bäckerei <input type="radio"/> nutze ich <input type="radio"/> probiere ich	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>
Online-Handel <input type="radio"/> nutze ich <input type="radio"/> probiere ich	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>
Marktschwärmerei <input type="radio"/> nutze ich <input type="radio"/> probiere ich	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>
Unverpackt-laden <input type="radio"/> nutze ich <input type="radio"/> probiere ich	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>



Kennst du Foodsharing und Urban Gardening? Informiere dich. Was könnte dir Spaß machen?

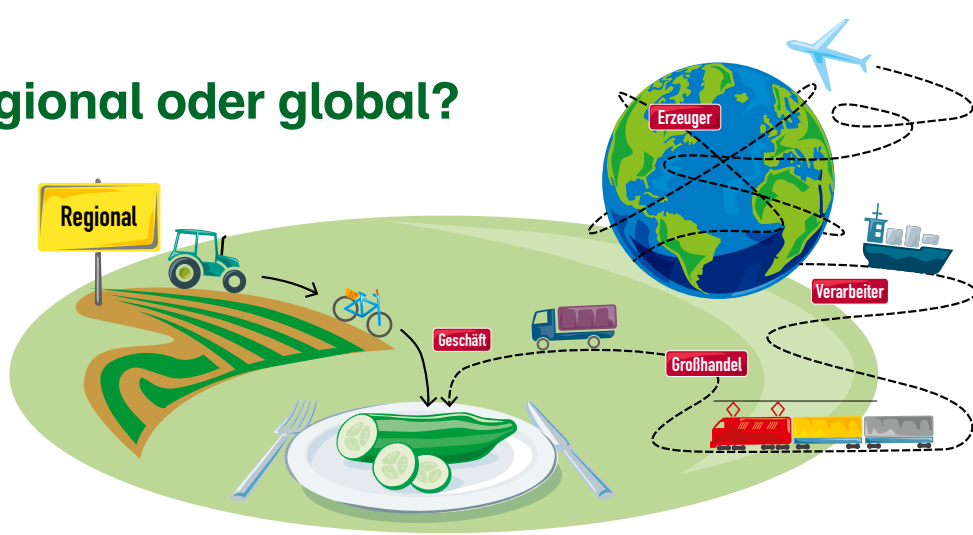
A1 Hier gibt es Lebensmittel: Einkaufsorte



