



Praxistipp zur Klima-Aktionswoche „Weihnachtswunder statt Weihnachtspulver“ -

Klimafreundliche Ernährung und vorweihnachtliche Stimmung

Wie können wir die Adventszeit klimafreundlicher gestalten? Gibt es nachhaltige Leckereien und welche Nahrungsmittel schonen das Klima? Wie nachhaltig sind unsere Weihnachtsbräuche?

Schokolade, Kekse & Co erkunden

Ein wichtiger Rohstoff bei den Advents-Leckereien ist der Kakao für die Schokolade. Fragen Sie die Kinder, ob sie unverarbeiteten Kakao kennen. Haben sie ihn schon mal probiert und wie schmeckt er im Gegensatz zu Schokolade, Schokogetränken oder Schokocreme? Wie viel Zucker muss man dazu tun, um den gewohnten Geschmack zu erreichen? Und was steckt sonst noch in der Schokolade und in Keksen?

Woher kommt der Kakao eigentlich? Vielleicht gibt die Verpackung mit ihren Bildern schon Aufschlüsse darüber. Oder man erforscht Anbau, Ernte und Transportwege des Kakaos mit Hilfe von Büchern und einer großen Weltkarte. Weitere Praxisanregungen sind im Aktionstagebuch zu finden:

- [KKN Aktionstagebuch Praxisbeispiel: Vom Kakaobaum zur Schokolade](#)

Um den Wert von Schokolade bewusst zu machen, könnten Sie auch mit den Kindern philosophieren. Folgende Fragen könnten dabei das Gespräch eröffnen:

- Warum mögen wir Schokolade?
- Brauchen wir Schokolade?
- Können alle Kinder Schokolade essen?

Dabei sind auch gesundheitliche Aspekte, Verpackung / Abfall und zum Beispiel der ideelle Wert von Schokolade interessant.

Einen weiteren Zugang bieten die Siegel auf den Verpackungen – diese lassen sich gut mit den Kindern beim Einkauf von Lebensmitteln erkunden: Was sagen die Siegel aus? Welche stehen für ökologische oder faire Schokolade, Kekse & Co? So lernen die Kinder Zusammenhänge kennen. Themen dabei sind neben Klimaschutz auch nachhaltiger Anbau und faire Arbeitsbedingungen. Zum Thema faire Arbeitsbedingungen beim Kakao-Anbau finden sich hilfreiche Materialien im Internet, unter anderem in den Portalen zum [Globalen Lernen](#).



Milch ist neben Kakao ein wichtiger Bestandteil von Schokoladenprodukten. Doch woher kommt eigentlich Milch? Wie werden die Tiere gehalten? Und welche Alternativen gibt es zur Kuhmilch? Diese können gemeinsam probiert werden. Was schmeckt wem am besten? Neben der artgerechten Tierhaltung werden Milchprodukte aufgrund der hohen Treibhausgasemissionen von tierischen Produkten kritisch gesehen.

Weihnachtliche Speisen und ihre Herkunft

Was hat der Nikolaus gebracht? Was gab es im Adventskalender? Was davon stammt aus regionaler Herkunft, was war unverpackt? Welche vorweihnachtlichen Alternativen zu Schokolade und herkömmlichen Süßigkeiten kennen die Kinder?

Zu unseren heimischen Weihnachtsleckereien gehören zum Beispiel Äpfel – köstlich auch als Bratapfel – sowie getrocknete Früchte, Haselnüsse und Walnüsse. Welche Produkte aus anderen Regionen kennen die Kinder? Woher kommen Mandarinen und Orangen, die wir im Winter gerne essen? Wie kommen die Früchte eigentlich zu uns?

Weihnachten hier und anderswo

Wird Weihnachten so, wie wir es kennen, überall gefeiert? Welche traditionellen Speisen zur Adventszeit / zum Jahreswechsel gibt es in anderen Kulturen? Was ist daran anders? Welche Rolle spielen Geschenke? Was ist gut daran?

Auch ein Blick in die Vergangenheit kann spannend sein: Welche Weihnachtsbräuche gab es früher? Was berichten Eltern und Großeltern dazu? Welche Einblicke geben alte Bilder, Bücher oder Filme?

Weitere Ideen für die Bildungsarbeit

- Ein **Advents-Frühstück** lässt sich gut nutzen, um klimafreundlich aufzutischen und dazu in den Austausch zu gehen. Obst und Gemüse oder vegane Dips und Aufstriche lassen sich dabei bewusst genießen und analysieren.
- Selbst gebackene Plätzchen – vielleicht sogar mit Mehl aus der Getreidemühle – kann man mit leckeren Früchten und Nüssen **aus der Region** verzieren. Klimafreundlich verpackt eignen sie sich auch als Geschenk für Familie und Freunde.
- Bei der Weihnachtsbäckerei ist auch der **Energieverbrauch** von Interesse. Der Backofen ist ziemlich heiß und ein Licht hat er auch. Aber woher kommen Wärme und Licht? Woher kommt der Strom? Wie kann man beim Backen das Klima schonen? Wie lässt sich die Restwärme sinnvoll nutzen?



- Ein sparsamer Umgang mit Ressourcen schont das Klima. Gibt es gute Ideen, wie man **Lebensmittelreste** vermeiden oder ggf. noch nutzen kann. Wie das in der Kita-Praxis bereits gelungen ist, können Sie im Aktionstagebuch [„Gemüsepuffer für den Klimaschutz“](#) erfahren.
- In einem **nachdenklichen Gespräch** über den Wert von Dingen nachdenken. Was ist für mich besonders wertvoll? Welches Spielzeug ist mir besonders wichtig? Gibt es Dinge, die ich Zuhause habe, aber nicht mag? Wieviel Spielzeug brauchen wir? Schauen Sie dazu auch im [Praxistipp: Spielzeug](#).
- Auch **Wichteln** lässt sich mit Klimaschutz verbinden. Stimmen Sie die Spielregeln mit den Kindern ab: tauschen Sie Gebrauchtes oder Selbstgemachtes? Verpackt oder unverpackt? Wer beschenkt wen – oder wird gewürfelt?

