

Zu schade für die Mülltonne!

Vielleicht hast du es gelesen oder auch gehört: Allein in Deutschland werden im Jahr weit über sechs Millionen Tonnen Lebensmittel weggeworfen.

Warum so eine Verschwendung? Zum Teil kommt das daher, dass mehr Lebensmittel produziert werden, als tatsächlich verkauft werden können. Was nicht mehr taufisch ist, wird oft weggeworfen.

Der Schein trügt

Wenn ein Apfel eine Macke hat, wollen ihn auch die wenigsten. Dabei könnte man die Stelle ausschneiden. Wenn ein Gemüse nicht die richtige Größe hat, taugt es nicht zum Verkauf. Dabei schmeckt alles super!

Ein anderer Grund ist, dass viele Menschen oft viel zu viel einkaufen. Von einer Packung mit 10 Scheiben Käse werden nur 6 oder 7 Scheiben gegessen. Der Rest fliegt in die Tonne.

Lebensmittel verdienen doch mehr Respekt. **Glaubst du nicht, dass man da etwas ändern müsste? Welche Ideen hast du zu diesem Thema?**



QUIZ!

Schau her! Mithilfe von Sparki und Sparkina bin ich wieder so fit wie früher! **Wie ich es geschafft habe, weißt du bestimmt noch. Dann kreuze an, was ich richtig gemacht habe.** Die Auflösung findest du rechts.

- | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---|
| Ja | Nein | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1. Ich habe nur noch Bananen gegessen. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 2. Ich habe mich abwechslungsreich ernährt. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 3. Meinen Durst habe ich mit Saftschorle und Wasser gelöscht. |

- | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---|
| Ja | Nein | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 4. Wenn ich Hunger hatte, durfte ich nur noch Süßes essen oder trinken. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 5. Ich habe regelmäßig Sport gemacht. |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 6. Ich habe stundenlang auf der Wiese gelegen. |



Auflösung: Das Sparschwein findest du auf Seite 10. Es sitzt in einer Schlinge des Dünndarms.

Auflösung: Bei 2, 3 und 5 hat Freddy das Richtige für seine Gesundheit getan.

Impressum

Herausgeber und Verlag: Deutscher Sparkassen Verlag GmbH, 70547 Stuttgart, 49. Jahrgang. Redaktion: Christine Thibaut (Tel. +49 711 782-1876), Hermann Elfers (verantwortlich). Creative Concept und Layout: ABS Direct Marketing, Stuttgart. Text: Werner Streckfuß, Essingen/Pfalz. Berater: Miriam Weber, Ostfildern, Thomas Diehm, Esslingen, Andrew Hutchins M. A., Stuttgart. Illustrationen: Giuseppe Calligaro, Esslingen (Titelseite, 2, 3, 4 o., 4 r. M., 5, 7, 8, 9, 11, 12, 14, 15 und 16), ABS, Stuttgart (4 r. M., 4 r. u., Vignetten bei Paginierung und 6/7), aid, infodienst, Bonn (8); Fotos: Corbis (2 l. o. und 5 u. / Radius Images, 2 r. M. und 6 / Westend61, 2 l. u. und 10 / Ocean und 3d4Medical.com, 5 r. o. / Beau Lark, 9 r. o. / Corbis, 11 r. u. / Vladimir Godnik, 13 r. u. / Sebastian Pfuetze), mauritius (7 r. o. BY, 9 l. o. / Ulrich Niehoff), dpa (14 o. / Frank May), blickwinkel (16 l. u. / McPHOTO). Papier hergestellt aus chlorfrei gebleichtem Zellstoff. Reproduktion: media office gmbh, Kornwestheim; Dierichs Druck + Media GmbH & Co. KG, Kassel. Trotz sorgfältiger Überarbeitung wird keine Gewähr übernommen. Alle Rechte vorbehalten. Mehr Infos zu HALLO erhalten Pädagogen unter www.sparkassen-schulservice.de; Art.-Nr. 322 107 126

Das Ernährungs-Preisrätsel

Gemeinsam essen macht Spaß, vorausgesetzt, dass jeder gute Manieren am Tisch hat.

guten Manieren geblieben? Nun zu unserem Preisrätsel: **Kreuze die Kästchen an, wo sich unsere drei Freunde FALSCH verhalten. Ein Tipp: Drei Ziffern sind gefragt.**



Yes! Eating together really is more fun! (Ja! Gemeinsam essen macht wirklich Spaß!)

