



Bundesministerium
für Landwirtschaft, Ernährung
und Heimat



Mehr bewirken mit *Zu gut für die Tonne!*

**Toolkit zur Reduzierung von
Lebensmittelverschwendung**



zugutfuerdietonne.de



[@bmleh.de](https://www.instagram.com/bmleh.de)



[@bmleh_bund](https://www.youtube.com/bmleh_bund)

Inhalt



01 Das Toolkit:
Darum geht's

05 Aktivitäten
planen

02 Die Initiative
Zu gut für die Tonne!

06 Evaluation

03 Unsere Materialien
und Angebote

07 Fragen und
Antworten

04 Die Aktionswoche
Zu gut für die Tonne!

08 Kontakt



Das Toolkit: Darum geht's

Wir haben ein Ziel: Lebensmittelverschwendung in Privathaushalten deutlich reduzieren. **Helfen Sie uns dabei?**

Mit diesem Toolkit unterstützen wir Sie, sich zu engagieren. Egal ob Sie im digitalen Raum unterwegs sind, mit Bürgerinnen und Bürgern auf einer Info-Veranstaltung sprechen, mit Verbraucherinnen und Verbrauchern am Point of Sale zu tun haben, mit Schülerinnen und Schülern oder Tischgästen in der Außer-Haus-Verpflegung: **Das Toolkit erleichtert die Arbeit mit verschiedenen Zielgruppen – online und offline.** Es bietet einen Überblick über die *Zu gut für die Tonne!*-Materialien, die Sie nutzen können und liefert Ideen und Anregungen zum Mitmachen.

Mit vereinten Kräften erreichen wir viele Verbraucherinnen und Verbraucher und verringern die Verschwendung. Wir: Das sind Sie und die [**Initiative Zu gut für die Tonne!**](#) vom Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat. Und unsere Kooperationspartnerinnen und -partner, die Teil unseres wachsenden Netzwerks sind. Seien auch Sie dabei!

**Jeder
Beitrag
zählt!**

Was bietet dieses Toolkit?



Tipps zur Planung von **Aktivitäten** vor Ort oder im digitalen Raum, beispielsweise im Rahmen unserer jährlichen **Aktionswoche** (29.09.–06.10.)



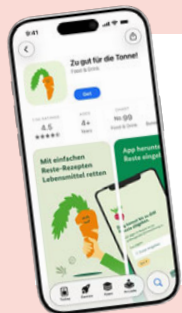
Konkrete **Zahlen und Fakten** und dazu passende **Grafiken**, die Sie für **Social Media** verwenden oder abdrucken dürfen



Printmaterialien wie z. B. eine Infobroschüre, die Sie kostenfrei bei uns bestellen können



Hinweise zur Nutzung unseres **Logos** – für gemeinsame Sichtbarkeit



Einen Überblick über unsere digitalen Angebote und Tools wie die **Zu gut für die Tonne!-App** inklusive Beste-Reste-Rezepten

Jede Aktion zählt!

Ein Social Media-Post, ein Infostand, ein Beitrag im Newsletter, das Auslegen unserer Broschüre – das Toolkit unterstützt Sie **bei Ihren Maßnahmen** für Verbraucherinnen und Verbraucher. Jede noch so kleine Aktion zählt.

Wofür kann ich das Toolkit nutzen?

Möchten Sie direkt eine Aktion planen oder sich erstmal nur informieren? Lassen Sie sich inspirieren, wie Sie das Toolkit nutzen können.



Ich möchte eine eigene Aktion organisieren und benötige Tipps und Materialien.

Der Bereich [Aktivitäten planen](#) bietet konkrete Ideen für On- und Offline-Aktionen, gute Beispiele aus der Praxis und Hinweise zur Bewerbung von Angeboten. Nutzen Sie den Zeitraum der jährlichen [Aktionswoche](#), um viele Menschen zu erreichen: 29.09.–06.10. Unter [Materialien und Angebote](#) finden Sie unsere digitalen und Print-Produkte. Diese können Sie herunterladen bzw. kostenfrei bestellen und für Ihre Aktionen nutzen.

Ich möchte mein Engagement gegen Lebensmittelverschwendung sichtbarer machen.

Schauen Sie bei unseren [digitalen Angeboten](#) vorbei: Nutzen Sie z. B. unsere Grafiken sowie [#ZuGutFürDieTonne](#) für Social Media. Denn wenn wir an einem Strang ziehen und mit dem gleichen Hashtag kommunizieren, profitieren alle. Außerdem bieten wir eine [Muster-Pressemitteilung](#) an, die Sie während der jährlichen [Aktionswoche](#) verwenden können. So machen Sie die Medien auf Ihre Aktivitäten aufmerksam.

Ich weiß noch nicht, wo ich anfangen soll und möchte mir erst einen Überblick verschaffen.

Einen Überblick erhalten Sie unter [Die Initiative Zu gut für die Tonne!](#). Dort gibt es Hintergrundinformationen zu Zielen, Zahlen und Fakten. Der Bereich [Materialien und Angebote](#) führt alle Print- und Online-Angebote von *Zu gut für die Tonne!* auf, die Sie nutzen können. Legen Sie los und planen Sie Ihre erste [Aktivität!](#)



Mehr Wertschätzung, weniger Verschwendung

Zu gut für die Tonne! sensibilisiert Verbraucherinnen und Verbraucher für einen nachhaltigen Umgang mit Lebensmitteln. Mit vielfältigen Tipps und Tools schaffen wir Aufmerksamkeit für das Thema Lebensmittelwertschätzung und zeigen, wie sich im Alltag Lebensmittelabfälle einfach reduzieren lassen.

Ziel ist es, langfristig Verhalten zu verändern. Wir wollen Verbraucherinnen und Verbraucher motivieren:

- bedarfsgerecht einzukaufen
- Lebensmittel richtig zu lagern
- Zutaten restlos zu verwerten

Dieses Ziel lässt sich nur gemeinsam erreichen – über alle Sektoren hinweg. **Machen auch Sie mit!**

Wir bieten: **Informations- und
Bildungsmaterialien**

**Tipps zur richtigen Aufbewahrung
von Lebensmitteln**

Rezepte zur Resteverwertung

**Veranstaltungen wie die
bundesweite Aktionswoche**



Mit der *Nationalen Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung* adressiert das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) neben den privaten Haushalten auch die Sektoren Primärproduktion, Verarbeitung, Groß- und Einzelhandel sowie Außer-Haus-Verpflegung.

