

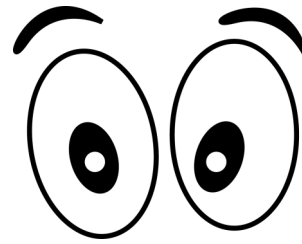
[lukas und lara auf tour]

Die außergewöhnliche Weltreise für Kinder!

Unsere Erde ist die wichtigste Grundlage des Lebens. Leider haben wir Menschen es in den letzten Jahrhunderten versäumt, den Schutz der Umwelt voranzutreiben. Im Gegenteil haben wir der Erde sogar geschadet. Daher ist es eine sehr große Aufgabe, die Schäden zu mindern und die Umwelt zu schützen. Und da kann jeder Mensch mit anpacken. Auch Du! Hier kannst Du fünf Dinge lernen, wie Du weniger Essen verschwendest!

1

Die Augen sind größer
als der Magen

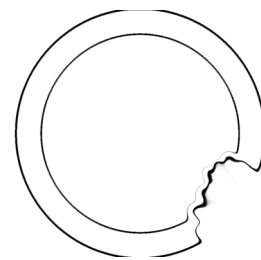


Wenn wir hungrig sind neigen wir oft dazu, mehr Essen auf den Teller zu schaufeln, als wir überhaupt essen können. Das führt dazu, dass Essen weggeschmissen wird. Das muss nicht sein.

Iss lieber mehrere kleine Portionen, als wenige, die dann zu groß sind!

2

Iss deinen Teller auf



Damit ist eigentlich alles gesagt. Du sollst natürlich nicht den Teller selbst aufessen, aber alles, was du dir aufgetan hast! So muss nichts weggeschmissen werden.

[Lukas und Lara auf tour]

Die außergewöhnliche Weltreise für Kinder!

3

Lass dein Essen
ruhig kalt werden



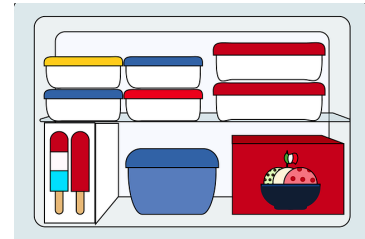
Wenn trotz Regel eins und zwei etwas übrig bleibt, ist das auch nicht schlimm.

Du und deine Familie habt bestimmt ein Gefrierfach zu Hause.

Friere ein, was übrig bleibt! So kannst du es später aufessen!

4

Iss zuerst, was weg muss



Kochen kann ganz schön lästig sein, z.B. wenn die Zeit knapp ist oder Du müde bist. In solchen Situation freust Du dich bestimmt auch, wenn noch Essen übrig ist. Drum...

Schau in das Gefrierfach, bevor du neues Essen kochst! Da warten oft noch ungeehrte Leckereien von Vortagen darauf, gegessen zu werden!

5

Wenn alle Stricke reißen



Auch den Besten kann es mal passieren, dass Essen schlecht wird und es keine andere Möglichkeit gibt, als es wegzuschmeißen. Oder es bleiben Reste übrig, die man selbst oder auch das Haustier überhaupt gar nicht essen kann. Dann gilt als oberste Regel:

Kompostiere Essensreste! Alles was weg muss, kann auf den Kompost.

So wird es der Erde zurückgeführt und stärkt diese!