MIR SINN ANTIGASPI, AN DIR?

GUIDE FIR D'EDUCATEUREN

FIR **D'AKTIVITÉITE** MAT DE KANNER **AN DER MAISONS RELAISE** DUERCHZEFÉIEREN

IMS LUXEMBOURG
Inspiring More Sustainability

LE GOUVERNEMENT DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Agriculture, de l'Alimentation et de la Viticulture

Anti gaspi

Inhalt

Aleedung 2
Temoignagen 3
Oflaf 4
Support-Material 4
Aféierung fir d'Kanner 7
Challenge 1 - Spill iwwer saisonaalt Uebst a Geméis 8
Challenge 2 - Treffe mat engem lokale Produzent 9
Challenge 3 - E Menü zesummestellen 10
Challenge 4 - Kach-Workshop 11
Challenge 5 - Analys vu Liewensmëttelverschwendung 12
Challenge 6 - Bastel-Aktivitéit 13
Zertifikat-Iwwerreechung 14
Evenement fir d'Elteren an individuell Challengen 15
Annex 17

Aleedung

Moien!

Mir si frou, Iech u Bord vum Projet „Mir sinn Antigaspi, an Dir?“ begéissen ze kënnen. Dëse Projet ass fir Kanner tëschent 4 an 12 Joer virgesinn, déi an d’Maison Relais ginn.

D’Zil ass et, d’Kanner op eng spilleresch Aart a Weis fir Theeme wéi Liewensmëttelverschwendung a lokaalt souwéi biologescht Iessen ze sensibiliséieren. De Projet beinhalt verschidden Challengen: kollektiv Challengen, déi an der Maison Relais ëmgesat ginn, an individuell Challengë fir doheem mat der Famill ze maachen. Zum Schluss kritt all Kand en Zertifikat fir si fir hir Efforten ze belounen. Fir den Elteren de Projet ze erklären, gëtt e speziellt Evenement fir si organiséiert.

De pedagogesche Kit besteet aus de follgenden Dokumenter:

- **Beschreiwung vun de kollektiven Challengë fir d’Educateuren**
    - Explikatioun vun de Richtlinne fir d’Elterenevenement
- **Beschreiwung vun den individuellen Challengë fir d’Elteren**
- **Heft fir d’Kanner mat all den Challengen**
- **Postere fir an der Maison Relais opzehänken:**
    - Individuell Challengen
    - Kollektiv Challengen
    - Ukënnegung vum Elterenevenement
- **Zertifikat fir d’Kanner**
- **Presentatiounen:**
    - Aféierung fir d’Kanner
    - Presentatioun fir d’Elteren
- **Template Invitatioun Elterenevenement.**

Et existéiert och schonn eng Ausstellung iwwer de Projet mat detailléierten Informatiounen iwwer déi kollektiv Challengen. Déi individuell Challengë ginn och erwäänt a vun enger Rei „Gutt ze wëssen“- Elementer begleet.

De Projet gëtt vum Ministère fir Landwirtschaft, Ernärung a Wäibau ënnerstëtzt.

Mir wënschen Iech vill Spaass!

Temoignagen

Hei fannt Dir e puer Temoignagë vun de Maisons Relaisen, déi beim Pilotprojet matgemaach hunn:

Le SEA Kehlen a été ravie de participer au projet 'Mir sinn Antigaspi, an Dir ?' d' IMS Luxembourg. Grâce à ce projet, nos enfants ont appris à réduire le gaspillage alimentaire de manière amusante et pratique. Les challenges proposés les ont vraiment intéressés et ils ont compris l'importance de prendre soin de l'environnement.

Ce qui est génial, c'est de voir nos enfants devenir des champions du changement, en partageant ce qu'ils ont appris avec leur famille et leurs amis. Nous sommes reconnaissants pour cette opportunité qui a eu un impact durable sur notre maison relais. Ensemble nous avons créé le début de la vague du changement !

SEA Kehlen

De Projet „Mir sinn Antigaspi, an Dir" war fir eis Kanner ganz léierräich, virun allem wou se konnte selwer aktiv ginn. Dat huet hinne gutt gefall. Dat ware virun allem d'Kachaktivitéit an de Besuch um Bauerenhaff wou eise Kanner an Erënnerung bliwwen ass. Leider ass déi erwënscht Zesummenaarbecht mat eisen Elteren ausbliwwen, wat natierlech schued war.

SEA Rumelange

Ziel des Projektes war es Kinder, Team und Eltern für eine gesunde, biologische und regionale Ernährung zu sensibilisieren und die Lebensmittelverschwendung im SEA an de Wolleken zu reduzieren.

Nachdem die Kinder ihr Wissen über die verschiedenen Lebensmittelgruppen erweitert hatten, folgten auch schon die ersten gemeinsamen Challenges im SEA und die individuellen zu Hause.

Durch das Projekt wurden die Kinder sowie das Team und auch die Eltern sensibilisiert, umsichtiger im Umgang mit Lebensmitteln und Essen zu sein.