 [Mehr Informationen zur Nationalen Strategie](#)

Sie möchten zu *Zu gut für die Tonne!* auf dem Laufenden bleiben?

 [Hier geht's
zum Newsletter](#)

Warum handeln?

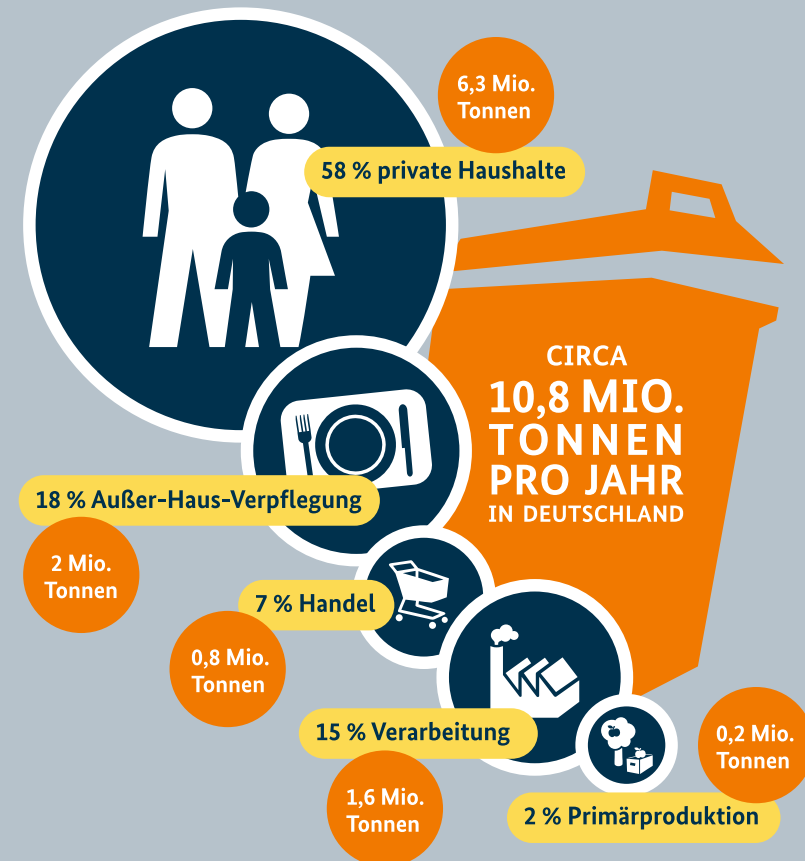
Insgesamt landen allein in privaten Haushalten jährlich ca. 6,3 Millionen Tonnen Lebensmittel im Müll – das sind 58 Prozent des gesamten Lebensmittelabfalls in Deutschland. Im Schnitt wirft jede und jeder von uns ungefähr 74,5 Kilogramm Lebensmittel pro Jahr weg. Lebensmittelverschwendung hat weitreichende Folgen für die Umwelt.

Wenn Äpfel oder Käse im Abfall landen, sind die verwendeten Ressourcen auch verschwendet: Ackerboden, Wasser und Dünger, Energie für Ernte, Verarbeitung und Transport. Bei der Produktion von Lebensmitteln werden außerdem Treibhausgase freigesetzt und das völlig umsonst, wenn die Lebensmittel dann weggeworfen werden.

Mehr Wertschätzung für Lebensmittel schaffen – eine Aufgabe für uns alle.

Wer wirft wie viele Lebensmittel* weg?

*darunter z. B. auch Obstschalen, Blätter oder Kaffeesatz



Diese und weitere Grafiken dürfen verwendet werden:
siehe [Grafiken](#)

Unser Ansatz

Lebensmittel landen in der Tonne, wenn wir zu viel einkaufen, Produkte falsch lagern oder Reste nicht verwerten. *Zu gut für die Tonne!* vermittelt, wie Verbraucherinnen und Verbraucher bedarfsgerecht einkaufen, Lebensmittel richtig lagern und Zutaten restlos verwerten können.

Dabei **kommunizieren wir positiv** und bieten **alltagstaugliche Lösungen** für Hürden bei der Reduzierung von Lebensmittelverschwendung an. Anknüpfend an das MOA-Konzept setzen wir auf die Stärkung von Motivation, Gelegenheit (Opportunity) und Fähigkeit (Ability).

Anstatt Verbraucherinnen und Verbrauchern ein schlechtes Gewissen zu machen, setzen wir auf **Wissensvermittlung** und **Motivation**. Eine Umfrage von *Zu gut für die Tonne!* hat ergeben, dass z.B. 68 Prozent der Befragten ihre Reste am nächsten Tag verwerten. Damit zeigen wir: Lebensmittel retten ist gar nicht schwer.



Unsere Materialien und Angebote

Auf den nächsten Seiten erhalten Sie einen Überblick über unsere Materialien – egal ob Print oder digital. Diese können Sie gerne für Ihre Aktivitäten nutzen.

Wählen Sie die Materialien aus, die zu Ihrer Aktion passen.

Für Rückfragen steht Ihnen das Team der Koordinierungsstelle *Zu gut für die Tonne!* gerne zur Verfügung:
kontakt@zugutfuerdietonne.de

Sie möchten einen Social Media-Post oder Flyer gestalten?
Dann nutzen Sie dafür gerne die [Grafiken und Inhalte](#) von unserer Website – vorausgesetzt Sie nennen die Quelle.

Sie benötigen Materialien zum Verteilen?
Unsere Broschüre, Einkaufszettelblock, Kühlschrank-Sticker und weitere [Materialien](#) sind kostenlos bestellbar und auch digital zum Download verfügbar.



Sie möchten *Zu gut für die Tonne!* dabei unterstützen, sichtbarer zu werden?

