

Das fehlende Puzzlestück

Toolbox für Kursleitende



Handreichung zum Thema

Lieferdienste und Koch-Apps

Unterstützt durch



Gefördert durch

Ministerium für
Kultur und Wissenschaft
des Landes Nordrhein-Westfalen





1. Ziel des Moduls

Die Teilnehmenden ...

- ... haben die Vielfalt der Lieferdienste sowie ihre Vorteile kennengelernt und kennen das regionale Angebot, welches Lieferdienste ihnen bieten können.
- ... wissen was Koch-Apps sind und können sie mit ihren Smartphones nutzen (Rezepte suchen, speichern und Schritt-für-Schritt-Anleitungen verfolgen).
- ... kennen die Unterschiede von Marken und Eigenmarken im Handel.
- ... kennen hilfreiche Apps, wie Codecheck und wissen, wofür sie diese nutzen können.
- ... haben sich im Zusammenhang mit dem Thema auch mit der Tatsache der Lebensmittelverschwendung auseinandergesetzt, kennen jetzt aber auch einige Möglichkeiten, dem entgegenzuwirken.



2. Kleiner Input

Was sind Lieferdienste?

Lieferdienste sind Plattformen, die den **Transport und die Zustellung** von Waren an Kund*innen anbieten (oft auch per App). Sie ermöglichen es, verschiedene Produkte wie Lebensmittel, Mahlzeiten oder andere Artikel bequem von zu Hause aus zu bestellen und liefern zu lassen.

Bekannte Lieferdienste für **Mahlzeiten**:
Lieferando oder Dominos



Bekannte Lieferdienste für **Getränke und Lebensmittel**: Flink, Gorillas, Amazon Fresh, Flaschenpost, HelloFresh oder REWE online.

Seit Mitte des Jahres 2023 ist auch Aldi Süd als Discounter mit einem Lieferdienst in drei Städten gestartet. Mehr dazu erfahren Sie hier:

https://utopia.de/news/aldi-sud-startet-lieferdienst-in-diesen-regionen-geht-es-los/?utm_medium=Social&utm_source=Facebook&fbclid=IwAR3X0UdWrODmvLCCfx2MvDYjVp4q6WamWhkTaJTWpq-tIDD0vrGMpuqDBw4#Echobox=1693292148



Welche Vorteile haben Lieferdienste für Verbraucher*innen?

- **Bequem, flexibel und sparen Zeit:** Lieferdienste ermöglichen es Kund*innen, Produkte und Mahlzeiten auf Wunsch von zu Hause aus zu bestellen und sich liefern zu lassen. Das bedeutet, die Kund*innen müssen nicht mehr in Geschäfte gehen oder selbst kochen.
- **Vielfältig:** Lieferdienste bieten eine große Auswahl an Produkten und Gerichten aus verschiedenen Restaurants oder Geschäften.
- **Zugänglich:** Lieferdienste ermöglichen Menschen mit eingeschränkter Mobilität, wie älteren Menschen oder Menschen mit Behinderungen, einen einfachen Zugang zu Produkten und Dienstleistungen.
- **Nachhaltig:** Viele lokale Unternehmen und Lieferdienste engagieren sich auf regionaler Ebene gegen Lebensmittelverschwendung. Hier können Verbraucher*innen zum Beispiel wöchentliche Boxen mit Produkten bestellen, die für den Supermarkt nicht gut genug sind und sonst entsorgt worden wären.



Gibt es auch regionale Geschäfte, die liefern?

In der Regel gibt es einige regionale Geschäfte und Unternehmen (je nach Region), die einen eigenen Lieferservice eingerichtet haben, um ihre Produkte direkt zu den Kund*innen zu bringen. Dies ermöglicht es, lokale Produkte zu bestellen und gleichzeitig die Wirtschaft und die Geschäfte in der Region zu unterstützen. Nachfragen lohnt sich! Oder suchen Sie selbst im Internet nach regionalen Angeboten, wie zum Beispiel Biokisten.