Einkaufsort	Warum kaufen Menschen hier gerne ein? Vorteile	Was könnte sie davon abhalten, dort einzukaufen? Nachteile
Supermarkt Hier gibt es alles!	<ul style="list-style-type: none"> ▶ große Auswahl (→ gut für Großeinkauf) ▶ Verpackt – lose, regional – global, konventionell – bio (teilweise Vertragserzeuger) ▶ Sonderangebote ▶ lange Öffnungszeiten, v. a. Selbstbedienung ▶ Bestell- und Lieferservice 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Herkunft oft nicht transparent: Kunde muss Etikett lesen – vieles bleibt unklar. Regional, bio und fair liegen „zum Verwechselln“ nebeneinander.
Hofladen Direkter geht es kaum	<ul style="list-style-type: none"> ▶ regionale Produkte, oft auch Bio-Produkte, unverpackt, ▶ Nähe zum Erzeuger schafft Vertrauen: Kunde sieht, wie es wächst, Erlebniswert ▶ Lieferservice: Gemüsekiste 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ nicht alles zu jeder Zeit, Öffnungszeiten (teilweise erweitert durch Automaten) ▶ vor allem Produktgruppe Gemüse und Obst. Andere Lebensmittel muss Kunde woanders kaufen.
Bäckerei Von Hand geknetet	<ul style="list-style-type: none"> ▶ gut erreichbar (auch für ältere Leute), da im Stadtteil bzw. Dorf ▶ sozialer Treffpunkt, persönlicher Austausch, ein Stück Heimat, ▶ selbst backen – Backen ist Kulturgut ▶ unverpackt ... 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Öffnungszeiten, keine Sonderangebote ... ▶ Nur eine Produktgruppe > weitere Einkaufsorte für andere Lebensmittel
Online-Handel Vom Sofa aus einkaufen	<ul style="list-style-type: none"> ▶ bequem, schnell, man kann virtuell an verschiedenen Orten jederzeit einkaufen ▶ ausführliche Produktinformationen im Internet zum Nachlesen ▶ Neu: Regionale Lieferdienste sind regional, bio und bequem 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Kosten für Lieferung, Klimabilanz der Extradfahrten je nach Verkehrsmittel (Auto vs. Lastenrad) ▶ Verpackungsmüll.
Marktschwärmerei Bauernmarkt mit Onlineshopping	<ul style="list-style-type: none"> ▶ regionale Lebensmittel direkt vom Erzeuger (Nähe und Transparenz) ▶ Erzeuger bekommt mehr Geld, da der Handel nicht mitverdienen muss ▶ Keine Plastikverpackungen ▶ Raum für neue Kontakte und persönlichen Austausch 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ begrenztes Angebot ▶ Einkauf nicht zeitflexibel, da feste „Marktzeiten“: Vorbestellen und selbst abholen ▶ Mehr Infos unter: https://www.oekolandbau.de/handel/marketing/vertrieb/verkaufskonzepte/marktschwaermereien-ein-konzept-fuer-alle/
Unverpacktladen Bitte Schraubgläser und Dosen mitbringen	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Lose Ware → spart Verpackungen und Plastik ▶ Angebot aus ökologischem Anbau und regionaler Erzeugung ▶ Transparente Herkunft → Vertrauen in Qualität ▶ Zusätzliche attraktive Angebote wie Café-Ecke, Informationen, Austausch 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ begrenztes Angebot ▶ Mehr unter: https://oekolandbau.de/handel/marketing/vertrieb/verkaufskonzepte/marktschwaermereien-ein-konzept-fuer-alle/

3 Individuelle Antworten

A2 Regional oder global?



1 Bei welchen Lebensmitteln achtet deine Familie auf regionale Herkunft? Wo nicht?

2 Welche Erzeuger in deiner Nähe verkaufen direkt an die Kunden?

3 Warum sind regionale Lebensmittel nachhaltig?

4 Bananen, Schokolade und Kaffee gibt es nicht „regional“? Worauf könntest du stattdessen achten?

5 Wo wir einkaufen, hängt von unseren Einkaufsmöglichkeiten und uns selbst ab.
Was ist für dich/für deine Familie wichtig? Kreuze an.

	unwichtig	wichtig				
Rund um die Uhr geöffnet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit dem Rad gut erreichbar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vielfalt das ganze Jahr über	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Regionale Herkunft	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Umweltschonende und faire Erzeugung	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Wenig Verpackungen, kein Plastik	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bequem und schnell	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Preiswert	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kontakt zum Erzeuger	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Denk mit!

Die industrielle Lebensmittelproduktion und der globale Handel belasten Klima, Boden und verdrängen die kleineren landwirtschaftlichen Betriebe. Wir müssen umdenken! Wir brauchen die bäuerliche Landwirtschaft, die lokalen Erzeuger und Verarbeiter! Sie können uns mit Lebensmitteln versorgen. Gleichzeitig muss die industrielle Landwirtschaft nachhaltiger und sozial gerechter werden. Das heißt: nicht noch mehr Ertrag und mehr Flächen, sondern mehr Bioprodukte und eine ökologische Landnutzung.

Jeder Einkauf hat Auswirkungen auf unser Ernährungssystem: Welche Landwirtschaft betrieben wird, wer die Gewinne macht und ob regionale Unternehmen gestärkt oder geschwächt werden. Mit jedem regionalen Einkauf trägst du zum Klimaschutz bei und stärkst deine Region.

Lies nach, wie du echte regionale Lebensmittel im Geschäft erkennst

A3 Wo und wie nachhaltig kannst DU einkaufen?



- 1 Prüfe zwei Einkaufsorte in deiner Nähe und fülle die Tabelle aus. Wie umwelt- und klimafreundlich kannst du dort Eier, Gemüse und Obst einkaufen?