Dann nutzen Sie unser Logo für Ihre Aktivitäten (rund um die Aktionswoche) und verlinken Sie auf die *Zu gut für die Tonne!*-Website.

Mehr Infos



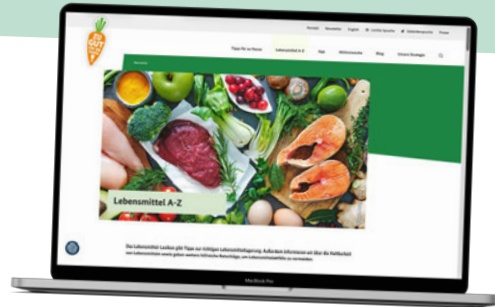
Website

Auf unserer Website finden Sie Inspirationen zur inhaltlichen Aufbereitung Ihrer Aktivitäten:

🕒 Tipps für zu Hause rund um Planung, Lagerung und Verwertung von Resten

🕒 Tipps zum Umgang mit Lebensmitteln von A-Z

🕒 Beiträge zu Themen wie Mindesthaltbarkeitsdatum, Grillen und Mythen rund um Käse



Social Media

Zu gut für die Tonne! ist auf den Kanälen des BMLEH zu finden. Nutzen Sie den Hashtag **#ZuGutFürDieTonne**

📷 Instagram: @bmleh.de

📺 YouTube: @bmleh_bund

Zu bestimmten Anlässen stellt Zu gut für die Tonne! Grafiken zum Posten bereit, siehe [Aktionswoche](#).



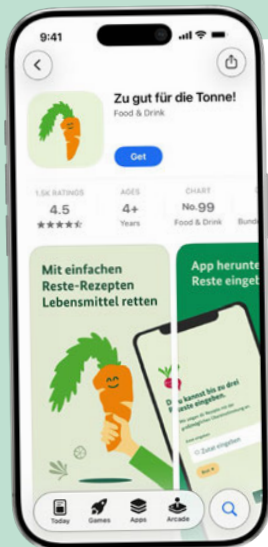
App

In der Zu gut für die Tonne!-App gibt es einfache Reste-Rezepte ohne großen Aufwand. Im Küchentagebuch kann man seine Lebensmittelabfälle erfassen und messen. Außerdem geben wir Tipps zur Haltbarkeit von Lebensmitteln. Gerne können Sie bei Ihren Kommunikationsaktivitäten auf die App hinweisen. Die App ist **kostenlos** und kann nicht nur auf dem Smartphone, sondern auch im Browser verwendet werden.

📱 App Store

📺 Google Play

🌐 Browser



Grafiken

Auf unserer Website finden Sie Grafiken und ein Poster rund um das Thema Lebensmittelverschwendung. Die Grafiken können Sie kostenfrei verwenden und auch abdrucken.

📄 Zu den Grafiken

📄 Poster herunterladen



Printmedien

Folgende Printmedien stehen Ihnen kostenfrei zur Bestellung über den [BLE-Medienservice](#) zur Verfügung. Nutzen Sie unser Infomaterial für Ihre nächste Veranstaltung!



Weniger Lebensmittel wegwerfen – so geht's!
Die Broschüre im DIN A6-Format liefert Hintergrundinformationen und Tipps zur Vermeidung von Lebensmittelabfall zu Hause. Der Fokus liegt auf den drei zentralen Bereichen zur Vermeidung von Lebensmittelabfall: planen, lagern, Reste verwerten.



Download



Bestellen



Kühlschranksticker

Unterschiedliche Lebensmittel haben unterschiedliche Anforderungen. Die Sticker-Sammlung im Postkartenformat hilft dabei, im Kühlschrank alles richtig einzusortieren. Damit bleiben Lebensmittel möglichst lange haltbar.



Download



Bestellen



Einkaufszettelblock

Der Block im DIN A6-Format motiviert zum Schreiben von Einkaufszetteln – Tipps und Tricks gegen Lebensmittelverschwendung auf jeder Seite inklusive.



Download



Bestellen



Iss mich zuerst!-Etiketten

Mit den auffälligen Etiketten lassen sich Lebensmittel markieren, die zuerst aufgebraucht werden müssen. Sie werden mit einer Postkarte mit Anwendungshinweisen geliefert. Besonders geeignet für Familien und WGs!

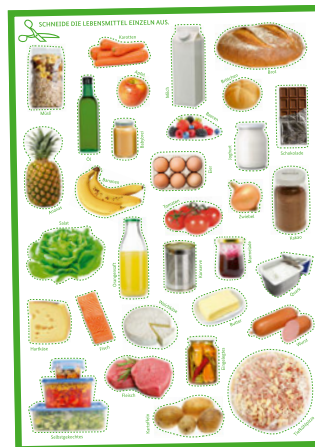


Download



Bestellen

Printmedien



Schulmaterial Klasse 3–6 und 7–9 sowie Bastelbogen

- Hintergrundinformationen für Lehrerinnen und Lehrer
- Arbeitsblätter für Schülerinnen und Schüler
- Bastelbogen zur richtigen Lagerung mit Lebensmitteln zum Ausschneiden



Zum Schulmaterial und Bastelbogen
mit Bestellmöglichkeit

Hier finden Sie sämtliche Produkte wie
Broschüren, Poster und Schulmaterialien
zum Bestellen.

Zum BLE-Medienservice



Die Aktionswoche

Zu gut für die Tonne!

Mit der Aktionswoche *Zu gut für die Tonne!* setzen wir das Thema Lebensmittelverschwendung eine Woche lang bundesweit in den Fokus. Vom **29. September bis 6. Oktober** finden jedes Jahr **in ganz Deutschland** Aktionen für mehr Wertschätzung von Lebensmitteln statt.

Richten auch Sie eine Aktion aus, vor Ort oder digital: Ob Koch-Workshop mit geretteten Lebensmitteln, Infostand in der Fußgängerzone, schulischer Thementag, extra Restegericht in der Kantine, Social Media-Post oder Online-Fachveranstaltung – Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Durch Sie wird die Aktionswoche lebendig. Werden Sie Teil eines wachsenden Netzwerks von vielfältigen Organisationen, die gemeinsam ein Zeichen gegen Lebensmittelverschwendung setzen. Wir bieten Ihnen dafür eine Bühne und unterstützen Sie dabei, Verbraucherinnen und Verbrauchern konkrete Handlungsimpulse zu geben.

