

EINFACH GUT & LECKER

Aktionsvorschlag

ANLEITUNG: FAIRES FRÜHSTÜCK	
Aktionsidee	Die Kita bietet ein Frühstück mit möglichst vielen Lebensmitteln aus Fairem Handel an.
Zielgruppe	für die Kita-Kinder selbst oder für eine benachbarte Grundschulklasse, Eltern, Großeltern, eine Seniorengruppe, den örtlichen Eine-Welt-Laden, ...
Hintergrund	Anhand der Planung und Durchführung eines Fairen Frühstücks können die Kinder lernen, dass sie einen Teil dazu beitragen können, die Welt ein bisschen „fairer“ zu machen.
Materialien	Lebensmittel aus Fairem Handel und regionale Lebensmittel sowie zur Tischdekoration bunte Stoffe aus Ländern, in denen Kakao erzeugt wird (z.B. Westafrika) und Blumen aus Fairem Handel
Umsetzung	Wo kann man Lebensmittel aus Fairem Handel einkaufen? In den meisten Supermärkten, Discounter und Drogerien, im Bioladen, Eine-Welt-Laden (Verkaufsstellen in Ihrer Umgebung: www.fairtrade-deutschland.de/einkaufen/einkaufsfinder.html) oder online (www.gepa-shop.de , www.el-puente.de , https://shop.dwpeg.de)
Ergänzende Aktionsideen	- Das Faire Frühstück eignet sich gut zur Außendarstellung Ihrer Einrichtung - Thematisieren Sie den Fairen Handel in der Bildungsarbeit mit den Kindern Mögliche Zugänge sind: - der faire Umgang miteinander - das Leben von Kindern in anderen Ländern - wo kommen Orangen, Bananen oder Schokolade her? - Kinderrechte - nachhaltiger Umgang mit Ressourcen
Tipps	- Binden Sie die Kinder frühzeitig in die Vorbereitungen mit ein. Sie können z.B. gemeinsam eine Einkaufsliste erstellen und die Lebensmittel gemeinsam einkaufen - Sie können einen Gast einladen, der mit den Kindern über den Fairen Handel spricht - Bereiten Sie mit den Kindern selbst eine Nuss-Nougat-Creme zu (Rezept siehe Infopost „Lust auf Süßes“, 2018)

EINFACH GUT & LECKER

Aktionsvorschlag

Infopost Familientisch



Faires Frühstück

Diese Lebensmittel werden fair gehandelt:

- Orangen-, Multivitamin- und Mangosaft
- Zimt, Vanilleschote
- Kakaopulver, Schokolade
- Tee, Kaffee
- Konfitüre
- Bananen
- Trockenfrüchte, Nüsse, Müslimischungen
- Pflanzliche Brotaufstriche

Ergänzen Sie das Frühstück durch regionale Lebensmittel:

- Milch
- Naturjoghurt und Käse
- Saisonales Obst und Rohkost
- Vollkornbrötchen

Hier erhalten Sie Tipps zur
Zusammensetzung eines
ausgewogenen Frühstücks:



Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Hotline: 0211/3809 714
kitaverpflegung@verbraucherzentrale.nrw
www.kita-schulverpflegung.nrw

verbraucherzentrale
Nordrhein-Westfalen