SEA an de Wolleken - Dalheim

Et war een immens flotte Projet, mat ganz ville verschiddenen Aktivitéiten, wou dat ganzt Theema Antigaspi de Kanner méi no bruecht gouf.
D'Kanner konnte sech an de verschiddenen Aktivitéiten umellen an hunn och ee klengt Heft matkritt, wou si alles, wat si wärend dem Projet geleiert hunn, festhale konnten. Et war och immens flott, dass et verschidden Challengë gouf, wou d'Kanner an der Equipe maache konnten, mee och anerer, wou si individuell oder och doheem mat den Elteren duerchféiere konnten.
Zum Schluss vum Projet goufen nach eemol all d'Challengë festgehalen, andeems Plakater an der Maison Relais ausgehaange goufen, fir dass d'Elteren an och d'Kanner nach emol konnten alles duerchkucken.
Super flotte Projet!

Maison Relais Grosbous

Rückblickend schließen wir ein sehr positives Resümee. Die Inhalte des Projektes, die zeitliche Planung und Abfolge der einzelnen Einheiten/ Challenges, die Kooperationen bzw. Zusammenarbeit mit verschiedenen Partnern aus dem Lebensmittel- und Ernährungssektor, und die Ausarbeitung der Printmedien (Flyer, Zertifikate) – alles gestaltete sich sehr zufriedenstellend und zeugte von einer durchdachten, gut geplanten und organisierten Vorbereitung.

Die Kinder konnten ihren Umgang mit Lebensmitteln überdenken, indem sie wertschätzender damit umgingen und die Aspekte der Lebensmittelverschwendung sowie des Wegwerfens von Nahrung hinterfragten. Wir haben keinerlei negative Kritik und würden jederzeit erneut am Projekt teilnehmen.

Maison Relais Wahl

Oflaf

De Projet kann op zwou verschidden Aart a Weise gemaach ginn:

- Wärend enger Woch an der Vakanz
- Wärend dräi Wochen: all dënschdes an donneschdes mëttes eng Challenge maachen

Woch an der Vakanz

Dag		Challenge
Méindeg	Moien	Aféierung an d'Challenge 1
	Mëtteg	Challenge 2
Dënschdeg		Challenge 3
Mëttwoch		Challenge 4
Donneschdeg		Challenge 5
Freideg	Moien	Challenge 6
	Moien oder Mëtteg	Zertifikat-Iwwerreechung

3 Wochen

Dag		Challenge
Woch 1	Dënschdeg	Aféierung an d'Challenge 1
	Donneschdeg	Challenge 2
Woch 2	Dënschdeg	Challenge 3
	Donneschdeg	Challenge 4
Woch 3	Dënschdeg	Challenge 5
	Donneschdeg	Challenge 6 an Zertifikat-Iwwerreechung

Wann net genuch Zäit ass, kënnt Dir d'Challenge 5 „Analys vu Liewensmëttelverschwendung" zesumme mat enger vun deenen aneren Challengë maachen.

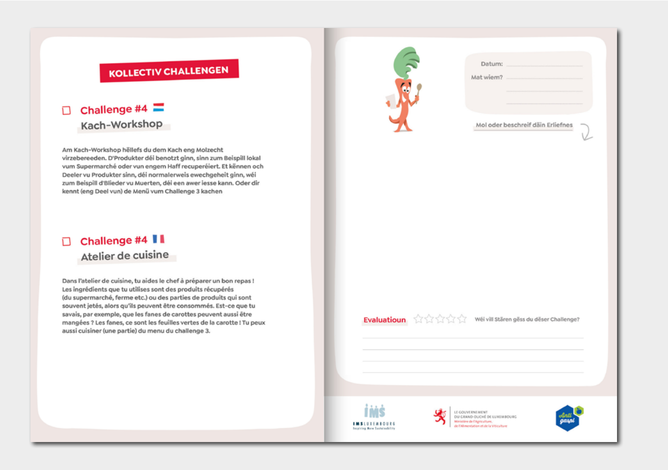
Support-Material

Dat follgend Support-Material steet zur Verfügung:

- Heft fir d'Kanner mat all den Challengen
- Poster mat den individuellen Challengen
- Poster mat de kollektiven Challengen
- Poster fir d'Ukënnegung vum Elterenevenement
- Zertifikat fir d'Kanner
- Ausstellung

Heft

Am Heft ginn all d'Challengen op Lëtzebuergesch a Franséisch erkläert a beschriwwen. Als éischt fannt Dir eng Lescht mat all den individuellen a kollektiven Challengen. D'Kanner kënnen d'Këschtercher vun deenen Challengen ukräizen, déi se scho gemaach hunn. Bei all Challenge ass Plaz virgesinn, wou d'Kanner eppes iwwer hiert Erliefnis schreiwen oder mole kënnen an eng Bewäertung a Form vu Stären ofgi kënnen.



Mir empfeelen d'Hefter an der Maison Relais ze halen, bis all déi kollektiv Challengë gemaach sinn. Duerno kënnen d'Kanner d'Heft mat heem huelen, fir datt si déi individuell Challengen zesumme mat hirer Famill maache kënnen.

