

Hungerwürfel

Alter

ab 8 Jahren

Ziele

- Sich jeden Tag bewusst mit Lebensmitteln auseinandersetzen
- Überlegen, woher unsere Lebensmittel kommen
- Sich im Verzicht von Lebensmitteln üben
- Regelmäßig selbst Mahlzeiten zubereiten
- Regionale Lebensmittel erkennen und bewusst konsumieren

Dauer

20 Minuten

Material

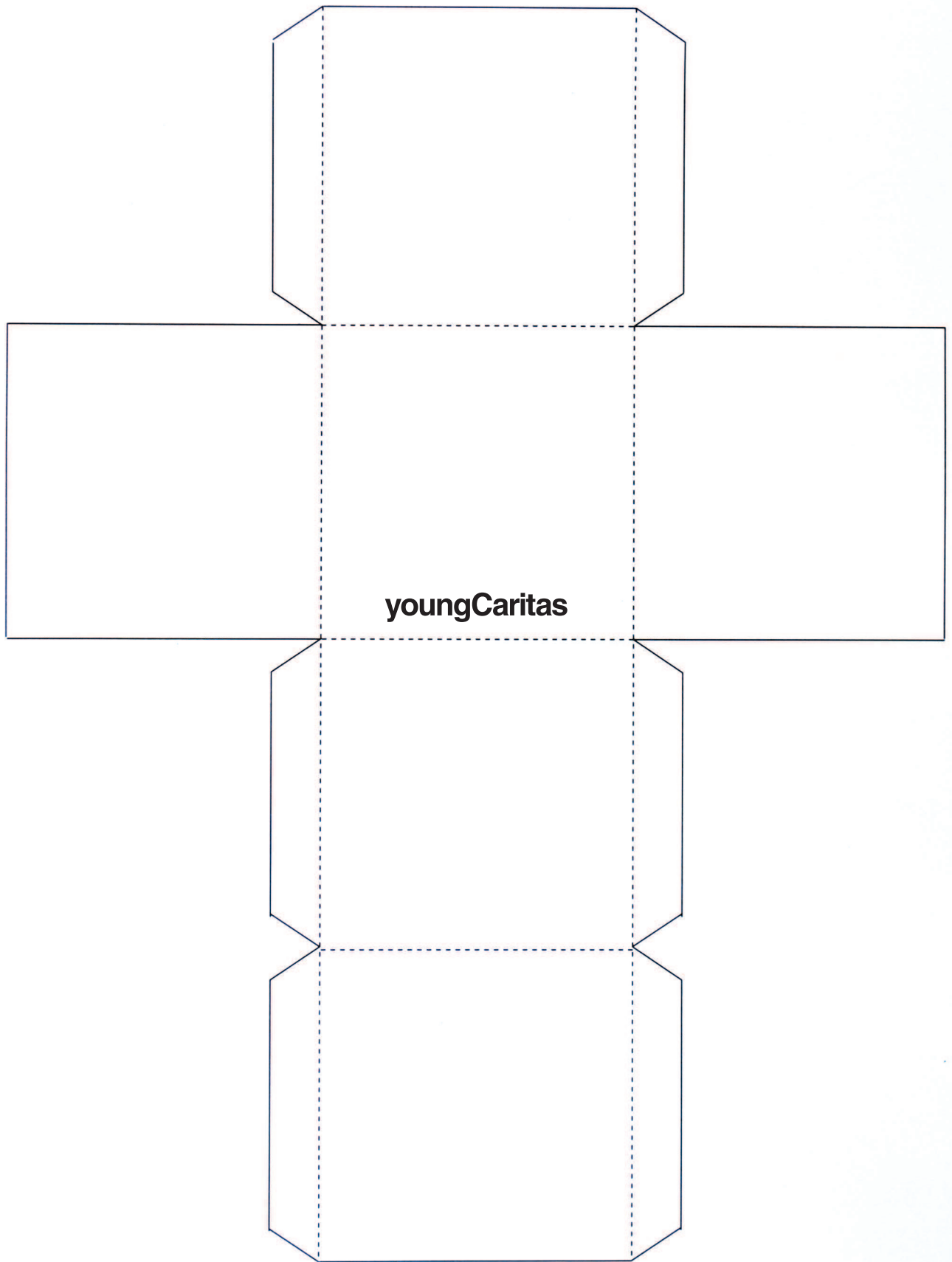
- Würfelvorlage

Ablauf

Die Kinder erhalten eine Bastelvorlage des Würfels und beschreiben die einzelnen Felder mit sechs verschiedenen Sprüchen, die sie selbst auswählen können. Anschließend wird der Würfel laut Anleitung zusammengebaut. Unsere Empfehlung wäre, einmal in der Woche zu würfeln und die Anweisung zu befolgen.

Sprüche zum Auswählen

- „Heute verzichte ich auf ...“
- „Heute tue ich mir etwas Gutes“
- „Heute esse ich etwas Gesundes“
- „Heute koche ich etwas“
- „Heute schaue ich nach, woher meine Lebensmittel kommen“
- „Ich mach mir meine Jause selbst“
- „Heute achte ich darauf, etwas aus Österreich zu kaufen“
- „Heute helfe ich meiner/m...“



youngCaritas