

**Wie konsumiere ich?**

Analysiere, wie deine Familie und du konsumieren. Worauf achtet ihr beim Einkauf von Lebensmitteln? Welche Kriterien sind euch wichtig?

**Aufgabe 1**

Kreuze an, welche der folgenden Lebensmittel du und deine Familie nie, kaum, oft oder sehr oft konsumieren.

	nie	kaum	oft	sehr oft
Wasser und ungesüsste Getränke				
Früchte				
Gemüse				
Fleisch				
Brot				
Milchprodukte				
Kartoffeln				
Teigwaren				
Süssigkeiten				
Süssgetränke				

Was esst ihr besonders gerne, du und deine Familie? Notiere zu jeder Lebensmittelgruppe deine liebsten Speisen. Was magst du an diesen besonders?

	Favoriten meiner Familie
Wasser und ungesüsste Getränke	
Früchte	
Gemüse	
Fleisch	
Brot	
Milchprodukte	
Kartoffeln	
Teigwaren	
Süssigkeiten	
Süssgetränke	

Kreuze an, wie stark deine Familie beim Einkauf von Lebensmitteln auf folgende Kriterien achtet.

**Wir achten darauf, dass das Produkt ...**

	Beachten wir sehr stark	Beachten wir stark	Beachten wir ab und zu	Beachten wir selten	Beachten wir nicht
... aus der Schweiz ist.					
... aus der Region kommt.					
... aus nachhaltiger Produktion stammt.					
... günstig ist.					
... aus biologischem Anbau stammt.					
... Saison hat (bei Gemüse und Obst).					
... aus besonders tierfreundlicher Haltung stammt (z. B. bei Fleisch).					
... ein bestimmtes Label trägt.					
... frei von Palmöl ist.					
... wenn möglich einen gesundheitlichen Mehrwert bietet.					
... ein Fairtrade- oder Nachhaltigkeitslabel wie Max Havelaar oder UTZ trägt.					
... (weiteres Kaufkriterium).					

**Aufgabe 2**

Überlege dir, worauf du und deine Familie beim Einkauf von Lebensmitteln besonders achtet. Nimm dazu die Einflussfaktoren zur Hand, die du oben erarbeitet hast (Preis, Qualität usw.). Tausche dich danach mit einem Partner oder einer Partnerin aus und notiere seine/ihre Antworten auf folgende drei Fragen:

Mein Partner/meine Partnerin isst oft ...

---

Seine/Ihre Familie kauft besonders viel/e ...

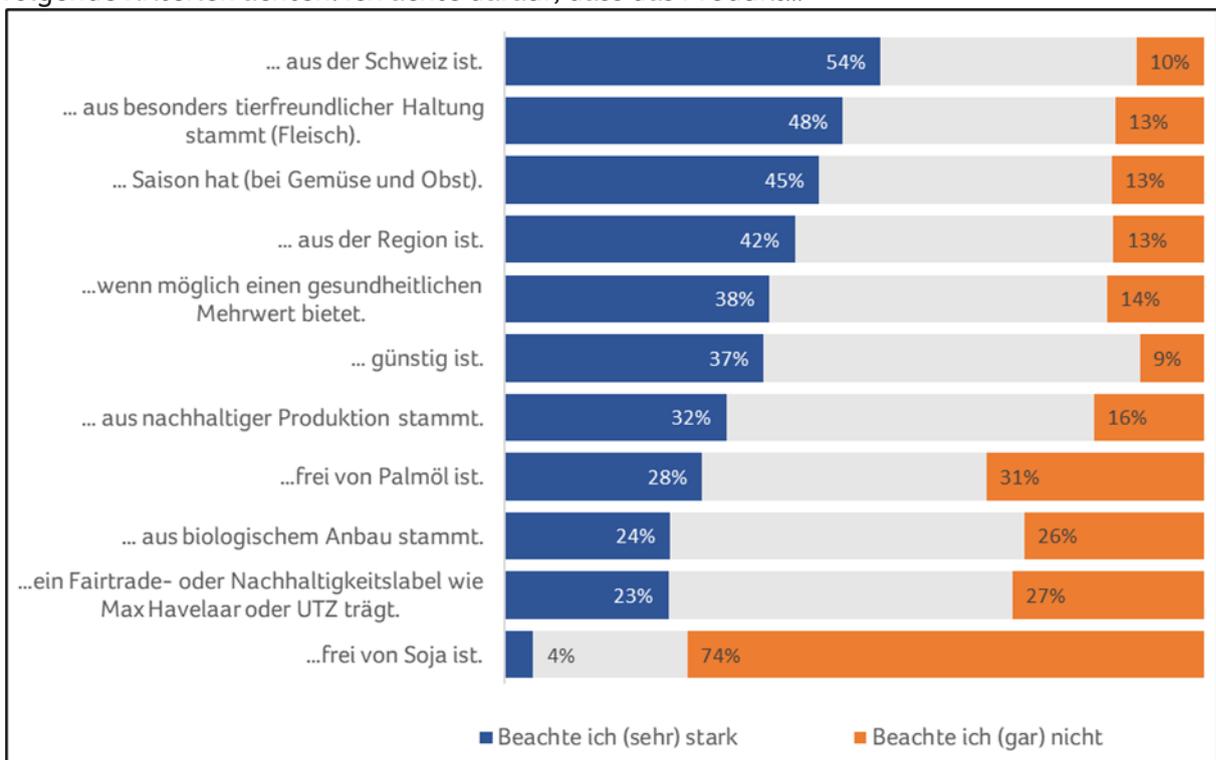
---

Beim Einkaufen achtet die Familie meines Partners/meiner Partnerin vor allem auf folgende Faktoren:

---

**Aufgabe 3**

Schau dir nun die Ergebnisse der folgenden Befragung an: **Junge Erwachsene (18 bis 30 Jahre)** wurden befragt, wie stark sie beim Einkauf von Lebensmitteln auf folgende Kriterien achten. Ich achte darauf, dass das Produkt...



Quelle: Strategische Einstellungsmessung, Swissmilk, 2023

**Abschlussfrage:** Von welchen Einflussfaktoren lässt du dich beim Kauf von Lebensmitteln leiten?

---



---