

Blick über den Tellerrand:

Ernährung umweltfreundlich, gesund und nachhaltig



Stephanie Wunder
Ecologic Institut,
Koordinatorin Ernährungssysteme

Plenarvortrag NUTRITION 2019
Bregenz, 16.Mai 2019

FREMD IST DER FREMDE



KARL VALENTIN

NUR IN DER FREMDE





Ernährung wird politisch(er)

Kontext Klimawandel, Agrarpolitik

Volksbegehren Artenvielfalt Bayern

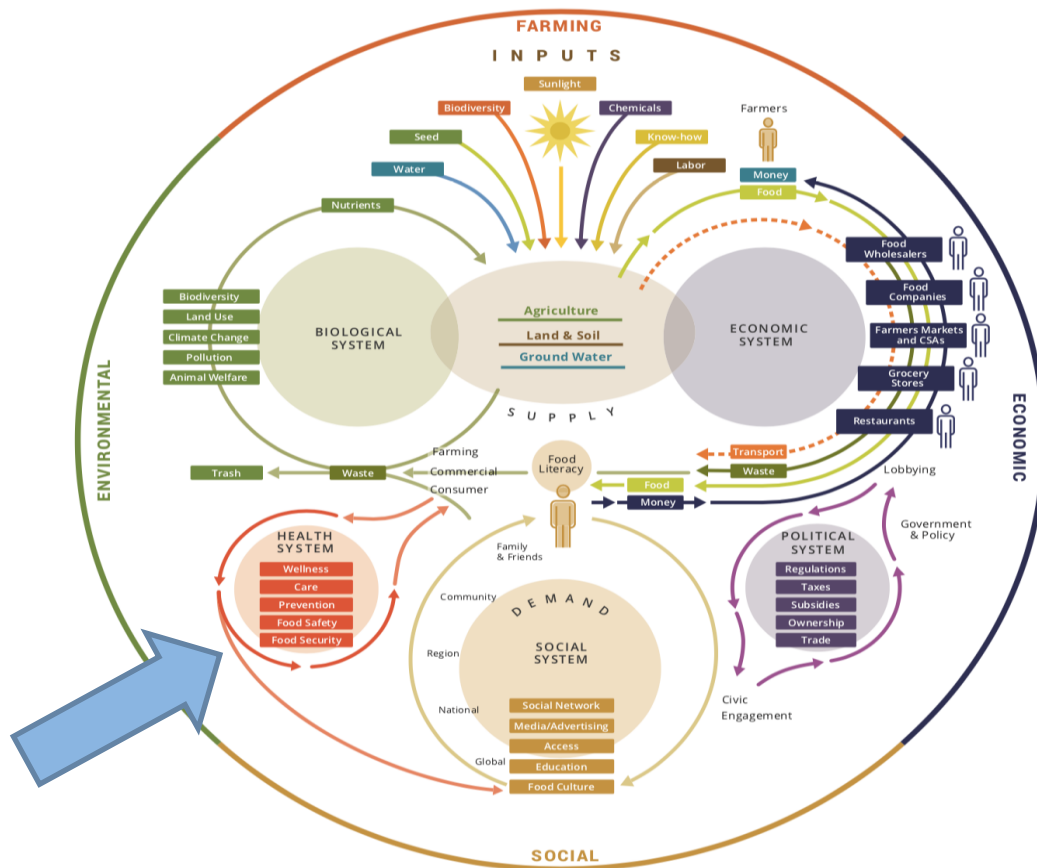


Fridays for Future Demonstrationen



„Wir haben es satt“ Demonstrationen

Gute Ernährung – was ist das?



Komplexität beachten!
Ein nachhaltiges Ernährungssystem
umfasst viele Aspekte...

