

Veggie Day–Challenge

So geht's

Legt als Gruppe einen Tag pro Woche fest, an dem alle nur vegetarisch oder vegan essen. Ihr könnt dazu entweder vorher einen Rezeptplan erstellen und alle kochen die gleichen Gerichte nach. Oder jede*r überlegt sich selbst, was sie*er essen möchte. Wenn ihr gemeinsam kochen möchtet, könnt ihr euch auch über einen Videochat zusammenschließen und alle gleichzeitig kochen.

Legt vorher fest, welche Regeln es für den Veggie Day gibt (z. B. ob ihr vegetarisch oder vegan esst) und wie lange eurer Aktionszeitraum dauert: Also wie viele Wochen lang ihr eure Aktion durchführt. Ihr könnt alternativ auch eine Klassen-Challenge machen: Welche Klasse schafft mehr Veggie Days?

Wichtig ist auch eine Methode, um nachzuweisen, dass der Veggie Day eingehalten wurde. Dazu könnt ihr z. B. Fotos von euren Mahlzeiten machen oder einen Veggie Day-Tagebuch schreiben.

Mit einem Veggie Day zeigt ihr zum einen, dass vegetarisches oder veganes Essen lecker und ein fleischfreies Mittagessen ganz einfach ist. Zum anderen schützt ihr wirksam das Klima. Denn bei der Tierhaltung werden besonders viele Treibhausgase ausgestoßen.

Berechnet außerdem, wie viel CO₂ ihr mit eurer Aktion eingespart habt. Dazu könnt ihr unsere Tipps nutzen, die ihr unter folgendem Link herunterladen könnt: www.klasse-klima.de/wettbewerb



Das braucht ihr:

- Einen festen Tag pro Woche, an dem ihr den Veggie Day durchführen wollt.
- Einen Aktionszeitraum.
- Regeln für euren Veggie Day (z. B. vegetarisch/vegan?)
- Eine Methode, um nachzuweisen, dass der Veggie Day eingehalten wurde.
- Hilfreich ist auch eine Sammlung von einfachen und günstigen Rezepten zum Nachkochen.
- Wenn ihr gemeinsam kochen möchtet, benötigt ihr noch ein Programm, mit dem ihr euch über Videos zusammenschließen könnt.