

Projekt Erlebnis Essen - ÖKÖlogisch!

Abschlussbericht



Cordula Jeschor
Umweltpädagogisches Zentrum im Pädagogischen Institut
Hummelstein 46 – 90461 Nürnberg – Tel.: 0911 – 43 74 32
cordula.jeschor@stadt.nuernberg.de

Inhaltsverzeichnis

1. Hintergrund	1
2. Ziele des Projektes „Erlebnis Essen – ÖKOlogisch!“	1
3. Zielgruppe / Herangehensweise.....	1
4. Werbung	2
5. Team und Kooperationspartner	3
6. Statistik	3
7. Evaluation	4
8. Diskussion.....	8
9. Ausblick	9
10. Entwickelte Module	9
10.1 „Freche Früchtchen“ – Erdbeere	10
10.2 „Feuerglut und Zaubertrank“ – Sommergemüse.....	10
10.3 „AuwEl a“ - Eier und Geflügelhaltung.....	11
10.4 „Kuhle Kühe“ – Milch und Milchprodukte.....	12
10.5 „Leben wie in Afrika“ – Grundnahrungsmittel Mais	13
10.6 „Das Wunderkorn der Inka“ – Amaranth	14
10.7 „Reis und Stäbchen“ – Grundnahrungsmittel Reis	15
10.8 „Saftladen“ – Äpfel.....	16
10.9 „Fleckige Bienchen“ – Honig	17
10.10 „Die Wunderknolle“ – Kartoffel	19
10.11 „Lagerfeuer und Stockbrot“ – Getreide	20
10.12 „Krumme Dinger“ – Bananen.....	21
10.13 „Halloween“ - Kürbisgewächse	22
10.14 „Cooles Gemüse“ – Wintergemüse.....	23
10.15 „Wellness“ – Naturkosmetik	24
10.16 „Weihnachtsleckereien“ – Gewürze.....	25
10.17 „Schokotraum“ - Schokolade	27
10.18 „Geschenke, selbstgemacht und lecker“ - Vorratshaltung	28
11. Fotogalerie	30

1. Hintergrund

Am 23. 07. 2003 fasste der Nürnberger Stadtrat den Beschluss, dass bis zum Jahre 2008 alle städtischen Einrichtungen 10% der verwendeten Lebensmittel aus ökologischem Anbau beziehen sollen. Die Stadt möchte dadurch zur Modellregion für die Förderung des ökologischen Landbaus werden. Zur Realisierung dieser Absicht entwickelt das Umweltamt der Stadt Nürnberg im Rahmen des Projektes „Bio-Modellstadt Nürnberg“ Infomaterialien, wie z.B. regionale Einkaufsführer, erstellt Strategien zur Förderung der Markt- und Strukturentwicklung und qualifiziert Multiplikator/innen und Entscheidungsträger/innen in Hinblick auf ökologisch erzeugte Lebensmittel.

Eine nachhaltige Akzeptanz von ökologisch erzeugten Lebensmitteln kann jedoch nur erreicht werden, wenn die **Verbraucherinnen und Verbraucher** deren Wert schätzen. Deshalb will das Umweltpädagogische Zentrum¹ der Stadt Nürnberg das Projekt „**Erlebnis Essen - ÖKOlogisch!**“ initiieren. Die Konsument/innen erhalten Informationen über ökologisch erzeugte Lebensmittel (als Alternative zu konventionell erzeugten). Dies stärkt auch den Verbraucherschutz.

2. Ziele des Projektes „Erlebnis Essen - ÖKOlogisch!“

Ein Hauptziel des Projektes "Erlebnis Essen - ÖKOlogisch!" ist es, **Transparenz** zu schaffen. Die Konsument/innen erfahren, was konventionell erzeugte Lebensmittel ausmacht und es werden **Alternativen** aus dem ökologischen Landbau aufgezeigt sowie unmittelbar erfahrbar gemacht (z.B. beim Besuch eines Biobauern oder bei der Verkostung von unterschiedlich erzeugter Milch).

Besonders auch im Sinne der **Nachhaltigkeit** wird die Verknüpfung **lokaler, regionaler sowie globaler** Bezüge betont. Die Teilnehmer/innen erfahren, welchen Einfluss sie auf regionale Kreisläufe haben und erkennen ihre Verantwortung in der einen globalen Welt. Des Weiteren entdecken sie, dass durch ökologisch erzeugte Nahrungsmittel die Umwelt auch für **zukünftige Generationen** geschützt wird (z.B. Grundwasser- und Bodenschutz durch Ausschluss von Pflanzenschutzmitteln). Schließlich bezieht das Projekt auch **soziale Aspekte** wie „Lebens- und Produktionsbedingungen in der Dritten Welt“ und fairen Handel mit ein.

3. Zielgruppe / Herangehensweise

Mit dem Projekt „Erlebnis Essen - ÖKOlogisch“ sollten die Bewohner/innen der Nürnberger Südstadt (Ziel 2 Gebiet) in einem offenen Treff angesprochen werden. Da es in diesem strukturschwachen Gebiet mit hoher Arbeitslosenquote sehr schwierig ist Erwachsene zu motivieren an solch einem Projekt teilzunehmen, wurden die Angebote auf Kinder zugeschnitten, die in Begleitung eines oder beider Elternteile teilnehmen. Für die Kinder musste ein Teilnehmerbetrag entrichtet werden, die Eltern nahmen umsonst teil. Das

¹ Das Umweltpädagogische Zentrum ist im Pädagogischen Institut der Stadt Nürnberg angesiedelt. Es ist eine vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit, Umwelt und Verbraucherschutz anerkannte Umweltstation.

Programm war jeweils so erstellt, dass es sowohl für Kinder als auch für Erwachsene interessant war, so dass alle auf ihre Art und Weise Informationen erhielten: Die Informationen wurden über Basteln, Kochen und Essen, Infobroschüren sowie spielerisch vermittelt.

Die für den offenen Treff ausgearbeiteten Programme wurden auch anderen Gruppen angeboten. Teil nahmen verschiedene Kindergärten, Kulturtreffs sowie Jugendgruppen von Kirchen sowie eine außerschulische, interkulturelle Lerngruppe („Mama lernt deutsch“). Auch bei Seniorentreffs und anderen Einrichtungen der Südstadt wurde das Projekt vorgestellt, jedoch stand hier in den meisten Fällen bereits das Jahresprogramm, so dass ein weiterer Punkt, wie z.B. der Besuch unseres Angebotes, nicht mehr mit aufgenommen werden konnte. Jedoch wurde Interesse für das Jahr 2006 bekundet.

4. Werbung

Die Werbung für das Projekt umfasste mehrere Kanäle:

- Das Programm zum Projekt „Erlebnis Essen – ÖKOlogisch“ wurde über Flyer beworben. Diese wurden selbst gedruckt und zwei mal verschickt (Programm Juni – August (erste Saison) sowie September – Dezember (zweite Saison)). Im ersten Flyer wurde angegeben, dass die Themen des offenen Treffs an anderen Terminen auch von Gruppen gebucht werden können. Da dies aber nicht bei den Gruppen ankam, wurde in der zweiten Saison ein zusätzlicher Flyer mit dem „Programm für Gruppen“ verschickt. Die Flyer wurden an ehemalige Teilnehmer des Agenda Treffs verschickt und den unmittelbaren Anwohnern in die Briefkästen geworfen. Außerdem wurde es an die entsprechenden Einrichtungen in der Nürnberger Südstadt verschickt.
- In der 1. Saison wurde ein Poster mit dem gesamten Programm der Saison gedruckt. Dieses Poster wurde in Einrichtungen, Geschäften, Arztpraxen etc. aufgehängt. Da in der ersten Saison niemand aufgrund dieses Posters von dem Projekt „Erlebnis Essen – ÖKOlogisch“ gehört hatte, wurde es in der zweiten Saison nicht mehr gedruckt.
- Des Weiteren wurde an der Tür des Agenda Treffs das jeweilige Programm der Woche sowie der folgenden Woche mit einem Poster angeschlagen.
- Schließlich nahm das Team des Projektes „Erlebnis Essen – ÖKOlogisch“ an Großveranstaltungen in der Nürnberger Südstadt teil. So waren wir mit einem Aktionsstand am Südstadtfest vertreten, auf dem über Hundert Flyer an Interessierte verteilt wurden. Außerdem nahmen wir am Gesundheitstag im Kulturladen Bleiweiß (für Senioren) teil, um das Angebot auch in dieser Einrichtung vorzustellen.
- Ganz besonders wichtig war auch die wöchentliche Ankündigung des Programms in der Zeitung (Nürnberger Nachrichten, Nürnberger Zeitung) sowie ein Live-Beitrag über das Projekt vom Nürnberger Funkhaus und die vierteljährlichen Mitteilungen über den PI -Newsletter.

5. Team und Kooperationspartner

Das Projekt wurde von Cordula Jeschor (Dipl.-Ing. Landespflege) geleitet. Stellvertretend war Viki Majer (Dipl.-Biol.) mit angestellt. In der ersten Saison war sie mit beim offenen Treff beschäftigt, in der zweiten Saison war sie vor allem auch bei der Durchführung einzelner Module mit Gruppen aus der Südstadt betraut.

Als weitere begeisterte Mitarbeitinnen waren Conny Rausch (ehrenamtliche Mitarbeiterin und ausgebildete Naturkostfachfrau), Johanna Brandstetter sowie Julia Mühlleitner (Freiwilliges ökologisches Jahr) und Petra Dorner (Praktikantin auf Werkvertragsbasis, Ausbildung zur Hotelfachfrau in einem biologisch geführten Hotel) an dem Projekt maßgeblich beteiligt.

Als Kooperationspartner wurden verschiedene, qualifizierte Menschen gefunden. So erklärte sich der Imker Rudi Schmidt bereit, bei dem Modul „Fleißige Bienchen“ uns die Bienenstöcke im Hummelsteiner Park zu zeigen, sowie die Arbeit der Bienen zu erklären.

Bei dem Modul „Lagerfeuer und Stockbrot“ zeigte Herr Häderle (ein Teilnehmer) uns, wie in Tibet aus Gerste Tsampa (das tibetische Nationalgericht) hergestellt wird. Dazu brachte er einen Wok und eine Mühle mit und alle waren begeistert, wie lecker ein so einfach zubereiteter Brei schmeckt.

Die Arbeitsgemeinschaft BioModellstadt der Stadt Nürnberg spendete Äpfel, aus denen beim Programm „Saftladen“ köstlicher Apfelsaft gepresst wurde.

6. Statistik

Insgesamt haben 853 Teilnehmer an den Programmen des Projektes "Erlebnis Essen - ÖKOlogisch!" teilgenommen. Die Aufschlüsselung nach offenem Treff und Teilnehmer fester Gruppen kann der unten stehenden Tabelle entnommen werden.

Offener Treff (456 Teilnehmer)				Feste Gruppen (397 Teilnehmer)			
0-5 Jahre	6-12 Jahre	13-18 Jahre	Erwachsene	0-5 Jahre	6-12 Jahre	13-18 Jahre	Erwachsene
105	187	10	154	109	166	62	60

Tab. 1: Teilnehmerzahlen

Ausgefallen sind vier Angebote des offenen Treffs: Die Ausflüge nach Rosstal (Hühnerhaltung) und nach Burgfarrnbach (Streuobstwiese) mussten abgesagt werden, da jeweils zu wenige Personen angemeldet waren. Der Ausflug zur Bio-Hofkäserei konnte trotz reger Nachfrage (angemeldet waren 10 Erwachsene und 10 Kinder) nicht stattfinden, da der Landwirt aufgrund von Krankheit uns nicht auf seinen Hof lassen konnte. Von den Angeboten im Hummelsteiner Park wurde das Programm „Wellness“ aufgrund zu geringer Anmeldungen abgesagt.

Bei dem offenen Programm für den Stadtteil nahmen bei der Veranstaltung Lagerfeuer und Stockbrot die meisten Personen teil (41 Teilnehmer).

Von festen Gruppen wurde am häufigsten die Exkursion zum Bio-Bauernhof mit Tierhaltung und Getreideverarbeitung sowie die Veranstaltung Schokotraum nachgefragt.

7. Evaluation

Um die Programme zu evaluieren, wurde nach jeder Veranstaltung eine Zielscheibe mit vier Segmenten aufgehängt, an der alle Teilnehmer ihre Meinung mit Punkten abgeben durften. Die Erwachsenen klebten rote Punkte und die Kinder blaue Punkte. Folgende vier Fragen wurden nach jeder Veranstaltung gestellt:

- Hat Dir der Nachmittag gefallen?
- Hast Du etwas gelernt?
- Hat Dir das Essen geschmeckt? Würdest Du es zu Hause noch einmal kochen?
- Hat Dir das Basteln Spaß gemacht?