Prüfpunkte	Supermarkt, Discounter (Lebensmittelhandel)	Direkt beim Erzeuger (Direktvermarkter)
Angebot an regionalen Produkten	Hier gibt es z. B.	
Angebot an Bio-Produkten	Hier gibt es z. B.	
Verpackungen, z. B.: lose, plastikarm, Mehrweg	Hier gibt es z. B.	
Erreichbarkeit, z. B.: mit Fahrrad, Bus, zu Fuß		
Informationen über Herkunft und Zutaten		
Zeitaufwand, z. B.: Wegzeiten, Wartezeiten		
Mehrwert, z. B.: mitmachen, sich informieren, probieren, Service		
Eigener Prüfpunkt		

- 2 Was hindert dich daran, mit dem Rad einzukaufen oder Lebensmittel zu wählen, die sparsam verpackt und/oder in der Nähe erzeugt sind?

- 3 Kennst du Foodsharing und Urban Gardening? Informiere dich auf **M4**. Was könnte dir und deiner Familie Spaß machen? Was ist für dich machbar? Wo gibt es das in deiner Nähe?

AHA! Hast du das gewusst?

- Nachhaltig einkaufen geht auch im Supermarkt. Dort liegt das Regionale oft neben weit gereisten Produkten.
- Wer extra ins Auto steigt, um Möhren im Hofladen zu kaufen, macht viele Vorteile zunichte. Denn oft ist der letzte Kilometer vom Geschäft bis zum Esstisch umweltschädlicher als der gesamte Transportweg.
- Schon heute kommen über 70 % Gemüse und Obst aus dem Ausland. Wenn wir Gurken und Tomaten aus Spanien kaufen, verbrauchen wir deren Wasser. Wassermangel ist dort schon ein echtes Problem. Und welche Nachteile haben so viele Importe für uns?

Check die Klimatipps im Film „Fritten For Future“

Hier gibt es alles!

M1^a

Die Betreiber von Supermärkten wissen genau, was Kunden wünschen und was sie zufrieden macht. Sie bieten ein vielfältiges Angebot – ideal für den Großeinkauf. Man bekommt fast jederzeit jedes Lebensmittel und regelmäßig Sonderangebote. Man kann wählen zwischen verpackt und lose, bio und konventionell, fair oder weniger fair, regional oder von weither. Wer klimabewusst einkaufen möchte, muss aber die Logos, den Eiercode, die Herkunftsangaben und Verpackungsqualitäten verstehen. Fragen geht oft nicht – wegen der Selbstbedienung. Supermärkte punkten auch mit langen Öffnungszeiten, Bedientheken und marktähnlichen Verkaufsflächen. Eilige Kunden können den Bestell- und Lieferservice wahrnehmen. Ältere Leute dagegen bummeln gern durch die Regalreihen und suchen in Ruhe aus. Ihre Lebensmittel können sie sich auch nach Hause bringen lassen.

Willst du mehr wissen?



© BLE | Nachhaltiger einkaufen – Was geht? | Best.-Nr. 0182/2021
Foto: © Minerva Studio – stock.adobe.com

Direkter geht es kaum

M1^b

Jeden Samstag fahren wir zum Hofladen Klein. Mich begeistert, dass alles plastikfrei ist und ich sicher sein kann, dass Gemüse, Obst und Eier frisch sind und die Hühner ‚glücklich‘ leben. Denn ich sehe ja, wo Gemüse und Obst wachsen, und wer es anbaut. Ich könnte mir auch eine Abo-Kiste bequem liefern lassen. Das mache ich aber nicht wegen meinem Sohn. Er kennt mittlerweile Kohlrabi, viele Kohlsorten und verschiedene Salate und weiß genau, wann und wie unsere Erdbeeren wachsen. Und mir ist wichtig, dass die landwirtschaftlichen Betriebe hier in der Region bleiben. Das ist gut für uns und für das Klima. Ab und zu gehe ich noch mittwochs auf den Wochenmarkt. Wenn es allerdings schnell gehen muss, darf es auch der nahegelegene Discounter sein. Neuerdings gibt es bei Bauer Klein rund um die Uhr Milch, Eier, Konserven, Kartoffeln und Äpfel – im Lebensmittelautomaten.