Gleichnis „Die Blinden und der Elefant“

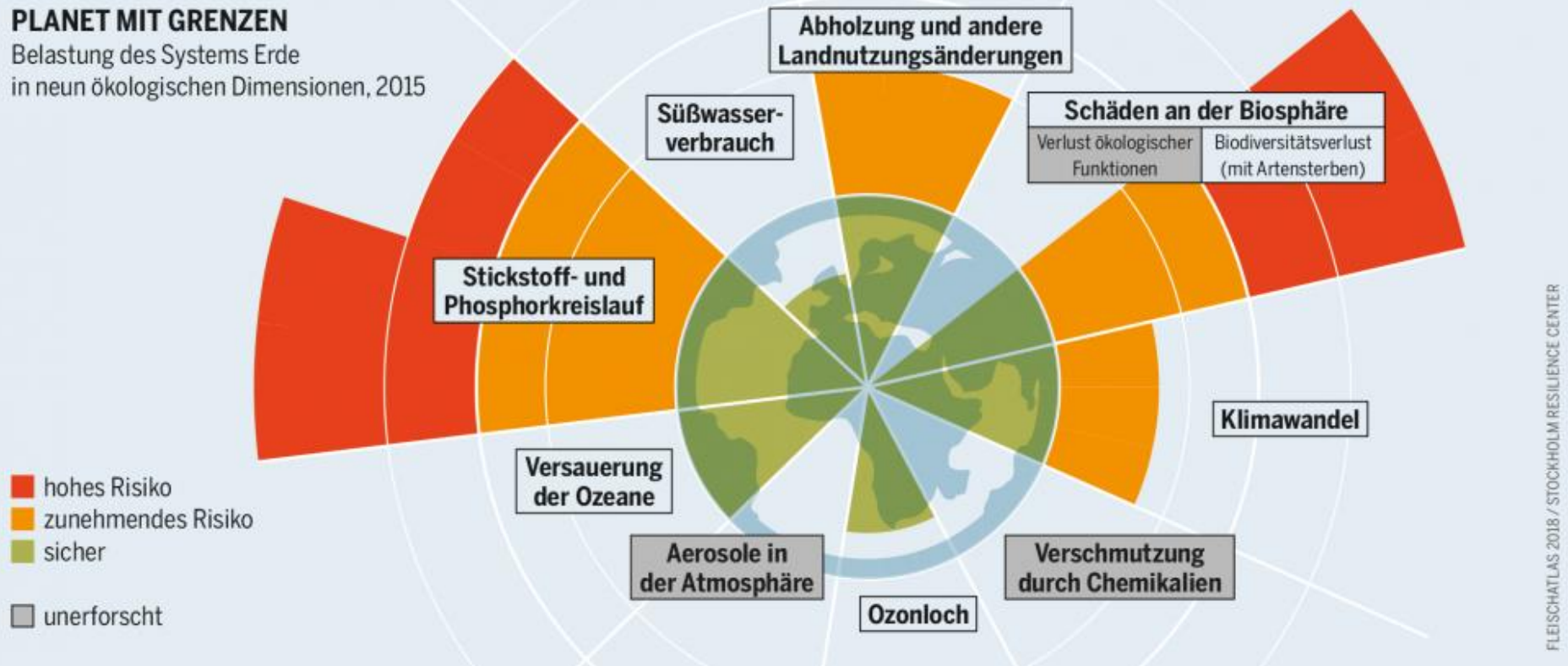


Karte des Ernährungssystems und deren Interaktionen
TEEBAgriFood2018



A) Planetare Grenzen/Endlichkeit natürlicher Ressourcen

PLANET MIT GRENZEN
Belastung des Systems Erde
in neun ökologischen Dimensionen, 2015



Ca 30% der Treibhausgase auf Ernährungssystem zurückzuführen
(Niles et al 2017)