Support-Material

Posteren

Dir hutt ausserdeem d’Méiglechkeet dräi Posteren erofzelueden an erauszeprinten, fir de Projet an der Maison Relais ze promovéieren. Den éischte Poster weist all déi kollektiv Challengen an den zweeten all déi individuell Challengen. Hei kënnt Dir ëmmer ee Kräiz an d’Këschtercher vun deenen Challengë maachen, déi scho gemaach sinn. De leschte Poster ass fir d’Elterenevenement unzekënnegen. An déi wäiss Këscht kënnt Dir d’Detailer schreiwen, zum Beispill den Numm vum Evenement an den Datum.

Zertifikat

Den Zertifikat soll d’Kanner fir hir Efforten an hir Participatioun belounen. An der éischter Rei kënnt dir den Numm vum Kand ausfëllen, duerno den Datum, d’Uertschaft vun der Maison Relais an d’Ënnerschrëft vun den Educateuren oder dem Chargé vun der Direktioun.

Support-Material

Ausstellung

No der Pilotphas vum Projet ass eng Ausstellung ausgeschafft ginn. Dir kënnt d'Ausstellung gären ausléinen, fir an der Maison Relais opzehänken an op de Projet opmierksam ze maachen. D'Ausstellung besteet aus 9 Plakater aus Kartrong, déi 800 x 600 mm grouss sinn.

D'Ausléine vun der Ausstellung passéiert nom Prinzip vun „deen éischten ass vir". Dofir kënnt Dir eng E-Mail un d'Carla Jellema op **carla.jellema@imslux.lu** schécken.

Detailer iwwert den Drock

Dir hutt d'Méiglechkeet, d'Dokumenter vum Material, dat Dir benotze wëllt, erofzelueden a mat de follgende Spezifikatiounen erauszeprinten.

Detailer iwwert den Drock

Material	Gréisst	Pabeier	Paysage/Portrait	Spezifikatiounen
Heft	A5	Normal		Booklet
Posteren	A3	Normal oder déck	Portrait	
Zertifikat	A4	Déck	Paysage	

Aféierung fir d'Kanner

Dauer vun der Aktivitéit: 1 Stonn, mat der Challenge 1 abegraff

Material: Beamer

Preparatioun: Wann néideg, d'PowerPoint-Presentatioun mat den Notizen erausprinten

➡ **Ier Dir mat den Challengen ufänkt, wier et gutt eng kuerz Aféierung zu den dräi Theeme vum Projet ze maachen:**

- Liewensmëttelverschwendung
- Lokaalt Iessen
- Biologescht Iessen

Dir kritt eng PowerPoint-Presentatioun online zur Verfügung gestallt fir d'Kanner an d'Theemen anzeféieren. Dës Aféierung besteet aus verschiddene Froen, fir e Gespréich mat de Kanner ze initiéieren. No all Fro kënnt Dir eng kleng Zesummefaassung maachen oder Explikatioune ginn, wann d'Kanner d'Äntwert net wëssen.

An den Notize vun der PowerPoint-Presentatioun fannt Dir weider Informatioune, déi Dir braucht fir d'Aféierung ze maachen.

Et wier gutt d'Aféierung zesumme mat der Challenge 1 ze maachen. Déi zwou Saachen daueren zesummen ongeféier eng Stonn.

Präsentatioun vun de kollektiven Challengen an der Maison Relais

Ech hunn et ganz cool fonnt.
Ech hunn och vill erroden.
Ganz cool!

☐ Challenge #1

Spill iwwer saisonaalt Uebst a Geméis

Dauer vun der Aktivitéit: 1 Stonn, mat der Aféierung abegraff

Material:

- 3 verschidden Zorte saisonaalt Uebst oder Geméis
- Biller vun de véier Joreszäiten
- Biller vun Uebst a Geméis
- Den Ziedel mat den Äntwerte fir den Educateur

Preparatioun:

- Uebst a Geméis kafen an a Stécker schneiden
- Biller vun de véier Joreszäiten erausprinten
- Biller vun Uebst a Geméis erausprinten an ausschneiden

Dës Challenge ass eng exzellent Aart a Weis fir de Kanner bäizebréngen, datt net all Uebst a Geméis dat ganzt Joer iwwer zu Lëtzebuerg wiisst, oder villäicht souguer iwwerhaapt net zu Lëtzebuerg ugebaut gëtt. D'Offer vun de Supermarchéen entsprécht dëser saisonaler Realitéit awer net. D'Aktivitéit ass an zwee Deeler opgedeelt:

- Uebst a Geméis roden
- Saisonaalt Uebst a Geméis entdecken

Uebst a Geméis roden

Schneit d'Uebst a Geméis a kleng Stécker. Sot de Kanner, si sollen hir Hänn wäschen a verbannt hinnen d'Aen, soubal se sëtzen.

Gitt all Kand en Teller mat 3 verschiddenen Zorten Uebst a Geméis. D'Kanner mussen dann duerch Fillen, Richen, a Schmaachen erroden, wéi en Uebst oder Geméis et ass.