Willst du mehr wissen?



© BLE | Nachhaltiger einkaufen – Was geht? | Best.-Nr. 0182/2021
Foto: Ingrid Brüggemann, BLE

Von Hand geknetet und geformt

M1^c

Das ältere Ehepaar Schmitz klagt: „Jetzt schließt auch noch das letzte Geschäft hier im Ort. Den netten Bäcker und sein Personal werden wir schmerzlich vermissen. Das ist ein großer Verlust für unseren Stadtteil. Hier habe ich viele Bekannte getroffen und Neues erfahren. Und das Brot war auch so lecker. Das konnte keiner so gut machen wie unser Bäcker. Jetzt müssen wir mit dem Bus fahren, um Brot zu kaufen.“ Bäckermeisterin Klages ergänzt seufzend: „Wir müssen aufgeben, weil viele Kunden lieber im Supermarkt einkaufen und keiner mehr den Bäckerberuf lernen möchte.“ Wir brauchen aber Bäckermeister. Sonst weiß bald keiner mehr, wie Brot gebacken wird. Alle wollen regionale Produkte, aber das geht nur mit regionalen Handwerksbetrieben.“



© BLE | Nachhaltiger einkaufen – Was geht? | Best.-Nr. 0182/2021

M1
d

Vom Sofa aus einkaufen

”

Lust auf eine Pizza? Der Pizzaservice liefert schnell. Diesen Service nutzen junge Leute gern. Sind sie auch die Kunden von morgen für den Online-Lebensmittelhandel? Der Online-Kauf ist praktisch, spart Zeit, und es gibt eine große Auswahl an Lebensmitteln mit ausführlichen Produktinformationen. Zwar muss man für die Lieferung zusätzlich bezahlen, bekommt dafür aber alles sorgfältig in reichlich Verpackung direkt vor die Haustür geliefert.

Viele „globale“ Versender liefern auch frische Bio-Lebensmittel. Doch nicht immer erfährt man, wer die Lebensmittel erzeugt hat. Mittlerweile gibt es auch regionale Lieferdienste, die sogar mit Lastenrad ausliefern. Das ist bequem für den Kunden und trotzdem regional, bio, klimafreundlich.

“



© BLE | Nachhaltiger einkaufen – Was geht? | Best.-Nr. 0182/2021
Foto: © M.Dörr & M.Frommherz – stock.adobe.com

M1
e

Bauernmarkt mit Online-Shopping

”

Das Konzept der Marktschwärmerei ist neu und schon sehr erfolgreich. Es ist eine Art der Direktvermarktung, die online und offline verbindet.

Regionale Erzeuger bieten jede Woche ihre Produkte online an. Die Kunden bestellen und bezahlen online. Dann holen sie sich ihre Einkäufe auf einer Art „Pop-Up-Wochenmarkt“ an einem festen Verteilort mitten in der Stadt ab. Weil es dort nur das Vorbestellte gibt, bleibt nicht wie auf dem Markt die Hälfte übrig und muss wieder eingepackt werden. Plastik ist natürlich tabu. So bringt das Marktschwärmen die Erzeuger vom Land mit den Kunden in der Stadt direkt zusammen. Davon profitieren beide: Man lernt sich kennen und erfährt viel über die Produkte. Außerdem bekommen die Erzeuger so mehr Geld für ihre Lebensmittel als bei der Vermarktung über den Einzelhandel, der ja auch mitverdienen will. Vielleicht wird daraus bald ein Regionalladen.

“



Willst du mehr wissen?

© BLE | Nachhaltiger einkaufen – Was geht? | Best.-Nr. 0182/2021
Foto: © Marktschwärmer

M1
f

Schraubgläser und Dosen mitbringen!