Auf den folgenden Seiten finden Sie ...

- Infos und Materialien, die bei der **Online-Kommunikation** zur Aktionswoche unterstützen (z. B. auf Social Media): siehe [Kommunikation](#)
- Tipps und Inspirationen, wie Sie eine **Aktion ausrichten** können (inkl. Schritt-für-Schritt Anleitung): siehe [Aktivitäten](#) planen

Warum mitmachen?

Die Aktionswoche *Zu gut für die Tonne!* wirkt und macht sichtbar. Durch Ihre Teilnahme können Sie ...



Bewusstsein für das Thema
Lebensmittelverschwendung schaffen



Verbraucherinnen und Verbraucher gezielt
informieren und zum Handeln **motivieren**



Die **Bekanntheit** und **Reichweite**
Ihrer Organisation steigern



Ein Motto, das verbindet

Ein jährlich wechselndes Motto bringt Abwechslung in die Aktionswoche *Zu gut für die Tonne!*

In 2026 heißt es:

Alles auf dem Zettel!

Wir sensibilisieren private Haushalte für einen bewussten, vorausschauenden und geplanten Umgang mit Lebensmitteln – vom Einkaufszettel bis zur kreativen Resteverwertung. Weitere Informationen finden Sie auf unserer [Website](#).

Bleiben Sie auf dem Laufenden:

Alle wichtigen Informationen zur Aktionswoche teilen wir in unserem Newsletter. [Hier](#) geht es zum Abonnement.

Bei Fragen:

Schauen Sie sich gerne unser [FAQ](#) zur Aktionswoche an oder wenden Sie sich jederzeit an: kontakt@zugutfuertdietonne.de

**Gemeinsam
ist Veränderung
möglich.**

**Wir freuen uns über
Ihr Engagement!**



Ausgerichtet wird die Aktionswoche *Zu gut für die Tonne!* vom Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) sowie den Bundesländern. Die Aktionswoche findet seit 2020 statt und der Auftakt ist stets am Internationalen Tag gegen Lebensmittelverschwendung (29.09.).

Kommunikation rund um die Aktionswoche

Wir unterstützen Sie dabei:

- durch gezielte Kommunikation Ihre Reichweite zu erhöhen
- durch vorbereitete Posts Zeit und Arbeit zu sparen
- Ihre Aktivitäten zu bewerben und Teilnehmende für Ihre Aktion zu gewinnen



Social Media

Ihr Beitrag als Teil der Aktionswoche!

Wir stellen kostenlose **Social Media-Grafiken** für Sie bereit. Füllen Sie Ihren Post mit Leben und personalisieren Sie einen unserer Textvorschläge.

Gemeinsam für mehr Sichtbarkeit:

- Nutzen Sie die offiziellen Hashtags:
#ZuGutFürDieTonne
#DeutschlandRettetLebensmittel
- @bmleh.de: Taggen Sie uns und teilen oder liken Sie unsere Beiträge auf Instagram



Zu den Social-Media-Grafiken



Instagram: @bmleh.de

Textvorschläge für Ihren Post:

- Lebensmittel sind #ZuGutFürDieTonne! Wir sind bei der Aktionswoche gegen #Lebensmittelverschwendung dabei. Unsere Aktion „...“ findet statt am „...“ um „...“. Seid ihr auch dabei?
#DeutschlandRettetLebensmittel @bmleh.de
- Es geht wieder los: Die jährliche Aktionswoche #ZuGutFürDieTonne startet heute. In ganz Deutschland finden wieder Aktionen rund um das Thema #Lebensmittelverschwendung statt. Infostände, Onlinevorträge, Kochkurse und vieles mehr. Auf www.zugutfuerdietonne.de könnt ihr durch alle Mitmachaktionen stöbern! #DeutschlandRettetLebensmittel @bmleh.de



Hingucker Poster zum Ausdrucken

Sie möchten ein Poster aufhängen? Nutzen Sie unsere Druckvorlage und machen damit die Aktionswoche im öffentlichen Raum oder in Ihrem Unternehmen sichtbar.

 [Poster herunterladen](#)

Wo findet was statt? Die Deutschlandkarte verschafft Überblick

In unserer Deutschlandkarte sammeln wir alle Aktionen im Rahmen der Aktionswoche. So machen wir Ihr Engagement sichtbar – und das vieler weiterer Organisationen in ganz Deutschland. Die Aktionen können nach Thema, Bundesland, Online/Offline oder Datum gefiltert werden.

Reichen Sie Ihren Beitrag ganz unkompliziert ein, um viele Interessierte zu erreichen und engagierte Teilnehmende zu gewinnen.

 [Hier finden Sie das Anmeldeformular](#)



Auch die Medien nutzen die Karte, um einen Überblick über Aktionen zu bekommen und über die Aktionswoche zu berichten.



Website

Machen Sie auf Ihrer Website auf die Aktionswoche aufmerksam. Mit dem Webbanner stellen wir Ihnen kostenfrei eine Grafik dafür zur Verfügung.

 [Webbanner herunterladen](#)

Verlinken Sie von Ihrem Web-Beitrag gerne auf unsere offizielle [Aktionswochen-Website](#). Dort bündeln wir alle Infos rund um die Aktionswoche.

Newsletter-Kommunikation und Pressearbeit

Machen Sie gemeinsam mit uns auf die Aktionswoche aufmerksam und steigern Sie Ihre Sichtbarkeit! Nehmen Sie die Aktionswoche in Ihren Newsletter auf oder versenden Sie eine Pressemitteilung.

Extratipp: Einladung an die Presse zu Ihrer Aktion mit aufnehmen.

Wir stellen Ihnen Texte als Vorlage für Ihre Meldung zur Verfügung, die Sie gerne 1:1 verwenden oder anpassen können. Nutzen Sie zur Bebilderung das Webbanner.