Die folgenden vier Schaubilder zeigen die Ergebnisse des offenen Treffs, getrennt nach Erwachsenen und Kindern. Anzumerken ist, dass nicht immer alle Teilnehmer die Fragen beantwortet haben, so dass die Gesamtzahl der Schaubilder nicht zwingend mit der Teilnehmerzahl übereinstimmt:

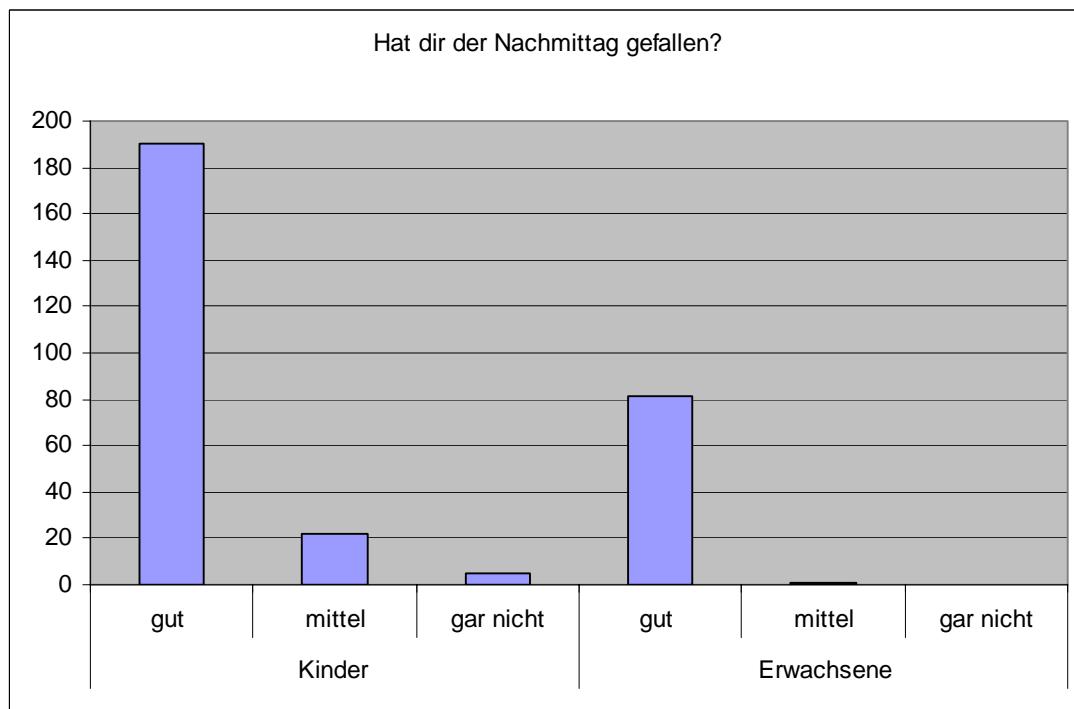


Abb. 1: Hat dir der Nachmittag gefallen?

Gar nicht gefallen hat 2 Teilnehmern das Programm „Krumme Dinger“. Jeweils einem Teilnehmer hat das Programm „Leben wie in Afrika“, „Saftladen“ und „Weihnachtsleckereien“ nicht gefallen.

100% Zufriedenheit wurden bei den Programmen „Feuerglut und Zaubertrank“ sowie bei den „Fleißigen Bienchen“ erreicht.

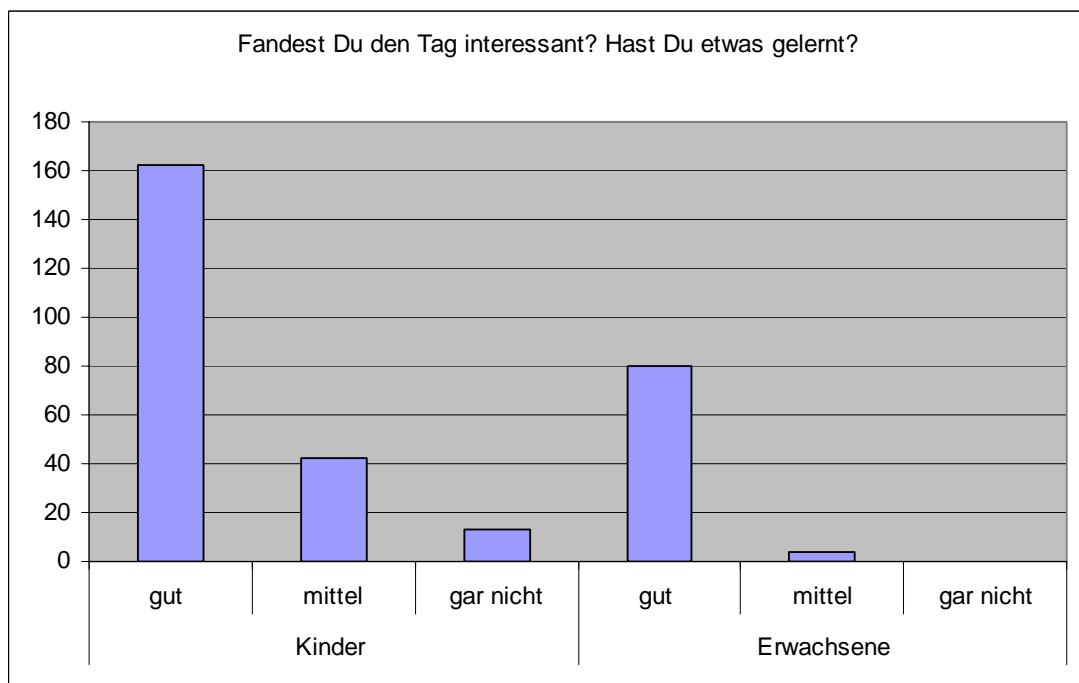


Abb. 2: Hast Du etwas gelernt?

Besonders viel wurde bei den Programmen „Wunderknolle“ und „Halloween“ gelernt. 100% der Teilnehmer gaben an, Neues gelernt zu haben.

Vier von 35 Teilnehmern gaben bei dem Programm „Leben wie in Afrika“ an, gar nichts gelernt zu haben und drei von 22 Teilnehmern wussten schon alles aus dem Programm „Krumme Dinger“.

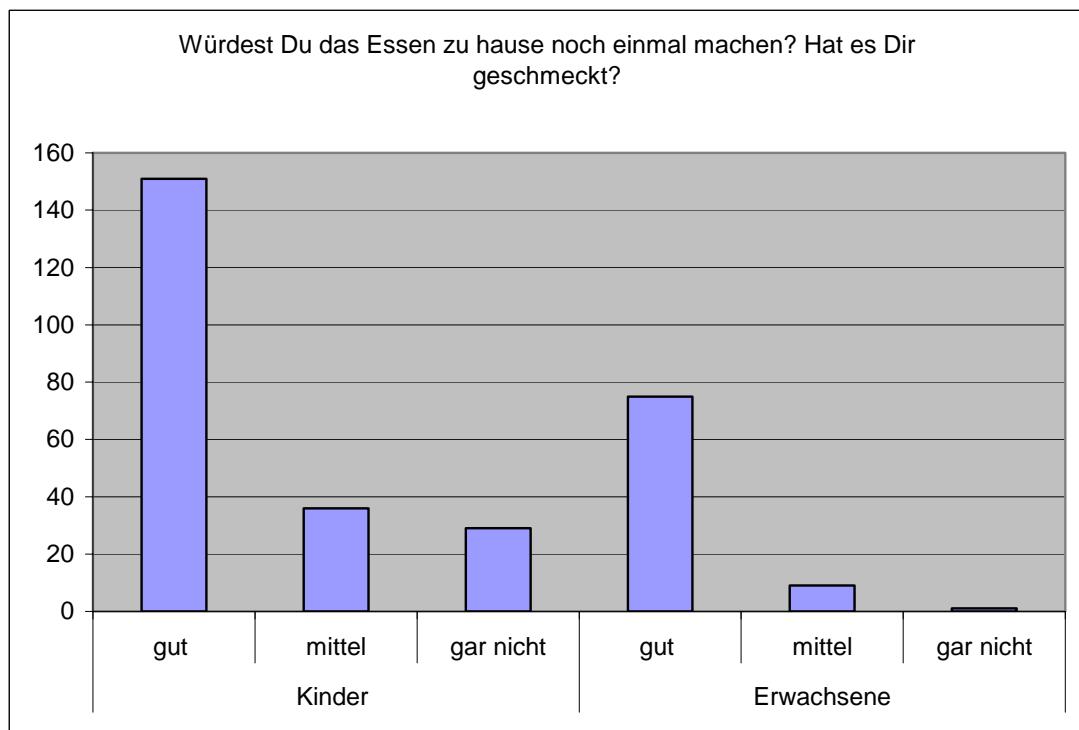


Abb.3: Hat es Dir geschmeckt? Würdest Du das Essen zu Hause noch einmal machen?

13 Teilnehmer haben angegeben, dass ihnen das Essen im Rahmen des Programms „Leben wie in Afrika“ gar nicht geschmeckt hat. Dies ist besonders interessant und unerklärlich, da hier Mengen an Essen verschlungen worden sind, wie bei keinem anderen Programm sonst.....

Des Weiteren hat jeweils 3 Teilnehmern des Programms „Krumme Dinger“ und „Schokotraum“ das Essen nicht geschmeckt.

Ein besonderer Erfolg war das Essen bei den „fleißigen Bienchen“. Hier hat es allen 33 Teilnehmern sehr gut geschmeckt.

Das Basteln (siehe Abbildung unten) hat einem Teilnehmer beim Programm „Wunderknolle“ nicht gefallen. Ansonsten kamen alle Bastelaktionen gut an, besonders bei „Feuergrut und Zaubertrank“, „Coole Kühe“, „AuwEl a“, „Saftladen“, „Fleißige Bienchen“, „Halloween“ und den „Weihnachtsleckereien“ erreichten wir 100 % Zufriedenheit.

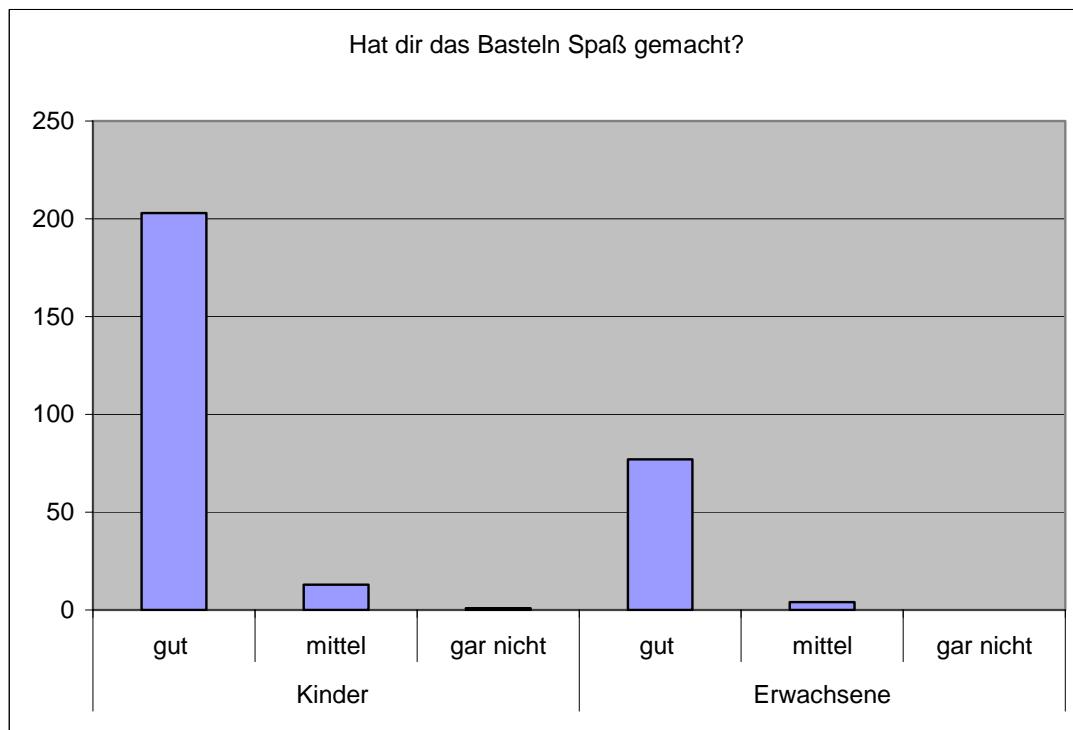


Abb. 4: Hat Dir das Basteln Spaß gemacht?