”

Bei uns in der Stadt hat vor kurzem ein Unverpackt-Laden eröffnet. Da gibt es alles lose, z. B. Mehl, Müsli, Nudeln, Gemüse, Wurst, Obst und Käse, aber auch Knabberkram und vieles mehr. Abgefüllt wird es in Plastikdosen, Schraubgläser oder Baumwolltüten, die ich selbst mitbringe. So spare ich eine Menge Verpackungsmüll und ganz viel Plastik. Außerdem stammen die meisten Lebensmittel dort aus ökologischem Anbau und regionaler Erzeugung.

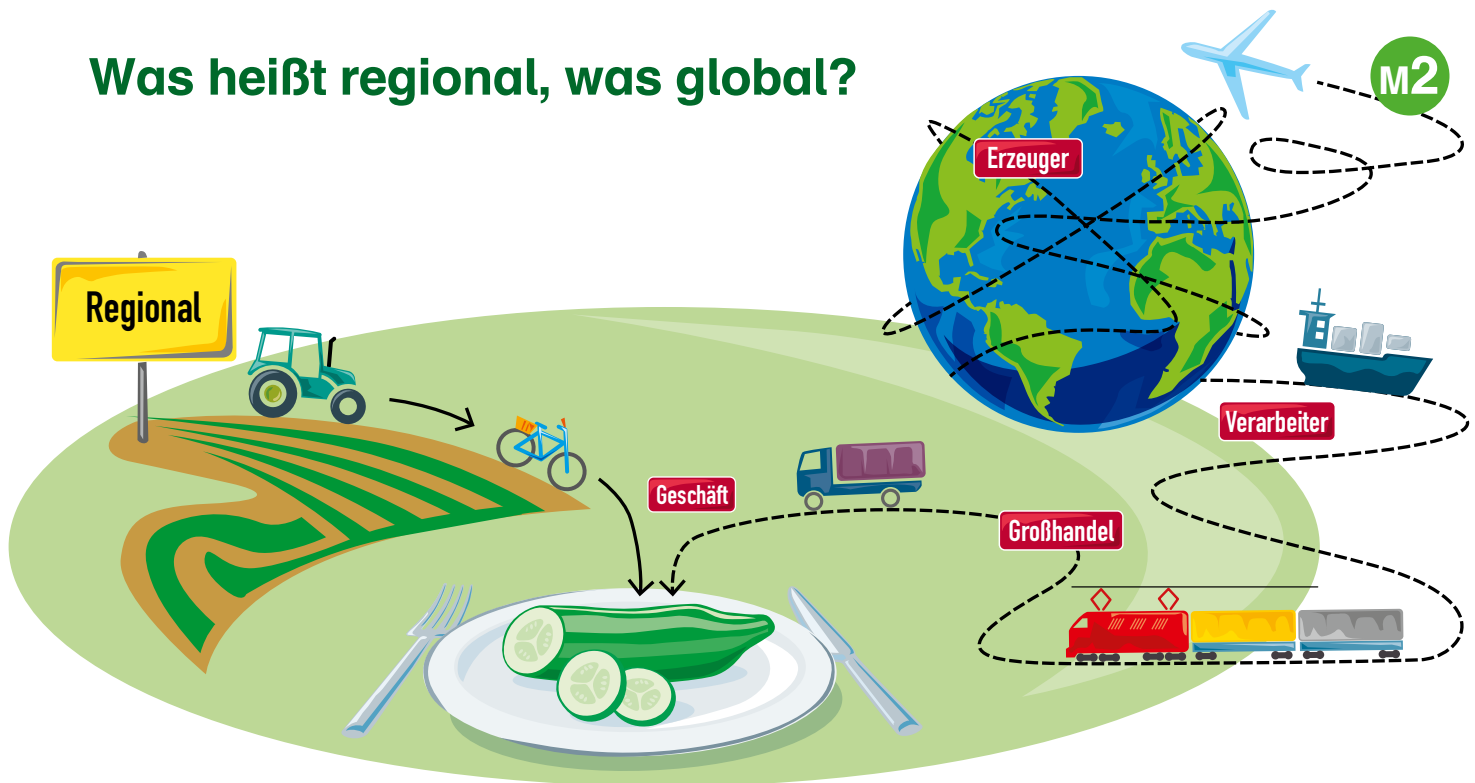
“



Willst du mehr wissen?