Opgepasst, d'Kanner musse sech déi richteg Äntwert verhalen an net haart soen, fir datt all Kand d'Chance huet et selwer erauszefannen, ouni sech vu senge Frënn beaflossen ze loossen. Wann d'Kanner all fäerdeg sinn, kënnt Dir se froen, wat fir en Uebst oder Geméis et war.

Saisonaalt Uebst a Geméis entdecken

Leet d'Biller vun de véier Joreszäiten op den Dësch an deelt d'Kanner a Gruppe vu maximum 12 op, mat engem Animateur pro Grupp. Weist de Kanner d'Uebst oder d'Geméis a frot si, wéi een Uebst oder Geméis et ass. Wa si déi richteg Äntwert ginn hunn, frot si a wéi enger Joreszäit dëst Uebst oder Geméis zu Lëtzebuerg wiisst. Duerno leet Dir d'Bild vum Uebst oder Geméis bei déi richteg Joreszäit. D'Äntwerte fannt dir am Äntwertformulaire.
An de Kanner hirem Heft fanne si nach eemol déi 4 Biller vun de Joreszäiten an op enger separater Säit d'Uebst an d'Geméis. D'Iddi ass et, datt d'Kanner d'Uebst an d'Geméis ausschneiden an an d'Heft pechen, genau esou, wéi se et virdrun och schonn zesumme gemaach hunn.

Challenge fir déi méi kleng Kanner (Cycle 1-2): Print 16 Biller vun Uebst a Geméis eraus. Weist de Kanner dës Biller eent nom aneren a frot se, ob se wëssen, wéi en Uebst oder Geméis et ass. Duerno kënnt Der mat de Kanner beschwätzen, ob et op engem Bam, iwwert dem Buedem oder am Buedem wiisst.

No den zwee Spiller kënnt Dir de Kanner d'Hefter ausdeelen, fir datt si hiert Erliefnis dra molen oder schreiwe kënnen. Vergiesst dobäi net d'Kanner ze froen hiren Numm op déi éischt Säit vum Heft ze schreiwen. Mir empfeelen Iech, d'Hefter an der Maison Relais ze halen, bis all déi kollektiv Challengë fäerdeg sinn.

Präsentatioun vun de kollektiven Challengen an der Maison Relais

Mega cool!!

☐ Challenge #2

Treffe mat engem lokale Produzent

Dauer vun der Aktivitéit: d'Visitt : 1-1.5 Stonn, ouni Transport

Material:

- Passend Kleedung fir d'Kanner

Preparatioun:

- Ee Bauer fannen, dee mat enger Visitt vu sengem Haff averstanen ass oder an d'Maison Relais komme wëll an hie briefen.
- Transport organiséieren (Ëffentlechen Transport? Bus léinen?)

Een Treffe mat engem lokale Produzent ass eng gutt Manéier fir de Kanner ze weisen, wou hiert Iessen hierkënnt.

Ee puer Iddie fir e Produzent ze fannen:

- Kuckt mat der Kichen, ob si mat engem lokale Produzent zesummeschaffen.
- Gëtt et e Produzent an der Stad/am Duerf oder an der Géigend vun der Maison Relais?
- Consultéiert de follgenden Internetsite vum Ministère fir Landwirtschaft, Ernärung a Wäibau:
  - https://regionalsaisonal.lu/lb/produzenten/
  - https://www.sou-schmaacht-letzebuerg.lu/de/produzenten

Virun Ärem Besuch ass et wichteg, de Bauer iwwer d'Ziler vun Ärem Besuch ze briefen. Frot och, ob et méiglech ass, datt d'Kanner eng Aktivitéit maache kënne wéi zum Beispill Eeër sichen, d'Déiere fidderen, oder Uebst oder Geméis planzen. An der Maison Relais kënnt Dir zesumme mat de Kanner Froe preparéiere fir dem Produzent ze stellen.

Um Ufank vun der Visitt gëtt de Produzent eng Erklärung iwwer zum Beispill:

- D'Gréisst vum Bauerenhaff / de Geméisgaart.
- D'Zuel vun den Déieren op sengem Bauerenhaff.
- D'Produkter, déi produzéiert ginn an hir Quantitéit.

Wann d'Kanner net vill Froen hunn, fannt Dir hei e puer Beispiller vu Gespréichstheemen:

- Wéi grouss ass Äre Bauerenhaff / Geméisgaart?
- Wat gëtt op Ärem Bauerenhaff / an Ärem Geméisgaart produzéiert?
- Wéi gesäit en Dag op Ärem Bauerenhaff / an Ärem Geméisgaart aus?
- Wéini ginn d'Déieren eraus?
  - Wat iessen se? Vu wou kënnt hiert Iessen?
- Wat ass den Ënnerscheed tëschent der konventioneller Landwirtschaft an der biologescher Landwirtschaft? Firwat ass déi biologesch Landwirtschaft besser?
  - A Bezuch op d'Produktioun?
  - A Bezuch op d'Consommatioun?
- Firwat ass et wichteg, lokal Produkter ze kafen?
- Firwat ass et wichteg, biologesch Produkter ze kafen?
- Wat maacht Dir fir d'Liewensmëttelverschwendung an Ärem Betrib ze reduzéieren?
- Wéi eng Produkter liwwert Dir an d'Maison Relais?

