

Bio – Quiz

1. Was darf beim ökologischen Landbau eingesetzt werden?

- A chemische Pflanzenschutzmittel
- N organische Dünger
- B grüne Gentechnik
- O vorbeugende Antibiotika

2. Woran erkennt man Lebensmittel aus ökologischem Landbau?

(Mehrfachnennungen möglich!)



3. Welcher ist kein Anbauverband der ökologischen Landwirtschaft?

- A Demeter
- B Bioland
- H Bioleck
- D Naturland

4. Ein Bio-Bauer erzeugt auf seinen Hof das Futter für seine Tiere selbst und verwendet den anfallenden Mist als Dünger. Wie nennt man diese Art der Bewirtschaftung?

- P Schankwirtschaft
- A Kreislaufwirtschaft
- C Weltwirtschaft

5. Wie viel Prozent der landwirtschaftlich genutzten Fläche in Deutschland wird (2016) ökologisch bewirtschaftet?

- K ca. 1 Prozent
- S ca. 7,5 Prozent
- L ca. 10 Prozent
- D ca. 30 Prozent

6. Was muss auf jedem Bio-Lebensmittel als Pflichtangabe sein?

- B das Firmenlogo des Produzenten
- T der Öko-Kontrollstellencode
- C der EAN-Warencode

7. Tiere, die von einem Bio-Betrieb gehalten werden, haben Auslauf und mehr Platz in ihren Ställen. Wie bezeichnet man diese Form der Tierhaltung?

- F Urlaub auf dem Bauernhof
- G artgerechte Tierhaltung
- T Käfighaltung

Lösungswort:

				H					I	
--	--	--	--	----------	--	--	--	--	----------	--



Bio-Siegel-Memory

Das Bio-Siegel-Memory erklärt spielerisch die Vielzahl an Bio-, Fair Trade- und Regional-Siegeln.

Für das Memory werden 10-14 Qualitätssiegel für den Lebensmittelbereich ausgewählt. Neben den gängigen Siegeln zum ökologischen Landbau und fairen Handel sind auch Siegel zur Regionalität, Nachhaltigkeit oder Qualität Teil des Memorys (z. B. das EU-Bio-Logo, Fairtrade-Siegel, Demeter, Bioland, Naturland, DLG-Qualitätssiegel, Regionalfenster, MSC-Siegel etc.).

Von den ausgewählten Siegeln sollen nun laminierte Memory-Karten (gerne mit Logo der eigenen Organisation auf der Rückseite) angefertigt werden. Parallel dazu können Produkte eingekauft werden, die jeweils mindestens eines der ausgewählten Siegel tragen.

Das Bio-Siegel-Memory kann nun auf verschiedene Arten gespielt werden:

Variante 1: Das Memory wird verdeckt in 2-facher Ausfertigung auf den Tisch gelegt und dann wie ein klassisches Memory gespielt. Das heißt, es müssen durch Aufdecken alleine oder gegeneinander die richtigen Pärchen gesucht werden. Wenn alle Pärchen gefunden wurden, entscheiden die Teilnehmenden, welches Siegel für den ökologischen Landbau steht und welches nicht. Hier können während der Zuordnung alle Siegel erklärt werden und Hintergrundwissen geliefert werden, z. B. welche Siegel eine Rechtsgrundlage haben und welche Produkte nach firmeninternen Parametern mit einem Siegel zertifiziert werden.



Variante 2: Die Teilnehmenden ordnen die Karten den Produkten zu. Dafür werden die Siegel auf den Produkten abgeklebt. Während der Zuordnung kann über die Siegel informiert werden.

Variante 3: Die Teilnehmenden ordnen die Siegel danach, ob es sich um ein Bio-, Fair Trade- oder Regionalität-Siegel handelt. Auch hier kann währenddessen darüber aufgeklärt werden, wofür die einzelnen Siegel stehen.