Geschäfte die häufig selbst liefern sind:

- Lokale Getränkehändler, Lebensmittelgeschäfte, Bäcker, Obst- und Gemüsehändler
- Bauernhöfe oder regionale Erzeuger, die zum Beispiel Obst- und Gemüseboxen oder weitere Bio-Produkte (Fleisch, Eier) liefern:
 - **bauerntuete.de:** online Bio Lebensmittel Shop
 - **mein-bauernhof.de:** Wochenmarkt oder Hofladen mit Öffnungszeiten in der Nähe finden
 - **etepetete-bio.de:** wöchentliche Bioobst- und Gemüseboxe von regionalen und überregionalen Landwirten
 - **rheinlandkorb.de:** Lieferservice für frisches Obst und Gemüse im Rheinland
 - **Die Hofkiste/bioland-huesgen.de:** Bio-Lieferservice für das Rheinland mit Bio-Produkten aus vorrangig regionalen Betrieben
 - **maerkischekiste.de:** Bio-Boxe mit überwiegend regionalen Produkten für Berlin/Brandenburg
- Lokale Restaurants (haben häufig eine eigene Webseite mit Speisekarte und online Bestellmöglichkeit)

Was ist eine Online-Community?

Eine Online-Community ist eine Gemeinschaft von Menschen, die sich über das Internet vernetzen und austauschen. Sie teilen gemeinsame Interessen und kommunizieren über verschiedene Online-Plattformen wie Foren oder soziale Netzwerke. Eine Koch-Community kommuniziert insbesondere über das Thema Kochen. Hier treffen sich Menschen, um Rezepte auszutauschen, Kochtipps zu geben, kulinarische Erfahrungen zu teilen und sich gegenseitig zu inspirieren.

Was sind Koch-Apps?

- Koch-Apps sind Anwendungen für Smartphones oder Tablets, die Nutzer*innen bei der **Zubereitung von Mahlzeiten** unterstützen.
- Sie bieten eine **Vielzahl von Funktionen wie Rezeptvorschläge**, Einkaufslisten, Schritt-für-Schritt-Anleitungen, Ernährungsinformationen und sogar personalisierte Empfehlungen, die auf den Vorlieben und Bedürfnissen des Nutzers basieren.
- Koch-Apps sind somit **praktische digitale Küchenhelfer**, die es den Menschen erleichtern, neue Rezepte auszuprobieren, gesunde Mahlzeiten zuzubereiten und ihre Kochkünste zu verbessern.

Welche bekannten Koch-Apps gibt es?

Nicht alle Online-Kochbücher gibt es auch als App. Viele von ihnen sind aber für das Smartphone optimiert und daher über die Internetsuche verfügbar. Bekannte Online-Kochbücher in Deutschland sind **Chefkoch** oder **Kochbar**.

Was ist der Unterschied zwischen Marken und Eigenmarken?

Der Hauptunterschied zwischen Marken und Handelsmarken besteht darin, dass Marken von etablierten Unternehmen entwickelt und vermarktet werden, während Handelsmarken von Einzelhändlern oder Großhändlern hergestellt und exklusiv in ihren Geschäften angeboten werden.

Hinter vielen Eigenmarken der großen Handelsunternehmen verstecken sich jedoch namhafte Markenhersteller. Markendetektiv Stefan Duphorn verrät Tricks, um die Hersteller von No-Name-Produkten herauszufinden, siehe hier:

<https://www.wer-zu-wem.de/handelsmarken/no-name-suche/>



Welche App kann Aufschluss über die Inhaltsstoffe der Produkte geben?

Die App **Codecheck** ist zum Beispiel hilfreich, um Informationen über Produkte zu erhalten.

- Das funktioniert, indem Nutzer*innen den Barcode oder QR-Code auf der Verpackung scannen. So erhalten sie schnell Informationen zu Inhaltsstoffen, Nährwertangaben, Allergenen, Nachhaltigkeitsaspekten und Bewertungen der Produkte.
- Die App kann **personalisiert** werden und bewertet auf der **Grundlage neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse** und unabhängiger Expertenmeinungen unter anderem Greenpeace, BUND, Verbraucherzentrale Hamburg oder Stiftung für Konsumentenschutz.

Was kann gegen Lebensmittelverschwendung getan werden?

