

Food Waste im Unterricht

Umsetzung im Rahmen der Nationalen Woche gegen Food Waste

Dieses Dokument dient als Unterstützung für Lehrpersonen zur Umsetzung des Themas Food Waste im Unterricht der Volksschule, mit Fokus auf Zyklus 2 und Zyklus 3. Es zeigt die Relevanz des Themas für den Schulunterricht auf und stellt Möglichkeiten zur Umsetzung vor.

Inhalt

Warum passt das Thema in den Schulunterricht?	1
Food Waste im Lehrplan 21	2
Zyklus 1 und 2	2
Zyklus 3	2
Bildung für Nachhaltige Entwicklung BNE	2
Angebote für Schulen von foodwaste.ch	3
Vertiefungsmöglichkeiten für die Nationale Woche gegen Food Waste	3
Aufgabe 1: Mit der Waage gegen Food-Waste	3
Aufgabe 2: Foodsave-Knowhow der Grosseltern	4
Weitere Materialien und Lehrmittel	5
Lehrmittel	5
Materialien und Angebote	5
Impressum	5

Warum passt das Thema in den Schulunterricht?

Weltweit geht rund ein Drittel der essbaren Lebensmittel auf dem Weg vom Acker bis auf den Teller verloren oder wird verschwendet. Für die Schweiz sind das jedes Jahr rund 2,8 Millionen Tonnen. Diese Verschwendung ist nicht nur schade, sondern ein echtes Umweltproblem: Für die Herstellung von Lebensmitteln braucht es Boden, Wasser, Energie und Arbeit und es entstehen Emissionen. Wenn Lebensmittel verschwendet werden, war diese Umweltbelastung umsonst. In Zahlen ausgedrückt: Unsere Ernährung macht rund 28 % des Schweizer Umwelt-Fussabdrucks aus. Etwa ein Viertel davon geht auf das Konto von vermeidbaren Lebensmittelverlusten¹.

Die gute Nachricht: 35 %² dieser Umweltbelastung entsteht durch Verluste, die wir direkt in unserem Alltag verhindern können: Beim Einkaufen, im Kühl- und Küchenschrank, beim Kochen und beim Umgang mit Resten machen wir mit kleinen Entscheidungen einen grossen Unterschied.

¹ C. Beretta & S. Hellweg (2019): Lebensmittelverluste in der Schweiz: Mengen und Umweltbelastung. Wissenschaftlicher Schlussbericht, Oktober 2019. ETH Zürich

² Beretta et al. (2025): Monitoring der Lebensmittelverluste in der Schweiz: Zwischenstandsbericht 2025. Oktober, 2025. ZHAW Wädenswil

Die Schule kann eine wichtige Rolle dabei spielen, Kinder und Jugendliche bereits früh für einen bewussten Umgang mit Lebensmitteln zu sensibilisieren und befähigen und die aktuellen Lehrpläne geben die passenden Rahmenbedingungen dazu. Essen, Ernährung und damit auch Food Waste ist im Alltag der Schüler:innen stets präsent, mit vielfältigen Erlebnissen und Emotionen verbunden und ermöglicht daher einen lebenswelt- und handlungsorientierten Unterricht.

Food Waste im Lehrplan 21

Das Thema Food Waste wird im Lehrplan 21 vor allem im Fachbereich Natur, Mensch, Gesellschaft (NMG) über verschiedene Kompetenzen vertreten. Es ist zudem ein gutes Thema für die Bildung für eine Nachhaltige Entwicklung, da es sich gut an verschiedene andere Ernährungs- und Konsumthemen anknüpfen und praktisch umsetzen lässt.

Zyklus 1 und 2

Das Thema Lebensmittelverschwendung steht für den Zyklus 2 als verbindliches Thema im Fachbereich NMG im Lehrplan 21. Ernährung und Konsum sind aber in beiden Zyklen durch weitere Kompetenzen vertreten und das Thema Food Waste lässt sich auch in deren Zusammenhang ansprechen.