Aufgrund von Zeitmangel war es bei den Veranstaltungen für die festen Gruppen nicht immer möglich, die Evaluation durchzuführen. Die Ergebnisse sind in den vier Schaubildern unten zu erkennen:

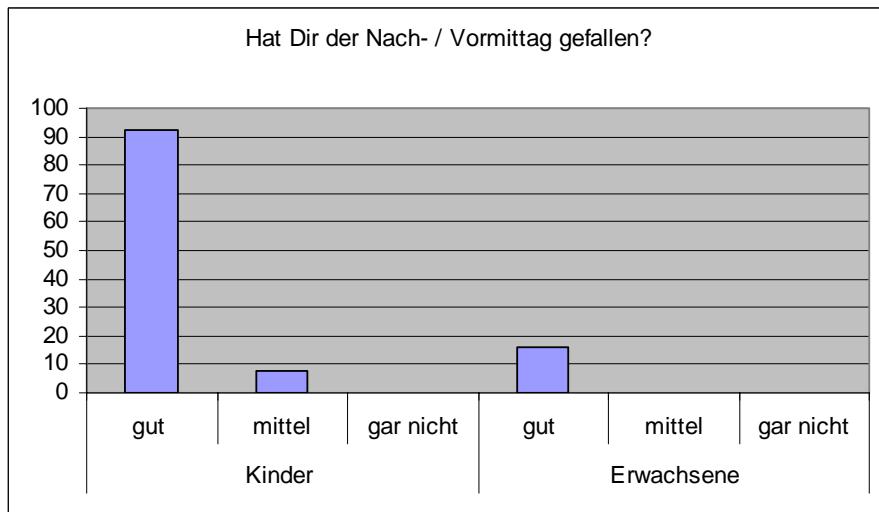


Abb. 5: Hat Dir der Nach- / Vormittag gefallen?

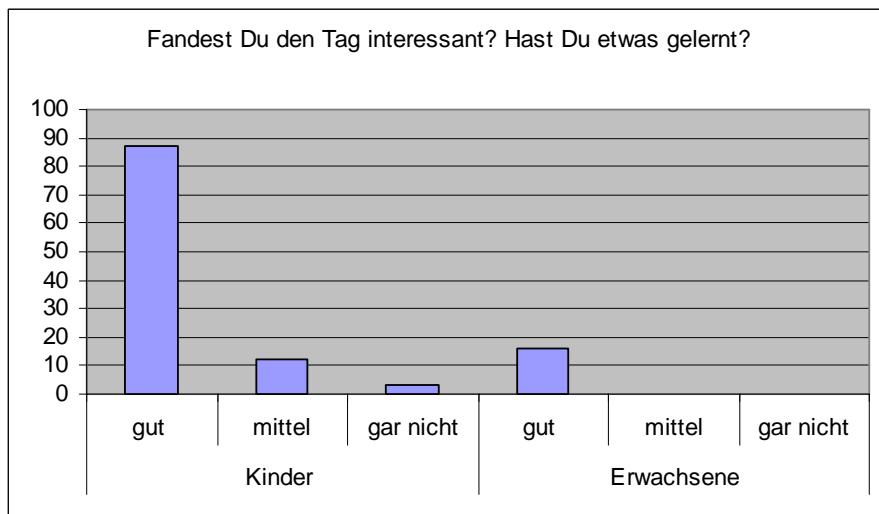


Abb.6: Fandest Du den Tag interessant? Hast Du etwas gelernt?

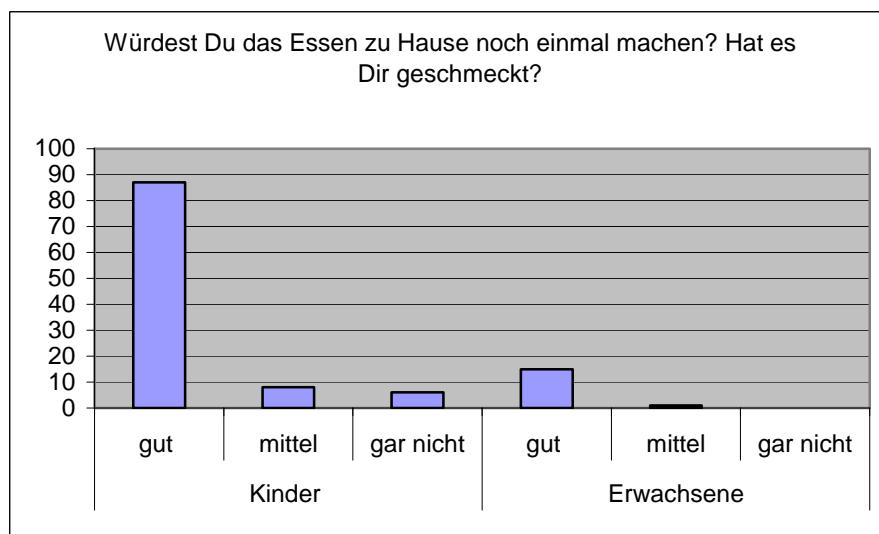


Abb. 7: Würdest Du das Essen zu Hause noch einmal machen?

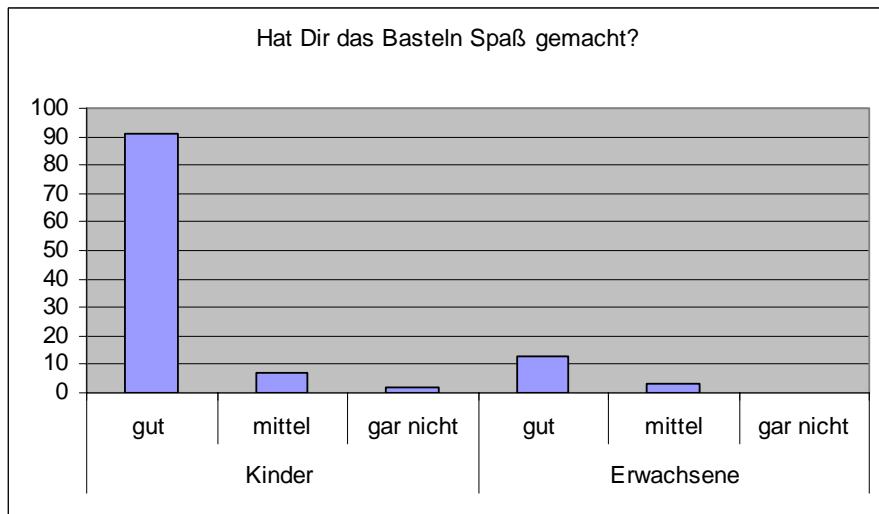


Abb. 8: Hat Dir das Basteln Spaß gemacht?

8. Diskussion

Alle stattgefundenen Veranstaltungen des offenen Programms waren gut besucht, im Durchschnitt nahmen 25,3 Personen teil. Diese Zahlen sprechen für sich – und besonders positiv zu werten ist, dass sich während der Projektlaufzeit ein Stamm von Teilnehmern gebildet hat, der immer wieder zu den Veranstaltungen gekommen ist.

Für Erwachsene wurden die Informationen zu den einzelnen Bio-Lebensmitteln jeweils übersichtlich in Form einer Broschüre aufbereitet. Außerdem erhielten sie im Laufe der eigentlichen Veranstaltung viele unmittelbare Informationen. So ist das Konzept, die Veranstaltung für Kinder mit Eltern auszurichten, voll aufgegangen. Die Kinder bastelten, probierten und kochten gemeinsam mit ihren Müttern und / oder Vätern, die ganz nebenbei wichtige Informationen über Beschaffung der Lebensmittel, deren Anbau und Verarbeitung erhielten. Hierbei hat im Laufe des Projektes auch eine Veränderung stattgefunden. Zu Beginn waren die Erwachsenen teilweise etwas schüchtern und haben nur den Kindern geholfen. Aber schon bald, nach einigen Terminen, haben sie die Gelegenheit genutzt, sich über intensive Gespräche mit den fachkundigen Mitarbeitern genau und individuell über Lebensmittel im Allgemeinen und Bioerzeugung im Speziellen zu informieren. Dabei klang auch immer wieder Interesse an einer mit der Ernährung verbundenen anderen Lebensphilosophie durch.

Besonders wichtig war auch der Aspekt, dass die Teilnehmer neben dem geschmacklichen Erlebnis erfahren konnten, dass Bio nicht unbedingt teurer sein muss als konventionelles Essen, solange man Grundnahrungsmittel selber verarbeitet und nicht auf Fertigprodukte zurückgreift (z.B. selbst gemischtes Müsli anstelle von Fertigmischungen).

Aber nicht nur die Eltern haben etwas über Bio-Lebensmittel gelernt. Laut der Rückkopplung von verschiedenen Eltern, haben auch die Kinder Bio-Produkte im Supermarkt immer wieder erkannt und fragen nach, ob sie sie zu Hause nicht auch haben könnten.

Für die Kinder war bei den Veranstaltungen naturgemäß auch der Spaßfaktor ganz wichtig. Sie hatten Freude am Essen und dessen Zubereitung. Wichtig bei der Essensbereitung war, dass

die Kinder alles selber machen durften. Sie durften experimentieren und ihren Geschmack ausprobieren. So hat sich im Laufe des Projektes herausgestellt, dass das Essen am Besten ankam, wenn es ganz individuell abgeschmeckt werden durfte. Z.B. war Kräuterquark, der oft nicht gerade eine Leibspeise von Kindern ist, ein Renner, da jedes Kind in einer eigenen, kleinen Schüssel aussuchen durfte, welche Kräuter verwendet werden sollten und seinen ganz persönlichen Geschmack entscheiden lassen konnte.

Zuletzt sollte nicht vergessen werden, dass anhand unserer Ernährung besonders gut auf Aspekte der nachhaltigen Entwicklung eingegangen werden kann. Hier wird Nachhaltigkeit persönlich erfahrbar und nachvollziehbar gemacht. So wurde nicht nur auf die Tatsache des biologischen Anbaus eingegangen, sondern besonders immer der Aspekt berücksichtigt, wie jeder einzelne mit seinem Einkaufs- und Ernährungsverhalten einen Einfluss auf unsere Umwelt (z.B. durch den Kauf regionaler und saisonaler Produkte) sowie auf die soziale Gerechtigkeit auf unserem Planeten hat (fair gehandelte Produkte).

9. Ausblick

Aufgrund der guten Nachfrage wird das Projekt „Erlebnis Essen – ÖKOlogisch“ auch im nächsten Jahr weitergeführt. Zwar besteht nicht mehr die Möglichkeit, wöchentlich ein neues Programm anzubieten, aber einmal im Monat (bzw. im Sommer 14tägig) bleibt dieses Thema dem Umweltpädagogischen Zentrum erhalten.

10. Entwickelte Module

Insgesamt wurden dreizehn Module entwickelt. Thematisch bilden immer mehrere Module eine Einheit (z.B. Saisonalität von Obst und Gemüse, Getreide aus aller Welt und bei uns, Bio-Tierhaltung, Fairer Handel). Folgende Aspekte wurden bei der Erarbeitung berücksichtigt:

Bei jedem Modul wurden spezifische *Hintergrundinformationen* geliefert. Dazu gab es jeweils eine Info-Broschüre, in der die wichtigsten Dinge zu dem jeweiligen Lebensmittel und seiner Besonderheit im Bioanbau zusammengefasst waren. Die Broschüren konnten von den Teilnehmern mitgenommen werden. Außerdem wurden die entsprechenden Informationen in Gesprächen sowie natürlich über die Aktion an sich vermittelt!

Zu fast jedem Modul wurde ein *Spiel* erfunden. Dabei kam es nicht nur darauf an zu spielen, sondern über die Spiele auch Informationen und Wissen zu vermitteln

Da es für Kinder sehr wichtig ist, nach einer Veranstaltung etwas als Erinnerung mit nach Hause zu nehmen, wurde immer etwas gebastelt. Dabei hatte das *Basteln* immer einen Bezug zum Thema. Bei den Materialien wurde darauf geachtet, nach Möglichkeit nur mit einfachen Dingen zu arbeiten (Bienenwachs, Stoffreste, Papier...)

Bei einem Projekt "Erlebnis Essen - ÖKOlogisch!" ist natürlich das Kochen mit der wichtigste Punkt. Dabei wurde Wert darauf gelegt, z.B. auch aus Grundnahrungsmitteln etwas zu schaffen, dass man sonst nur als Fertigprodukt kennt (z.B. Nutella, Ketchup, Marmelade). Die Rezepte konnten jeweils mit nach Hause genommen werden.