Jede Person kann selbst etwas gegen Lebensmittelverschwendung tun. Dazu gehört es, bewusst einzukaufen, Reste kreativ zu verwenden, Essen richtig zu lagern oder zu teilen beziehungsweise zu spenden.

Es gibt auch Apps, die uns helfen können, Lebensmittelverschwendung zu vermeiden:



To good to go („Zu schade zum Wegwerfen“): Diese App ermöglicht es Restaurants, Bäckereien und Supermärkten, überschüssige Speisen zu stark vergünstigten Preisen anzubieten. Nutzer*innen können in der App Angebote in ihrer Nähe suchen, diese vorbestellen und dann die Lebensmittel abholen.



Die Apps **„Restegourmet“** und **„Zu gut für die Tonne“** unterstützen Verbraucher*innen dabei, Lebensmittelverschwendung zu reduzieren, indem sie kreative Möglichkeiten bieten, Reste zu nutzen und bewusster mit Lebensmitteln umzugehen. **„Zu gut für die Tonne“** ist eine App des Bundesministeriums, die nur Rezepte ohne Rezeptbilder anzeigt und eine kleinere Rezeptdatenbank hat. **Restegourmet** durchsucht 500.000 Rezepte und hat auch Bilder.



3. Vorbereitung

Für eine gute Kursgestaltung ist die Vorarbeit wichtig. Wenn es um die Einführung von „Essen: Lieferdienste und Koch-Apps“ geht, gibt es einige Punkte, die im Vorfeld zu beachten sind. Eine detaillierte Beschreibung findet sich zu Beginn in den „Allgemeinen Hinweisen“. Ergänzend können folgende Vorbereitungen getroffen werden:

- Recherchieren Sie, welche Geschäfte in Ihrer Umgebung auch liefern (Restaurants, Bioläden, Getränke- oder Obst- und Gemüsehändler).
- Wählen Sie einen Lieferdienst, zum Beispiel REWE, und machen Sie „Bildschirmfotos“ (Screenshots) von Ihrem „Testeinkauf“. So können Sie Ihren Teilnehmenden die Schritte einmal erklären, bevor sie diese zum Beispiel in der ersten Übung selbst durchführen müssen.



4. Didaktische und methodische Hinweise

Zu jedem Thema gibt es Hinweise, die immer beachtet werden sollten. Diese finden Sie unter den „Allgemeinen Hinweisen“.

Beispiele für praktische Übungen zum Thema könnten sein:

- **Nutzung von Lieferdiensten:** Die Teilnehmenden können lernen, wie man Lebensmittel bei einem Lieferservice (wie REWE) bestellt. Dazu müssten sie sich eine passende App herunterladen und zunächst das Sortiment erkunden. Weiteres Vorgehen siehe Thema Onlineshops.
- **Koch-Apps erkunden:** Die Teilnehmer*innen können verschiedene Koch-Apps kennenlernen und ausprobieren. Sie könnten versuchen, Rezepte zu suchen, Einkaufslisten zu erstellen oder Feedback zu Rezepten zu geben.
- **Reduzierung der Lebensmittelverschwendung:** Die Teilnehmenden können lernen, Apps gegen Lebensmittelverschwendung zu nutzen und kennenlernen, welche Möglichkeiten sie bieten. So geht beispielsweise „Too good to go“ anders gegen Lebensmittelverschwendung vor als „Zu gut für die Tonne“.

Evaluation

Es empfiehlt sich, nach jedem Thema zu fragen, wie die Teilnehmer*innen das Thema empfunden haben. Als Kursleiter*in ist eine Evaluation dahingehend interessant, ob die anfangs formulierten Ziele (siehe oben) erreicht wurden oder nicht.



5. Weiterführende Informationen

Zum Thema Lieferdienste:

Brandt, M. (2022). Gorillas am bekanntesten, Flink mit den meisten Kund:innen. Statista.

<https://de.statista.com/infografik/27510/markenprofile-von-on-demand-lieferservices-fuer-lebensmittel-in-deutschland/>

Graefe, L. (2022). Food-Delivery: Daten und Fakten zum aufstrebenden Markt für Lieferdienste.