*In der Praxis hat sich besonders die Variante 1 bewährt. Es ist immer wieder faszinierend zu beobachten, wie sich bei den Standbesucher*innen der Spieltrieb entwickelt und mit welcher Begeisterung sie dann das Memory bis zu Ende spielen und das Wissen quasi nebenbei vermittelt werden kann.*

Welcher Bio-Typ bist Du? Mit Einsteigertipps für jeden!

Wie funktioniert es?

Kreuze pro Frage eine Antwort an, mit der Du am ehesten übereinstimmst.

1. Was machst Du, wenn Du gerade Leerlauf hast?

- a) Ich treffe mich spontan mit Freunden. ♥
- b) Ich zeichne, mache Musik oder backe. ♦
- c) Ich bereite mich auf den nächsten Tag vor. ♣
- d) Ich gehe gerne spazieren. ♠

2. Was ist Dir beim Essen wichtig?

- a) Es muss hauptsächlich schnell zuzubereiten und/ oder praktisch zum Mitnehmen sein. ♣
- b) Es kann gerne auch schön aussehen. Das Auge isst ja bekanntlich mit. ♦
- c) Dass man gemeinsam isst. ♥
- d) Ich kaufe hauptsächlich saisonal und regional ein. ♠

3. Worüber freust Du Dich am meisten?

- a) Über ein Picknick mit Freunden. ♥
- b) Wenn ich etwas zum positiven beeinflussen kann. ♠
- c) Darüber, etwas selber zu machen und das Produkt meiner Arbeit zu sehen. ♦
- d) Über einen geregelten Alltag in dem keine unerwarteten Überraschungen für Stress sorgen. ♣

4. Was fällt Dir schwer?

- a) Mich auf neue Situationen einzulassen. ♣
- b) Wenn mir alles vorgegeben wird und ich nicht selbst entscheiden und gestalten kann. ♦
- c) Meine Erwartungen zu erfüllen. ♠
- d) Situationen völlig alleine zu bewältigen, macht mir keinen Spaß. ♥

5. Welches Adjektiv beschreibt Dich am besten?

- a) praktisch ♣
- b) naturverbunden ♠
- c) erfinderisch ♦
- d) unternehmungslustig ♥

Zähle nun die Symbole ♥, ♦, ♣, ♠ zusammen und guck Dir Deine Einsteigertipps an:

♥ Die/Der Soziale

Freunde und Familie sind Dir sehr wichtig? Du machst gerne Sachen gemeinsam und fühlst Dich unter anderen Menschen am wohlsten?

UNSER BIO-TIPP FÜR DICH: Trommele Deine Liebsten zusammen und kocht gemeinsam ein schönes Bio-Essen. Für den Sommer könnt ihr auch ein leckeres Picknick aus Bio-Produkten zubereiten.

Gemeinsam essen macht einfach mehr Spaß als alleine. Sprich Dich mit Kommiliton*innen oder Kolleg*innen ab und bringt abwechselnd Mittagessen mit. So kann man immer leckeres frisch zubereitetes Bio-Essen genießen und hat nur die Hälfte der Arbeit. Zusätzlicher Bonus: Größere Portionen kochen sind im Schnitt günstiger, ihr könnt also sogar dabei sparen. Wenn Du noch mehr machen möchtest, kannst Du auch gucken, ob es in Deiner Nähe einen Gemeinschaftsgarten oder einen Verein zum Ökolandbau gibt, wo Du Dich engagieren kannst. Im Dialog mit anderen lassen sich wunderbar Ideen austauschen und auch gemeinsame Aktionen veranstalten, um andere Leute auf das Thema ökologische Lebensmittel aufmerksam zu machen.

Anleitungen zu den Tipps findest Du an unserem Stand.

♦ Die/Der Kreative

Ob zeichnen, werkeln, basteln, Musik machen, kochen oder backen, Du hast Spaß am kreativen Arbeiten? Mitgestaltung ist Dir wichtig und Du willst eigene Lösungswege finden?