[Zu den Pressematerialien](#)

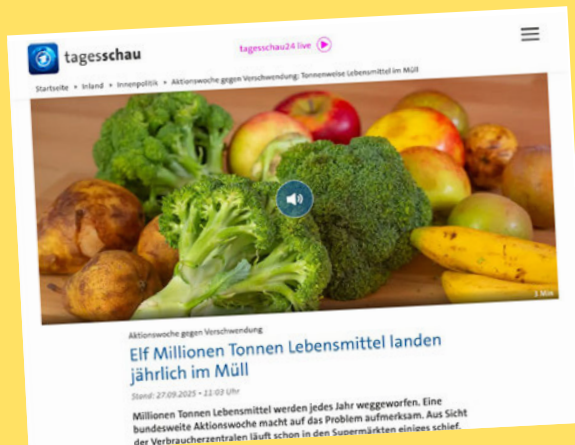
Was bringt das?

> 2.000

Berichte gab es in 2025 über die Aktionswoche in den Medien – Tendenz steigend. Das schafft Sichtbarkeit für die Aktionswoche, das Thema Lebensmittelverschwendung und die Akteure – also Sie.

So erreichen wir gemeinsam Jung und Alt. Denn von Radio über Onlinemedien bis hin zu TV wird bundesweit für alle sicht- und hörbar berichtet.

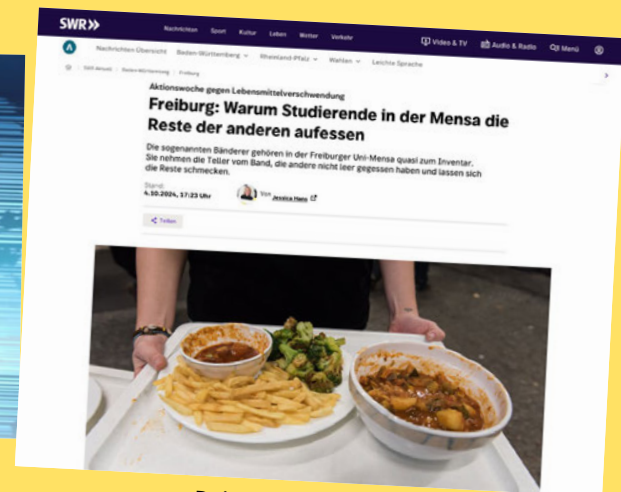
Die Aktionswoche in den Medien Highlights aus den letzten Jahren



Reichweite: 6 Millionen



Reichweite: 3 Millionen



Reichweite: 6 Millionen



Aktivitäten planen

Sie möchten gegen Lebensmittelverschwendung in privaten Haushalten aktiv werden und suchen nach Inspiration und Tipps? **Dann sind Sie hier richtig.**

Auf den nächsten Seiten finden Sie eine **Schritt-für-Schritt-Anleitung** für die Planung von Aktivitäten, die Sie auf Ihre Bedarfe und Rahmenbedingungen anpassen können. Außerdem bietet das Toolkit **konkrete Aktionsideen** und gute Beispiele, die sich bewährt haben. Egal wie, wo oder was: Es gibt viele Möglichkeiten Menschen

zu erreichen und für mehr Wertschätzung von Lebensmitteln zu werben. Der **Aufwand ist selbst bestimmbar** – von einem Social Media-Post bis hin zu einer Info-Veranstaltung mit anschließendem Koch-Workshop ist alles denkbar. Legen Sie los!

Warum im Herbst?

Der Zeitraum der **Aktionswoche Zu gut für die Tonne!** – jährlich vom 29.9. bis 06.10. – eignet sich besonders gut für Aktionen. So schaffen wir gemeinsam mehr Wirksamkeit und Sichtbarkeit – in den Medien sowie vor Ort in ganz Deutschland.

Organisationen, die in den letzten Jahren an der Aktionswoche teilgenommen haben, gaben in Befragungen ein positives Feedback:

- Rund **90 Prozent Zufriedenheit** mit der Aktionswoche insgesamt
- **breites Medienecho** und Steigerung der eigenen Reichweite
- **gute Unterstützung** von *Zu gut für die Tonne!* insbesondere durch Deutschlandkarte und Print-Materialien
- **großes Interesse** und Offenheit der teilnehmenden Verbraucherinnen und Verbraucher für das Thema
- sinnvolle, abwechslungsreiche, informative und praxisnahe **Aktionen**

Wie fange ich an?

Aktivitätenplanung Schritt für Schritt

1

Inspiration sammeln

Anregungen und gute Beispiele für Aktionen bieten die folgenden Seiten

2

Ziele und Zielgruppe(n) identifizieren

- Welche Ziele möchte ich mit meiner Aktion erreichen?
- Für wen will ich eine Aktion anbieten?

3

Aktion planen

- Was? (für ein Format entscheiden)
- Wann? (am besten im Zeitraum der Aktionswoche: 29.09. bis 06.10.)
- Wo? (vor Ort oder digital)
- Wer? (Zielgruppe und Teilnehmende, ggf. Kooperationspartner)
- Wie? (Ressourcen und Bedarfe)

4

Aktion bewerben

- Durch welche Kanäle erreiche ich meine Zielgruppe(n) am besten? Social Media, Website, Newsletter, Pressemitteilung, Print-Materialien, ...
- [Zu gut für die Tonne!](#)-Material sichten und downloaden/ bestellen oder Logo für Ihre eigenen Materialien nutzen
- Zur [Aktionswoche](#) (29.09. bis 06.10.) anmelden und auf Deutschlandkarte erscheinen.

5

Nach der Durchführung: ggf. Aktion evaluieren

Wie ist es gelaufen?
Weitere Infos zu Evaluation finden Sie [hier](#)

Sie wollen noch detaillierter in die Planung einsteigen? Dann empfehlen wir Ihnen das [Workbook „Maßnahmen gegen Lebensmittelverschwendung in Haushalten erfolgreich planen“](#) vom Dialogforum private Haushalte zur wirkungsorientierten Planung.