<https://de.statista.com/themen/3440/food-delivery-lieferdienste-lieferservice-portale/#topicOverview>

Zandt, F. (2021). Lieferando dominiert den Lieferdienstmarkt. Statista.

<https://de.statista.com/infografik/25556/nutzung-von-lieferdiensten-in-deutschland/>

Ein interessanter Beitrag zu den **Schattenseiten von Lieferdiensten** mit dem Titel:

„Am Limit – Die harte Welt der Lieferdienste“ vom ZDF (2022):

<https://www.zdf.de/dokumentation/zdfinfo-doku/am-limit-die-harte-welt-der-lieferdienste-100.html>



Zum Thema Lebensmittelverschwendung:

Anschauliche Grafik: Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL)(2023).

Lebensmittelabfälle in Deutschland: Aktuelle Zahlen zur Höhe der Lebensmittelabfälle nach Sektoren.

<https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittelverschwendung/studie-lebensmittelabfaelle-deutschland.html>

Informativer Videobeitrag: SWR Marktcheck (2022). To good to go? Wann Lebensmittel noch haltbar sind und wie ihr sie retten könnt.

<https://www.youtube.com/watch?v=lvZMQsIFf7Y>



6. Mögliche FAQs der Teilnehmenden

Woran kann ich erkennen, welche Produkte saisonal sind?

Eine Möglichkeit, herauszufinden, welche Obst- und Gemüsesorten gerade Saison haben, ist die App „Saisonkalender“ des Bundeszentrums für Ernährung (BZfE). Die App informiert für jeden Monat über das aktuelle Marktangebot von rund 75 Obst- und Gemüsearten. Berücksichtigt werden sowohl die Saison für heimisches Gemüse als auch für Importgemüse. Mit einem Fingertipp erhalten Sie einen Überblick, wann welche Gemüsesorten besonders reichlich verfügbar sind. Das bedeutet, dass die Ware in guter Qualität zu einem günstigen Preis erhältlich ist.

Wie kann ich bei Lieferdiensten bestellen? Nur online?

Kommt darauf an. Im Allgemeinen können Sie bei Lieferdiensten auf verschiedene Weise bestellen, zum Beispiel telefonisch oder über Online-Plattformen. Das kann aber natürlich von Anbieter zu Anbieter variieren. So ist das Bestellen über Lieferando nur online möglich. Informieren Sie sich daher am besten auf den firmeneigenen Internetseiten oder fragen Sie vor Ort (wie bei REWE) bei den Angestellten des Unternehmens nach. Gerade bei lokalen Restaurants kann die Vorgehensweise variieren. Einige lokale Restaurants bieten einen eigenen Lieferservice an, den Sie telefonisch oder über ihre Website nutzen können.

Herausgegeben von
Evangelisches Erwachsenenbildungswerk Nordrhein
Goethestr. 75 · 40237 Düsseldorf
2023

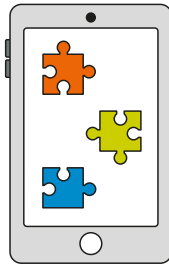
Verantwortlich: Sophie Schmitz
Redaktion: Sophie Schmitz, Frauke Rohlf
Grafik-Design: Abends-Grafik
Logo „Das fehlende Puzzlestück“: grauwert Kommunikationsdesign

Online verfügbar unter:
<https://eeb-nordrhein.de/themen/digitale-bildung.html>



**Evangelisches Erwachsenenbildungswerk
Nordrhein**

Diese Veröffentlichung unterliegt der Creative Commons Lizenz (CC BY SA). Diese Lizenz erlaubt es Dritten, das Werk zu verbreiten, zu remixen, zu verbessern und darauf aufzubauen, auch kommerziell, solange der Urheber des Originals genannt wird und die auf seinem Werk basierenden neuen Werke unter denselben Bedingungen veröffentlicht werden. Logos von Organisationen und Icons von Apps sind besonders geschützt und dürfen nicht verändert werden.



Das fehlende Puzzlestück

Toolbox für Kursleitende

Weitere Infos auf:
www.eeb-nordrhein.de