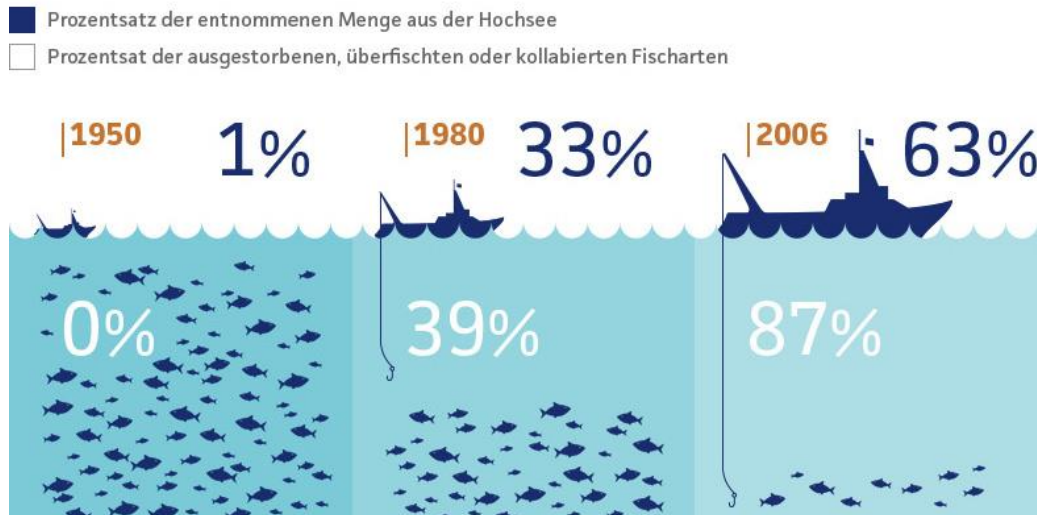


Artenvielfalt

- 1 Mio Tier- und Pflanzenarten von insg. 8 Mio vom Aussterben bedroht
- Artensterben 100 mal bis 1000 mal schneller als natürlich
- Rückgang der Vielfalt in Nutztierhaltung
- Invasive Arten (z.B. Victoriabarsch)
- Überfischung



Schwäbisch Hällisches
Qualitätsschweinefleisch



Quelle: Deutsche Meeresstiftung



Weitere negative Auswirkungen: Bodendegradation, Plastikmüll

**Bodendegradation (z.B. durch
Überweidung, Erosion, Überbauung)**

**Plastik im Meer/in der Umwelt:
Plastik in der Nahrungskette**



(Bsp. Gewächshäuser – Spanien, Almeria)

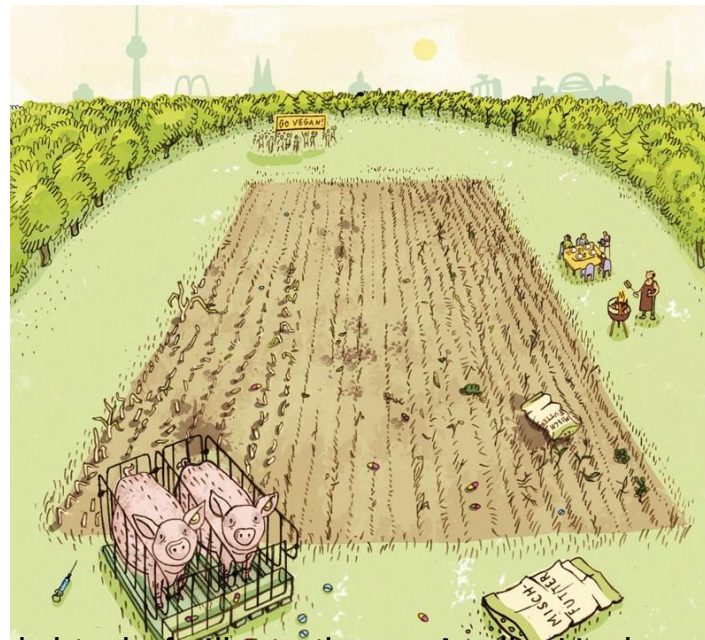




Gerechtigkeit - Ermöglichung einer gesunden Ernährung auch im globalen Süden?

Im Schnitt steht jeder Person auf der Erde 2000m² Ackerboden zu.

→ Wir leben über unsere Verhältnisse (flächenintensive Ernährung und Lebensmittel-verschwendung)





B - Was kann getan werden?