Weiterführende Informationen:

Im Internet gibt es zahlreiche Webseiten und Blogs mit Rezepten und Tipps für klimafreundliche Ernährung. Weitere Anregungen und Informationen zu unseren Praxistipps finden Sie auch hier:

<https://utopia.de/ratgeber/diese-6-lebensmittel-sind-am-schlimmsten-fuers-klima/> (Zugriff: 18.11.2021)

<https://www.umweltbundesamt.de/umwelttipps-fuer-den-alltag/siegelkunde> (Zugriff: 18.11.2021)

Zahlen, Daten Fakten zum Klimaschutz in der Vorweihnachtszeit:

Etwa **8,6 Kilo Schokolade** pro Jahr essen wir – laut WWF - durchschnittlich in Deutschland pro Jahr. Bezieht man Faktoren wie Rohstoffe, Produktion, Verarbeitung, Verpackung und Handel mit ein, ergibt sich dadurch eine erhebliche Belastung fürs Klima.

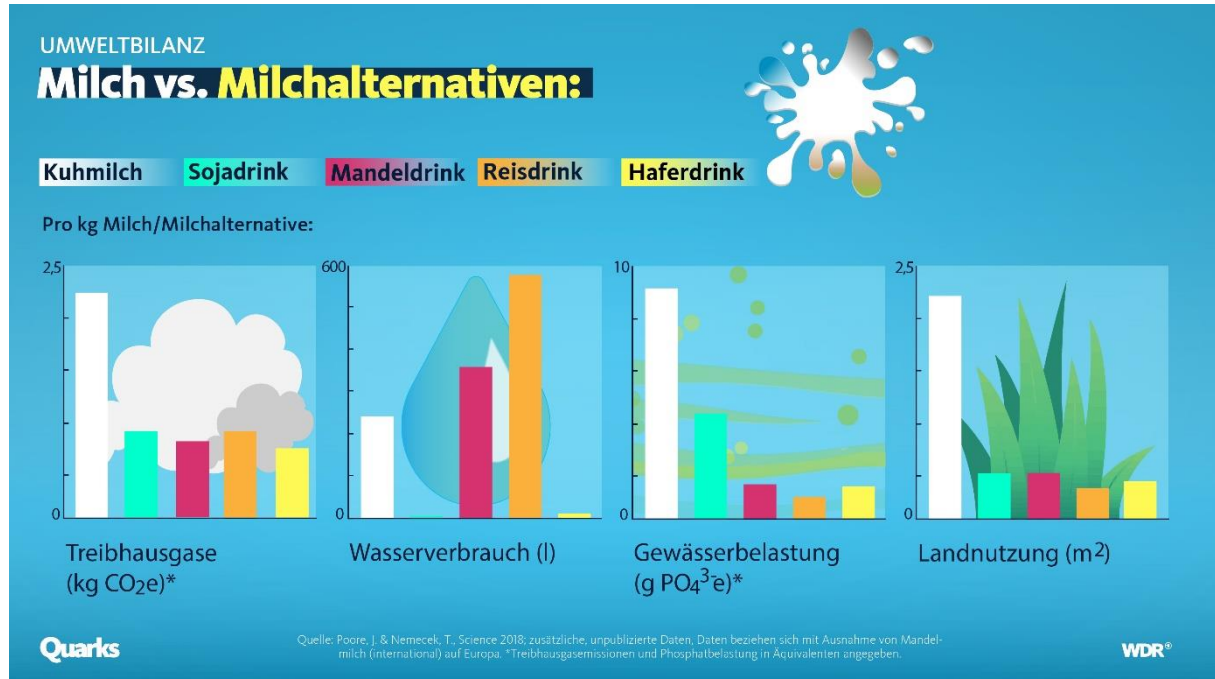
<https://blog.wwf.de/schokolade-umwelt/> (Zugriff: 18.11.2021)

Regionales und saisonales Obst und Gemüse sind erste Wahl beim Klimaschutz. Allerdings kommt es auch auf die Produktions- und Lagerbedingungen an, wie zum Beispiel den Energieverbrauch für Treib- oder Kühllhäuser. Saisonkalender helfen bei der Orientierung.

<https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/gesund-ernaehren/klimaschutz-beim-essen-und-einkaufen-10442> (Zugriff: 18.11.2021)

Kuhmilch verursacht mehr als doppelt so viele Treibhausgase im Vergleich mit pflanzlichen Alternativprodukten. Mehr dazu:

<https://www.quarks.de/gesundheit/ernaehrung/sind-milchalternativen-gesunder-und-umweltfreundlicher/> (Zugriff: 18.11.2021)



„Klima-Kita-Netzwerk – Nachhaltiges Handeln zum Klimaschutz ausbauen und verstetigen“
c/o Innowego – Forum Bildung & Nachhaltigkeit eG Reuterstr. 157, 53113 Bonn, Tel.:(+49) 228 242 55 910 Mail:
info@klima-kita-netzwerk.de, www.klima-kita-netzwerk.de

Das Projekt Klima-Kita-Netzwerk wird gefördert durch das Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit im Rahmen der Nationalen Klimaschutzinitiative (NKI).