Nom theoreteschen Deel ass et Zäit fir eng Aktivitéit.

Vergiesst net beim Retour an d'Maison Relais d'Kanner ze froen hiert Heft auszefëllen.

©Eva Krins – Maison Moderne

Präsentatioun vun de kollektiven Challengen an der Maison Relais

Toll!

☐ Challenge #3
E Menü zesummestellen

Dauer vun der Aktivitéit: 1 Stonn

Material:

- De Menü vun der Woch vun der Maison Relais
- Eventuell de Joreszäitekalenner vum Uebst a Geméis:

https://regionalsaisonal.lu/lb/saisonkalender/saisonskalenner-abrell/

Preparatioun:

- Iwwerleet Iech e puer Beispiller fir de Kanner ze hëllefen, wann néideg.

Dës Aktivitéit weist de Kanner, datt et wichteg ass verschidde Krittären ze beuechten, wann een e Menü zesummestellt. Et ass wichteg, datt de Menü déi follgend Krittären erfëllt:

- Gesond
- Equilibréiert, mat Kären, Geméis, a Fleesch, Fësch, Eeër oder Leguminosen
- Mat lokalen a saisonale Produkter

De Menü besteet aus enger Entrée, engem Haaptplat an engem Dessert.

Dës Challenge kann zesumme mam Personal vun der Kiche vun der Maison Relais gemaach ginn. De Menü kann och als Inspiratioun fir de Kach-Workshop benotzt ginn.

Als extra Aktivitéit kënnen d'Kanner de Menü och nach molen oder bastelen.

Hei e puer Suggestioune fir d'Zesummestellung vun engem Menü:

- Kuckt am Menü vun der Maison Relais, ob et méiglech ass Reschter ze benotzen, zum Beispilleng Zopp aus Geméisreschter oder Bruschetta aus alem Brot.
- Kuckt Iech am Joreszäitekalenner dee Mount un, an deem Dir d'Challenge maacht. Maacht Iech Gedanken doriwwer, wat fir eng Platen ee mat dësem Uebst a Geméis maache kann. Zum Beispill ass am Mee Rubbarb an der Saison an Dir kënnt Rubbarbstaart als Dessert maachen.
- Ee Menü aus Wuerzelen, wou all Deel vun der Wuerzel benotzt gëtt:
  - Wuerzelszopp
  - Nuddele mat engem Pesto aus de Blieder vun de Wuerzelen
  - Carrot cake oder Muffins mat Wuerzelen
- Frot de Produzent, ob hie Reschter oder e puer net esou schéi Produkter huet, déi hien net verkafe kann, mee déi Dir benotze kënnt, fir de Menü zesummenzestellen an am Kach-Workshop ze benotzen.
- Benotzt Produkter, déi d'Kanner beim Produzent gesinn hunn. Am beschte wär et, wann Dir se direkt beim Produzent kaaft an duerno am Kach-Workshop benotzt.

An der Beschreiwung vun der Challenge 4 – Kach-Workshop fannt Dir e puer zousätzlech Iddien.

Präsentatioun vun de kollektiven Challengen an der Maison Relais

Ech sinn esou frou, well et lecker ass.

☐ Challenge #4

Kach-Workshop

Dauer vun der Aktivitéit: 1-2 Stonnen, hänkt vum Rezept of

Material:

- Kach-Material
- Zutaten

Preparatioun:

- Entscheet, eventuell zesumme mat de Kanner, wat gekacht gëtt.
- Kuckt mam Kichepersonal, ob se bei dëser Challenge hëllefe kënnen.
- Kaaft d'Zutaten oder frot d'Kichen, dat ze maachen.

Dës Challenge huet d'Zil, de Kanner bäizebréngen, op eng „Antigaspi"-Aart-a-Weis oder mat Reschter a saisonale Produkter ze kachen, déi d'Kanner um Bauerenhaff gesinn hunn.

Hei e puer Rezeptiddien:

- Geméis-Risotto vum Lucien Kass vun der EHTL. D'Rezept fannt Dir an der Annex.
- Antigaspi-Kicherierbessen
  - Hummus vun de Kicherierbessen, eventuell gemëscht mat saisonalem Geméis, zum Beispill rout Rommelen oder Spinat
  - D'Waasser vun de Kicherierbessen, dat „Aquafaba" genannt gëtt, benotze fir eng Schockelasmousse ze maachen
- Chipsen aus de Schuele vu Grompere
- Geméischips, zum Beispill aus Wuerzelen, roude Rommelen, oder séisse Gromperen
- Gitt alem Brout een zweet Liewen:
  - „Pain perdu"
  - Croûtone fir an d'Zopp
  - Bruschetta
- Maacht Donuts aus dem Rescht Gromperepüree: https://savethefood.com/recipes/leftover-mashed-potato-apple-cider-donuts
- Banana bread mat mierwe Banannen
- Riz frit aus Räis, Geméisreschter an Eeër
- Ee vegetaresche Burger, wou een zum Beispill Geméisreschter benotze ka fir ee Burger-Patty ze formen.

