

Is(s)t Niki nachhaltig?

Lisa-Marie Niefergall, Sandra Milz, Christian Fridrich



Nachhaltigkeit beim Frühstück? Ausgehend von einer fiktiven Familie untersuchen die Kinder verschiedene Lebensmittel und entwickeln Kriterien für nachhaltigere Konsumentenscheidungen. Dabei entdecken sie, dass Kriterien wie Regionalität, biologische Produktion und faire Arbeitsbedingungen nicht immer gleichzeitig erfüllt werden können und Entscheidungen häufig Abwägungen erfordern.

Ideen dieses Unterrichtsbeispiels:

- Kriterien für ein nachhaltiges Frühstück erarbeiten.
- Nahrungsmittel aus dem Alltag entlang dieser Kriterien mittels einer Checkliste vergleichen.
- Unterschiedliche Möglichkeiten der Umsetzung der Kriterien diskutieren.

AUF EINEN BLICK

Volksschule	4. Klasse
Dauer	2–3 Unterrichtseinheiten
Zentrale fachliche Konzepte des Lehrplans (Sachunterricht)	■ Identität, Diversität, Raum und Lebenswelt
Kompetenzbereiche	☐ Sozialwissenschaftlicher K. ☐ Historischer K. ☐ Naturwissenschaftlicher K. ☐ Technischer K. ☒ Geographischer K. ☒ Wirtschaftlicher K.
Kompetenzbeschreibungen des Lehrplans	Die Schüler*innen können ... ■ „Gründe und Kriterien für Konsumententscheidungen bewerten.“ ■ „die Bedeutung eines bewussten Handelns für Umweltschutz und Nachhaltigkeit erklären und das eigene Konsumverhalten reflektieren.“ (BMBWF, 2024, S. 91)
Materialien und Vorbereitung	M1: Impulsbild Frühstückstisch (Ausdruck A3 oder projizieren) M2: Arbeitsblatt: Was ist nachhaltig? (Ausdruck in Klassenstärke) M3: Arbeitsblatt: Einkaufstipps für Lebensmittel (Ausdruck in Klassenstärke) M4: Wie nachhaltig ist...? (ein Ausdruck pro Gruppe) M5: Produktkarten (ein Ausdruck für die jeweilige Gruppe, ausgeschnitten) M6: Impulsfragen (einfacher Ausdruck, ausgeschnitten) Tisch für den gemeinsamen „Frühstückstisch“
Zitationsempfehlung	Niefergall, L., Milz, S., & Fridrich, C. (2026). <i>Is(s)t Niki nachhaltig? Wirtschafts- und Finanzbildung in der Volksschule</i> . GESÖB (Fachgruppe „Geographische und Sozioökonomische Bildung“).

GUT ZU WISSEN !

Nachhaltiger Konsum zählt zu den Zukunftsfragen moderner Gesellschaften. Besonders der Lebensmittelbereich ist wichtig, weil die (all)tägliche Ernährung eng mit Umweltbelastungen, globalen Handelsstrukturen und sozialen Fragen verbunden ist. Unsere oft routinartig getroffenen Entscheidungen – etwa beim Frühstück – stehen in Zusammenhang mit Ressourcenverbrauch, Transportwegen, Arbeitsbedingungen oder Verpackungsmüll. Das Unterrichtsbeispiel „Is(s)t Niki nachhaltig?“ greift diese Zusammenhänge lebensweltorientiert auf.

Der Begriff Nachhaltigkeit geht auf das Leitbild der nachhaltigen Entwicklung zurück. Dieses Leitbild wurde im Brundtland-Bericht der Vereinten Nationen als eine Entwicklung definiert, „die die Bedürfnisse der Gegenwart befriedigt, ohne zu riskieren, dass künftige Generationen ihre eigenen Bedürfnisse nicht befriedigen können“ (World Commission on Environment and Development, 1987, S. 43). Nachhaltigkeit umfasst dabei eine ökologische, ökonomische und soziale Dimension. Im Lebensmittelbereich bedeutet dies unter anderem einen schonenden Umgang mit natürlichen Ressourcen, faire Arbeitsbedingungen sowie langfristig tragfähige Produktions- und Konsumweisen.

