

# Dein Tipp für einen regenwaldfreundlichen Konsum

Falls den Kindern und Ihnen nicht sofort ein Alltagstipp einfällt, haben wir Ihnen einige Vorbereitet, die sie ausdrucken und ausschneiden können, und von den Kindern selbst ausgewählt und mitgenommen werden können.

## Überblick Handlungsoptionen für Kinder (und Erwachsene):

### 1. Achte auf Siegel – Bio & Fairtrade

Warum wichtig? Kinder können lernen, dass manche Früchte einen langen Weg hinter sich haben und unter schwierigen Bedingungen angebaut werden.

Was du tun kannst:

- Schau beim Einkaufen nach Bio-Siegeln (z. B. EU-Bio).
- Achte auf Fairtrade-Siegel, damit Bauern fair bezahlt werden.
- Frage deine Eltern oder Lehrer\*innen, was die Siegel bedeuten.

Fazit: Das macht einen großen Unterschied, ohne dass du auf deine Lieblingsfrüchte verzichten musst!

### 2. Wähle Tropenfrüchte bewusst

Man muss nicht auf Bananen, Mangos oder Ananas verzichten – aber man kann schlauer damit umgehen. Tipps für Kinder:

- Kaufe Tropenfrüchte nicht jede Woche, sondern ab und zu als etwas Besonderes.
- Nimm lieber eine reife Frucht, statt mehrere zu kaufen, die später schlecht werden.
- Probiere auch mal Tropenfrüchte aus Europa (z. B. Kanaren-Bananen).

### 3. Iss Obst, das gerade Saison hat – auch wenn es nicht tropisch ist

Kinder können lernen: „Nicht alles muss aus fernen Ländern kommen, es gibt tolle Alternativen!“  
Machbar im Alltag:

- Im Winter: Äpfel, Birnen, Lagergemüse
- Im Sommer: Beeren, Aprikosen, Kirschen
- Vergleiche: Was wächst bei uns? Was muss weit reisen?

Fazit: Weniger Transport = weniger CO<sub>2</sub>-Ausstoß.

### 4. Reisewege verstehen – und testen!

Ein spielerischer Tipp: Schau dir auf einer Weltkarte an, woher Mango, Kakao oder Kaffee kommen.  
Überlege: Wie lange braucht ein Schiff? Wie viele Kilometer sind das?

Fazit: Das hilft Kindern zu verstehen, warum bewusster Konsum wichtig ist.

### 5. Selber machen statt kaufen



Viele tropische Produkte stecken in Snacks oder Getränken, die viel Verpackung erzeugen.  
Bessere Ideen:

- Mache deinen Smoothie selbst – mit Obst, das du wirklich magst.
- Mache Bananenmilch oder Obstsalat zu Hause.
- Nutze wiederverwendbare Flaschen statt Einwegflaschen.

## **6. Snack smarter: Tropenfrüchte nicht verschwenden**

Alltagsregeln für zu Hause oder die Schule: Schneide nur so viel Banane oder Mango ab, wie du wirklich essen möchtest. Mach aus braunen Bananen zum Beispiel: Bananenbrot, Smoothies oder Eis (Banane einfrieren, pürieren = „Nicecream“)

Fazit: Lebensmittel retten macht Spaß!

## **7. Wissen, was dahinter steckt**

Lehrkräfte oder Eltern können gemeinsam mit Kindern herausfinden:

- Was sind Regenwälder?
- Welche Tiere leben dort?
- Wie hilft Bio-Anbau der Natur?
- Warum ist Agroforst gut für Kakao und Kaffee?

Kinder verstehen schnell: Wer Tropenprodukte bewusst kauft, schützt Tiere, Bauern und Natur.

## **8. Bewusster einkaufen – gemeinsam!**

Kinder können sich aktiv beteiligen:

- Beim Einkauf sagen: „Können wir die Bio-Bananen nehmen?“
- In der Schule oder Kita ein kleines Poster gestalten:
- „Wähle fair – wähle Bio“
- In der Familie eine „Tropenfrucht-Woche“ festlegen:
- Einmal pro Woche gibt es ein besonderes, nachhaltiges Tropenobst.

## **9. Probiere neue (regionale) Sorten**

Eine positive Alternative: Warum nicht mal Quitten, Johannisbeeren, Pflaumen oder Rhabarber ausprobieren? Challenge: „Wie viele Obstsorten aus Europa kannst du im Sommer probieren?“

## **10. Darüber reden – und andere inspirieren**

- In der Schule ein kleines Referat über Bananen, Avocado oder Kakao halten.
- Freund\*innen erzählen, warum sie lieber Bio-Bananen kaufen.
- In Familie und Schulklasse gute Ideen weitergeben.

Ich habe vor, beim Einkaufen auf Bio- und Fairtrade-Siegel zu achten.

Ich habe vor, lieber eine Bio-Banane zu wählen als eine Normale.

Ich habe vor, neue Sorten auszuprobieren, die bei uns wachsen.

Ich habe vor, Tropenfrüchte nur ab und zu zu kaufen.

Ich habe vor, im Sommer mehr saisonale Früchte zu essen.

Ich habe vor, nur so viel Obst zu schneiden, wie ich wirklich esse

Ich habe vor, meinen Smoothie selbst zu machen.

Ich habe vor, braune Bananen für Smoothies oder Eis zu verwenden.

Ich habe vor, zuhause Obstsalat mit leckeren Früchten zu schneiden.

Ich habe vor, Tropenfrüchte nicht zu verschwenden.

Ich habe vor, weniger verpackte Snacks mit Tropenfrüchten zu kaufen.

Ich habe vor, öfter Obst und Gemüse aus meiner Region zu essen.

Ich habe vor, meinen Freundinnen und Freunden von Bio-Bananen zu erzählen.

Ich habe vor, herauszufinden, wie weit Tropenfrüchte reisen müssen.

Ich habe vor, in der Schule eine kleine Info über Tropenfrüchte zu teilen.

Ich habe vor, mehr darüber zu lernen, wie Bauern in den Tropen arbeiten.

Ich habe vor, in meiner Familie zu sagen, warum tropisches Obst wichtig für die Umwelt ist.

Ich habe vor, auf einer Weltkarte zu schauen, wo Mango, Kakao oder Bananen wachsen.