

Einstieg: Zu Beginn spielen wir ein Fruchtsalat. Alle stehen im Kreis. Jede Person sucht sich eine Frucht aus. Dann sagt jeder im Kreis seine Frucht. Nun Klatscht man abwechselungsweise auf die Beine und in die Hände. Jemand beginnt und sagt: Kiwi (die eigene Frucht) ruft Apfel (die Frucht eines Mitspielers). Der Mitspieler der Apfel ist, sagt dann: „Apfel ruft Birne.“ und so weiter. Das Ganze hat aber noch einen Knackpunkt. Man darf während dem ganzen Spiel keine Zähne zeigen. Das heisst man muss schauen, dass man so spricht das man sie nicht sieht. Wenn man von jemandem die Zähne sieht, ist er ausgeschieden.

Hauptteil: Im Hauptteil geht es darum, alle Zutaten für ein Birchermüesli und Tee zu erspielen. Dazu müssen die Kinder in Gruppen Aufgaben erledigen. Um die Zutat in Bio/Aus der Region zu erhalten, ist die Aufgabe jeweils etwas schwieriger. Wir erklären den Kindern, was die Vorteile von Bio/Aus der Region sind und dass man versuchen sollte, die etwas schwierigere Aufgabe zu lösen. Die Gruppe, welche am Schluss am meisten (oder nur) Bio/Aus der Region Zutaten hat, hat gewonnen.

- Apfel: Ein Apfel ist mit einer Schnur an einem Ast befestigt. Ein Kind der Gruppe muss versuchen, den Apfel zu essen, ohne die Hände zu benutzen. Für einen Bio/AdR-Apfel hängt der Apfel weiter oben im Baum, so dass ein Kind Huckepack oder auf die Schultern genommen werden muss, um ihn zu erreichen
- Jogurt/Rahm: Milch muss zu Rahm geschlagen werden. Für normalen Jogurt/Rahm darf der Mixer benutzt werden für Bio/AdR-Jogurt/Rahm darf nur der Schwingbesen benutzt werden.
- Haferflocken: Bei diesem Posten muss Abfall entsorgt werden. Die Kinder müssen den Abfall in Eimer treffen. Für Bio/AdR-Haferflocken muss der Abfall auch noch sortiert werden. Es gibt Glas, Alu, PET und Karton. Hier wird den Kindern noch erklärt, weshalb Abfall getrennt werden sollte.
- Kirschen: Die Kirschensteine müssen möglichst weit gespuckt werden. Für Bio/AdR-Kirschen müssen die Steine in einen Behälter getroffen werden.
- Banane: Die Kinder müssen aus der Banane ein Tier schnitzen. Für normale Bananen wird ein Delfin geschitzt, für Bio/AdR-Bananen ein Dackel (schwieriger). Als Vorlage haben die Kinder ein Bild.
- Tee: Die Kinder müssen Teebeutel mit dem Maul eine gewisse Distanz werfen. Für Bio/AdR-Tee ist die Distanz doppelt so lang.

Ausstieg: Mit den gesammelten Zutaten bereiten wir jetzt gemeinsam ein Birchermüesli und Tee zu und geniessen unser Zvieri.