Lebensmittel unterscheiden sich hinsichtlich ihrer Nachhaltigkeitswirkungen erheblich. Regionale und saisonale Produkte verursachen häufig geringere Transportemissionen und benötigen weniger Energie für Lagerung oder Treibhäuser. Produkte aus biologischer Landwirtschaft verzichten weitgehend auf synthetische Pestizide und tragen so zum Schutz von Böden, Gewässern und Biodiversität bei. Die biologische Landwirtschaft gilt daher als wichtiger Beitrag zu umweltverträglicher Ernährung. Gleichzeitig erfordern global gehandelte Produkte wie Kaffee, Kakao oder Orangensaft

internationale Produktions- und Handelsbeziehungen. Hier stehen häufig Fragen gerechter Entlohnung und menschenwürdiger Arbeitsbedingungen im Vordergrund. Fair-Trade-Initiativen versuchen, Produzent*innen stabilere Einkommen und soziale Mindeststandards zu sichern (TransFair, 2021; Umweltbundesamt, 2025).

Nachhaltige Konsumententscheidungen sind jedoch selten eindeutig. Zwischen einzelnen Nachhaltigkeitszielen können Zielkonflikte entstehen. So kann ein regionales Produkt ohne Biostandard ökologisch anders zu bewerten sein als ein biologisch produziertes Lebensmittel mit langen Transportwegen. Auch Verpackung, Verarbeitung oder Energieverbrauch beeinflussen die Gesamtbilanz von Lebensmitteln. Nachhaltiger Konsum sollte nicht allein auf individueller Verantwortung basieren, sondern auch von politischen, wirtschaftlichen und infrastrukturellen Rahmenbedingungen geprägt werden (WBAE, 2020).

Literatur

TransFair. (2021). *Politische Forderungen von Fairtrade Deutschland*. https://www.fairtrade.net/content/dam/fairtrade/fairtrade-germany/studien/2021_FTDE_Politische_Forderungen.pdf

Umweltbundesamt. (2025). *Ökolandbau*. <https://www.umweltbundesamt.de/themen/landwirtschaft/landwirtschaft-umweltfreundlich-gestalten/oekolandbau>

World Commission on Environment and Development. (1987). *Our common future*. Oxford University Press. <https://digitallibrary.un.org/record/139811?v=pdf>

Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE). (2020). *Politik für eine nachhaltigere Ernährung*. Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. https://www.bmleh.de/SharedDocs/Archiv/Downloads/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.pdf?__blob=publicationFile&v=3



TIPPS

- **Planung eines gemeinsamen Frühstücks:** Kinder können Verpackungen oder Fotos ihres eigenen Frühstücks oder von Lebensmitteln, die sie interessieren, mitnehmen. Mit den erarbeiteten Kriterien können auch diese Lebensmittel untersucht werden.
- **Differenzierung:** Es können weniger Lebensmittel oder ausgewählte Nachhaltigkeitskriterien angewandt werden.
- **Vertiefung:** Um die strukturellen Zusammenhänge sichtbarer zu machen, können zusätzliche Akteur*innenkarten z. B. Konsument*innen, Produzent*innen, Handel und Politik, als Perspektivkarten ergänzt werden. Dabei sollten unterschiedliche Interessen und Verantwortlichkeiten geklärt werden.