Aktionsideen & gute Beispiele

Stöbern Sie auf den folgenden Seiten durch vielfältige Aktionsideen und gute Beispiele, die in der Praxis erfolgreich waren. Die Aktionen können Sie entweder vor Ort oder digital durchführen – wie zum Beispiel Quiz, Workshop oder Vortrag. Überlegen Sie, welches Format gut zu Ihrer Idee und Ihren Ressourcen passt. **Lassen Sie sich anhand der folgenden Kategorien inspirieren:**



Spielerisch & interaktiv



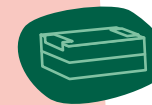
Workshops & Vorträge



Social Media



Kinder & Schule



Außer-Haus-Verpflegung



Spielerisch & interaktiv

Best Practice:

Info-Stand mit „Fairteiler“ und Smoothie-Rad

Akteur: Behörde für Justiz und Verbraucherschutz Hamburg

Was? Ein Informationsstand rund um Lebensmittelverschwendung auf einem Stadtfest während der Aktionswoche *Zu gut für die Tonne!* – gemeinsam umgesetzt mit foodsharing und der Hamburger Tafel. Durch einen Pop-up-„Fairteiler“ konnten überschüssige Lebensmittel verteilt werden. Zudem war Muskelkraft gefragt: Auf einem Smoothie-Fahrrad wurden aus überreifem Obst frische Smoothies hergestellt.

Vorbereitung:

- Abstimmung mit den Stadtfestverantwortlichen
- Stand anmelden und Standbetreuungen organisieren
- gerettete Lebensmittel am Stand vorrätig haben

Herausforderung: Die geretteten Lebensmittel darauf prüfen, ob sie bedenkenlos weitergegeben werden können. Vorab gab es eine Rücksprache mit der zuständigen Lebensmittelüberwachungsbehörde.

Erfolg: Die kostenlose Verteilung der Lebensmittel war letztlich problemlos möglich und holte viele Menschen an den Stand. Dies war ein guter Türöffner für vielfältige Gespräche über das Thema Lebensmittelverschwendung.

„Die Aktion hat gezeigt, wie trotz begrenzter Ressourcen gute Erfolge erzielt werden können. Voraussetzung hierfür war eine gute und offene Zusammenarbeit zwischen Behörde und Engagierten und das Gefühl für die richtige Zeit und den richtigen Ort. Nur so können nachhaltig Erfolge erzielt werden.“

Friedrich Klapdor,

Referatsgruppenleitung in der Behörde für Justiz und Verbraucherschutz Hamburg



Spielerisch & interaktiv

Best Practice:

Spiele zu Lagerung und Haltbarkeit

Akteur: Verbraucherzentrale Bremen e.V.

Was? Lebensmittel sortieren, Tipps auf Pinnwand sammeln und mit Postkarten informieren: Interaktive Elemente und Spiele zur richtigen Lagerung und Haltbarkeit von Lebensmitteln laden Teilnehmende niedrigschwellig zum Gespräch ein. Die Methoden werden von Verbraucherzentralen in allen Bundesländern für Infostände, Messen, Aktionstage oder Workshops (u.a. in Schulen) genutzt.

Vorbereitung:

- Magnetisches Roll-Up (mit Abbildung von Kühlschrank, Vorratsregal, Herd, Tisch mit Teller und Abfallbehälter) und über 30 Magnetkärtchen mit Lebensmitteln (angebrochen, MHD überschritten, noch lange haltbar etc.) zum Sortieren auf dem Roll-Up
- Kühlschrank-Postkarte zum Mitnehmen
- Bonus: „Retternetz“, in das Interessierte ihre Tipps gegen Lebensmittelverschwendung „spinnen“ können (alternativ: Pinnwand)
- Falls Internet vorhanden: [Hopp-oder-Top-Quiz](#)

Wichtig: Eine qualifizierte Fachkraft betreut das Material bzw. ist am Stand, um Fragen sachgerecht beantworten zu können.

Erfolg: Die Resonanz ist durchweg positiv und der Wissenstransfer sehr gut.

Weitere Aktionsideen

- [Pub-Quiz](#) für Erwachsene oder Ausmal-Quiz für Kinder
- Schnippelparty mit geretteten Lebensmitteln
- [Beste-Reste](#)-Dinner
- Wettbewerb: Wer hat die kreativste Idee zur Lebensmittelrettung?



Weitere Inspiration gefällig?

Auf der *Zu gut für die Tonne!*-Website finden Sie unter [Projekte aus der Praxis](#) noch mehr Beispiele. Gerne nehmen wir auch Ihre Organisation und Aktion mit auf.



Workshops & Vorträge

Best Practice:

Kochworkshop mit geretteten Lebensmitteln

Akteur: Ministerium für Ländlichen Raum, Landwirtschaft und Heimat Baden-Württemberg in Kooperation mit dem diakonischen Sozialunternehmen Neue Arbeit

Was? Kochen mit geretteten Lebensmitteln – gespendet vom Lebensmitteleinzelhandel – in der Evangelischen Gesellschaft in Stuttgart: Im Rahmen der landes- und bundesweiten Aktionswoche gegen Lebensmittelverschwendung wurden leckere Gerichte wie Grillgemüse, Salate und Suppe gemeinsam zubereitet und gegessen. Das Ernährungszentrum Mittlerer Neckar demonstrierte außerdem in Kleingruppen, wie Lebensmittel haltbar gemacht werden können.

Erfolge: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren insbesondere von der Haltbarmachung begeistert, da sie hier viel Neues lernten. Im Workshop konnten die Vielfalt und der Wert von Lebensmitteln, die sonst ungenutzt in der Tonne landen würden, aufgezeigt werden.

Weitere Aktionsideen (digital oder vor Ort)

Interaktiver Workshop, z. B. zu:

- Kochen mit Resten
- Haltbarmachen von Lebensmitteln
- [Messen](#) von Lebensmittelabfällen

Vortrag oder Podiumsdiskussion mit Expertinnen und Experten, z. B. zu:

- [Tipps](#) zu guter Planung, passender Lagerung und kreativer Resteverwertung
- Lebensmittelverschwendung und Klima – [Ressourcenschonend genießen](#)
- Lebensmittelverschwendung in [Zahlen](#) – Fokus private Haushalte
- [Engagement](#) gegen Lebensmittelverschwendung, z. B. in: Kooperation mit foodsharing für Einblicke in den Lebensmittelretter-Alltag
- Restevermeidung im [Einpersonenhaushalt](#) oder für [Familien mit Kindern](#)



Social Media

Best Practice:

Instagram-Aktion zu Resteverwertung

Akteur: Verbraucherzentrale Saarland e.V.

