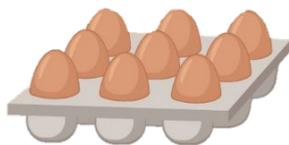


## AUF DEM MARKTPLATZ



„Ich bin Toni und ich besuche meine Tante Salia in der Elfenbeinküste. Das ist ein Land in Afrika. Heute war ich auf dem Marktplatz. Hier gibt es viele leckere Sachen! Kennst du sie schon?“

1. Verbinde die Wörter mit den Bildern.



Reis

Ananas

Wasser

Eier

Kokosnuss

Mais

Fisch

Maniok



## GESUNDE ERNÄHRUNG

Eine gesunde Ernährung ist sehr wichtig! Hier unten siehst du die Ernährungspyramide. Sie zeigt uns, welche Lebensmittel wir häufig oder nur selten essen und trinken sollen. Ganz unten siehst du, dass wir viel Wasser trinken sollten. Wasser ist gesund und sehr wichtig für uns Menschen. An der Spitze oben sind Süßigkeiten und Fast Food. Davon sollten wir nur ganz wenig essen.



- Findest du die Lebensmittel, die Toni auf dem Markt gekauft hat, in der Ernährungspyramide wieder? Kreise sie mit einem Buntstift ein.
- Welche Lebensmittel erkennst du noch auf den Bildern? Müssen wir davon viel oder wenig essen? Überlege zusammen mit deiner Tischnachbarin oder deinem Tischnachbarn.

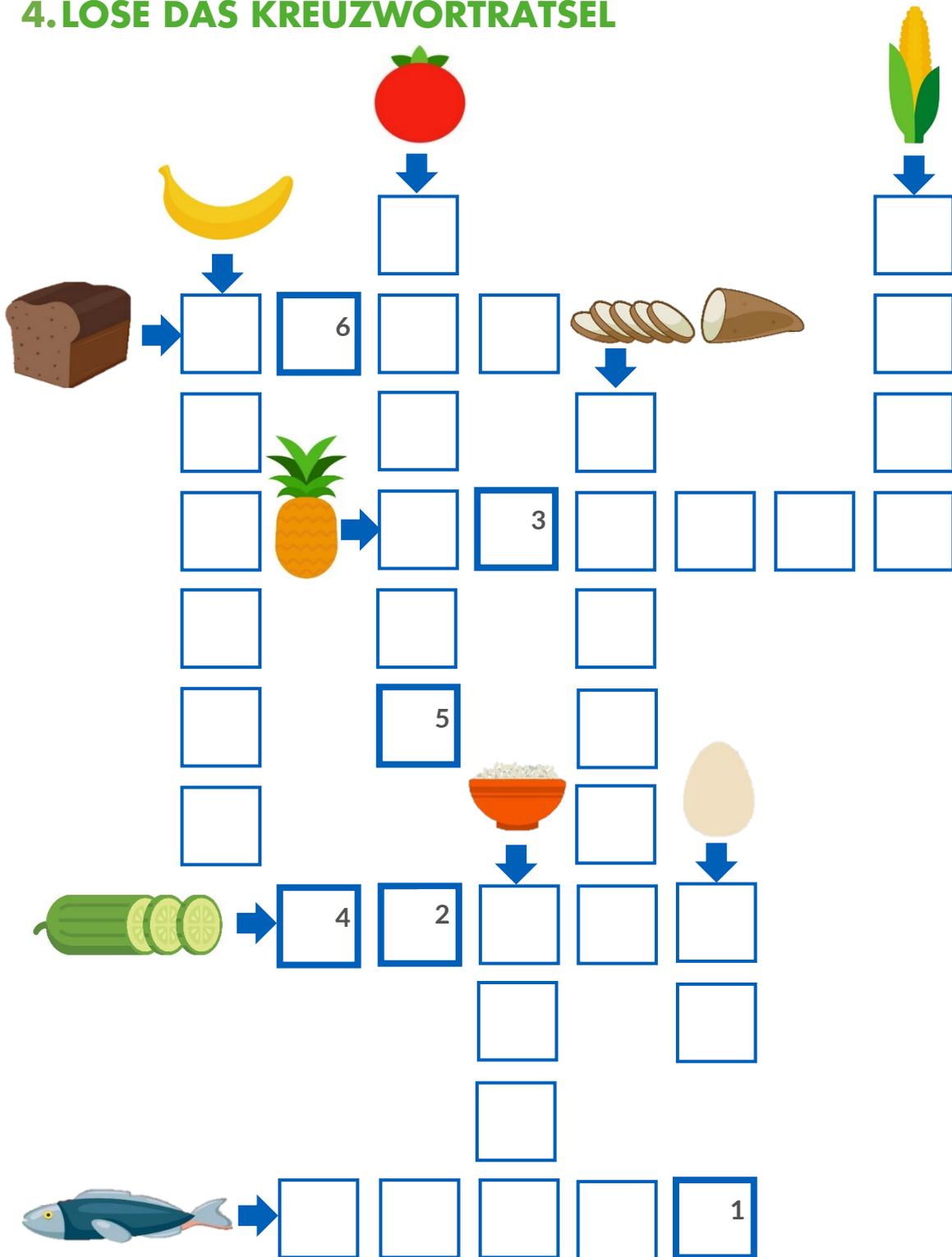


Ihr könnt die Ernährungspyramide auch in der Klasse basteln. Bringt dazu Prospekte aus Supermärkten mit und schneidet die Lebensmittel aus.