© BLE | Nachhaltiger einkaufen – Was geht? | Best.-Nr. 0182/2021
Foto: Nina Weiler, BLE

Was heißt regional, was global?



Regional ist eine gute Wahl!

- Regionale Produkte haben kurze Transportwege, weil Erzeugung und Verkauf näher beieinander liegen.
- Die Lebensmittel sind frisch, ausgereift und aromatisch.
- Wer direkt beim Erzeuger kauft, kann sehen bzw. nachfragen, wie die Produkte erzeugt wurden.
- Die lokale Wirtschaft sichert Arbeitsplätze. Die Wertschöpfung bleibt in der Region.
- Naturlandschaften mit Streuobstwiesen, Weiden und Feldern bleiben erhalten.

Global heißt: Viele lange Wege

Global bedeutet weltweiter Handel und viele Transportkilometer. Oft reisen Obst, Gemüse, Fleisch, die Zutaten von Müsli, Pizza und Fertiggerichten um die halbe Welt, bevor sie auf unseren Tellern landen. Die Folgen: viele Treibhausgase, Verpackungsmüll, Verdrängen regionaler Erzeuger, Abhängigkeiten bei weltweiten Krisen.

Deshalb ...

müssen neue Vertriebsnetze und Vermarktungsformen entstehen. Dann können mehr Leute öfter regionale Produkte kaufen. Woher kommen eigentlich die Lebensmittel, die in eurer Schulmensa verwendet werden?

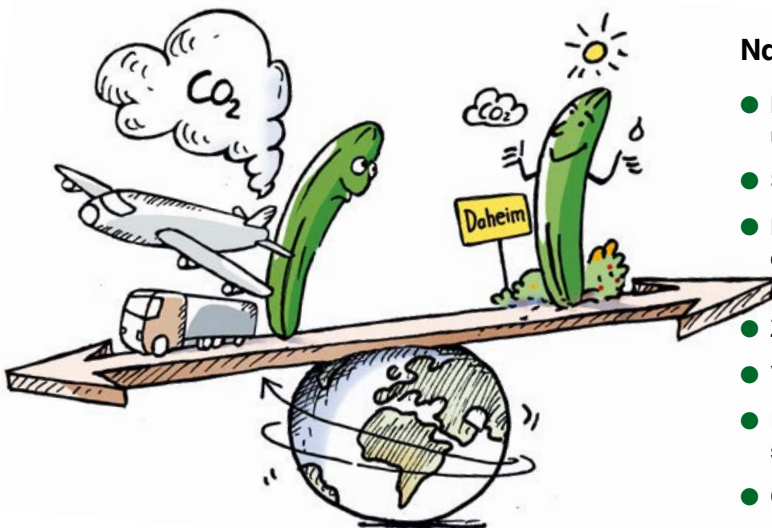
Lies nach, wie du echte regionale Lebensmittel im Geschäft erkennst



© BLE | Nachhaltiger einkaufen – Was geht? | Best.-Nr. 0182/2021
Illustration: Jasmin Friedenburg & Arnout van Son, © BLE

Klima schützen: Wer will, der kann!

M3



Nachhaltig einkaufen heißt:

- Mehr Gemüse und Obst, weniger Fleisch kaufen oder essen – und dem Klima geht es besser!
- Saisonal einkaufen und essen.
- Nur das kaufen, was auch gegessen wird – damit keine Lebensmittel im Müll landen.
- Zu Fuß oder mit dem Rad einkaufen.
- Verpackt – da geht weniger.
- Regional, lokal und transparent einkaufen – statt weitgereister Lebensmittel.
- Öfter Bio-Produkte – gut für die Böden und Artenvielfalt.

