

# GOOD MORNING EARTH!

## Frühstücken. Reden. Welt retten.

### #lesswastebreakfast

20. - 24. Juni 2022

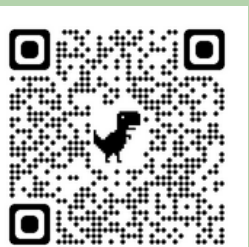


**Anmeldung und weitere Infos auf**  
[www.you-trition.org/lesswastebreakfast/](http://www.you-trition.org/lesswastebreakfast/)

**Sie haben Interesse oder weitere Fragen?**



Franziska Geiger  
franziska.geiger@dlr.rlp.de  
02602/9228-1158



# ORGANISATION

1

Meldet euch bis zum 10. Juni auf unserer Webseite [www.you-trition.org](http://www.you-trition.org) an. Nach der Anmeldung erhaltet ihr weitere Informationen und Materialien von uns.

SIGN UP NOW



2



Bestimmt einen **Koordinator**/ eine **Ansprechperson**. Das kann der/die Klassenlehrer:in oder ein:e Schüler:in oder eine Gruppe sein.

3

Einigt euch gemeinsam in der Klasse auf **Tag und Stunde** des Frühstücks. Die Aktion läuft vom **20. -24. Juni**.

Wir empfehlen für die Vorbereitung und Planung eine, für das Frühstück und die Nachbesprechung 2 Schulstunden.



4



Plant gemeinsam in der Klasse den **Einkauf**. Tipps hierfür findet ihr in den Materialien. Legt fest, **wer was einkauft**.

Bringt euer eigenes **Geschirr** mit.



5

**Während des Einkaufs:** Achtet darauf, wie die Produkte verpackt sind.

Macht **Fotos** von Produkten mit viel (Plastik-)Verpackung und von Produkten, die ohne Verpackung auskommen.



6



**Frühstücken. Reden. Welt retten.**

#lesswastebreakfast

7

Fotografiert eure verpackungsfreien Einkäufe und euer Frühstück.

Wertet die Aktion mithilfe der **Checkliste** aus und schickt uns eure Ergebnisse zu. **Achtung! Bitte keine Gesichter fotografieren!**



Den kreativsten Ideen winkt ein toller **Gewinn!**



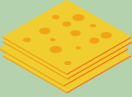










# EINKAUFSLISTE

4

Erstellt gemeinsam in der Klasse eine Einkaufsliste. Legt fest, wer welches Produkt mitbringt und wie viel gekauft werden soll.

Folgende Tabelle kann euch dabei helfen:

	Was	wie viel	wer
	Brötchen/Brot		
	Butter/Margarine		
	Käseaufschnitt		
	Wurstaufschnitt		
	Marmelade/Honig		
	Quark/Joghurt		
	Müsli		
	Obst		
	Gemüse/Rohkost		
	Milch		
	Getränke/Soft		

# Verpackungen

5

Viele Produkte sind in Plastik eingepackt. Worauf könnt ihr beim Einkauf der einzelnen Produkte insbesondere achten?


Was	Worauf solltet ihr achten
 <p>Brötchen/Brot</p>	anstelle in Papiertüte in mitgebrachten Stoffbeutel einpacken (lassen)
 <p>Butter/Margarine</p>	findet man fast nur verpackt; an der Käsetheke nachfragen, manchmal findet man dort Butter, dann in mitgebrachte Brotdose einpacken
 <p>Käseaufschnitt</p>	an der Käsetheke im Supermarkt, auf dem Wochenmarkt oder im Hofladen kaufen, eigene Dose oder Butterbrotpapier mitbringen
 <p>Wurstaufschnitt</p>	an der Fleischtheke im Supermarkt, beim Metzger, auf dem Wochenmarkt oder im Hofladen kaufen, eigene Dose oder Butterbrotpapier mitbringen
 <p>Marmelade/Honig</p>	Marmelade im Glas, Honig im Pfandglas (Imker) kaufen
 <p>Quark/Joghurt</p>	Joghurt im (Pfand)Glas kaufen Quark findet man fast nur mit Plastikverpackungen - oder?
 <p>Müsli</p>	große Auswahl im "Unverpacktladen"
 <p>Obst / Gemüse</p>	im Discounter, Supermarkt, Wochenmarkt oder Bio-Laden kaufen, gibt es immer auch ohne Verpackung
 <p>Milch /Saft</p>	in der Pfandflasche/Glasflasche kaufen

Viele weitere Infos zu dem Thema finden Sie auf der Seite des BZfE: <https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/orientierung-beim-einkauf/verpackungsmuell-vermeiden/>

# Checkliste Ziele

7

Welche allgemeinen und individuellen Ziele verfolgt eure Klasse mit dem #lesswastebreakfast? Welche Ziele habt ihr erfüllt?

Ziel	
Wir wurden alle satt.	
Jeder von uns hat Geschirr dabei.	
Wir haben alle Brötchen gegessen oder verteilt.	
Wir nehmen die Reste mit nach Hause.	
Wir haben weniger als 5 Verpackungen gebraucht.	
Wir haben viel zu verpackungsfreiem Einkauf gelernt	
Es hat uns allen Spaß gemacht!	

Gefördert durch



Bundesministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



**Über IN FORM:** IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und dem Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern. Weitere Informationen unter: [www.in-form.de](http://www.in-form.de)

[www.in-form.de](http://www.in-form.de)

[www.you-trition.org](http://www.you-trition.org)

[www.dlr.rlp.de/Vernetzungsstelle](http://www.dlr.rlp.de/Vernetzungsstelle)