Die einzelnen Module sind in den folgenden Unterkapiteln beschrieben. Rezepte und Infobroschüren sind in den beiden DIN A5 Heften nachzulesen.

10.1 „Freche Früchtchen“ - Erdbeere

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen von Obst der Saison
- Unterschiede zwischen konventionell und biologisch erzeugten Obst
- Verarbeitung von naturbelassenen Lebensmitteln in der Praxis

Ablauf der Veranstaltung:

Zu Beginn der Veranstaltung machen wir einen Geschmacksparcours. Dazu sind verschiedene Obstsorten in mundgerechte Stücke zurecht geschnitten. Die Teilnehmer bekommen die Augen verbunden und sollen dann die Obstsorten blind erkennen. Anschließend sollen sie die selben Früchte als Dosenobst bzw. als Fruchtsäfte erkennen (bei den Säften können Konzentrate und Direktsäfte unterschieden werden). Danach schauen wir uns gemeinsam das Bio-Siegel an und überlegen für was es steht. Anschließend soll es auch gleich wiedererkannt werden. Dazu stehen konventionell und biologisch erzeugte Produkte auf einem Tisch durcheinander bereit. Die Teilnehmer dürfen dann die biologisch erzeugten Dinge aussortieren. Je nach Alter können schwer zu erkennende Produkte mit aufgebaut werden (Beispiel: nur am Kontrollstempel zu erkennendes Produkt, oder Produkte, die im Namen das Wort „Bio“ haben, aber nicht Bio sind! Danach schauen wir uns die Schalen mit den Erdbeeren an, aus denen wir Marmelade machen wollen. Sind die wohl Bio? Klar! Und los kann's gehen! Eine Gruppe kocht Marmelade mit konventionellem Gelierzucker, eine mit Pektin und eine mit Agar Agar.

Sobald die Marmelade in die Gläschen gefüllt ist, werden sie noch individuell mit Lackstiften bemalt und der Deckel mit Stoff verziert.

Zum Ende der Veranstaltung können die unterschiedlichen Marmeladen verkostet werden! Welche schmeckt wohl am Besten?

Benötigtes Material:

Geschmacksparcours: Verschiedene frische Obstsorten, Säfte, Dosenobst, Augenbinden

Bio-Siegel - Spiel: Verpackungen konventioneller und biologischer Produkte

Marmeladengläschen gestalten: Schere, Lackstifte, Schnur, Stoffreste

Marmelade kochen: siehe Rezepte

10.2 „Feuerglut und Zaubertrank“ - Sommergemüse

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen von Saisongemüse
- Unterschiede zwischen konventionell und biologisch erzeugten Gemüse

Ablauf der Veranstaltung:

Heute brauen wir einen Zaubertrank. Dazu machen wir zu Beginn der Veranstaltung ein Feuer. Das Feuer gleich zu Beginn zu entfachen ist notwendig, damit das Wasser für die Suppe /

Zaubertrank genug Zeit zum Kochen hat. Sobald das Feuer lodert, erfühlen und betrachten wir die Zutaten, die verarbeitet werden. In Stofftaschen sind verschiedene Gemüsesorten versteckt. Die Teilnehmer sollen ohne zu schauen herausfinden, um welche Sorten es sich handelt.

Danach wollen wir herausfinden, was man unter Saisongemüse versteht. Jeder Teilnehmer bekommt ein bis zwei Bilder verschiedener Gemüsesorten ausgeteilt. Diese sollen dann den Jahreszeiten zugeordnet werden (auf die Saisonuhr legen). Anschließend kann das Ergebnis (die Einteilung der Gemüsesorten nach den Jahreszeiten) anhand eines Saisonkalenders überprüft werden. Und: Die Teilnehmer können auch kontrollieren, ob in die Suppe wirklich nur Saisongemüse kommt!

Wenn dies kontrolliert ist, kann losgeschnippelt werden. Das Gemüse wird in Würfel geschnitten und der Zaubertrank nach „pi mal Daumen“-Gesetz gekocht. Gewürze und Kräuter, die vorher gerochen und bestimmt werden, dürfen dabei nicht fehlen!

Während die Suppe brodelt, basteln wir noch Schutzamulette aus Hülsenfrüchten. Dazu werden verschiedene Hülsenfrüchte mit Uhu auf unterschiedlich geformte Pappen aufgeklebt, gelocht und um den Hals gehängt. Zum Ende der Veranstaltung ist die Suppe fertig. Im großen Kreis kann sie verspeist werden.

Benötigtes Material:

Feuer machen: Holz, Feuerschale, evtl. Papier,dürre Zweige, Streichhölzer

Gemüsesaisonuhr erstellen: Saisonuhr und Saisonkalender, Fotos verschiedener Gemüsesorten

Kräuter riechen: Kräuter der Saison,

Gemüse-Fühlstation: Gemüse, Tuch

Mandalas kleben: Material: Bierdeckel oder Fotokarton in unterschiedlichen Formen, verschiedene Hülsenfrüchte, Uhu

Suppe kochen: Topf für offenes Feuer, Zutaten siehe Rezept

10.3 „AuwEla“ - Eier und Geflügelhaltung

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen unterschiedlicher Hühnerhaltungen
- welche Unterschiede gibt es zu Bio-Hühnern
- Kennzeichnung von Eiern

Ablauf der Veranstaltung:

Zum Einstieg in das Thema wird ein typisches Verhalten von Hühnern (Scharren) nachgespielt: In einer Wanne mit Sand sind Dinge vergraben, die Hühner fressen bzw. nicht fressen. Die Teilnehmer scharren im Sand nach den Dingen und sortieren aus, was fressbar ist und was nicht. Im Käfig gehaltene Hühner haben diese Möglichkeit nicht. Aber wie kann man erkennen, wie die Hühner gehalten wurden, deren Eier man kauft? Um dies zu verdeutlichen sind auf einem Tisch Eierkartons aus Käfig-, Boden-, Freiland- und Biohaltung

aufgebaut. Alle Schriftzüge, die auf die Haltungsform hinweisen, sind abgeklebt, so dass nur die „schönen“ Bilder mit glücklichen Hühnern auf den Packungen zu sehen sind. Neben den Eierkartons liegen Fotos von Hühnern in den unterschiedlichen Haltungsformen. Die Teilnehmer sollen die Fotos den Kartons zuordnen und erkennen, dass die Abbildungen auf den Kartons nichts aussagen (Täuschung des Käufers)! Zur Auflösung ist in den Kartons jeweils ein Ei mit dem Stempel, woran dann die Haltungsform abgelesen werden kann (0 = Bio, 1 = Freilandhaltung, 2 = Bodenhaltung, 3 = Käfighaltung). Viele Menschen kennen diese Einteilung. Wie kann es dennoch sein, dass immer noch vier von fünf Eiern, die verzehrt werden, aus der Käfighaltung sind? Dazu schauen wir uns einen Tisch mit verschiedensten Produkten an. In welchen Produkten sind wohl die „versteckten Käfig-Eier“?

Im Anschluss daran wollen wir nachvollziehen, wie sich ein Huhn im Käfig fühlt. Die Teilnehmer schauen sich ein DIN A4 Blatt an, und werden sich gewahr, dass ein Huhn im Käfig nicht mehr Platz hat. Der Platz, den ein Huhn hat, wird dann auf den Umfang eines Menschen grob hochgerechnet. Vier Teilnehmer kauern sich auf den Boden nebeneinander. Stühle werden um sie herumgestellt – die Teilnehmer können sich somit in ein Käfighuhn hineinfühlen.

Von Hühnern bekommen wir jedoch nicht nur Eier, sondern auch Fleisch und Federn (Daunen). Die Teilnehmer basteln Traumfänger, an die sie Hühnerfedern hängen können. Da das Basteln der Traumfänger recht anspruchsvoll ist, dürfen kleine Kinder auf Pappkartons gemalte Hühner mit Federn bekleben.

Zum Abschluss des Nachmittags darf sich jeder Teilnehmer ein Bio-Ei aussuchen und in einer Form braten. Anschließend werden die Spiegeleier mit Brot und frischen Kräutern gegessen.

Benötigtes Material:

Hühnerspiel: Wannen mit Sand, Dinge, die Hühner fressen bzw. nicht fressen.

Hühnerhaltung: Eierkartons, Fotos verschiedener Hühnerhaltungsformen, Eier mit unterschiedlichen Stempeln

Versteckte Eier: Verpackungen unterschiedlichster Produkte

Hühner-Käfig: Stühle, evtl. Schnur, DIN A4 Blatt

Traumfänger: Wolle, eingeweichte Weidenruten, Hühnerfedern

Spielgeleier braten: Eier, Spiegeleierformen

10.4 „Kuhle Kühе“ – Milch und Milchprodukte

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen von Milchprodukten
- Unterschiede zwischen konventionell und biologisch erzeugten Produkten
- Wissen über Kühe vermitteln

Ablauf der Veranstaltung:

Zum Einstieg wird das Wissen der Teilnehmer über Kühe getestet. Dazu stellen sich alle im Kreis um ein Schwungtuch. Der Spielleiter sagt einen Satz über Kühе, der richtig oder falsch sein kann. Wenn er richtig ist, dann wechseln alle den Platz während das Schwungtuch in die

Luft gehoben wird. (Vorsicht: mindestens drei Personen sollten das Tuch immer festhalten; vorher die Personen auswählen)

Nach dem Spiel kann das Wissen gleich noch vertieft werden. Anhand von Bildern wird gemeinsam mit den Teilnehmern zusammengestellt, welche Dinge die Menschen von den Kühen nutzen. Dabei sind auf den Bildern sowohl Dinge abgebildet, die wirklich von Kühen kommen können (Leder, Milch, Fleisch, Quark...) als auch Dinge, die nicht von Kühen sind (Eier, Federn, Borstenpinsel, Palmfett....). Was ist wohl richtig?

Danach können verschiedene konventionelle und biologisch erzeugte Milchprodukte blind verkostet werden und jeder Teilnehmer kann für sich feststellen, was ihm besser schmeckt. So gibt es z.B. Bio-Gouda im Vergleich zu Scheiblettengouda, konventionelle, homogenisierte sowie biologisch erzeugte Milch, fertig gemischtes Fruchtyoghurt mit Aroma und Naturyoghurt mit Marmelade....

Nach der Verkostung kann es dann ans „richtige“ Essen gehen. Wir machen Kräuterquark. Dazu kann sich jeder Teilnehmer in seiner eigenen Schüssel den Quark anrühren. Unterschiedliche Kräuter und Gewürze stehen bereit, so dass der eigene Geschmack entscheidet. Nebenbei kann noch selbstgemachter Quark zum Abtropfen aufgehängt werden. Dazu wurde bereits zwei Tage vor der Veranstaltung Milch mit Buttermilch versetzt, so dass Dickmilch entsteht. Diese Dickmilch wird in ein Tuch geschüttet, und über einen Topf gehängt. Die Molke kann anschließend probiert werden. Außerdem brauchen wir für das Brot mit Kräuterquark ein bisschen Butter. Dazu wird Sahne in kleine Gläschen abgefüllt, die dann solange geschüttelt werden, bis sich die Butter und die Buttermilch trennen.

Während der Kräuterquark durchzieht, basteln wir gemeinsam aus Moosgummi Zettelhalter in Form einer Kuh. Und zum Abschluss decken wir eine lange Tafel, an der gemeinsam der Kräuterquark sowie der abgetropfte Quark verspeist werden kann.

Benötigtes Material:

Einstieg: Schwungtuch

Produkte der Kuh: Fotos von Produkten der Kuh (Milchprodukte, Leder, Fleisch)

Quark abtropfen lassen: dünnes Tuch (ausgekocht), Dickmilch, Topf

Schmeckbar: verschiedene Milchprodukte

Kuhzettelhalter: Wäscheklammer, Heißkleber, Moosgummi, Vorlagen Kuh, Stifte, Schere,

Butter schütteln: Gläschen, Sahne

Kräuterquark: Quark, viele verschiedene Kräuter, Salz, Anzahl der Schüsseln den Teilnehmern entsprechend.

10.5 „Leben wie in Afrika“ – Grundnahrungsmittel Mais

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen von Mais als Grundnahrungsmittel in Afrika
- kennen lernen der Lebensbedingungen in Afrika

Ablauf der Veranstaltung:

Alle Teilnehmer schauen sich auf der Weltkarte an, wo Afrika liegt. Anschließend können Bilder betrachtet werden mit unterschiedlich aussehenden Afrikanern (Tuarec, Massai, Südafrikaner) und verschiedenen afrikanischen Landschaften. Wir überlegen uns gemeinsam, was die Menschen dort (z.B. in Westafrika) essen. Mais und Erdnüsse gehören dort zum Grundnahrungsmittel.

