

# Ideenblatt

## Globales Lernen am Beispiel Permakultur

### Ideenblatt zum Thema KONSUM UND ABFALL



Stundenbild  
„Ökologischer Fußabdruck“

#### ► Menü für die ganze Familie

Was koche ich, um die ganze Familie um den Tisch zu versammeln?  
Was brauche ich für mein Menü, was kommt auf die Einkaufsliste?  
Welche Obst- und Gemüsesorten haben bei uns Saison?

*Die Wertschätzung für Lebensmittel wird steigen, je mehr Einblick Kinder in die Zusammensetzung und die Zubereitung ihres Essens haben. Gemeinsames Essen bietet außerdem die Möglichkeit, sich über die Geschehnisse des Tages auszutauschen, regt den Appetit an und fördert das soziale Gefüge.*

Die SchülerInnen stellen ein einfaches Menü zusammen, welches zu Hause selbst zubereitet werden kann. Dabei wird auf Saisonalität, Regionalität und Qualität der Zutaten geachtet.



Footprint - Ernährung

Saisonkalender

Saisonkalender



Auf dieser Tabelle kannst du sehen, was du wann bei uns ganz frisch essen kannst. So wie wir es dargestellt haben, wächst alles natürlich im Freien – ohne beheiztes Glashaus. Natürlich gibt es auch regionale Unterschiede (z. B. Ennstal, Südsteiermark).

frisch    gelagert    heimische Sorten gibt es zu dieser Zeit nicht

Gemüse	Saison											
	Jän	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Bohnschoten												
Broccoli												
Chinakohl												
Endiviansalat												
Erbsen												
Gurken												
Karfiol												
Kartoffeln												
Karotten												
Knoblauch												
Kohlrabi												
Kopfsalat												
Kürbis												
Mais												
Paprika												
Radieschen												
Sellerie												
Spargel												
Spinat												
Tomaten												
Weißkraut												
Zucchini												
Zwiebel												

Bildquelle: UBZ, [www.ubz-stmk.at/materialien-service/stundenbilder/](http://www.ubz-stmk.at/materialien-service/stundenbilder/)

## WAS ESSE ICH? ICH PRODUZIERE MEIN ESSEN

### BESCHREIBUNG:

Die Kinder dokumentieren ihre Hauptmahlzeiten eine Woche lang (mit Text und Fotos/Zeichnung, ev. in ein Arbeitsblatt eintragen) Danach wird gemeinsam geschaut: Woher kommt das Essen? Was steht auf der Verpackung? Ist es regional/saisonal/fair produziert? Die Kinder planen ein regional/saisonales Essen, schreiben das Rezept auf und kochen es zuhause (oder in der Schule). Dann wird überlegt, was von den Zutaten selbst im Garten angebaut werden kann. Was wächst bei uns? Gemeinsam wird geplant, was die Kinder im Schulgarten selbst anbauen möchten und was dafür gebraucht wird: Pflanzen, Samen ...

### BENÖTIGTES MATERIAL:

- Stundenbild UBZ: [www.ubz-stmk.at/materialien-service/stundenbilder/](http://www.ubz-stmk.at/materialien-service/stundenbilder/)

Dieses Ideenblatt ist Teil des Materialkoffers „Globales Lernen am Praxisbeispiel Permakultur. Mehr Infos: <https://www.weltweitwandernwirkt.org/materialkoffer/>