Was? Studierende wurden aufgerufen kurze Videos zu drehen, wie sie z. B. schrumpeliges Gemüse oder Produkte mit abgelaufenem MHD zu schmackhaften Gerichten verarbeiten. Ergänzend lieferte die Verbraucherzentrale Saarland den Studierenden während des Aktionszeitraumes online täglich Tipps zur Vermeidung von Lebensmittelverschwendung. Die Postings liefen über den Instagram-Kanal des Studierendenwerks der Universität des Saarlandes, um eine größere Reichweite zu erzielen.

Erfolge: Die Reels wurden insgesamt 17.000-mal angeschaut und es fielen kaum Kosten an.

„Die Instagram-Aktion hat besonders gut funktioniert, weil gezielt der Instagram-Kanal des Studierendenwerks der Uni Saarbrücken mit seiner großen Reichweite genutzt wurde. Zudem wurde ein Format gewählt, das der Lebenswelt der Zielgruppe entspricht: kurze, kreative Videos, die einfach umzusetzen sind und gleichzeitig einen persönlichen Bezug herstellen.“

Theresia Weimar-Ehl,

Referentin bei der Verbraucherzentrale Saarland e.V.

Weitere Aktionsideen

- Tipps & Tricks zur Lebensmittelrettung, z. B. 7 Tage – [7 Tipps](#) während der [Aktionswoche Zu gut für die Tonne!](#) (29.09.–06.10.)
- Aufruf zu einer Challenge, z. B. Zero-Waste-Woche oder Haltbarmachung durch [Fermentation](#)/Einkochen
- [Beste-Reste-Rezepte](#) inkl. Aufruf zum Reste-Kochen
- Quiz ggf. inklusive Gewinnspiel



Kinder & Schule

Best Practice:

Kochaktion in der Schule: Gemüse retten 2.0

Akteur: Verbraucherzentrale Hessen e. V.

Was? Kochaktionen an Schulen mit geretteten Lebensmitteln, um für die kreative Verwertung von Gemüse und Obst, die Planung der Einkäufe sowie die richtige Lagerung von Lebensmitteln zu sensibilisieren. Die Beschaffung von regionalem Gemüse und Obst wurde an die Schulen übertragen. Dies erleichterte die Projektarbeit und sorgte für die Vernetzung von Schulen mit lokalen Erzeugern sowie foodsharing.

Vorbereitung:

- Entwicklung der Rezepte
- Kalkulation und Abstimmung der Einkaufsliste
- Akquise und Koordination mit den Schulen (u. a. Termine, Ausstattung der Räumlichkeiten, Einverständniserklärungen für begleitende Medienarbeit)

Erfolge: Insgesamt wurden 6 Kochaktionen durchgeführt, die rund 90 Schülerinnen und Schüler erreicht haben. Das Feedback der Teilnehmenden war sehr positiv.

Highlight: Eine der Kochaktionen wurde von SAT1 begleitet. Das Ergebnis ist in der [Online-Mediathek](#) zu sehen.

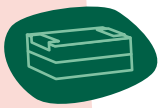
„In den Kochaktionen verstehen und erleben die Schülerinnen und Schüler praxisnah, wie wichtig es ist, Gemüse und Obst gut zu lagern und wie es sich verwerten lässt. Wenn das eigene Ergebnis schmeckt und sie kreative Rezepte kennenlernen, bspw. geraspelt Gemüse für einen saftigen Schokokuchen, sind sie sehr motiviert auch zu Hause aktiv zu werden.“

Luane Schober,

Fachreferentin bei der Verbraucherzentrale Hessen e. V.

Weitere Aktionsideen

- Lebensmittelabfall-Tagebuch, ggf. als schul- oder klassenübergreifender Wettbewerb
- Tellerreste in der Mensa sammeln & wiegen
- Lebensmittelretter-Quiz
- [Escape-Game](#): Zeitreise gegen die Lebensmittelverschwendung
- Weitere Inspiration finden Sie in unseren [Schulmaterialien](#)



Außer-Haus-Verpflegung

Best Practice:

Lebensmittelabfälle messen

Akteur: OPAL Catering GmbH

Was? In 69 Produktionsküchen und Belieferungsbetrieben wurden vier Wochen lang die Lebensmittelabfälle gemessen.

Material: 10-Liter-Eimer, Kofferwaage, Papier-Formular & Stift (und Engagement der Mitarbeitenden!)

Vorbereitung: Die Mitarbeitenden wurden durch eine kooperierende Firma digital über die Messung informiert und während der Messperiode persönlich betreut (Vorbereitungszeit insgesamt: ca. zwei Monate).

Ergebnis: Nach der Auswertung wurde ein Maßnahmenkatalog für jede Einrichtung umgesetzt – u.a. Schulungen zu Grammaturen und Ausgabe-geschirr, genaues Abwiegen von Speisenlieferungen, Anpassung von Portionsgrößen sowie ein Stopp der Lieferung von Reserveportionen. Ergebnis: Der Nassmüll konnte um bis zu 30 Prozent reduziert und dadurch erhebliche Kosten eingespart werden.

„Durch die Messung sagen wir der Lebensmittelverschwendung den Kampf an. Wir können es nur jedem empfehlen. Lebensmittel gehören auf den Teller und nicht in die Tonne!“

Thomas Schön,
Bereichsleiter bei OPAL Catering GmbH

Weitere Aktionsideen

- Anpassung von Portionsgrößen:
kleinere Portionen mit Nachschlag auf Nachfrage
- Freie Komponentenwahl
- Mitnahmeboxen
- Einbeziehen der Tischgäste in die Speiseplangestaltung
- Plakate und Sticker (an der Geschirrrückgabe)
- Menülinien mit Überproduktion, z. B. „Reste-Retter“ oder „Gutes von Gestern“
- Weitere Ideen finden Sie in diesem [Artikel](#)



Hat Ihre Aktion etwas bewirkt?

