

# Bewusst essen und nachhaltig ernähren

Alter 12+



De  
Lu  
Fr

120 min

8-25

Zusammen können wir schon mit kleinen Änderungen in unserer Ernährung einiges ändern. Welchen Einfluss hat unser Essen auf die Umwelt, andere Länder und schlussendlich auf alle Lebewesen der Erde? Vegetarische Ernährungsformen können auf globaler Ebene viel beeinflussen. Doch ist vegetarisch per se gesund? Ist vegan immer ethisch oder muss man auf verschiedenes achten? Warum sind auch bei vegetarisch-veganer Ernährung lokale, regionale und fair gehandelte Produkte so wichtig? Gehört zur nachhaltigen Entwicklung auch die eigene Gesundheit dazu? Wie mache ich es richtig? Über den Tellerrand schauen ist Klimaschutz. Doch wenn mein Reisgericht mehr klimaschädlich wie ein Biohähnchen ist, wie kann ich handeln? Diese und andere Fragen werden durchleuchtet und diskutiert. Mit einem Emissionsrechner können die Teilnehmer ihr eigenes Menü erstellen und spielerisch den Einfluss auf das Klima berechnen



photo by freepik

## Vertiefungsmaterial

Didaktische Unterlagen:  
Ernährung  
Agrarkultur  
Umwelt  
Klima  
Menschenrechte  
Tiere  
Gesundheit

Angeboten von

**Veginfo**

Anfrage

T +352 400 427-31  
inscription@astm.lu