STUNDENVERLAUF IM ÜBERBLICK

PHASE	LERNSCHRITT – METHODE – MATERIAL
Einstieg	Bildimpuls Frühstück: Wie nachhaltig ist das Frühstück von Nikis Familie? Die Lehrperson zeigt ein Impulsbild M1 von einem Frühstückstisch und stellt die unterrichtsleitende Frage: „Wie nachhaltig ist das Frühstück von Nikis Familie?“ Die Einschätzungen der Kinder werden unkommentiert gesammelt. Jedes Kind beantwortet für sich die Frage(n): Was bedeutet Nachhaltigkeit für mich? auf dem Arbeitsblatt M2.
Erarbeitung 1	Begriffsklärung Nachhaltigkeit Gemeinsam wird ein kurzer Informationstext zum Begriff Nachhaltigkeit auf dem Arbeitsblatt M2 gelesen. Am Arbeitsblatt werden Beispiele für nicht nachhaltige Handlungen gesammelt. Für die weitere Erarbeitung wird der Bereich der Ernährung als Fallbeispiel herangezogen.
Erarbeitung 2	Einkaufstipps für nachhaltige Lebensmittel Jedes Kind erhält ein Arbeitsblatt mit Einkaufstipps (M3). Im Plenum werden die Einkaufstipps gelesen und die Kinder ergänzen weitere Tipps.
Erarbeitung 3	Produktcheck: Nachhaltige Lebensmittel Die Kinder werden in vier Gruppen aufgeteilt. In jeder Gruppe prüfen die Kinder vier Lebensmittel auf ihre Nachhaltigkeit entlang der Tipps (M3) und erstellen ein Nachhaltigkeitsprofil. Dazu erhält jede Gruppe eine Checkliste (M4) und vier Lebensmittel mit Produktangaben (M5). Die Gruppen schätzen die Lebensmittel auf die Erfüllung der Nachhaltigkeitskriterien ein. Nicht alle Kriterien sind eindeutig zuordenbar oder sind zutreffend. Am Schluss wählt jede Gruppe das Lebensmittel aus, das sie am nachhaltigsten findet und legt es auf einen gemeinsamen „Frühstückstisch“ in die Mitte des Klassenzimmers. Hinweis: Die Gruppenarbeitsblätter können mehrfach vergeben werden. Damit können auch Unterschiede der Einschätzung sichtbar und diskutierbar gemacht werden.
Erarbeitung 4	Der „nachhaltige“ Frühstückstisch Die Auswahl wird gemeinsam besprochen. Leitfragen können sein: ▪ Welche Tipps erfüllen die Lebensmittel? ▪ Welche Tipps erfüllen sie nicht? ▪ Was war schwierig zu entscheiden? ▪ Welche Fragen konnten nicht beantwortet werden?

STUNDENVERLAUF IM ÜBERBLICK

PHASE	LERNSCHRITT – METHODE – MATERIAL
	Hinweis: Bei den Kaltgetränken können sowohl Leitungswasser als auch Bio-Apfelsaft aus Österreich mehrere der untersuchten Kriterien erfüllen. Dennoch unterscheiden sich die Produkte beispielsweise hinsichtlich Verarbeitung und Verpackung. Dies eignet sich gut, um zu verdeutlichen, dass aus der Anzahl erfüllter Kriterien nicht automatisch eine eindeutige Gesamtaussage über Nachhaltigkeit abgeleitet werden kann.
Ergebnissicherung und Reflexion	Warum ist es für Nikis Familie schwierig, ein nachhaltiges Frühstück zu kaufen? In einem Gesprächskreis werden Impulsfragen (M6) an die Kinder ausgeteilt. ▪ Sind alle Tipps gleich wichtig? ▪ Gibt es eine richtige Entscheidung? Warum (nicht)? ▪ Warum können sich Menschen bei diesen Tipps nicht immer einig sein? ▪ Warum ist es oft schwer, eine Entscheidung beim Einkaufen zu treffen? ▪ Welche Tipps stehen manchmal im Gegensatz? ▪ Passen alle Tipps zu jedem Lebensmittel? Warum (nicht)? ▪ Welche Informationen fehlen uns manchmal, um entscheiden zu können, wie nachhaltig ein Lebensmittel ist? ▪ Nachhaltigere Lebensmittel sind oft teurer. Wie kann das die Entscheidung beeinflussen? ▪ Wer kann mitentscheiden, woher Lebensmittel für den Verkauf kommen? ▪ Wer entscheidet, ob Lebensmittel verpackt werden oder nicht? ▪ Wer entscheidet, welche Informationen bei den Lebensmitteln stehen? ▪ Worauf hat die Familie von Niki Einfluss – und worauf nur wenig oder keinen? ▪ Was kann die Familie von Niki allein entscheiden – und wobei braucht die Familie andere? ▪ Was müsste sich verändern, damit es für Menschen leichter wird, nachhaltigere Lebensmittel auszuwählen? Als Ergebnissicherung bearbeiten die Kinder die Aufgabe 2 auf dem Arbeitsblatt M3.