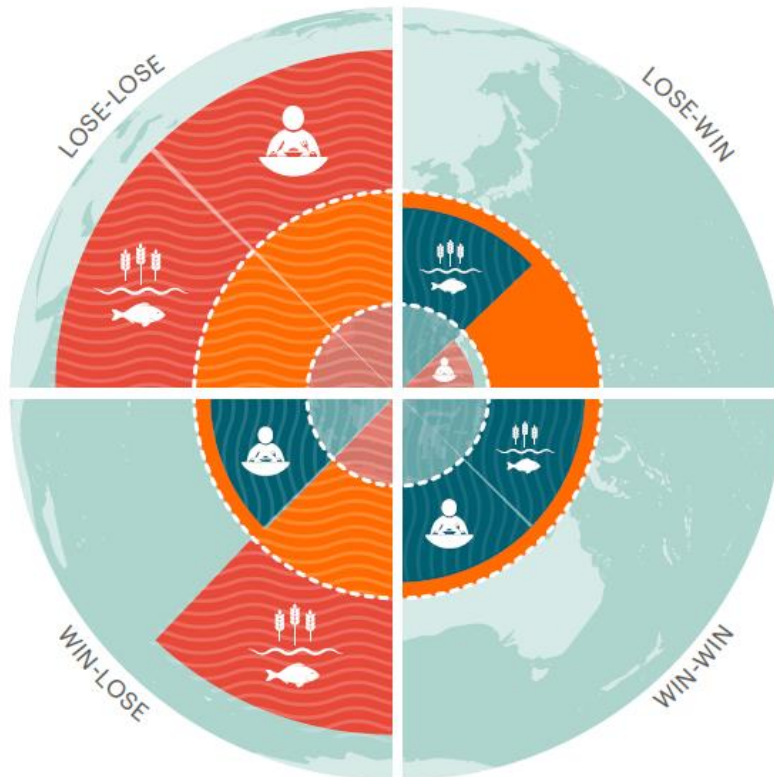
Drei wesentliche Stellschrauben:

- 1. Verändertes Konsumverhalten, insbesondere weniger Fleisch!**
- 2. Weniger Lebensmittelabfälle**
- 3. Umweltfreundlichere Produktion**



Win – Win für gesunde und nachhaltige Ernährung

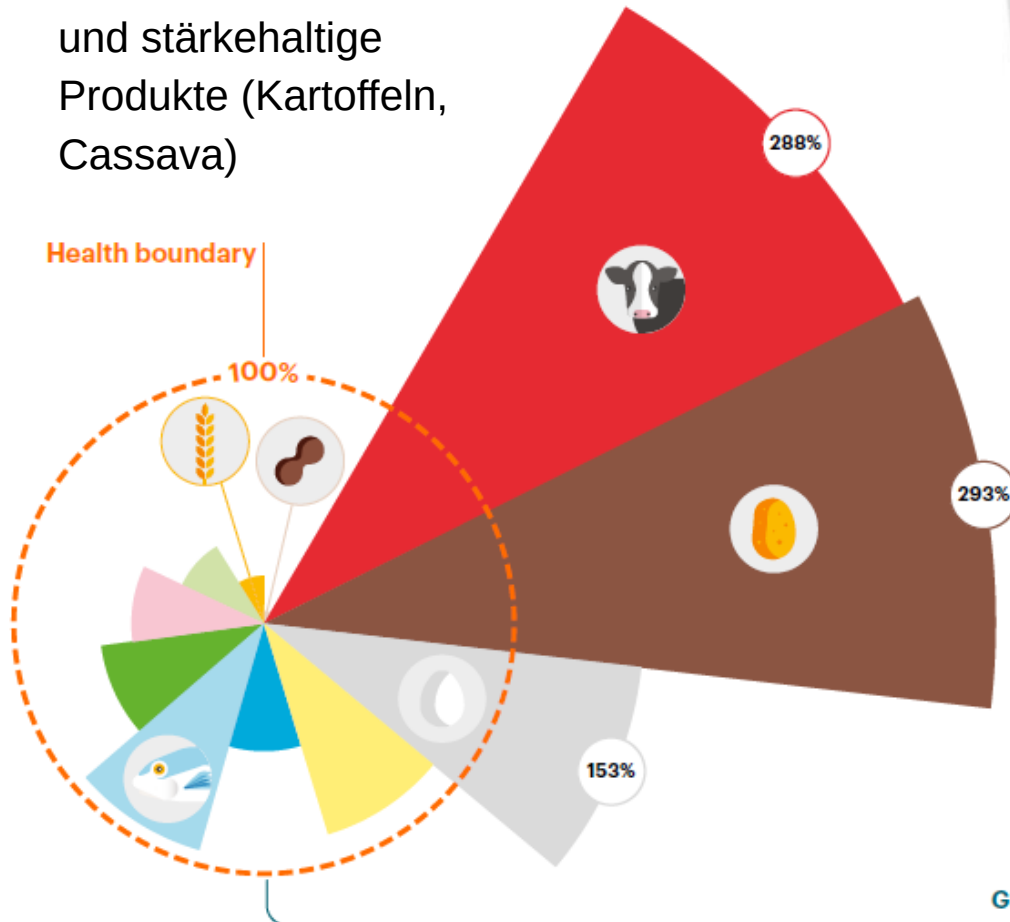
EAT Lancet Commission (2019): Wie kann eine gesunde Ernährung auch nachhaltig sein?