Zentrale Kompetenzen mit Bezug zu Food Waste	Weitere relevante Kompetenzen
NMG.1.3, NMG.6.3	NMG.1.2, NMG.3.4, NMG.4.1, NMG.6.4, NMG.6.5

Zyklus 3

Das Thema Food Waste knüpft im Zyklus 3 am deutlichsten an Kompetenzen des NMG-Teilfachs Wirtschaft, Arbeit, Haushalt (WAH) an, wobei es auch wichtige Verbindungen zu Räume, Zeiten, Gesellschaften (RZG) und Natur und Technik (NT) gibt.

Zentrale Kompetenzen mit Bezug zu Food Waste	Weitere relevante Kompetenzen
WAH.3.2, WAH.3.3, WAH.4.3.b, WAH.4.4, WAH.4.5, WAH.5.1	WAH.1.3.a, WAH.2.2.b, WAH.3.1c, WAH.4.2.b, RZG.1.2.d, RZG.1.4, RZG.3.1, RZG.3.2 NT.1.3, NT.9.3

Bildung für Nachhaltige Entwicklung BNE

Food Waste ist ein besonders geeignetes Thema für den BNE-Unterricht, denn es tangiert alle Dimensionen der Nachhaltigkeit und es betrifft uns zudem alle in unserem Alltag. Es gibt einen gesellschaftlichen Konsens, dass Food Waste vermieden werden muss und niemand muss dafür seine Ernährungsweise umstellen. Der Themenkomplex Nachhaltige Ernährung lässt sich daher über Food Waste leichter angehen als beispielsweise über das Thema Fleischkonsum.

Das Thema Food Waste trägt zu einer Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) bei, indem die Schüler:innen Gelegenheit erhalten,

- sich mit der Begrenztheit natürlicher Ressourcen und einen verantwortungsvollen Umgang mit diesen auseinanderzusetzen.
- sich mit ökologischen, ökonomischen und globalen Herausforderungen der Ernährung zu befassen.
- Konsumentenscheide und Verhaltensweisen im Alltag zu reflektieren und konkrete, individuelle Handlungsmöglichkeiten zu erkennen.

Die Reduktion von Food Waste ist mit dem Ziel 12.3 «Die weltweite Lebensmittelverschwendung pro Kopf halbieren» expliziter Inhalt der Ziele für nachhaltige Entwicklung der UNO (SDG) und dient überdies den Zielen 1, 2, 6, 11, 13 und 15.

Angebote für Schulen von foodwaste.ch

foodwaste.ch bietet für den Schulunterricht unterschiedliche, fertig geplante Unterrichtsvorhaben, Weiterbildungen für Lehrperson an sowie weitere Materialien wie Infografiken und Flyer zum Einsatz im Unterricht. Alle Angebote sind unter www.foodwaste.ch/schule genauer beschrieben und verfügbar.

Ab Juni bzw. Juli 2026 neu verfügbar sind Unterrichtsvorhaben zu folgenden drei thematischen Zugängen für Zyklus 2 und Zyklus 3. Alle umfassen eine Einführungs-Lektion, welche die Schüler:innen auf das Thema Food Waste einstimmt:

- «Vertrau deinen Sinnen!» für Zyklus 2 und Zyklus 3 zum Thema Haltbarkeit und Datierung von Lebensmitteln.
- Unterrichtsvorhaben «Klasse rettet Ernte» für Zyklus 2 und Zyklus 3 zum Thema Food Waste in der Landwirtschaft.
- Unterrichtsvorschlag «Foodsave-Kitchen-Challenge» für Zyklus 3 zum Thema kreatives Kochen mit Resten.