M1: Impulsbild Frühstückstisch



Quelle: OpenAI. (2026). Frühstückstisch von Nikis Familie [KI-generiertes Bild]. ChatGPT.

M2: Arbeitsblatt: Was ist nachhaltig?

Aufgabe 1

Wie nachhaltig ist das Frühstück von Nikis Familie?

Schreibe deine Antwort auf! Ich glaube, dass das Frühstück von Nikis Familie _____

Nachhaltigkeit bedeutet für mich: _____

Was bedeutet Nachhaltigkeit?

Eine mögliche Erklärung von Nachhaltigkeit lautet: Menschen leben heute so, dass es allen, **Menschen, Tieren und Pflanzen** auf der Welt gut geht **UND** es auch zukünftig allen gut gehen kann.

Dafür brauchen wir:

- Eine gesunde natürliche Mitwelt wie z. B. Pflanzen, Tiere, Boden, Wasser und Luft
- und Menschen, denen es gut geht.
- Heute leben viele Menschen in manchen Ländern nicht nachhaltig.

Aufgabe 2

Schreibe oder zeichne drei Beispiele auf, wo du nicht nachhaltiges Handeln beobachtet hast!

M3: Einkaufstipps für Lebensmittel

Ein wichtiger Bereich unserer Lebensweise ist unsere Ernährung. Heute kaufen wir meistens die Lebensmittel, die wir brauchen, ein. Woran können Menschen für eine nachhaltige Entscheidung beim Einkaufen denken?

Tipp 1: Achte darauf, nur das zu kaufen, was du wirklich brauchst!

Oft kaufen wir mehr ein, als wir brauchen. Kennst du das Gefühl, mit großem Hunger einzukaufen? Oder wenn etwas besonders günstig beworben wird? Statt eines Stücks bekommt man 3 Stück. Oft kauft man dann mehr als man braucht. Es kann helfen, vorher eine Einkaufsliste zu schreiben und nur das zu kaufen, was auf der Liste steht.

Tipp 2: Achte darauf, woher das Lebensmittel kommt!

Bevor du Lebensmittel kaufst, kannst du überlegen: Woher kommen die Lebensmittel? Wenn zum Beispiel etwas sehr weit entfernt wächst, wie eine Mango oder Avocado, müssen sie mit Lastwagen und Schiffen zu uns gebracht werden. Diese Fahrzeuge legen weite Wege zurück und brauchen Energie. Oft werden dabei die Luft und das Meer verschmutzt.

Tipp 3: Achte darauf, ob das Lebensmittel biologisch hergestellt wurde!

Bio steht auf vielen Lebensmitteln, zum Beispiel auf Obst, Gemüse, Eiern oder Fleisch. Bio bedeutet biologisch. Die Bäuerinnen und Bauern müssen Regeln einhalten, die zum Umweltschutz beitragen. Zum Beispiel dürfen sie nur bestimmte Spritz- und Düngemittel verwenden.

Tipp 4: Achte auf Informationen zu fairen Arbeitsbedingungen!

Menschen sollen mit ihrer Arbeit gut leben können.. Das ist gerecht, also fair. Auf manchen Lebensmitteln steht extra „Fair“ oder „Fairtrade“ geschrieben. Zum Beispiel auf Kakao, Tee oder Schokolade. Aber nicht auf allen Lebensmitteln steht „fair“, obwohl sie gute Arbeitsbedingungen erfüllen. In vielen Ländern, wie auch in Österreich, gibt es wichtige Gesetze, die die Rechte von arbeitenden Menschen schützen. Das bedeutet: Auch ohne Fairtrade-Zeichen kann ein Lebensmittel fair sein.

Tipp 5: Achte darauf, ob Obst und Gemüse gerade Saison haben!