Nach dieser Einführung verkleiden wir uns wie Afrikaner. Dazu wird zuerst mit Geschenkbändchen und Goldfolie „Goldschmuck“ gebastelt, den wir uns um den Kopf binden. Aber auch unsere Kleidung muss sich verändern. Jeder bekommt ein großes Tuch, in dass er / sie sich mit unterschiedlichen Wickeltechniken hüllen kann.

Wenn wir alle geschmückt sind, gehen wir darauf ein, dass in Afrika die Kinder oft auf dem Feld mitarbeiten müssen. So helfen sie z.B. bei der Ernte und beim Transport der geernteten Maiskolben nach Hause mit. Dies probieren wir gleich aus. Dazu muss ein Korb mit Maiskolben auf dem Kopf transportiert werden, wobei kleine Hindernisse überwunden werden müssen (eine Sprossenleiter als Hängebrücke, über Trittleiter durch den Sumpf...).

Hat jeder seine Geschicklichkeit beim Maistransport unter Beweis gestellt, muss der Mais gestampft werden. Am besten werden eingeweichte Maiskörner in eine Schüssel gelegt und mit einem Holzstößel oder mit Steinen zerstampft bzw. zerrieben.

Nach dieser schweren Arbeit, die in Afrika oft von den Kindern durchgeführt wird, kochen wir gemeinsam ein Essen: Maisbrei mit Erdnusssoße. Anschließend wird das Essen „afrikanisch“ (auf dem Boden sitzend) verspeist. Wer möchte, darf auch den Maisbrei „afrikanisch“ (mit den Händen) essen.

Benötigtes Material:

Einführung: Weltkarte, Fotos

Schmuck basteln: Goldfolie, Schere, Bändchen,

Kleidung: Tücher

Maisernte und Verarbeitung: Körbe, verschiedene Hindernisse, Holzstößel, Steine

Kochen und Essen: Zutaten siehe Rezepte, evtl. Kissen zum Sitzen auf dem Boden

10.6 „Das Wunderkorn der Inka“ - Amaranth

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen der Länder in denen Amaranth ursprünglich angebaut wurde
- kennen lernen der Geschichte des Inkakorns
- kennen lernen anderer ungewöhnlicher Pseudo-Getreidesorten und deren Verwendung

Ablauf der Veranstaltung:

Alle Teilnehmer schauen sich auf der Weltkarte an, wo Südamerika liegt. Erzählt wird die Geschichte der Inka und des Amaranth. Anschließend werden Bilder betrachtet mit der

Vegetation und der Lebensweise der südamerikanischen Einwohner und Bilder von Amaranthfeldern. Als Anschauungsmaterial und zum Anfassen stehen Amaranth, Quinoa, Hirse bereit, die unterschieden werden sollen.

Nachdem diese Pseudogetreide wahrgenommen wurden, kann sich jeder einen Power-Riegel herstellen: Dazu bekommt jeder ein Schälchen, in dem er/sie sich seine eigene Mischung zubereiten darf: soll es nur nach Amaranth schmecken? Oder sollen noch ein paar Nüsse rein? Und vielleicht noch ein paar Rosinen? Der Geschmack entscheidet.

Während die Powerriegel im Ofen sind, basteln wir uns Inkaschmuck. Aus Jutebändern und Federn wird ein Kopfputz gestaltet und ein schöner Stein wird in ein Netz eingefasst und an einem Band um den Hals gehängt. Hierzu wird aus Baumwollfäden ein Netz geknotet und ein Glasstein hineingelegt.

Als Inka geschmückt machen wir das Inka-Post-Spiel: Die Inka hatten schon ein ausgefeiltes System, um Botschaften zu übermitteln. So rannte jeweils ein Läufer mit der Botschaft bis zum nächsten Posten, wo ein noch ausgeruhter Läufer weiterrannte. Die Inka konnten so über weiteste Strecken laufen! Für das Spiel bestimmen wir einen König. Alle anderen Teilnehmer verteilen sich entlang eines Wege. Dem Ersten wird eine Botschaft ins Ohr geflüstert, die er /sie bis zum nächsten Posten bringen muss (entsprechend der bekannten Flüsterpost). Der König am Ende der Strecke führt die Botschaft aus (z.B. Sähe das Korn und gieße es >> der König verstreut ein paar Amaranth-Körner und gießt sie).

Zum Abschluss verspeisen alle Inka ihre Power-Riegel und gehen gestärkt nach Hause.

Benötigtes Material:

Einführung: Weltkarte, Fotos, Amaranth, Quinoa, Hirse

Amaranth-Riegel: Schüsseln, Löffel, Messer, Steine, Brettchen, Amaranthpopkorn, Kokosflocken, Haselnüsse, Mandeln, Trockenobst, Sesam, Sonnenblumenkerne, Sonnenblumenöl, Honig, Backblech und Backpapier

Basteln: Jute, Federn, Goldpapier, Steine, Baumwollfäden, Glassteine

Inka-Spiel: Material entsprechend der zu lösenden Aufgabe (Harke, verschiedenes Korn, Gießkanne)

10.7 „Reis und Stäbchen“ - Grundnahrungsmittel Reis

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen von Reis als Grundnahrungsmittel
- Unterschiedlicher Reisanbau (Trocken- und Nassanbau)
- kennen lernen von regionalen Alternativen (z.B. Bulgur)

Ablauf der Veranstaltung:

Alle Teilnehmer schauen sich auf der Weltkarte an, wo China liegt. Erzählt wird vom Ursprung des Reis und der Bedeutung dieses Nahrungsmittels für die Weltbevölkerung. Die verschiedenen Anbaumethoden werden dargestellt und die Reise des Reis nach Europa

nachgestellt. Im Sinne der Nachhaltigkeit wird erläutert, dass der Einkauf von Reis aus europäischen Ländern sinnvoller ist (Entfernung auf der Weltkarte eingezeichnet).

Wir schauen uns auf Bildern die Menschen in China an und basteln aus Fotokarton einen Chinesenhut. Er wird mit dem chinesischen Schriftzeichen für Reis verziert. Dazu fertigen wir ein Amulett. Tigervorlagen werden ausgemalt, ausgeschnitten, auf den restlichen Fotokarton geklebt und mit einem Wollfaden um den Hals gehängt.

So gewappnet probieren wir verschiedene Reissorten und erschmecken die Unterschiede. Wie schmeckt wohl Camargue-Reis, Basmati-Reis, Natur-Reis, Rundkornreis? Und wie schmecken Alternativen wie Boulgour oder Couscous?

Nach dieser Verkostung werden die Teilnehmer in zwei Gruppen eingeteilt. Während eine Gruppe das Gewürzsalz herstellt (siehe Rezept), fängt die zweite Gruppe an das Gemüse zu putzen und fein zu schneiden. Dabei wird noch mal darauf eingegangen, dass wir auf die Saison des jeweiligen Gemüses achten. Das Gemüse wird im Wok gegart und mit dem Gewürzsalz abgeschmeckt. Dazu gibt es Reis, der mit Stäbchen oder Löffeln gegessen werden kann.

Zum Abschluss kann noch ein Bewegungsspiel angeboten werden.

„Chinesische Mauer“: Ein begrenztes Gebiet wird in drei Linien eingeteilt: Anfangslinie, Mittellinie, Ziellinie. Auf der Mittellinie stehen zwei Chinesische Wachtürme (2 Kinder). Die anderen Kinder sind die Mongolen, die über die Mittellinie hinweg versuchen, nach China (Ziellinie) zu gelangen. Beim Ausruf „Mongolenangriff“ stürmen die Kinder los und die Wachtürme müssen versuchen, so viele Kinder wie möglich zu berühren. Diese werden dann auch zu Wachtürmen, die chinesische Mauer wächst. Die Mongolen stürmen so lange hin und her, bis alle Kinder die chinesische Mauer sind.

Benötigtes Material:

Einführung: Weltkarte, Fotos

Verkostung: gekochter Reis, Schüsseln, Löffel

Basteln: Fotokarton gelb DIN A3, Vorlage Schriftzeichen, Amulettvorlagen, Vorlage Hut, Bleistifte, Farbstifte, Schere, Kleber, Wolle

Kochen: Reis, Gemüse (siehe Rezept), Wasser, Gewürze, Sesam, Meersalz, Öl, Brettchen, Messer, Siebe, Schüsseln, Wok

10.8 „Saftladen“ - Äpfel

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen der Apfelsaison
- kennen lernen unterschiedlicher Apfelsorten
- die Verwendung verschiedener Apfelsorten

Ablauf der Veranstaltung:

Zuerst überlegen wir uns, wann es bei uns Äpfel gibt und dass die Äpfel bei uns im Frühling/Sommer oft aus fernen Ländern kommen. Der Transport zu uns kostet jedoch viel

Energie! Gemeinsam schauen wir eine Weltkarte an und überlegen, wo z.B. Neuseeland liegt. Anschließend wird ein Wettspiel mit zwei Gruppen gemacht. Eine Gruppe bringt die Äpfel „aus Neuseeland“ zu uns und die andere Gruppe „vom Bodensee“. Zum Transport gibt es LKW (Schubkarren) und Schiffe (Postkisten). Jeder Teilnehmer legt einmal den Weg zurück. Dazu muss er / sie sich zuerst einen EU-konformen Apfel aus einer großen Wanne aussuchen (zu kleine Äpfel passen nicht in die Vorlage, zu große aber auch nicht). Dann wird der Apfel verladen (Neuseeland: zuerst auf den „LKW“, dann aufs „Schiff“ und anschließend noch mal auf den „LKW“; Regionale Äpfel: Nur auf den „LKW“). Welche Gruppe braucht wohl weniger Kraft (=Energie) zum Apfeltransport? Anschließend kann mit „Goldtalern“ überlegt werden, wo das Geld hingeht, das wir im Geschäft für einen Apfel zahlen (wie viel bleibt für den Bauern übrig?, wie viel verdient der Handel? Wie kann es sein, dass ein Apfel aus Südafrika genauso viel kostet wie einer vom Bodensee???)

Nach dem Spiel machen wir den Geschmackstest. Wie viele Apfelsorten kennen wir? Granny Smith, Golden Delicious, Ida red sind vielleicht bekannt, aber wer kennt noch die vielen anderen Sorten? James Grieves, Fiesta, Topaz.... viel diese aromatischen Sorten sind im Bio-Laden erhältlich. Verschiedene Apfelsorten können erfüllt und mit zugebundenen Augen verkostet werden. Gibt es einen Unterschied? Welches wird in der Gruppe die „Königssorte“?

Die unterschiedlichen Apfelsorten eignen sich für unterschiedliche Zubereitungen. Boskop ist z.B. der typische Bratapfel. Jeder darf sich deshalb einen Boskop mit Nüssen etc. füllen und ins Rohr schieben.

Danach basteln wir den „Wurm im Apfel“ aus Tonpapier. Der Apfel hat ein Loch, durch den die Kinder einen Finger stecken können. Auf den Finger malen sie vorher ein Gesicht – das Gesicht des Apfelwurmes!

Nachdem gebastelt wurde, kommt der Höhepunkt des Tages: wir pressen Apfelsaft. Dazu müssen die Äpfel kleingeschnitten werden. Dann werden sie in die Handpresse und nur mit Körperkraft gewinnen wir den leckeren Saft. Der intensive Geschmack wird besonders intensiv wahrgenommen, wenn man parallel dazu einen billigen Apfelsaft probiert.....

Benötigtes Material:

Spiel: Weltkarte, Schubkarren, Bollerwagen, Äpfel, EU-Schale für Apfelgröße, Goldtaler

Geschmackstest: Augenbinden, verschiedene Apfelsorten

Bratapfel: Apfelstecher, Nüsse, Honig oder Marmelade, Butter, Boskop

Wurm im Apfel: Tonpapier, Stifte, Kleber

Saft pressen: Apfelpresse, Messer, Brettchen, große Wanne zum Waschen der Äpfel

10.9 „Fleißige Bienchen“ - Honig

Ziele der Veranstaltung:

- Erfahren, wie ein Bienenstock aussieht und wie Bienen leben
- Unterschiedliche Honigsorten kennen lernen
- Honig als alternatives Süßungsmittel kennen lernen

Ablauf der Veranstaltung:

Im Hummelsteiner Park betreut ein Imker Bienenstöcke. Mit dem Imker schauen wir gemeinsam die Stöcke an. Er erläutert uns, wie Honig hergestellt wird. Wir dürfen in die Stöcke schauen, fühlen das Wachs und riechen an den Waben. Der Imker schenkt uns ein Glas mit Honig des Hummelsteiner-Park-Bienenvolks.