Vertiefungsmöglichkeiten für die Nationale Woche gegen Food Waste

Speziell für die Nationale Woche gegen Food Waste schlagen wir die beiden folgenden Lernaufgaben vor, mit denen Schulen dem Thema während der ganzen Woche noch mehr Gewicht geben können. Mit diesen Aufgaben können die Schüler:innen das Thema Food Waste und die Food-Waste-Vermeidung in ihrem Alltag und im Austausch mit ihrem direkten Umfeld vertieft explorieren. Die Aufgaben sind einzeln oder kombiniert umsetzbar.

Aufgabe 1: Mit der Waage gegen Food-Waste

für Zyklus 2 und 3

Gemäss der Publikation «[Ein praktischer Leitfaden zur Reduktion von Food Waste in Haushalten](#)» von Agroscope «hat sich gezeigt, dass nur schon die Messung des eigenen Food Wastes einen Einfluss auf unser Verhalten und/oder unser Bewusstsein gegenüber dem Thema hat.»

Ziele

Die Schüler:innen können

- Food Waste systematisch messen.
- Food-Waste-Situationen analysieren und Gründe und Ursachen dafür erkennen.
- Handlungsmöglichkeiten entwickeln, um häufige Food-Waste-Situationen in Zukunft zu vermeiden.

Anleitung für Lehrpersonen

Du und die Schüler:innen richtet euren Fokus eine Woche lang auf euren eigenen Food Waste. Ihr messt während sieben Tagen zusammen mit euren Familien alle Lebensmittel, die im Abfall, Kompost, Abfluss oder bei Tieren landen. Dazu könnt ihr die Anleitung und die Vorlage im oben verlinkten Leitfaden verwenden.

Anschliessend besprecht ihr in der Schule eure Food Waste-Fallen. Dazu gibt es ebenfalls in der genannten Anleitung Leitfragen, die ihr ergänzen könnt. Ihr erhaltet dadurch Antworten, in welchen Situationen es bei euch öfter zu Food Waste kommt und wo ihr Handeln könnt.

Im dritten und wichtigsten Schritt fokussiert ihr auf die Lösungen, indem ihr Handlungsmöglichkeiten entwickelt: Anhand der «5 Schritte gegen Food Waste» (www.foodwaste.ch/5-schritte) untersucht

ihr eure Beispiele: Bei welchem Schritt überseht ihr oft etwas und wie könntet ihr es anders machen? Könnt ihr mit euren eigenen Ideen nicht alle Food Waste-Fallen überwinden? Vielleicht wissen die Grosseltern der Schüler:innen Rat (siehe Aufgabe 2) oder eine KI kann euch einen Denkanstoss liefern.

Beachte: Informiere die Eltern frühzeitig und transparent über die Aufgabe und ihren Zweck. Die Erhebung gelingt nur, wenn die Familien freiwillig mitmachen und verstehen, dass nicht die Menge des Food Wastes im Mittelpunkt steht, sondern das gemeinsame Finden von alltagstauglichen Lösungen.

Aufgabe 2: Foodsave-Knowhow der Grosseltern

für Zyklus 2 und 3

Viele Menschen der älteren Generation sind im Umgang mit Lebensmitteln anders aufgewachsen als die heutigen Eltern, Kinder und Jugendlichen. Von vielen dieser Erfahrungen können wir profitieren – auch beim Thema Lebensmittelverschwendung!

Ziele

Die Schüler:innen können

- in einem Gespräch mit einer Person der Grosselterngeneration Erfahrungen und Wissen in Bezug auf Food Waste zusammentragen und sich dadurch mit deren Erfahrungswelt auseinandersetzen.
- Tipps, Rezepte, Geschichten und Erkenntnisse aus dem Gespräch auswerten und deren Nutzen für den eigenen Alltag beurteilen.
- gewonnene Erkenntnisse aufbereiten und anderen präsentieren.

Anleitung für Lehrpersonen

Die Schüler:innen führen mit ihren Grosseltern bzw. einer Person aus der Generation der Grosseltern ein Gespräch über Food Waste, werten dieses aus und präsentieren die interessantesten Erkenntnisse, Tipps und Rezepte sowie eindrückliche Geschichten anschliessend der Klasse.