Wie kam meine Maßnahme bei den Teilnehmenden an? Was lief besonders gut und was könnte ich beim nächsten Mal vielleicht besser machen?

Mit einer Befragung der Teilnehmenden finden Sie dies ganz leicht heraus. Fragen Sie nach **konkretem Feedback** zu Ihrer Maßnahme. Nutzen Sie dafür entweder (kostenlose) Befragungstools oder erstellen Sie selbst einen kurzen Fragebogen – digital oder gedruckt.

Wie wirksam sind meine Aktivitäten?
Trägt meine Aktion zur Reduzierung von Lebensmittelverschwendung bei?

Besonders erkenntnisreich ist eine Messung der Lebensmittelabfälle durch die Teilnehmenden Ihrer Aktion. Um die Wirksamkeit von Maßnahmen zu evaluieren, kann das **Küchentagebuch** in der **Zu gut für die Tonne!-App** für eine Vorher-Nachher-Messung genutzt werden. Im Küchentagebuch können Nutzerinnen und Nutzer ihre Lebensmittelabfälle zu Hause ganz einfach erfassen. Weitere Infos zum genauen Vorgehen finden Sie auf unserer [Website](#).

Übrigens: Auch schon das Messen an sich kann zum Erfolg beitragen. Denn dadurch werden Teilnehmende für ihre Abfälle sensibilisiert – und werfen in der Folge weniger weg. **Messen wirkt!**

Feedback an Zu gut für die Tonne!

Auch *Zu gut für die Tonne!* evaluiert die eigenen Maßnahmen. Daher freuen wir uns über Ihr Feedback zu diesem Toolkit oder über andere Anregungen. Schicken Sie uns gerne eine E-Mail an kontakt@zugutfuerdietonne.de

Fragen und Antworten

01

Was ist das Toolkit und wofür kann ich es nutzen?

Das **Toolkit** unterstützt Organisationen, Engagierte und Ehrenamtliche dabei, gegen Lebensmittelverschwendung in privaten Haushalten aktiv bzw. noch aktiver zu werden. Praktische Tipps erleichtern Ihnen die Arbeit mit Verbraucherinnen und Verbrauchern, z. B. zur **Planung von Aktivitäten** oder um die Sichtbarkeit Ihres Engagements zu steigern. Wir bieten über das Toolkit vielfältige **Materialien** an – zur Nutzung online und offline.



02

Wie kann ich dazu beitragen, Lebensmittelverschwendung in privaten Haushalten zu reduzieren?

Hier sind konkrete Vorschläge, die Sie einfach umsetzen können:

- Greifen Sie die **drei Tipps** von *Zu gut für die Tonne!* in Ihren Social Media-Kanälen auf.
- Beteiligen Sie sich an der bundesweiten **Aktionswoche** (29.09. bis 06.10.) und richten Sie eine eigene Aktion aus.
- Bestellen Sie kostenfrei **Materialien** und legen Sie diese in Ihren Räumlichkeiten oder bei Veranstaltungen aus.



03

Was ist die Aktionswoche *Zu gut für die Tonne!* und wie kann ich mich beteiligen?

Die **Aktionswoche** findet jährlich vom 29.09.–06.10. statt und bietet Ihnen eine Plattform, sich öffentlichkeitswirksam gegen Lebensmittelverschwendung zu engagieren. Gemeinsam schaffen wir mehr Reichweite für das Thema und bieten Informationen sowie Mitmach-Aktionen für Verbraucherinnen und Verbraucher an. Sie können Teil der Aktionswoche werden, in dem Sie Online-Aktivitäten oder Vor-Ort-Aktionen anbieten und diese auch bei *Zu gut für die Tonne!* einreichen. Hier gibt's mehr Infos und das **Anmeldeformular**. Wir bieten verschiedene **Materialien** zur Unterstützung und machen Ihre Aktivitäten auf unserer Deutschlandkarte sichtbar.

Fragen und Antworten

04

Sind die Materialien von *Zu gut für die Tonne!* wirklich kostenfrei und kann ich diese einfach so verwenden?

Ja und unbedingt! Alle [Materialien](#) sind kostenfrei – bestellen Sie die [Print-Produkte](#) ohne Versandkosten (so lange der Vorrat reicht) oder laden Sie die Dateien online herunter. Wir alle profitieren davon, wenn die Materialien und [Botschaften](#) von *Zu gut für die Tonne!* möglichst weit verbreitet werden.



05

Darf ich Inhalte von *Zu gut für die Tonne!* übernehmen?

Gerne dürfen Sie sich für Ihre Kommunikation inhaltlich an unseren Texten auf der [Website](#) oder in unseren [Materialien](#) orientieren und unsere Tipps übernehmen. Wir bitten Sie jedoch, bei längeren Texten Ihre eigenen Formulierungen zu verwenden und Texte nicht eins zu eins zu übernehmen. Bitte geben Sie *Zu gut für die Tonne!* als Quelle an, wenn Sie unsere Inhalte verwenden. Wenn Sie über [Social Media](#) kommunizieren, nutzen Sie gerne den Hashtag #ZuGutFürDieTonne.



06

Wie kann ich das *Zu gut für die Tonne!*-Logo nutzen?

Unser Logo können Sie gerne verwenden. Weitere Informationen finden Sie [hier](#).



Melden Sie sich gerne bei weiteren Fragen:
kontakt@zugutfuerdietonne.de



Bundesministerium
für Landwirtschaft, Ernährung
und Heimat



Zusammen können wir mehr bewirken. Machen Sie mit?



zugutfuerdietonne.de



@bmleh.de



@bmleh_bund

Melden Sie sich gerne mit Rückfragen, Feedback oder Erfolgsgeschichten: kontakt@zugutfuerdietonne.de

Bildnachweise (AdobeStock):
Seite 18: Monkey Business; Seite 27: insta photos; Seite 28: SeNata,
Alexandr Steblowski; Seite 29: Klaus Eppele, Africa Studio