Sparki hat heute Sparkina und Freddy zum Essen eingeladen. Er hat für sie Spaghetti gekocht. Aber was ist denn los mit den drei heute? Wo sind ihre

1 Sparkina hat Hunger. Sie reißt die Schüssel Spaghetti an sich.

4 Sparki fragt seine Gäste mit vollem Mund, ob ihnen das Essen schmeckt.

2 Sparki schenkt Sparkina Wasser in ihr Glas ein. Sparkina gibt keinen Ton von sich.

5 Sparkina hat Hunger. Sie bittet Sparki, ihm die Schüssel Spaghetti zu geben.

3 Freddy isst immer mit geschlossenem Mund, um nicht zu schmatzen.

6 Sparki schenkt Sparkina Wasser in ihr Glas ein. Sparkina sagt: „Danke!“



5x
Ruth Gellersen
Ernährung
Seit wann gibt's Kakao? Warum sind Obst und Gemüse so gesund? Was versteht man unter Überfischung? Diese und weitere Fragen beantwortet „Das spannende Sach- und Mitmachbuch“ auf abwechslungsreiche Art und Weise. Mit pfiffigen Experimenten, lustigen Quizfragen und Rätseln und interessanten Fotoreportagen.
ISBN 978-3-480-22556-9
Esslinger Verlag



5x
Die Maus
Mein erstes Kochbuch
Das Kochbuch mit der Maus enthält jede Menge Rezepte für köstliche und gesunde Gerichte, die Kindern gelingen und schmecken. Mit Maus, Ente und Elefant ist Kochen wirklich kinderleicht!
ISBN 978-3-86775-686-0
Schwager & Steinlein



5x
Ursel Scheffel / Jutta Timm
Upps, beweg dich!
Das Upps ist zu Besuch bei Lucas auf der Erde. Nur hat der nicht so viel Zeit für seinen außerirdischen Freund, der dann anfängt, sich den Bauch mit Pizza und Süßigkeiten vollzuschlagen. Bis er krank wird! Gesunde Ernährung und Bewegung müssen her!
Ein lustiges Hörspiel mit Rezept im Booklet!
CD 442 054-2
JUMBO Neue Medien & Verlag GmbH



3x
Uli Stein / Martin Wallace
Schlacht am Buffet
Das Buffet ist eröffnet. Aufgebaut sind die leckersten Tellergerichte. Statt sich schön in der Reihe anzustellen, versuchen die frechen Mäuse, sich vorzudrängeln. Ein turbulentes Spiel mit Hauen und Stechen und viel Schadenfreude.
Für 3 bis 6 Spieler, ab 8 Jahren
Art.-Nr. 691370
KOSMOS

So nimmst du am Preisrätsel teil: **Schreibe die drei Ziffern auf eine Postkarte und schicke sie bis zum 29. Februar 2012 an:**
Deutscher Sparkassen Verlag GmbH
HALLO-Redaktion
Preisrätsel 2/2012 „Gesund oder kugelförmig?“
70547 Stuttgart



Zu gewinnen gibt es sechsmal einen Sparkassengutschein über 30 Euro oder einen der oben abgebildeten Preise. Die Gewinner

werden persönlich benachrichtigt und ihre Namen auf www.sparkassen-schulservice.de veröffentlicht. **WICHTIG:** Gib deinen Wunschpreis an und bitte deine Eltern, auf der Postkarte anzugeben, dass sie damit einverstanden sind, dass du beim Quiz mitmachst. Vergiss auch nicht, deinen Namen, deine Adresse, dein Alter und deine Sparkasse anzugeben.

Die Übergabe der Preise übernimmt die jeweilige Sparkasse, die zu diesem Zweck die personenbezogenen Daten des/der Gewinner(s) (Name, Alter und Adresse) vom Deutschen Sparkassenverlag erhält. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Bei mehreren richtigen Einsendungen entscheidet das Los.