# 3. Schwerpunkt: **Essen und Selbstversorgung** - Aktionstipps -



# Materialvorschläge



- Gruppenstundenvorschlag "Energie und Essen"
- Gruppenstundenvorschlag "Lebensmittel und Klima"
- Gruppenstundenvorschlag "Geschmackssinne aktivieren"
- Gruppenstundenvorschlag "Bewegungsspiel"
- Flyer "Der intelligente Blumenkasten"
- Gärtnerwissen
- Der kleine Weltretter
- Ohne Plastik leben
- Girl Guide 2009 "Das perfekte Dinner Klimaschutz geht durch den
- Girl Guide 2016 "Selfmade Pfadfinderin Ernährung"

#### Vorschläge für Aktionen

(W=Wichtel, P=Pfadi, C=Caravelle, R=Ranger; Empfehlungen)

### Methoden und Ideen für die Gruppenstunden

Kocht zusammen regional

Macht einen gesunden Smoothie

Schaut euch Prospekte von Discountern an. Was kosten dort Fleisch und Wurstprodukte? Findet ihr die Preise angemessen, wenn ihr bedenkt wie aufwendig es ist, Tiere großzuziehen und zu füttern? Überlegt mal 🤷 warum das so ist! Wäre es nicht besser Tiere artgerecht aufwachsen zu lassen, seltener Fleisch zu essen und dann einen angemesseneren Preis zu bezahlten?





Legt einen intelligenten Blumenkasten an

Gruppenstunde "Energie und Essen"

Gruppenstunde "Lebensmittel und Klima"

Gruppenstunde "Geschmackssinne aktivieren"

Gruppenstunde "Bewegungsspiel"



## Unternehmungen außerhalb der Gruppenstunde

Geht in einen Discounter in eurer Nähe. Z.B. Aldi, Lidl. Notiert die Preise und die Herkunft von 10 Lebensmitteln aus der Obst und Gemüse- 🧡 abteilung Was fällt euch auf?







Geht in einen Naturkostladen. Wie wurden die Lebensmittel hier produziert. Wo kommt Obst und Gemüse her?

Besucht einen Gemüsebauern, in Regensburg lohnt sich ein Spaziergang in Winzer.

Kauft in einem Unverpacktladen ein.

Lebensmittel retten.

Besucht einen Biobauernhof

Besucht einen Imker/Imkerin (z.B. Gaby in Pettendorf).

Besucht ein urban gardening-Projekt oder einen Gemeinschaftsgarten (z.B. in Regensburg am Grieser Spitz).

Wenn ihr weitere Fragen zur Durchführung habt oder weitere Aktionsvorschläge benötigt, dürft ihr euch jederzeit bei Gaby Vetter-Löffert melden. Sie hilft euch auch bei der Planung und Organisation (z. B Führung buchen) von Ausflügen und hat bei Bedarf weitere wertvolle Tipps für euch (auch zum Einlösen der Sterne).

#### Besuch aus dem Feenreich

Gaby kommt gerne für eine (längere) Gruppenstunde zu euch und bietet einen Workshop an. Sprecht sie einfach darauf an! Hier könnt ihr ebenfalls Sterne eintauschen.

000000