UNSER BIO-TIPP FÜR DICH: Ökologische Lebensmittel müssen nicht immer teuer sein: Selbst anpflanzen kann man besonders leicht Kresse. Mit Keimgläsern oder einfach auf einem Stück feuchter Küchenrolle gedeiht sie ganz schnell. Wenn Du Lust auf mehr bekommst, kannst Du außerdem viele Gemüsesorten wie gekeimte Zwiebeln, Kartoffeln oder den abgeschnittenen Salatstrunk einfach wieder einpflanzen. Bei letzterem am besten 1-2 Tage in Wasser legen und danach in einen Topf mit Bio-Erde setzen. Auch die Reduktion von Müll lässt sich kreativ gestalten. Wenn Du gerne nähst, kannst Du Dir aus Fliegennetz-Stoff einfach einen Gemüsebeutel selber nähen und brauchst keine Plastiktüten mehr benutzen. Viele Gemüsesorten kannst Du aber auch ganz ohne Tüten einkaufen und lagern. Anleitungen zu den Tipps findest Du an unserem Stand.

♣ Die/Der Gewohnheitsmensch

Du hast gerne einen festen Rhythmus? Du weißt genau, wann Du was machst? Auch Deine Mahlzeiten sind meist in Deinem Tagesablauf fest eingeplant?

UNSER BIO-TIPP FÜR DICH: Wahrscheinlich hast Du Deinen gewohnten Supermarkt, wo Du häufig einkaufst. Informiere Dich doch mal, ob es in Deiner Nähe auch einen Naturkostladen gibt. Immer mehr Bio-Märkte werden eröffnet und auch größere Supermärkte, in denen man alles bekommt was man in Bio-Qualität braucht, sind immer häufiger. Versuche regelmäßige Biomarktbesuche in Deinen Alltag zu integrieren und probiere aus, welche Lebensmittel Du vorzugsweise Bio einkaufen möchtest. Vielleicht kannst Du nach und nach den Anteil erhöhen. Wenn es Dir zu aufwändig ist, in den Bioladen zu gehen, gibt es die Möglichkeit von vielen Erzeugern direkt eine Bio-Kiste zu bestellen, die in regelmäßigen Abständen mit frischem, saisonalem Gemüse zu Dir geliefert wird. Falls Du häufig in der Mensa / Kantine etc. isst: Koch gerne größere Portionen zuhause und nimm diese auf die Arbeit/ zur Uni/ in die Berufsschule mit. Selbst gekochtes Essen schmeckt meist viel besser als aus Großküchen. Unsere Erfahrung zeigt, wenn man erstmal den Rhythmus drin hat, möchte man gar nicht mehr damit aufhören.

Anleitungen zu den Tipps findest Du an unserem Stand.

♠ Die/Der Umweltbewusste

Ökologische Lebensmittel und Umweltbewusstsein sind für Dich keine Fremdwörter? Dir ist das Zusammenleben in und mit der Natur wichtig und Du möchtest Deinen Beitrag dazu leisten?

UNSER BIO-TIPP FÜR DICH: Kaufst Du bereits saisonal ein? Wenn nicht, gibt es super Apps und schöne Plakate, die Dir anzeigen, wann welche Lebensmittel Saison haben. Schön zum Aufhängen in der Küche oder praktisch direkt auf dem Smartphone. Auch unverpackt einzukaufen kann eine neue Challenge für Dich sein. Über die Verpackung von Lebensmitteln lässt sich einiges an Müll einsparen. Ob Beutel statt Plastiktüte, Mehrwegbecher statt Einwegbecher oder Bienenwachstuch statt Plastikfolie: die Menge macht's! Wunderbar kann man auch immer eine Gabel und oder einen Löffel in der Tasche haben, um unnötiges Plastikbesteck zu vermeiden. Wenn Du ein bisschen Natur in Dein Zuhause bringen möchtest, kannst Du Biokräuter ganz einfach auf der Fensterbank „halten“. Am besten nach dem Kauf in einen größeren Topf mit (torffreier) Bio-Erde setzen, damit die Pflanzen mehr Platz haben. Du kannst natürlich auch selber Kräuter aus Samen hochziehen. Anleitungen dazu findest Du an unserem Stand.