Danach werden unterschiedliche Honigsorten verkostet (Blütenhonig, Waldhonig, Akazienhonig, Kastanienhonig....). Jeder darf seinen Lieblingshonig er-schmecken. Danach schauen wir auf den Honiggläsern nach, aus welchen Ländern sie kommen. Auf einer Europakarte (Weltkarte) werden die Länder markiert - im Bio-Bereich gibt es nur wenig Honig aus Deutschland. Gemeinsam überlegen wir, was sinnvoll ist (regional, biologisch erzeugt....)

Jetzt wird ein Essen mit Honig zubereitet: Crunchy! Nüsse, Haferflocken, Rosinen und verschiedene Honigsorten stehen bereit. Jedes Kind kann sich sein eigenen Crunchy mixen. Soll es eher süß oder eher nussig sein? Der individuelle Geschmack entscheidet. Jeder legt sein Crunchy auf das Backblech und in kurzer Zeit ist die knusprige Leckerei fertig.

Während der Backzeit verarbeiten wir noch ein anderes „Bienenprodukt“: Wachs. Wir drehen kleine Kerzen, die wir in leere Teelichterbecher stellen. Davor kann ein selbstgebasteltes Fensterbild mit einer Biene gestellt werden.

Schließlich wollen wir noch eine wichtige Aufgabe der Bienen kennen lernen: die Bestäubung der Pflanzen. Dazu spielen wir ein Spiel: Im Park sind verschiedene Blumen (die Betreuer) versteckt. Diese Blumen haben Nektar (Wasser) und Pollen (Klebepunkte) bei sich. Die Kinder bilden zwei Bienenvölker (Gruppen). Jedes Bienenvolk muss so viel Nektar wie möglich suchen. An den Blumen holen sich die Kinder den Nektar mit Wassergläsern ab. Jedes Kind hat dazu zwei Gläser, darf aber pro Blume nur ein Glas füllen. Ist das erste Glas gefüllt, bekommt es noch einen Klebepunkt, den Pollen, auf die Wange. Schnell rennt das Kind zur nächsten Blume, wo es sein zweites Glas füllen kann. Dort wird auch der Klebepunkt auf die Blume (den Betreuer) geklebt, um die Blume zu bestäuben. Mit beiden vollen Gläsern rennt das Kind zu seinem Bienenstock zurück und füllt das Wasser in einen Messbecher. Nach einer bestimmten Zeit kommen alle Bienen wieder zusammen und vergleichen ihren Vorrat. Welches ist wohl das fleißigere Bienenvolk?? Zum Abschluss stärken wir uns noch an dem Honig-Crunchy, das wir mit Yoghurt gemeinsam verspeisen.

Benötigtes Material:

Verkostung: unterschiedliche Honigsorten, Weißbrot, Europakarte

Kerzen drehen: Wachsplatten, Dochte, leere Teelichter; Tonpapier, Tesa, Biene Maja Folien,

Crunchy: Siehe Rezepte, Yoghurt

Bienenspiel: Doppelt so viele Wassergläser wie Teilnehmer, Klebepunkte, 2 Messbecher für die Bienenvölker, einen Wassereimer pro Blume, eine in Kopfgröße ausgeschnittene Tonpapierblume pro Betreuer (=Blüte)

10. 10 „Die Wunderknolle“ - Kartoffel

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen der Geschichte der Kartoffel
- kennen lernen unterschiedlicher Kartoffelsorten
- Kartoffeln verarbeiten

Ablauf der Veranstaltung:

Alle sitzen in einem Kreis. In der Kreismitte liegt ein großes, undurchsichtiges Tuch. Wir erzählen, wie die Kartoffel zu uns kam, dass sie jedoch keiner essen wollte und wie Friedrich der Große die Kartoffelfelder von seinen Soldaten bewachen ließ.... Im Anschluss daran werden alle gefragt, was wir wohl bewachen? Klar, Kartoffeln! Das Feld (Tuch) wird aufgedeckt und zum Vorschein kommen die unterschiedlichsten Kartoffelsorten (krumme, blaue, rote, glatte....). Sie können angeschaut werden. Im Anschluss daran wird die Problematik des Kartoffelkäfers erzählt und dass dieser im konventionellen Landbau mit Insektiziden vernichtet, im Biolandbau jedoch mechanisch (mit Maschinen oder per Hand) abgesammelt wird. Wir sind natürlich Bio-Bauern und sammeln alle Käfer (in Falten des Tuchs und unter den Kartoffeln sind winzige Bildchen des Käfers versteckt) mit der Hand ein....

Sobald alle Kartoffelkäfer eingesammelt sind, verkosten wir die unterschiedlichen Kartoffelsorten. Die Bamberger Hörnchen, die Blauen Schweden, Nicola, Granola und Co sind gekocht und leicht gesalzen. Jeder kann sich seine persönliche Lieblingssorte aussuchen.

Danach wollen wir das Essen zubereiten. Es gibt Pommes mit Ketchup. Beim Ketchup kochen ist es wichtig, sich klar zu machen, dass auch Zucker (und nicht zu wenig) im Ketchup enthalten ist. Dazu werden unterschiedlichste Lebensmittel aufgestellt (also auch alle möglichen Lebensmittel, die nicht zum Ketchup kochen benötigt werden). Daraus sollen die richtigen Zutaten zusammengestellt werden. Wenn das Ketchup fertig gekocht ist, wird es kühl gestellt. Dann werden die Kartoffeln geschält.

Wer schält wohl die längste Kartoffelschale? Und wer schafft die längste Pommes mit dem Pommesschneider?

Während die Pommes im Ofen sind, machen wir einen Kartoffeldruck. Mit Stofffarben können mitgebrachte T-Shirts oder Stofftragetaschen bedruckt werden. Zum Abschluss gibt's Pommes mit Ketchup – ein gesundes, schnelles Fast-Food!

Benötigtes Material:

Anfang: Geschichte, großes Tuch, Kartoffeln, ausgedruckte Bildchen von Kartoffelkäfern

Kartoffeltest: unterschiedliche Kartoffeln (gekochte), Salz

Kochen: Siehe Rezept, Schäler, Pommesschneider, Öl

Kartoffeldruck: Messer, Stofffarben, Kartoffeln

10.11 „Lagerfeuer und Stockbrot“ - Getreide

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen der wichtigsten heimischen Getreidearten
- Erfahren, wie früher Getreide geerntet wurde
- nachvollziehen des Weges „von der Ähre zum Brot“

Ablauf der Veranstaltung:

Zu Beginn der Veranstaltung wird gemeinsam Feuer gemacht. Dies ist zu einem frühen Zeitpunkt wichtig, da dann im Laufe der Veranstaltung eine schöne Glut entstehen kann. Wichtig ist es einen Feuerwächter zu beauftragen, der über das Feuer wacht (ein Erwachsener).

Im Anschluss ans Feuer machen schauen wir uns die Ähren der wichtigsten Getreidearten an. Was ist wohl Roggen, Gerste, Weizen, Hafer? Wie kommen aus den Ähren die Körner raus? Und wie macht man daraus Brot?

Zuerst müssen die Getreideähren gedroschen werden. Dazu schauen wir uns Bilder an, wie heute mit Mähdreschern geerntet und gedroschen wird. Dann probieren wir es selber aus: Die Ähren werden auf den Boden gelegt und mit einem alten Dreschflegel gedroschen (vorsichtig, nicht alleine dreschen lassen!). Die Körner fallen aus den Ähren raus. Am Ende werden die Körner eingesammelt, übrig bleiben die Spelzen (!) sowie das Stroh (Verwendung des Strohs klären).

Die eingesammelten Körner werden dann mit unterschiedlichen Hilfsmitteln gemahlen. Jedes Kind kann dabei die Entwicklung der Mehlherstellung über die Jahrhunderte nachvollziehen. Zuerst wurde das Getreide mit Steinen gemahlen, dann mit Handmühlen und schließlich mit elektrischen Mühlen. Erfahrbar wird dabei die Kraft, die man braucht um Mehl herzustellen. Damit wird schließlich ein einfacher Hefeteig gemacht.

Während der Teig geht, „verarbeiten“ wir die Spelzen. Dazu nähen wir Getreidekissen aus Stoffresten (am besten Filz), in die die Spelzen eingefüllt werden. Auf der Heizung aufgewärmt sind diese Kissen ein schöner Wärmflaschenersatz.

Wenn alle Teile der Getreideähren verarbeitet sind, gehen wir ans Feuer. Jeder bekommt einen Stecken und kann sich ein Stockbrot backen. Die Geduld wird belohnt mit duftendem Brot und selbstgemachter Butter (Sahne im Gläschen schütteln) belohnt.

Benötigtes Material:

Feuer machen: Feuerschale, Holz, Feuer

Getreide kennen lernen: Getreideähren, evtl. Körner

Getreide dreschen: Decke zum Unterlegen, Dreschflegel, evtl. Pengel

Getreide mahlen: Mühlen, Mahlsteine, Mühlsteine (ausleihen), Getreidekörner

Teig: Hefe, Wasser, Mehl, Salz

Getreidekissen: Spelzen, Stoffreste, Nadeln, Faden

Butter schütteln: Gläschen, Sahne

10. 12 „Krumme Dinger“ - Bananen

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen der Länder, in denen Bananen wachsen
- kennen lernen der Lebensbedingungen der Bananenbauern
- kennen lernen von fair gehandelten Bananen

Ablauf der Veranstaltung:

Heute spielen wir das Leben der Bananenbauern in Costa Rica nach. Zur Einführung in das Thema schauen wir gemeinsam eine Weltkarte an und überlegen, wo Bananen wachsen (Bananengürtel). Dann wird die Geschichte von Raul erzählt, einem kleinen Jungen aus Costa Rica, dessen Vater in einer Kooperative der Bananenbauern (Banafair) arbeitet. Es wird auch erzählt, wie die Bauern vor dem Zusammenschluss gelebt haben (Gift spritzen ohne Schutz, wenig Geld für die Bananen, kein sicherer Preis für die Ernte).

Im Anschluss daran teilen wir uns in zwei Gruppen (Großfamilie) ein. Für jede Großfamilie ist eine Hütte aufgebaut (mit Tüchern abgeteilt). Dadurch wird erlebbar gemacht, dass in den mittelamerikanischen Ländern die Menschen oft nur einen Raum haben. Wenn sie schlafen wollen, müssen Tisch und Stühle zur Seite geschoben werden, um die Schlafmatten auszurollen. Auch gibt es nur wenig Möbel in der Hütte und nur eine kleine Kochstelle. Da wir jedoch zu Banafair gehören, haben die Kinder es gut, denn sie müssen nicht mit aufs Feld zum Arbeiten, sondern dürfen in die Schule gehen (viele Analphabeten).

Wir gehen wieder aus der Hütte raus, alle Bananen-Bauer-Kinder gehen in die „Schule“. Dort basteln wir aus Bananenpapier einen Fensterschmuck. Die Kinder schneiden 2 Kreise aus schwarzem Tonpapier aus. Diese haben die gleiche Größe und in der Mitte ist eine Banane eingezeichnet. Die Banane wird ebenfalls ausgeschnitten. Nun wird ein passendes Stück Bananenpapier daraufgeklebt und die Kreise werden exakt zusammengeklebt. Da das Bananenpapier transparent ist, scheint etwas Licht durch die Banane durch.

Nach der „Schule“ gehen alle Kinder wieder nach Hause in ihre Hütte. An der Kochstelle werden Bananen gebraten und eine Erdnusssoße gekocht (in Mittelamerika werden meist Kochbananen verwendet). Gegessen wird vor der Hütte (mit Banafair-Spießen). Nach dem Mittagessen dürfen die Kinder der Kooperative zum Spielen gehen. Gespielt wird nicht mit fertigem Spielzeug, sondern mit Dingen des täglichen Lebens bzw. mit „Abfall“: Alte Fahrradreifen werden getrieben und Bohnenboccia gespielt. Zum Schluss der Veranstaltung dürfen alle noch Bananen in verschiedenen Verarbeitungsstadien probieren: wie schmecken sie wohl am Besten: als Chips, getrocknet oder frisch?

