

Dezember – Konsumverhalten

High Tech – Anweisungen Schritt für Schritt



**Calendar for
Climate
Change**

Quid-Pro-Guo - Inter-generational
Education to Ease Global Warmi



Anweisungen Schritt für Schritt

Thema der Klimawandel	Konsumtion		
High-Tech oder Low-Tech?	High-Tech		
Dauer der Aktivität (in Minuten)	90 Minuten	Lernerfolg	<ul style="list-style-type: none"> ● Umweltfreundlich kochen und backen ● Tierische Lebensmittel in vegane ersetzen
Für die Aktivität erforderliche Materialien	<ul style="list-style-type: none"> ● Smartphone mit Internetzugang ● Notizzmöglichkeit 		
Anweisungen Schritt für Schritt	<p>Klimafreundliches Weihnachtsessen Zum Weihnachten steht Essen für viele in dem Mittelpunkt. Hier gibt es viele große und kleine Änderungen, die wir machen können, um unseren CO2-Abdruck kleiner zu halten, ohne auf etwas verzichten zu müssen.</p> <p>Schritt 1: Weihnachtsmenü verfassen Schreiben Sie auf, was Sie über Weihnachten kochen und backen wollen.</p> <p>Schritt 2: Gonutss herunterladen Laden Sie die App Gonutss herunter: https://play.google.com/store/apps/details?id=com.gonutss.gonutss&hl=de&gl=US https://apps.apple.com/us/app/gonutss-vegan-translator/id1209483945 http://www.gonutss.com/</p> <p>Schritt 3: Tauschen Sie Zutaten aus Nutzen Sie die App, um Alternativen zu den tierischen Zutaten in Ihrem Weihnachtsmenü zu finden. Milch und Eier, als Teil von Gerichten und Backwerken, sind einfach zu ersetzen. Es gibt heute jede Menge vegane Alternativen, die den Geschmack nicht ändern. Für Fleisch und Fisch gibt es auch viele gute Alternativen. Hier ist es jedoch meist möglich, den Unterschied zu sehen und herauszuschmecken – es schmeckt gleich gut, aber anders. Bei Fleischalternativen muss man also</p>		



austesten und probieren.

Notieren Sie zu den jeweiligen Gerichten die geänderten Zutaten.

Schritt 3: Einkaufen

Schreiben Sie eine Einkaufsliste und gehen Sie einkaufen. Achten Sie auch möglichst auf Regionalität, Saisonalität und einem Bio und Fairtrade Siegel. Unterstützen Sie, wenn möglich, kleine Produzenten in Ihrer Nähe.

Schritt 4: Kochen, Backen, Genießen


Genießen Sie Ihre neu erlernten Kochkünste und Ihren Beitrag zum Klimaschutz. Sie müssen nicht alles auf einmal umsetzen. Wenn Ihnen der Braten oder Würstchen wichtig sind, behalten Sie sie. Lassen Sie dafür die Plätzchen, den Kartoffelsalat und die Brotaufschnitte vegan werden. Jedes Jahr können Sie sich neu herausfordern und etwas Neues austesten. Bon Appetit.



Co-funded by
the European Union



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Calendar for Climate Change

Quid-Pro-Quo – Inter-generational
Education to Ease Global Warming

S V E B ■ Schweizerischer Verband für Weiterbildung
F S E A ■ Fédération suisse pour la formation continue
Federazione svizzera per la formazione continua
Swiss Federation for Adult Learning

With the support of

movetia Austausch und Mobilität
Echanges et mobilité
Scambi e mobilità
Exchange and mobility

dante

UŠTANOVA ZA
OBRAZOVANJE
ODRASLIH | ADULT
EDUCATION
INSTITUTION



Center for Social
Innovation



SKILLSZONE
EMPOWER YOURSELF



Speha Fresia
SOCIETÀ COOPERATIVA



JUGENDFÖRDERVEREIN
Parchim / Lütz e.V.

fip
Future In
Perspective



Asociația pentru Educație
și Dezvoltare Durabilă



Co-funded by
the European Union

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."