Saisonal heißt: Kaufe, was gerade wächst. In Österreich sind im Herbst Äpfel und Kürbisse reif. Im Sommer wachsen Erdbeeren. Äpfel aus Österreich, die im Frühsommer verkauft werden, wurden viele Monate kühl gelagert. Das braucht viel Energie.

Aufgabe 1

Hast du auch einen Tipp? Dann schreibe ihn hier auf! Wenn du keinen Tipp hast, kannst du hier einen Tipp von einem anderen Kind aufschreiben:

Weiterer Tipp: _____

Aufgabe 2

Beim Einkaufen können verschiedene Tipps helfen, über Nachhaltigkeit nachzudenken. Welche zwei Tipps sind dir besonders wichtig? Begründe deine Auswahl.

Tipp 1: _____

Dieser Tipp ist mir wichtig, weil _____

Tipp 2: _____

Dieser Tipp ist mir wichtig, weil _____

Warum ist es trotzdem nicht immer einfach zu entscheiden, welches Lebensmittel nachhaltiger ist?



M4: Wie nachhaltig ist ...?

Prüft in der Gruppe die Nahrungsmittel mithilfe von 4 Tipps und malt die Felder in den entsprechenden Farben aus! In der leeren Spalte ergänzt ihr einen Tipp, der für euch als Gruppe noch wichtig ist.

Ja ✓

Nein ✗

Kommt darauf an ○

Trifft bei diesem Lebensmittel nicht zu: –

Notiert bei jedem „Kommt darauf an“, welche Informationen fehlen, damit die Entscheidung klar ist.

Gruppe Heißgetränke

Lebensmittel	Regional? Lokal?	Bio?	Fair?	Saisonal?	Unser Tipp
Beispiel: Bio Eier aus der Steiermark	○ Hängt davon ab, wo ich wohne.	✓	○ Information fehlt	–	
Kräutertee aus Österreich					
Kaffee aus Peru					
Trinkkakao Eigenmarke zum Anrühren					
Trinkkakao trinkfertig					

M4: Wie nachhaltig ist ...?

Prüft in der Gruppe die Nahrungsmittel mithilfe von 4 Tipps und malt die Felder in den entsprechenden Farben aus! In der leeren Spalte ergänzt ihr einen Tipp, der für euch als Gruppe noch wichtig ist.

Ja ✓

Nein ✗

Kommt darauf an ○

Trifft bei diesem Lebensmittel nicht zu: –

Notiert bei jedem „Kommt darauf an“, welche Informationen fehlen, damit die Entscheidung klar ist.

Gruppe Kaltgetränke

Lebensmittel	Regional? Lokal?	Bio?	Fair?	Saisonal?	Unser Tipp
Beispiel: Bio Eier aus	○ Hängt davon ab, wo ich wohne.	✓	○ Information fehlt	–	
Leitungswasser					
Fairtrade Orangensaft aus Brasilien					
Bio-Apfelsaft aus Österreich (im Herbst gepresst)					
Multivitaminsaft (Mischsaft aus vielen Ländern)					

M4: Wie nachhaltig ist ...?

Prüft in der Gruppe die Nahrungsmittel mithilfe von 4 Tipps und malt die Felder in den entsprechenden Farben aus! In der leeren Spalte ergänzt ihr einen Tipp, der für euch als Gruppe noch wichtig ist.

Ja ✓

Nein ✗

Kommt darauf an ○

Trifft bei diesem Lebensmittel nicht zu: –

Notiert bei jedem „Kommt darauf an“, welche Informationen fehlen, damit die Entscheidung klar ist.

Gruppe Müslis und Frühstücksflocken

Lebensmittel	Regional? Lokal?	Bio?	Fair?	Saisonal?	Unser Tipp
Beispiel: Bio Eier aus der Steiermark	○ Hängt davon ab, wo ich wohne.	✓	○ Information fehlt	–	
Bio-Müsli aus Österreich (mit regionalen Haferflocken)					
Schoko-Knuspermüsli (mit Kakao, nicht Bio, nicht Fairtrade)					
Maisflocken mit Zucker					
Porridge					

M4: Wie nachhaltig ist ...?