Benötigtes Material:

Hütten der Bananenbauern: viele Tücher, Pinnwände, Verkleidung für die Eltern, Kochplatten, Schlafmatten (Isomatten), verschiedene landestypische Lebensmittel (Mais, Bohnen, Getreide) als Vorräte

Einführung: Weltkarte, Bilder, Geschichte von Raul, Logo Banafair,

Basteln: Bananenpapier, Tonpapier, Kleber, Scheren

Kochen: Kochplatten, Zutaten siehe Rezept

Spiele: Bohnen, alte Reifen, Stöcke

Verkostung: frische Bananen, getrocknete Bananen und Bananenchips

10. 13 „Halloween“ - Kürbisgewächse

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen unterschiedlicher Kürbissorten
- kennen lernen der verschiedenen Verwendungsmöglichkeiten
- Vorbereitung und geschichtlicher Hintergrund eines neuen Jahreszeitenfestes

Ablauf der Veranstaltung:

Zur Hinführung zum Thema erfahren die Teilnehmer den kulturgeschichtlichen Hintergrund der Verwendung von Kürbissen zu Halloween (Kelten, Christianisierung Irlands, Übernahme alter Riten, generell die Angst der Menschen früher vor Kälte, Nebel und Dunkelheit). Dazu wird die lustige Geschichte von Jack o‘Latern erzählt und wie die irischen Einwanderer in Amerika lieber den Kürbis anstelle einer Rübenlampe hervorholten.

Im Anschluss daran schauen wir uns verschiedene Kürbissorten an: Ufo, Hokkaido, Zucchini, Speisekürbis, Rondini, Spaghetti etc. (was auf dem Markt gerade da ist). Der große Speisekürbis ist besonders geeignet um ausgehöhlt zu werden. Mit scharfem Werkzeug (Sägemesser, Filzstift um ein Gesicht vorzuzeichnen) gehen wir in den Garten, die Kinder dürfen das Gesicht aufzeichnen und dann helfen alle zusammen beim Ausschneiden. Vorsicht! Das erfordert einiges an Kraft und Geschick und man sollte kleinen Kindern die Hand führen. Schnell ist die Kürbisfratze fertig.

Nun gehen wir wieder zu den anderen Kürbissen. Sie werden in der Mitte durchgeschnitten und jeder darf daran riechen und den Kürbis anfassen. Die Kürbisse werden grob geschnitten und jeder darf auch ein rohes Stück Kürbis probieren. Als Hexenkessel wählen wir einen großen Topf, den wir auf eine transportable Herdplatte auf einen Stuhl stellen (soll auf diese Weise eine Feuerstelle symbolisieren). Darin wird nun nach Rezept eine Kürbissuppe gekocht und „geheimnisvoll“ gewürzt.

Bis die Suppe fertig ist, basteln die Kinder lustige Strohhalmverzierungen (Gespenster, Kürbisse und Fledermäuse aus Tonpapier) und wer fertig ist darf in geheimnisvollen Kartons die Speisekammer der Hexe erfühlen: z.B. Würmer (= gekochte Spaghetti mit etwas Öl), Hexenzähne (= Maiskörner), tote Käfer aus dem Grab des Pharaos (= Trockenbohnen), tote Kanalratte (= leicht angefeuchtete, weiche Bürste), Hand eines Monsters (= mit Götterspeise gefüllter Latexhandschuh), Spinnenbeine (= Stücke von Pfeifenputzern), Hexenaugen (= geschälte Weintrauben)

Sobald der Kürbis im Hexenkessel weich gekocht ist, wird er püriert. Währenddessen helfen die Kinder beim Dekorieren des Tisches. Ein „Grusel-Cocktail“ wird zubereitet und die Kinder können ihre Strohhalme gleich dafür hernehmen. Jedes Kind erhält in seine Suppe einen Esslöffel Sahne als „Gespenst“. Als Ausklang gibt es noch die Auflösung der doch nicht so gruseligen Karton-Inhalte.

Benötigtes Material:

Basteln: Strohhalme und Tonpapier in „Halloween“farben, Scheren, Kleber

Probiertisch: verschiedene Kürbisse, die zum Aushöhlen oder für Suppe geeignet sind, ein starkes Sägemesser

Essen: Zutaten siehe Rezept

10. 14 „Cooles Gemüse“ - Wintergemüse

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen der Saisonalität von Gemüse
- kennen lernen der Wege von nicht saisonalen Gemüse
- kennen lernen von „unmodernen“ Wintergemüse

Ablauf der Veranstaltung:

Zum Einstieg werden die Teilnehmer gefragt, was sie am Tag zuvor für Gemüse gegessen haben. Wir schauen uns auf einer *Weltkarte* an, woher das Gemüse evtl. gekommen ist und überlegen uns, welche *Strecke* es hinter sich hat, bis es auf unserem Teller gelandet ist. Dann überlegen wir, welche Wintergemüse bekannt sind. Wenn ein paar Namen gefallen sind, dürfen verschiedene Wintergemüse erfüllt werden. Die Gemüse sind in Stofftragetaschen und werden im Kreis herum gegeben und die Kinder sollen durch *fühlen* erraten, um was es sich handelt. Da die meisten Wintergemüse auch roh gegessen werden können, *verkosten* wir sie im Anschluss. Dazu wird ein kleines Buffet aufgebaut. Die Kinder sollen mit verbundenen Augen herausfinden, um welche Gemüse es sich handelt.

Anschließend werden die verschiedenen Gemüsesorten (auf Fotos) den *Jahreszeiten* zugeordnet. Am Gesamtbild ist dann erkennbar, welches Gemüse wann reif ist und in welcher Jahreszeit was verwendet werden sollte.

Im Anschluss daran wird unsere *Winterpizza* gebacken. Zuerst wird ein Hefeteig erstellt. Dann werden alle Wintergemüse gerieben bzw. fein geschnitten sowie aus Eiern und Sahne ein Guss erstellt. Wenn der Teig gegangen ist, darf sich jeder sein eigenes Pizzastück belegen. Da Gewürze nicht fehlen dürfen werden auch alle Pizzastücke individuell gewürzt.

Während die Pizza im Ofen ist, *basteln wir uns ein Rübengesicht*. Dazu wird aus Tonpapier eine Art kleine Schultüte gebastelt. Diese wird zusammen getackert. Anschließend dürfen die Kinder der Rübe ein Gesicht verpassen: Mit Kulleraugen zum Aufkleben und verschiedenen Filzstiften. Danach wird an den oberen Rand ein Stück Jutesstoff geklebt und abschließend ein Transparentpapier als Grün. Dieses Transparentpapier wird mit einem Stückchen Faden zugebunden. Durch das Rübengesicht wird ein langer Stab gesteckt, der oben wieder herauskommt. Der Stab hat eine doppelte Funktion. Erstens kann man das Rübengesicht so in einen Blumentopf stecken. Zweitens sind an dem Stab fünf Markierungen angebracht. Der Rübenkopf soll als Zählinstrument für die Regel „*Fünf am Tag*“ genutzt werden. Immer, wenn eine Portion Gemüse oder Obst gegessen wurde, wandert der Rübenkopf einen Markierungseinheit nach oben! Zum Abschluss wird gemeinsam die Pizza verspeist. Bestimmt

schmeckt jedem seine Kreation am besten.... Tipp: falls geriebenes Gemüse übrig bleibt, kann man daraus ganz schnell noch einen *Rohkostsalat* zaubern.

Benötigtes Material:

Gemüse fühlen: Unterschiedliche Wintergemüse in Stofftragetaschen, Weltkarte

Gemüse kosten: Augenbinden, klein geschnittenes Gemüse

Gemüsesaisonuhr: großer Kreis mit Jahreszeiten, Fotos von Gemüse aus allen vier Jahreszeiten

Pizza backen: siehe Rezept, verschiedene Gewürze in Gläschen (auch zum Riechen)

Rübengesichter: Kulleraugen, Tonpapier, Tacker, Jutereste, Transparentpapier, runde Stäbe

10. 15 „Wellness“ – Naturkosmetik

Ziel der Veranstaltung:

- Kennen lernen von einfachen Hausmitteln
- Zeit nehmen zum Entspannen; sich und anderen etwas Gutes tun
- Gesunde Sportler-Getränke kennen lernen

Ablauf der Veranstaltung:

Zum Einstieg überlegen wir, was Wellness für uns bedeutet. Vielleicht „es sich gut gehen lassen“, mit allen Sinnen genießen und erleben? Was gehört alles dazu? Z.B. natürliche Körperpflege, Entspannung, Bewegung, Ernährung, Kreativität, Berührung.

Wir beginnen mit Berührung und machen eine Regenmassage. Alle Kinder sitzen im Kreis. Jedes Kind massiert den Rücken des vor ihm Sitzenden. Dazu wird eine Geschichte vom Regen erzählt. Die Regentropfen, Wind, Schneeflocken werden durch die Handbewegungen nachgemacht (Regen: mit den Fingerspitzen je nach Regenstärke trommeln, Wind: mit der Handfläche wischen, Donner: leicht! mit den Fäusten trommeln, Schneeflocken: mit leichter Berührung der Fingerspitzen die Schneeflocken hinunterfallen lassen)

Anschließend kommt die Körperpflege. Dazu kochen wir *Seife*. Die durchsichtige Glycerin-Seife (rein pflanzlich) wird im Wasserbad geschmolzen, mit ätherischem Körper-Öl parfümiert und mit Lavendelblüten verrührt. Die Mischung wird in Eiswürfel-Formen gefüllt und anschließend kalt gestellt.

Anschließend bemalen wir *Tonuntersetzer* mit wasserfesten Farben, auf die dann die Seife gelegt werden kann. Dabei überlegen wir, wie lange es wohl schon Seife gibt? Noch gar nicht so lange. Die Römer kannten sie noch nicht. Sie wuschen sich mit Tonerde. Diese *Wascherden* gibt es auch heute noch in spezialisierten Bio-Läden. Sobald unsere Seifenschalen fertig sind, dürfen die Kinder die Wascherde ausprobieren.

Mit sauberen Händen werden drei Gruppen gebildet, die nacheinander die folgenden drei Stationen durchlaufen:

a: Riechstation: Verschiedene ätherische Öle werden gerochen und den entsprechenden Pflanzenfotos zugeordnet. Warum heißen diese Öle ätherisch? Was können diese Öle? Z.B.

dienen sie der Gesundheit (Inhalieren), sie schaffen Stimmung (Winter: Zimt, Frische: Lavendel, Heiterkeit: Zitrusdüfte)

b: Schmeckstation: Verschiedene *Tees* können probiert werden. Die jeweilige Wirkung des Tees wird mitbesprochen. (Zitronenmelisse: erfrischend, Apfelschalente: beruhigend, bei Fieber, guter Abendtee, Rosmarintee: aufmunternd, ausgleichend, leicht anregend, gut bei niedrigem Blutdruck)

c: Kosmetikstation: An dieser Station werden *Wechselbäder* für Füße oder Unterarme gemacht (Fitness-Studio für die Haut!), dann ein *Salzpeeling* durchgeführt (entfernt Hautschüppchen, Haut lebt!) und anschließend mit einer Mischung aus Öl und Zitronensaft eingekremt (ohne Emulgator, pflanzlich, Olivenöl pflegt und Zitronensaft erfrischt und macht die Haut klar). „*Schminken*“ darf an dieser Station natürlich auch nicht fehlen. Mit einem Tattoo -Stift können sich die Wellness-Aspiranten Hieroglyphen aufmalen (in Bezug auf Schönheit, Cleopatra, Ägypten)

Da Wellness auch von innen wichtig ist, mixen wir uns einen Wellness-Drink. Aus Bio-Früchten machen wir einen *Orangen-Lassi* (Bio-Orangensaft, Bio-Joghurt, etwas Honig). Dieser Drink ist gut um wieder Energie zu bekommen, durch leicht verwertbare Kohlenhydrate des Honigs und Orangensafts. Außerdem erfrischen die Fruchtsäuren und die Joghurt-Bakterien pflegen die Verdauung. Lassi ist ein Wellness-Drink aus Indien: Man kann ihn auch mit Salz und exotischen Gewürzen trinken (elektrolytisches Getränk).

Zum Abschluss gibt es je nach Gruppe zwei Möglichkeiten:

a) Traumreise mit Entspannungsmusik

b) Ägyptisches Streitwagenrennen: 1 Kind ist das Pferd und 1 Kind sitzt oder steht (ältere Kinder) als ägyptischer Wagenlenker auf einem Skate-Board. Nach der Hälfte der Strecke wechseln Pferd und Wagenlenker.