Vorbereitung

- Besprecht das Ziel eurer Befragung: Welche Informationen mit Bezug zum Umgang mit Lebensmitteln, zur Verwertung von Resten und zur Vermeidung von Food Waste möchtet ihr von den Gesprächspartner:innen erhalten, was interessiert euch?
- Wer kommt für das Gespräch in Frage? Grosseltern, andere Verwandte oder Bekannte, Nachbarn, Bewohner:innen eines Alterszentrums.
- Lege (evtl. zusammen mit den Schüler:innen) die Rahmenbedingungen für das Gespräch fest: Dauer des Gesprächs, Form (persönlich, Telefon, Chat), Aufzeichnung bzw. Dokumentation (Audioaufnahme, Notizen, Schriftwechsel), Deadline. Die Schüler:innen planen anschliessend den Gesprächstermin und planen sich Zeit ein, um einen Tipp oder ein Rezept zu testen.
- Gib bekannt, in welcher Form die Ergebnisse präsentiert werden sollen (evtl. mit Wahlmöglichkeiten) und ob und wie die Arbeit bewertet wird.
- Entwickelt zusammen einen Fragenkatalog. Daraus stellt sich jede:r Schülerin ihren Gesprächsleitfaden zusammen.

Durchführung

- Die Schüler:innen führen ihr Gespräch als Hausaufgabe durch und dokumentieren dieses gemäss Vorgabe.
- Die Schüler:innen sollen einen der erhaltenen Tipps oder eines der Rezepte gegen Food Waste testen (z.B. direkt mit dem/der Gesprächspartner:in) und reflektieren, ob der Tipp oder das Rezept in ihrem Alltag nützlich und praktikabel ist.

- Die Schüler:innen erhalten Zeit für die Auswertung des Gesprächs und die Vorbereitung der Präsentation.

Präsentation und Reflexion

- Mögliche Formen (kombinierbar) sind z.B.: Poster, Podcast, Sprachnachrichten, zubereiten und präsentieren eines Rezepts, Ratgeber-Broschüre, mündliche Präsentation, Frage- oder Diskussionsrunde.
- Zielpublikum: Die Präsentation kann im Klassenverband, für die Familien oder für die ganze Schule durchgeführt werden

Weitere Materialien und Lehrmittel

Das Thema Food Waste wird von verschiedenen gängigen Lehrmitteln der Volksschule aufgegriffen. Zudem bieten andere Organisationen weitere nützliche Unterrichtsmaterialien an. Nachfolgend eine kleine Auswahl von Empfehlungen:

Lehrmittel

WeitBlick NMG: Das Leben gestalten (Z1)
WeitBlick NMG: Markt und Handel entdecken (Z2)
NaTech 5 | 6
Alltagsstark (Z3)
Aha! WAH, Band 2 (Z3)
Tiptopf mit filRouge (Z3)
Das WAH-Buch (Z3)
Räume, Zeiten, Gesellschaften, Band 3 (Z3)

Materialien und Angebote

[«Kartenset Nachhaltige Ernährung» – fit4future und J'aime ma planète](#) (Z1&2)
[«Kids News» – SRF \(2024\)](#) (Z1&2)
[«Food Champions» – fit4future](#) (Z2)
[«Achtung, fertig, restlos!» – Verein Food-Save-Spiel](#) (Z2&3)
[«Restlos Geniessen Challenge» für Schullager – 42hacks](#) (Z2&3)
[«Rezeptomat» – Gorilla](#) (Z3)
[«Themendossier Ernährung» – éducation21](#) (Z1-3)

Impressum

Verantwortlich für den Inhalt:

foodwaste.ch
Wylerringstrasse 36
3014 Bern
031 306 17 60
info@foodwaste.ch

Bern, 16. Juni 2026