# ERNÄHRUNG

## 4. LÖSE DAS KREUZWORTRÄTSEL

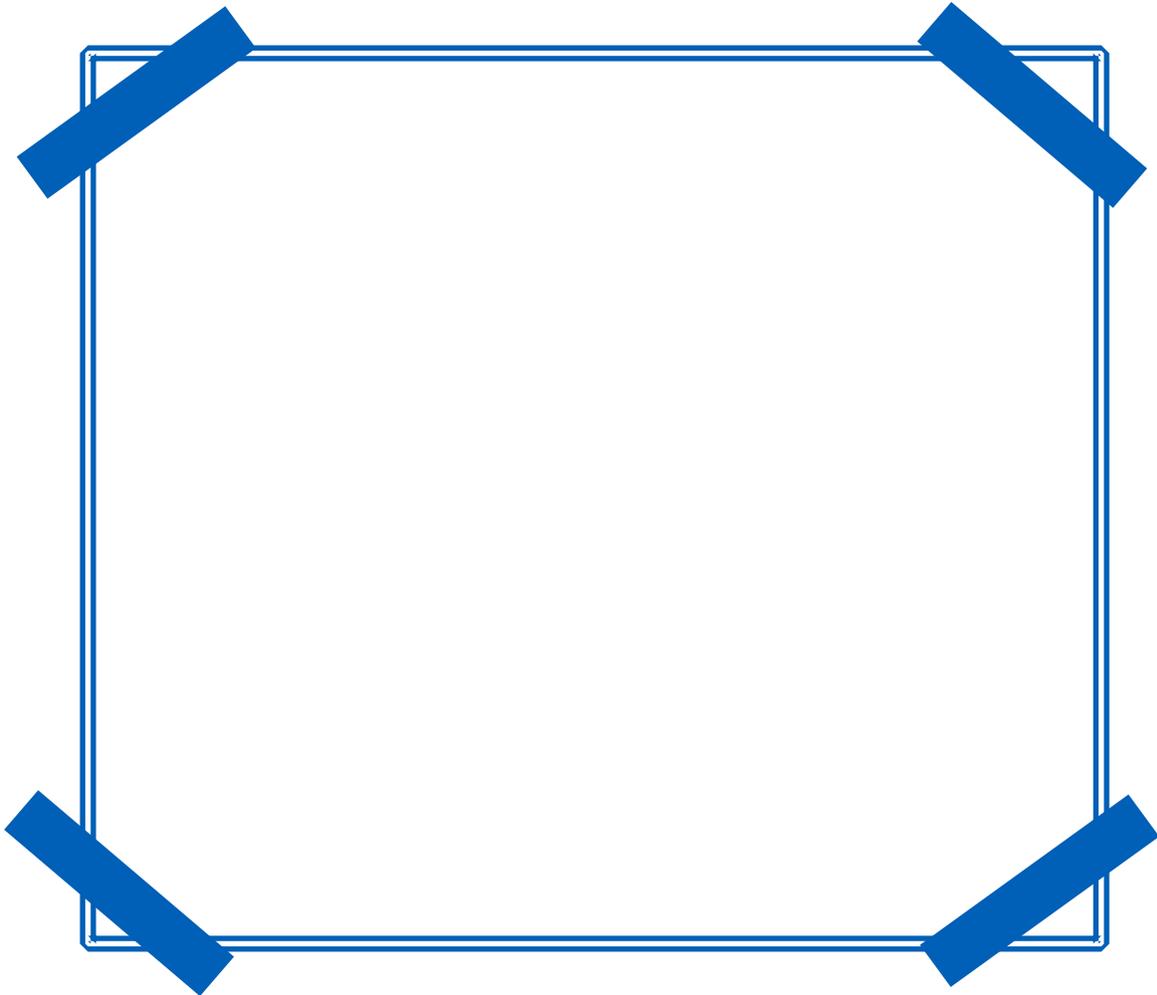


LÖSUNGSWORT:



## MEIN LIEBLINGSSESSEN

5. Male dein Lieblingsessen in das Feld.



Mein Lieblingsessen ist \_\_\_\_\_

6. Wie gesund ist dein Lieblingsessen? Was denkst du? Mache ein Kreuz.

ungesund



gesund