Benötigtes Material:

Seife kochen: Glycerinseife, ätherische Körper-Öle, Blüten

Seifenschalen machen: Tonuntersetzer, wasserfeste Farben oder Wasserfarben und Klarlack

Stationen: verschiedene ätherische Öle (verdünnen!), diverse Tees, Schüsseln für Wechselbäder, Zitrone, Olivenöl, Salz, Tattooostift

Lassi: siehe Rezept

Wagenrennen: Seile, Skateboards

Traumreise: Geschichte, weiche Matten, Entspannungsmusik

10. 16 „Weihnachtsleckereien“ – Gewürze

Ziele der Veranstaltung:

- kennen lernen unterschiedlicher Gewürze und deren Herkunft
- kennen lernen des Wertes von Gewürzen früher und heute (Massenproduktion)
- Fähigkeit, selbst über den Geschmack der Plätzchen zu bestimmen

Ablauf der Veranstaltung:

Zum *Einstieg* schauen wir uns eine Weltkarte an und überlegen, wo verschiedene Gewürze herkommen. Der Wert der Gewürze früher wird geschätzt (die Nürnberger Pfeffersäcke) und eine kurze Stegreifgeschichte erzählt, wie die Kaufleute über die Meere segelten, Karawanen durch Wüsten zogen, die Piraten und Räuber lauerten und wie teuer und kostbar deshalb die Gewürze waren, bis sie endlich bei den Lebkuchenbäckern in Nürnberg angekommen waren.

Anschließend spielen wir ein *Gewürz-Karawanen-Spiel*. Wir sind die Gewürzhändler. Jeder Teilnehmer bekommt einen Becher und Sand (die Gewürze) darin abgefüllt. Und los geht die Reise. Wir fürchten uns vor den Räubern des dunklen Waldes. Daher drängen wir uns ganz dicht aneinander und laufen ein Stück so. Dann gehen wir auf ein Schiff. Die Wellen lassen das Schiff schwanken und schaukeln: Wir halten uns alle an einem Tau fest und schlingern (der Erste läuft Kurven und die anderen müssen hinterher) so einen Stück des Weges, endlich an Land: Wir schließen uns einer Karawane an: Jeder ist ein Kamel, hält sich an den Schultern des anderen fest und wir gehen im Kamelgang ein Stück. Endlich angekommen! Auf dem Nürnberger Hauptmarkt wird gehandelt und gewogen. Jedes Kind bekommt einen Goldklumpen (angemalter Stein) für seine Gewürze.

Im Anschluss daran stehen verschiedenste Gewürze bereit. Durch *Riechen* wird herausgefunden, um welche Gewürze es sich handelt und die Gewürze werden den jeweiligen Pflanzen (Fotos) zugeordnet. Jeder kann sich merken, welches Gewürz er besonders lecker fand.

Sind die Gewürze bekannt, können die *Plätzchen gebacken* werden. Dazu ist ein Grundteig bereits vorbereitet. Jeder bekommt ein Schälchen und darf sich seinen eigenen Plätzchenteig herstellen. Dazu stehen Trockenfrüchte und die eben geröschten Gewürze bereit. Es kommen mindestens so viele verschiedene Plätzchen heraus, wie Kinder im Raum sind!

Damit die Plätzchen sicher nach Hause transportiert werden können, basteln wir kleine *Jutesäckchen* auf denen ein Nikolausstiefel aus Filz aufgeklebt ist. Aus Wollfäden werden Kordeln gedreht, um die Säckchen zubinden zu können.

Anschließend bereiten wir einen *Kinderpunsch* zu und essen gemeinsam Plätzchen. Dazu wird ein *Weihnachtsmärchen* vorgelesen.

Benötigtes Material:

Gewürz-Karawanen-Spiel: Becher, Sand, Waage, mit Gold bemalte Steine

Gewürze riechen: Gewürze, Fotos der Gewürzpflanzen, Weltkarte

Plätzchen backen und Kinderpunsch: Zutaten siehe Rezept

Jutesäckchen: Jute, Filz, Stopfnadeln, Wolle

10.17 „Schokotraum“ - Schokolade

Ziele der Veranstaltung:

- Woher kommt Schokolade und wie wird sie hergestellt?
- Was ist der Unterschied zwischen konventioneller bzw. biologischer Schoki?
- Was ist fair gehandelte Schokolade?

Ablauf der Veranstaltung:

Als *Einstieg* machen wir einen Sitzkreis und überlegen gemeinsam, woher die Schokolade kommt, die wir überall kaufen können. Wir schauen uns auf einer Weltkarte an, wo der Kakaobaum wächst. Anschließend kommen wir kurz auf die Entdeckungsgeschichte des Kakao von den Azteken über die Spanier zu uns zu sprechen. Abschließend wird die Sage des Aztekenkönigs Montezuma erzählt, der täglich sein Xocolaté in einem goldenen Becher serviert bekam, ihn in einem Zug austrank und dann hinter sich warf. Wo ist nur der Schatz des Aztekenkönigs versteckt..... Bevor wir uns auf die Suche nach den Schatz machen, gibt's noch echte Xocolaté zum probieren (Wasser, Kakao, Cayenne-Pfeffer: vorsicht das Orginalrezept ohne Zucker schmeckt furchterlich. Deshalb nur in winzigen Mengen!)

Gestärkt geht's dann zur *Schatzsuche*: Auf einer Schatzkarte sind vier Stationen eingezeichnet, die nacheinander gefunden werden müssen. An Station 1 liegen Fotos über den Anbau des Kakao (Kakao ist ein Unterholzbaum, Kakaobauern bei der Ernte, Fairer Handel (!)) sowie ein typisches Kakaobohnen-Erntemesser. An Station 2 ist eine Kakaofrucht und Kakaobohnen. An Station 3 liegen verschiedene Lebensmittel. Die Kinder sollen aussuchen, was wohl in Schokolade drin ist (Lösung: Roh-Rohrzucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Magermilchpulver, Bourbon Vanille). Station 4 ist schließlich der Schatz: in einer Truhe liegen zwei Tafeln Schokolade – eine konventionelle und eine biologische. Wir schauen uns die Zeichen auf der Verpackung an. Was bedeutet wohl das Trans fair- bzw. das Hand in Hand-Siegel? Die Schatzsucher dürfen beide – langsam – probieren. Eine Diskussion kommt in Gang: Welche Schokolade schmeckt besser? Schmeckt man einen Unterschied? Wir schauen auf beiden Schokoladen die Zutatenliste an.

Nach der Schatzsuche machen wir uns unseren eigenen Schatz. Dazu kochen wir *Schokocrossis* (weiße und braune) und basteln uns eine Schatzkiste aus Tonpapier. Sie darf – gefüllt mit Schokocrossis – als persönlicher Schatz mit nach Hause genommen werden.

Nach dem Basteln kommen wir in die Gegenwart der Schokolade. Dabei darf Nutella nicht fehlen. Was ist in *Nutella* drin? Auf jeden Fall viel Zucker (38 Stück/Glas). Wir machen uns eine gesunde Nutella ohne raffinierten Zucker. Dazu bekommt jedes Kind einen kleinen Becher und darf nach seinem Geschmack Nutella anrühren (ca. 1:1 Honig und Haselnussmus (Vorsicht: Allergien erfragen) und Kakao vermischen. Falls die Masse zu fest ist, einfach Wasser oder Öl untermischen). Wenn jeder sein Nutella fertig gemischt hat, gibt es Reiswaffeln zum gemeinsamen Probieren.

Zum Abschluss kommen wir noch einmal auf Fairen Handel zu sprechen. *Kinderarbeit* ist dort natürlich verboten. Dennoch haben die Kinder dort nicht so viele Spielsachen wie die Kinder in Europa. Vielmehr erfinden sie Spiele mit / aus Abfall oder Dingen des Alltags. Wir spielen ein Spiel mit Bohnen (Bohnen müssen möglichst nahe an einen Stein geworfen werden), ein Spiel

mit alten Fahrradreifen (die Reifen müssen über eine bestimmte Strecke gerollt werden) sowie ein einfaches Spiel mit einem Seil.

Benötigtes Material:

Einführung: Weltkarte, Kakaobohnen, Xocolatl

Schatzsuche: Schatzkarte, 4 Stationen

Schokocrossi: Schokolade, Corn-Flakes, Topf mit Wasserbad

Eigene Schatzkiste: Tonpapier, evt. Goldfolie zum Verzieren

Nutella: Würfelzucker, Zutaten siehe Rezept, kleine Becher zum Anrühren der eigenen Nutella

10. 18 „Geschenke, selbstgemacht und lecker“ - Vorratshaltung

Ziel der Veranstaltung:

- Kennen lernen von typischen Wintertätigkeiten
- Vorratshaltung früher
- Saisonalität von Essen und Tätigkeiten

Ablauf der Veranstaltung:

Vor der Veranstaltung werden verschiedene „Werkzeuge“ aufgebaut, mit denen früher im Winter gearbeitet wurde (Spinnrad, Webrahmen, Flicksachen, Filzutensilien).

Zur *Einführung* überlegen wir gemeinsam, was die Menschen früher im Winter gemacht haben. Wir überlegen uns, was wir heute machen... Auch überlegen wir, was die Menschen früher gegessen haben und kommen somit auf Vorratshaltung ohne Kühlschrank zu sprechen. Im Winter war auch viel Zeit um Weihnachtsgeschenke vorzubereiten, die wir dann auch gleich angehen.

Zwiebeln und Äpfel konnte / kann man gut lagern und sie lassen sich im Winter z.B. zu *Chutney* verarbeiten. Gemeinsam schneiden wir die Äpfel und Zwiebeln und setzen den Sud an. Während das Chutney einkocht, können wir die *Gläschchen*, in die das Chutney gefüllt wird mit Lackstiften gestalten. Ein Stück Stoff für den Deckel darf nicht fehlen. Das Stoffstück wird mit einem *selbstgesponnenen Faden* befestigt. Dazu haben wir Rohwolle, die am Spinnrad versponnen wird (woher kommt wohl das Wort „Du spinnst wohl“?). Hat jedes Kind einen Faden, kann das Chutney abgefüllt werden – fertig ist ein Geschenk, z.B. für den Papa.

Auch Obst wurde im Winter über dem Ofen gedörrt. Wir fädeln *Apfelringe* auf einen Ast. Diese können zu Hause auch heute noch über der Heizung getrocknet werden.

Im Anschluss daran, dürfen alle noch weitere typische Tätigkeiten des Winters ausprobieren. Wie hat man früher Socken gestopft, wie wurde gewebt oder gar gefilzt? Die Atmosphäre in der Spinnstube war durch Geschichten erzählen geprägt: So wurden auch unliebsame und langwierige Arbeiten schöner. Die Gebrüder Grimm haben die *Haussmärchen* gesammelt: Die Kinder werden gefragt, welche Märchen der Gebrüder Grimm sie kennen und welche sie am liebsten mögen. Den Favoriten auswählen und in gemütlicher Runde bei Kerzenschein vorlesen während die Kinder Brot mit selbstgemachtem Chutney probieren.

Benötigtes Material:

Chutney: Zutaten für Chutney (siehe Rezept), Stoffreste, Wolle, Spinnrad, Lackstifte, evtl. Malvorlagen, die innen ins Glas gelegt werden und dann durchgemalt werden können.

Apfelringe: Äste, Schnur, Äpfel

Spinnstube: Spinnrad, Webrahmen, Stopfpilz und -nadeln, alte Socke,

Märchen: Märchenbuch der Gebrüder Grimm

11. Fotogalerie



„Leben wie in Afrika“ – geschmückt als Afrikaner/innen



„Leben wie in Afrika“ – Kinder stampfen Mais



„Saftladen“ - Apfelsaft pressen mit Muskelkraft!



„Saftladen“ – Kerngehäuse werden ausgestochen



„Fleißige Bienchen“ – Erklärung des Spiels



„Fleißige Bienchen“ – Bienen sammeln Nektar



„Fleißige Bienchen“ – Die Teilnehmer/innen lauschen dem Imker



„Fleißige Bienchen“ – Der Imker erklärt die Arbeit der Bienen



„Die Wunderknolle“ – Bewachung eines „Kartoffelfeldes“



„Lagerfeuer und Stockbrot“ – wo kommt wohl das Mehl her?



„Lagerfeuer und Stockbrot“ - Getreide dreschen mit dem Pengel



„Lagerfeuer und Stockbrot“ - Das Feuer ist kaum noch zu sehen



„Tierisch gut“ - die Landwirtin begrüßt uns auf dem Hof



„Tierisch gut“ – erste Bekanntschaft mit Schweinen



„Coole Kühe“ – Fast wie Zauberei: durch Schütteln wird aus Sahne Butter