Antigaspi-Rezepter:
https://antigaspi.lu/rezepter/

©Marie Russillo – Maison Moderne

Präsentatioun vun de kollektiven Challengen an der Maison Relais

Es ist schade und interessant und wichtig.

☐ Challenge #5

Analys vu Liewensmëttelverschwendung

Dauer vun der Aktivitéit: 15-30 Minutten

Material:

- Reschter vun engem Mëttegiessen

Preparatioun:

- Kuckt mam d'Kichepersonal, ob si Iech bei dëser Challenge hëllefe kënnen.

Fir d'Analys vu Liewensmëttelverschwendung an der Maison Relais kënnt Dir domat ufänken, d'Reschter ze weien. Duerno kënnt Dir mat de Kanner doriwwer diskutéieren.

Kuckt, ob d'Kichen eng Wo huet, fir d'Reschter all Dag ze weien. Wann se eng Wo hunn, schwätzt mam Kichepersonal an de Kanner doriwwer, wéi vill vum Iessen nom Mëttegiessen ewechgeheit gëtt. Wa si keng Wo hunn, da weist einfach d'Quantitéit vun de Reschter an engem transparente Behälter.

Et ass flott, wann d'Kichepersonal bei dëser Challenge hëllefe kann.

Hei e puer Froen, fir d'Diskussioun mat de Kanner an d'Kichenpersonal lieweg ze gestalten:

- Wat gëtt mat de Reschter gemaach?
- Dat wat haut ewechgeheit gëtt, ass dat den Duerchschnëtt? Ass et méi wéi normalerweis? Oder manner?
  - Firwat ginn net all Dag d'selwecht vill Reschter ewechgeheit?
- Wat gëtt am meeschten ewechgeheit?
- Wat gëtt mam Offall gemaach?
  - Kompost?
  - Bio-Gas?
  - Poubelle?
- Wat kënnt dir maachen, fir datt manner Iessen ewechgeheit gëtt?
  - Huelt iech nëmmen esou vill, wéi dir och packt. Dir kënnt iech ëmmer nach eng zweet Kéier huelen, wann dir nach hongereg sidd.
  - Wann all Kand just e bësse vun all Plat schmaacht, da ginn et manner Reschter.

Präsentatioun vun de kollektiven Challengen an der Maison Relais

Et war mega flott, dat ze maachen.
Ech wëll dat nach eng Keier maachen.

☐ Challenge #6

Bastel-Aktivitéit

Dauer vun der Aktivitéit: 1-2 Stonnen, hänkt dovunner of, wat gebastelt gëtt

Material:

- Bastelsaachen

Preparatioun:

- Inspiratioun sichen

Loosst de Kanner Zäit sech ze iwwerleeën, wat se kreéiere wëllen!

Sidd kreativ a bastelt oder moolt e Poster, oder maacht e Collage, deen an der Maison Relais opgehaange gëtt, fir d'Elteren op de Projet opmierksam ze maachen a se doriwwer ze informéieren. Oder maacht eng Postkaart fir den Elteren ze ginn, fir datt se déi individuell Challengen doheem mat de Kanner maache kënnen.

D'Iddi ass et, eppes zu den dräi Theeme vum Projet ze bastelen: lokaalt Iessen, biologescht Iessen a Liewensmëttelverschwendung.

Am Heft fannt Dir déi follgend Suggestiounen:

- Wéi kann ee Liewensmëttelverschwendung vermeiden?
- Wat ass saisonaalt Uebst a Geméis?
- Wéi kann ee biologesch Produkter identifizéieren?
- Wéi gesäit d'Zukunft vum Liewensmëttel-System aus?
- Bastelt eng Iddiskëscht

Fir déi kleng Kanner:

- Uebst a Geméis
- De Bauerenhaff
- Saisons-Kalenner vum Uebst a Geméis

Hei e puer Bastel-Beispiller aus der Pilotphas vum Projet:

Zertifikat

☐ Zertifikat-Iwwerreechung

Dauer vun der Aktivitéit: 15-30 Minutten

Material:

- Zertifikater

Preparatioun:

- Zertifikater erausprinten an ausfëllen

All Kand kritt en Zertifikat fir et fir seng Begeeschterung a Beméiungen am Kader vum Projet ze belounen.

D'Zertifikat-Iwwerreechung ass eng exzellent Geleeënheet fir eng lescht Diskussioun iwwer d'Theeme vum Projet: Liewensmëttelverschwendung, lokaalt a biologescht Iessen. Mat dëser leschter Diskussioun hoffe mir, datt de Geescht vum Projet an Ärer Maison Relais weiderliewe wäert. Dobäi kann een de Projet zesummefaassen an d'Kanner froen, wat hinnen am beschten oder am mannste gutt gefall huet, a wat se geléiert hunn.

