

## Bastelanleitung: Obst & Gemüse der Saison

Basteln, kreativ werden und dabei das Bewusstsein für Nachhaltigkeit stärken. Mit dieser Bastelanleitung lernt Ihr Kind spielerisch die Erntezeit verschiedener regionaler Lebensmittel kennen.

Es lohnt sich für Sie und für uns alle – auch aus umwelttechnischen Gründen – heimisches, saisonales Obst und Gemüse zu bevorzugen. Es ist nachhaltiger, aber es schmeckt auch viel intensiver und weist eine höhere Nährstoffdichte auf. Das wurde vielfach durch Studien belegt.

### Anleitung

1. Bastelvorlage, Jahreszeitenuhr (2x) und Saisonkalender ausdrucken
2. Alle Obst- und Gemüsekarten und die beiden Jahreszeitenuhren inkl. Zeigern ausschneiden
3. Obst und Gemüse entsprechend des Saisonkalenders jeweils auf eine Jahreszeitenuhr kleben (d. h. eine Jahreszeitenuhr für Obst und eine für Gemüse)
4. Zeiger befestigen

### Benötigte Materialien

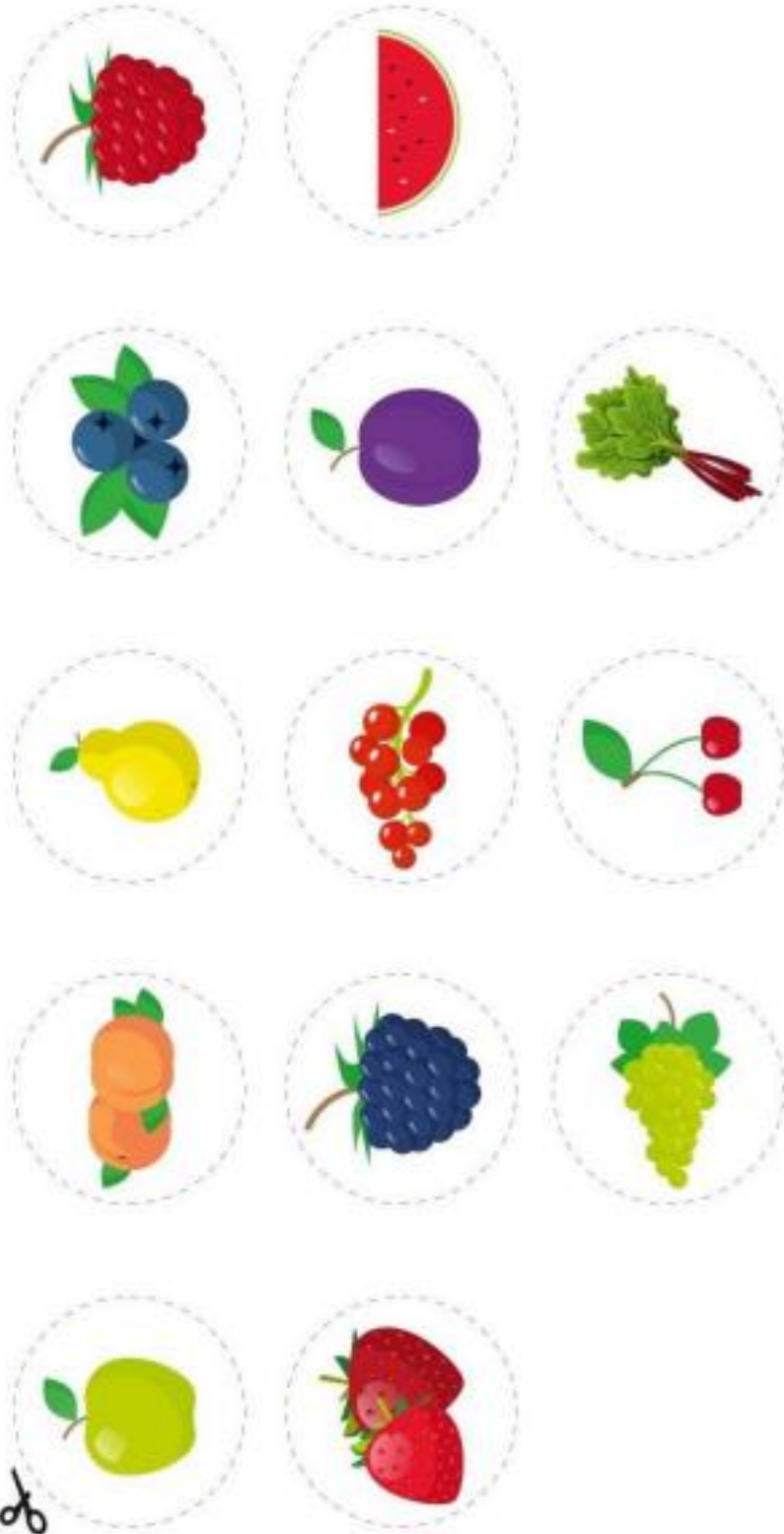
- Bastelvorlage
- Schere
- Drucker und Druckerpapier



## Bastelvorlage: die Jahreszeitenuhr



# Bastelvorlage: die Obstkarten



# Bastelvorlage: die Gemüsekarten



# Saisonkalender

GENÜSSE	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
Blumenkohl												
Grüne Bohne												
Brokkoli												
Champignon												
Erbse												
Grünkohl												
Salatgurke												
Kartoffel												
Kürbis												
Karotte												
Paprika												
Spargel												
Tomate												
Rotkohl												
Spinat												
Zucchini												
<b>OBST</b>												
Apfel												
Aprikose												
Birne												
Heidelbeere												
Erdbeere												
Himbeere												
Brombeere												
Johannisbeere												
Kirsche												
Pflaume												
Rhabarber												
Wassermelone												
Weintraube												