Prüft in der Gruppe die Nahrungsmittel mithilfe von 4 Tipps und malt die Felder in den entsprechenden Farben aus! In der leeren Spalte ergänzt ihr einen Tipp, der für euch als Gruppe noch wichtig ist.

Ja ✓

Nein ✗

Kommt darauf an ○

Trifft bei diesem Lebensmittel nicht zu: –

Notiert bei jedem „Kommt darauf an“, welche Informationen fehlen, damit die Entscheidung klar ist.

Gruppe Brotaufstriche

Lebensmittel	Regional? Lokal?	Bio?	Fair?	Saisonal?	Unser Tipp
Beispiel: Bio Eier aus der Steiermark	○ Hängt davon ab, wo ich wohne.	✓	○ Information fehlt	–	
Erdbeermarmelade aus dem Supermarkt (Erdbeeren im Winter)					
Selbstgemachte Marillenmarmelade (im Sommer gekocht, regional)					
Nuss-Nougat-Creme (nicht Bio, nicht Fairtrade)					
Bio-Nuss-Nougat-Creme					

M5: Produktkarten

Kaffee aus Peru

Produkt: Kaffee

Herkunft: Peru
(Südamerika)

Zutaten: Ganze geröstete Kaffeebohnen

Weitere Informationen:

- Die Kaffeepflanzen wachsen in Peru hoch oben in den Bergen.
- Die Kaffeebohnen werden getrocknet und in Säcke gefüllt.
- Der Kaffee wird in Italien geröstet und abgepackt
- Verpackung: luftdichter Kunststoffbeutel



Trinkkakao Eigenmarke zum Anrühren

Produkt: Trinkkakao

Herkunft: Kakao
Elfenbeinküste (Afrika),
Herkunft des Zuckers:
keine Angabe

Zutaten: Kakaopulver,
Zucker

Weitere Informationen:

- Die Kakaofrüchte wachsen auf Kakaobäumen in Westafrika.
- Die Kakaobohnen werden getrocknet und in Säcke gefüllt.
- Die Kakaobohnen werden in der Schweiz zu Trinkkakao verarbeitet und verpackt.
- Verpackung: Papierbeutel in Kartonpackung



Trinkkakao trinkfertig

Produkt: Trinkkakao trinkfertig

Herkunft: Kakao
Elfenbeinküste (Afrika)
Fairtrade; Milch:
Österreich bio; Zucker:
keine Angabe

Zutaten: Vollmilch,
Kakaopulver, Zucker

Weitere Informationen:

- Die Kakaofrüchte wachsen auf Kakaobäumen in Westafrika.
- Die Kakaobohnen werden getrocknet und in Säcke gefüllt.
- Das Kakaopulver wird in einer Molkerei in Österreich zu fertigem Trinkkakao gemischt.
- Verpackung: Getränkekarton und in Kunststoff verpackter Papierstrohhalm



Leitungswasser

Produkt: Leitungswasser

Herkunft: Österreich

Zutaten: Wasser

Weitere Informationen:

- Das Leitungswasser kommt in Österreich meist aus Grundwasser oder aus Quellen.
- Das Wasser wird kontrolliert und bei Bedarf gereinigt.
- Das Leitungswasser kommt durch Wasserleitungen direkt zu uns nach Hause.
- Verpackung: Keine Verpackung, es kommt direkt aus dem Wasserhahn.



Fairtrade Orangensaft aus Brasilien

Produkt: Orangensaft

Herkunft: Brasilien
(Südamerika), Fairtrade

Zutaten: Orangensaft

Weitere Informationen:

- Die Orangen wachsen auf Orangenbäumen in Brasilien.
- Die Orangen werden geerntet und zu Saftkonzentrat verarbeitet.
- In Vorarlberg wird aus Saftkonzentrat Orangensaft gemacht.
- Verpackung: Pfandflasche



Bio-Apfelsaft aus Österreich

Produkt: Bio-Apfelsaft

Herkunft: Steiermark, Österreich

Zutaten: Äpfel aus biologischem Anbau

Weitere Informationen:

- Die Bio-Äpfel wachsen auf Apfelbäumen in der Steiermark.
- Im Herbst werden die reifen Äpfel geerntet, gewaschen und zu Saft gepresst.
- Der Apfelsaft wird in Österreich abgefüllt und verpackt.
- Verpackung: Glasflasche



Fruchtsaftgetränk

Produkt: Multivitaminsaft

Herkunft: keine Angaben zu den einzelnen Zutaten

Zutaten: Wasser, Zucker und verschiedene Fruchtsäfte, z. B. Orangen, Äpfel, Ananas, Maracujasaft sowie zugesetzte Vitamine

Weitere Informationen:

- Die verschiedenen Früchte wachsen in vielen unterschiedlichen Ländern (z. B. Brasilien, Ecuador, Indonesien).
- Die Früchte werden geerntet, gepresst und zu Saftkonzentraten verarbeitet.
- Aus den verschiedenen Fruchtsaftkonzentraten wird der Saft gemacht und in Deutschland abgefüllt.
- Verpackung: Einwegverpackung, Kunststoffbeutel und in Kunststoff verpackter Papierstrohhalm



Bio-Müsli aus Österreich

Produkt: Bio-Müsli

Herkunft: Österreich (bio)

Zutaten: Vollkorn-Haferflocken und Trockenfrüchte aus Österreich

Weitere Informationen:

- Der Hafer für die Haferflocken wächst auf verschiedenen Feldern in Österreich.
- Nach der Ernte werden die Haferkörner gereinigt und zu Haferflocken verarbeitet.
- Das Bio-Müsli wird in Österreich abgefüllt und verpackt.
- Verpackung: Kartonverpackung mit Kunststoffbeutel



Schoko-Knuspermüsli

Produkt: Schoko-Knuspermüsli

Herkunft: keine konkreten Angaben über die Herkunft

Zutaten: Hafervollkornflocken, Glukosesirup, Sonnenblumenöl, Zucker, Schokoladensplitter, Honig und weitere Zutaten

Weitere Informationen:

- Das Schoko-Knuspermüsli besteht aus vielen verschiedenen Zutaten.
- Für jede Zutat sind spezielle Verarbeitungsschritte nötig.
- Das Müsli wurde in Wien abgefüllt und abgepackt.
- Verpackung: Kartonpackung mit Kunststoffbeutel



Maisflocken mit Zucker

Produkt: Maisflocken

Herkunft: Mais Deutschland, keine Angaben zu den anderen Zutaten

Zutaten: Mais, Zucker, Salz

Weitere Informationen:

- Der Mais wächst auf großen Feldern in Deutschland.
- Nach der Ernte werden die Maiskörner zu knusprigen Flocken verarbeitet. Die Maisflocken werden mit Zucker gesüßt und getrocknet.
- Die fertigen Maisflocken werden in einer Fabrik in Deutschland abgefüllt und verpackt.
- Verpackung: Kunststoffbeutel in einer Kartonpackung



Porridge

Produkt: Porridge

Herkunft: Österreich, keine Angaben zur Herkunft der anderen Zutaten

Zutaten: Haferflocken, Zucker, Zimt

Weitere Informationen:

- Der Hafer wächst auf Feldern in Österreich.
- Die Haferkörner werden zu Haferflocken verarbeitet. Die Haferflocken werden mit Zucker und Zimt zu einer fertigen Porridge-Mischung verarbeitet.
- Das Porridge wird in Österreich abgefüllt und verpackt.
- Verpackung: Kunststoffbeutel in einer Kartonpackung



Erdbeermarmelade aus dem Supermarkt

Produkt: Erdbeermarmelade

Herkunft: keine Angabe über die Herkunft der Erdbeeren

Zutaten: Erdbeeren, Zucker, Geliermittel, Zitronensaft

Weitere Informationen:

- Die Erdbeeren können nur im Sommer in Österreich wachsen. Woher die Erdbeeren dieser Marmelade kommen, ist nicht angegeben.
- Die Erdbeeren werden mit Zucker und weiteren Zutaten zu Marmelade verarbeitet.
- Die fertige Erdbeermarmelade wird in Tirol abgefüllt und verpackt.
- Verpackung: Glas mit Metaldeckel



Selbstgemachte Marillenmarmelade

Produkt: Marillenmarmelade

Herkunft: Marillen: aus dem eigenen Garten, Herkunft der anderen Zutaten: keine Angabe

Zutaten: Marillen, Gelierzucker, Zitronensaft

Weitere Informationen:

- Die Marillen wachsen im Sommer auf Bäumen in Österreich.
- Die Marillen werden mit Gelierzucker und Zitronensaft gekocht und zu Marmelade verarbeitet. Gelierzucker und Zitronen wurden in einem Supermarkt gekauft.
- Die fertige Marillenmarmelade wird zu Hause in Gläser abgefüllt.
- Verpackung: wiederverwendbares Glas mit Metalldeckel



Nuss-Nougat-Creme

Produkt: Nuss-Nougat-Creme

Herkunft: keine Angabe

Zutaten: Zucker, Palmöl, Haselnüsse, Milchpulver, Kakao und weitere Zutaten für die Haltbarkeit und den Geschmack

Weitere Informationen:

- Die Nuss-Nougat-Creme besteht aus vielen verschiedenen Zutaten. Kakao wächst nicht in Europa.
- Für jede Zutat sind spezielle Verarbeitungsschritte nötig.
- Die Nuss-Nougat-Creme wird in Italien abgefüllt und verpackt.
- Verpackung: Glas mit Kunststoffdeckel



Bio-Nuss-Nougat-Creme

Produkt: Bio-Nuss-Nougat-Creme

Herkunft: keine Angabe

Zutaten: Haselnussmus, Rohrzucker; Sonnenblumenöl, Kakaopulver, Kakaobutter, Salz, Vanille (alle bio)

Weitere Informationen:

- Die Nuss-Nougat-Creme besteht aus vielen verschiedenen Zutaten. Kakao und Vanille wachsen nicht in Europa.
- Für jede Zutat sind spezielle Verarbeitungsschritte nötig.
- Die Nuss-Nougat-Creme wird in Italien verarbeitet und verpackt.
- Verpackung: Glas mit Metalldeckel



Bio-Kräutertee aus Österreich

Produkt: Kräutertee

Herkunft: Österreich (bio)

Zutaten: Pfefferminze, Melisse, Kamille aus biologischer Landwirtschaft

Weitere Informationen:

- Die Kräuter wachsen auf Feldern und Wiesen in verschiedenen Regionen Österreichs.
- Die Kräuter werden getrocknet und zu Tee verarbeitet.
- Der Tee wird in Österreich abgepackt.
- Verpackung: Kartonverpackung (Papierschachtel), 20 Teebeutel



M6: Impulsfragen für die Reflexion



Sind alle Tipps gleich wichtig?

Gibt es eine richtige Entscheidung? Warum (nicht)?

Warum können sich Menschen bei diesen Tipps nicht immer einig sein?

Warum ist es oft schwer, eine Entscheidung beim Einkaufen zu treffen?

Welche Tipps stehen manchmal im Gegensatz?

Passen alle Tipps zu jedem Lebensmittel? Warum (nicht)?

Welche Informationen fehlen uns manchmal, um entscheiden zu können, wie nachhaltig ein Lebensmittel ist?

Nachhaltigere Lebensmittel sind oft teurer. Wie kann das die Entscheidung beeinflussen?

Wer kann mitentscheiden, woher Lebensmittel für den Verkauf kommen?

Wer entscheidet, ob Lebensmittel verpackt werden oder nicht?

Wer entscheidet, welche Informationen bei den Lebensmitteln stehen?

Worauf hat die Familie von Niki Einfluss – und worauf nur wenig oder keinen?

Was kann die Familie von Niki allein entscheiden – und wobei braucht die Familie andere?

Was müsste sich verändern, damit es für Menschen leichter wird, nachhaltigere Lebensmittel auszuwählen?