D'Eltere kënnen och fir d'Zertifikat-Iwwerreechung invitéiert ginn. Gläichzäiteg kann dann och den Elterenevenement stattfannen. D'Kanner wäerte stolz sinn, hiren Elteren ze weisen, wat se gemaach hunn. Si kënnen dann déi kollektiv Challengen erklären, wärend d'Personal vun der Maison Relais den Elteren déi individuell Challengen erkläre kann.

MIR SINN ANTIGASPI,
AN DIR?

Zertifikat
"MIR SINN ANTIGASPI – AN DIR ?"

Felicitatioun!

Merci fir d'Matmaachen

....

huet um Projet « Mir sinn Antigaspi – an dir? » deelgeholl a verschidden individuell a kollektiv Challengë realiséiert an huet domadder gehollef, manner Liewensmëttel ze verbëtzen.

Gemaach den : ....

zu : ....

Ënnerschrëft :

IMS LUXEMBOURG Inspiring More Sustainability

LE GOUVERNEMENT DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Agriculture, de l'Alimentation et de la Viticulture

Anti gaspi

☐ Evenement fir d'Elteren an individuell Challengen

Säit 1/2

En Evenement fir d'Eltere gëtt organiséiert, fir d'Elteren iwwer de Projet ze informéieren an se ze motivéieren déi individuell Challengë mat hire Kanner zesummen ze maachen. Do ginn et verschidde Méiglechkeeten:

- En Elterenowend
- En Informatiounsstand ëm déi Auerzäit, wou d'Elteren hir Kanner siche kommen
- Eng Elteren-Kanner-Aktivitéit
- D'Elteren op d'Zertifikat-Iwwerreechung invitéieren

Wärend dem Elterenowend kënnt dir d'Broschür „8 gëlle Reegelen" weisen an ausdeelen, déi Dir um Site vum Ministère fir Landwirtschaft, Ernärung a Wäibau eroflueden kënnt: https://antigaspi.lu/publications/zusammen-gegen-lebensmittelverschwendung/

Dir kënnt d'Broschüre bestellen, andeems dir eng E-Mail schéckt un d'Adress: info@antigaspi.lu

Elterenowend

Dauer vun der Aktivitéit: 1 Stonn

Material: Beamer

Preparatioun:

- Invitatioun fir d'Elteren
- Optioun: Setzt e „Mentimeter" an d'PowerPoint

Wa schonn en Elterenowend geplangt ass, kënnt Dir dëse benotzen, fir de Projet virzestellen. Oder Dir kënnt en Elterenowend organiséiere speziell fir de Projet virzestellen. Dir kritt eng PowerPoint-Presentatioun online zur Verfügung gestallt, fir d'Elteren iwwer de Projet ze informéieren, awer och iwwer déi verschidden Challengë vun den dräi Theeme vum Projet: Liewensmëttelverschwendung, lokaalt a biologescht Iessen.

An den Notize vun der PowerPoint fannt Dir all d'Explikatiounen, fir d'Presentatioun ze leeden. Fir den Owend méi interaktiv ze maachen, proposéiere mir Iech e „Mentimeter" ze benotzen, fir d'Froen ze verbildlechen.

D'Presentatioun dauert ongeféier 30 Minutten.

Informatiounsstand

Dauer vun der Aktivitéit: ongeféier 3 Stonnen, vu 16.00-19.00 Auer, ofhängeg vun den Ëffnungszäite vun der Maison Relais

Material: Glieser a Bueteren

Preparatioun: D'Froen an Äntweren erausprinten

Well ganz vill Elteren déck beschäftegt sinn, ass en Informatiounsstand, wann d'Elteren d'Kanner siche kommen, eng gutt Alternativ. Um Stand kënnt Dir dann d'Posteren an d'Hefter weisen, awer och eng kleng Ëmfro maachen. D'Ëmfro kéint Dir op déi follgend Aart a Weis duerchféieren:

D'Elteren huelen eng Bueter a leeën se an d'Glas mat der richteger Äntwert. Mir proposéieren déi follgend Froen:

- Wou gëtt dat meescht Iessen ewechgeheit?
  - An der Produktioun
  - An der Restauratioun
  - Am Handel
  - An den Haushalter
- Wéi vill vun de Liewensmëttel, déi op der Welt produzéiert ginn, ginn ewechgeheit?
  - 1/2 ?
  - 1/3 ?
  - 1/4 ?

Déi richteg Äntwert ass an den Haushalter mat 53%. An der Produktioun sinn et 24%, an der Restauratioun, déi och Grousskiche beinhalt, sinn et 12% an am Handel och 11%. Op der ganzer Welt ginn 1/3 vun alle Liewensmëttel ewechgeheit.

D'Zil ass et, d'Elteren iwwer de Projet ze informéieren a se ze motivéieren déi individuell Challengen ze maachen. D'Froe si just do fir d'Opmierksamkeet vun den Elteren ze kréien.

D'Kanner kënnen dobäi och matmaachen! Si kënne Snacks preparéieren oder Smoothies a Jus maachen, déi si dann den Elteren zerwéieren.

Et geet duer just e puer Minutte mat den Elteren ze schwätzen.