Mehr Infos unter

Check die Klimatipps im Film „Fritten For Future“



© BLE | Nachhaltiger einkaufen – Was geht? | Best.-Nr. 0182/2021
Illustration: Ildiko Zavrakidis, Schwerte, © BLE



Alleine die Welt zu verändern, ist ganz schön schwer. Aber zusammen kann man etwas bewegen. Die Foodsaver waren zum Beispiel im Jahr 2013 nur 20 Personen, heute sind es viele 1000. Und wenn man sich zusamm tut, wie bei den Foodcoops, werden die Bio-Produkte auch günstiger. Gleiches gilt für die SoLaWis. Dort gibt es häufig gestaffelte Beiträge und bei vielen auch die Möglichkeit so viel zu bezahlen, wie man bezahlen kann. Auch du kannst mitmachen und etwas Positives bewirken. Was gibt es bei dir?

Solidarische Landwirtschaft (SoLaWi)

Verbraucher schließen sich zu einer Gemeinschaft zusammen und dann einen Vertrag mit einem oder mehreren Landwirten. Jeder zahlt feste Monatsbeiträge und erhält dafür einen Anteil an der Ernte. So wird eine nachhaltige, bäuerliche und regionale Lebensmittelherzeugung gefördert.



Foodsharing

Das Motto von Foodsharing ist „Teilen statt Wegwerfen“. foodsharing.de ist die Tauschplattform der Initiative. Hier kann jeder Lebensmittel anbieten oder „bestellen“. Es gibt Mitteilungen darüber, welche Produkte die Foodsaver bei Lebensmittelbetrieben gerettet haben. Diese gehen an gemeinnützige Einrichtungen und in die sogenannten Fair-Teiler, bei denen sich jeder kostenlos bedienen kann.

Urban Gardening

In Gemeinschaftsgärten finden sich Menschen zusammen, um in Hochbeeten, Blumenkästen oder Kübeln auf Brachflächen oder Stadtparkbeeten zu gärtnern. Neben dem Anbau von Gemüse und Obst stehen der Austausch, die Gemeinschaft und die Gestaltung der Stadt im Mittelpunkt. Manche Gärten haben auch Angebote für Schüler*innen und veranstalten Workshops und Feste. Wer lieber allein gärt, pflanzt Kräuter, Erdbeeren, Gurken und Paprika auf seinem Balkon. Die Ernte ist zwar klein, aber es macht Spaß.

Selbsterntegärten, Mietacker

Hier arbeiten Landwirt und Hobbygärtner Hand in Hand. Der Landwirt sät, die Städter ernten. Vorteil: Die Städter haben Spaß, lernen viel über den Gemüseanbau und können sich frisches, regionales Gemüse mit nach Hause nehmen.

Erzeuger-Verbraucher-Gemeinschaften

Erzeuger-Verbraucher-Gemeinschaften sind gute Möglichkeiten, Erzeuger und Verarbeiter in der Region zu unterstützen. Verbraucher*innen schließen sich mit ihnen zusammen und zahlen feste monatliche Beiträge. Der Erzeuger kann also das Geld fest einplanen, und die Verbraucher bekommen ihre Lebensmittel zu günstigeren Mitgliedspreisen.

Foodcoops

Dahinter steckt der Gedanke: Viel bestellen – weniger bezahlen. Wenn viele Menschen gemeinsam eine Sammelbestellung machen, kann auch ein kleiner Betrieb in der Region zu günstigen Preisen liefern. Das ist fair für den kleinen Erzeuger und die Kund*innen.

Too Good To Go

Über die App können Bäcker, Restaurants und Supermärkte ihr überschüssiges Essen preiswert an Selbstabholer verkaufen. Wer so einkauft, rettet Lebensmittel und bekommt leckeres Essen.

Jetzt bist du dran

Was gibt es bei dir? Recherchiere im Internet.
Was könnte dir und deinen Freunden Spaß machen?

- Lebensmittel per App retten,
- mit anderen gärtnern,
- bei einer Foodcoop mitmachen ...

Ihr könnt spannende Orte auf eurem Stadtplan markieren und mit einem QR-Code versehen. Der führt dann zu euren Recherche-Ergebnissen in der Schulcloud oder Schul-Homepage.