☐ Evenement fir d'Elteren an individuell Challengen

Säit 2/2

Eng Kanner-Elteren-Aktivitéit

Dauer vun der Aktivitéit: 1-2 Stonnen, ofhängeg vun der Aktivitéit

Material:

- Kach-Workshop: Kichematerial, Zutaten
- Uebst plécken: Passend Kleedung, Kuerf fir d'Uebst dranzeleeën
- Planzen : Gaardegeschier, Som oder Planzen, Passend Kleedung

Preparatioun:

- Kach-Workshop: Rezept sichen, Zutate kafen
- Uebst plécken: Informéiert Iech, wou een Uebst plécke kann: https://antigaspi.lu/activities/de- projet-gielt-band/
- Planzen
  - Wou gëtt geplanzt? Zum Beispill am Gaart vun der Maison Relais oder an engem Hochbeet
  - Som oder Planze kafen

Fir d'Elteren an de Projet ze integréieren, organiséiert eng Aktivitéit, déi d'Kanner zesumme mat hiren Eltere maache kënnen. Mir proposéieren zesummen eng Challenge ze maache wéi zum Beispill zesummen ze kachen, wat souwuel eng individuell Challenge wéi och eng kollektiv Challenge ass. D'Challenge 7, Uebst plécken, ass och e gutt Beispill fir eng Aktivitéit, déi d'Kanner an d'Elteren zesumme kënne maachen. Eng aner Méiglechkeet ass déi individuell Challenge 3, Planzen. Vergiesst net d'Elteren iwwer de Projet an déi individuell Challengen ze informéieren.

Zertifikat-Iwwerreechung

Dauer vun der Aktivitéit: 1-1,5 Stonnen

Material:

- Zertifikater
- Beamer

Preparatioun:

- Invitatioun fir d'Elteren
- Zertifikater erausprinten an ausfëllen
- Optioun: Setzt e „Mentimeter" an d'PowerPoint

Et ass eng flott Iddi, den Elterenevenement mat der Zertifikat-Iwwerreechung ze kombinéieren. Fänkt mat der Presentatioun fir d'Elteren un. Dir kënnt d'Presentatioun fir den Elterenowend benotzen, mee mir proposéieren Iech, dës esou kuerz wéi méiglech ze maachen, fir datt et de Kanner net ze laang gëtt. D'Kanner kënnen déi kollektiv Challengen erklären, iert all Kand säin Zertifikat kritt.

Frot d'Kanner hir Hefter no enger bestëmmter Zäit nach eemol mat an d'Maison Relais ze bréngen, zum Beispill no engem Mount, fir iwwer déi individuell Challengen ze schwätzen.

Organiséiert ee klengt Evenement fir d'Filmer ze weisen, déi d'Kanner beim individuellen Challenge 7 gedréint hunn.

Mir wäre frou, wann Dir eis d'Iddie géift zoukomme loossen, déi d'Kanner am Kader vun der individueller Challenge 8 an d'Iddiskëscht geheit hunn. Dir kënnt se op déi follgend E-Mail-Adress schécken: **carla.jellema@imslux.lu**. Merci am Viraus!

ANNEX

Geméisrisotto (10 pers.)

500 g	Räis vum Typ „Carnaroli“	
1	Ënn	D'Ënn schielen a kleng schneiden
1	Knuewelek	Eng Zéif Knuewelek schielen a kleng schneiden
1,700 l	Geméisfong	Ee Geméisfong aus de Reschter vum Geméis, de Kraider an de Gewierzer maachen
200 g	Séiss Gromper	Déi séiss Grompere schielen an a Kübe vun 1 cm schneiden
100 g	Wuerzelen	D'Wuerzele wäschen an an hallef Rondele schneiden
100 g	Courgetten	D'Courgette wäschen an an hallef Rondele schneiden, duerno am Olivenueleg ubroden
100 g	Mange-touten	D'Mange-toute wäschen an an eng Rauteform schneiden
1 pc	Gréngen Chili	Den Chili wäschen a ganz kleng hacken
5 g	Ingwer	Den Ingwer schielen a kleng hacken
150 g	Parmesan	De Parmesan rappen
50 g	Pesto (Péiterséileg, Noix de Grenoble, Knuewelek, Olivenueleg, Parmesan)	De Péiterséileg mam Knuewelek, der Noss, dem Parmesan, an dem Olivenueleg vermëschen

Preparatioun:

- D'Ënn an de Knuewelek ubroden.
- De Räis derbäimaachen a lues ubroden.
- Den Ingwer an den Chili derbäimaachen.
- Lues a lues de waarme Geméisfong derbäischëdden.
- Déi ganzen Zäit réieren.
- No 10 Minutten déi séiss Gromperen an d'Wuerzelen derbäimaachen.
- D'Mange-touten an d'Courgette derbäimaachen.
- Um Schluss de Pesto aréieren (30-35 Minutten).
- Uriichten a mat Parmesan bestreeën.

EHTL
École d'Hôtellerie et de Tourisme du Luxembourg

Kass Lucien