EAT Lancet Commission

Globale Ernährung umfasst zu viel Fleisch und stärkehaltige Produkte (Kartoffeln, Cassava)



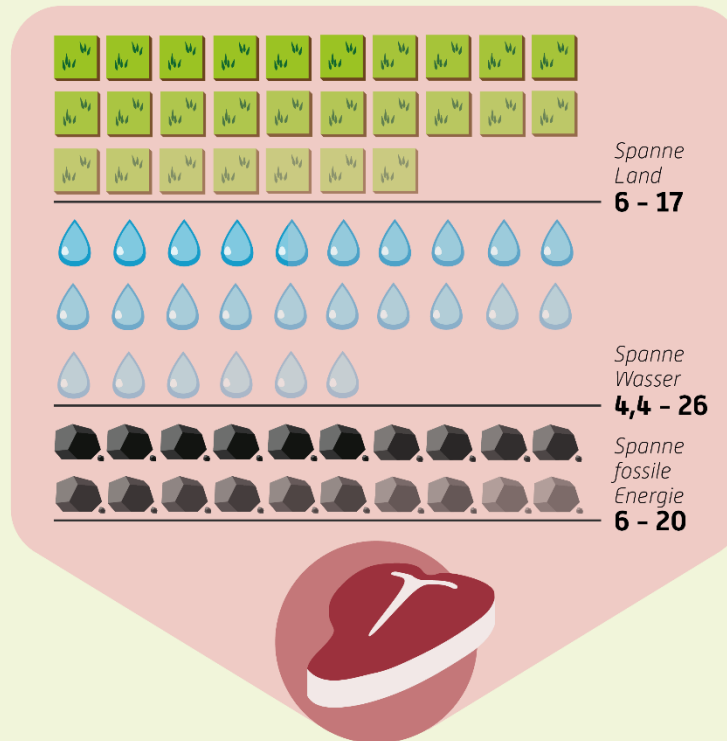
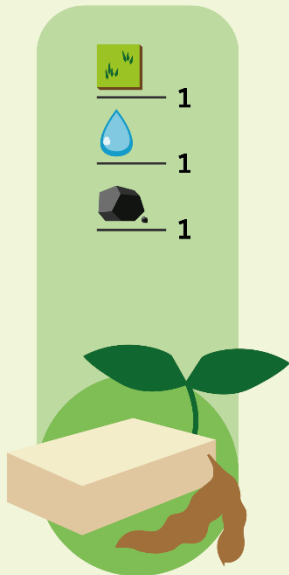
Gesunde & nachhaltige Ernährung erfordert Verdopplung des Konsums von Obst und Gemüse, Nüssen und Hülsenfrüchten



Hoher Ressourcenverbrauch von Fleischproteinen versus pflanzlichen Proteinen

Spannbreite der Umwelteffekte im Vergleich:

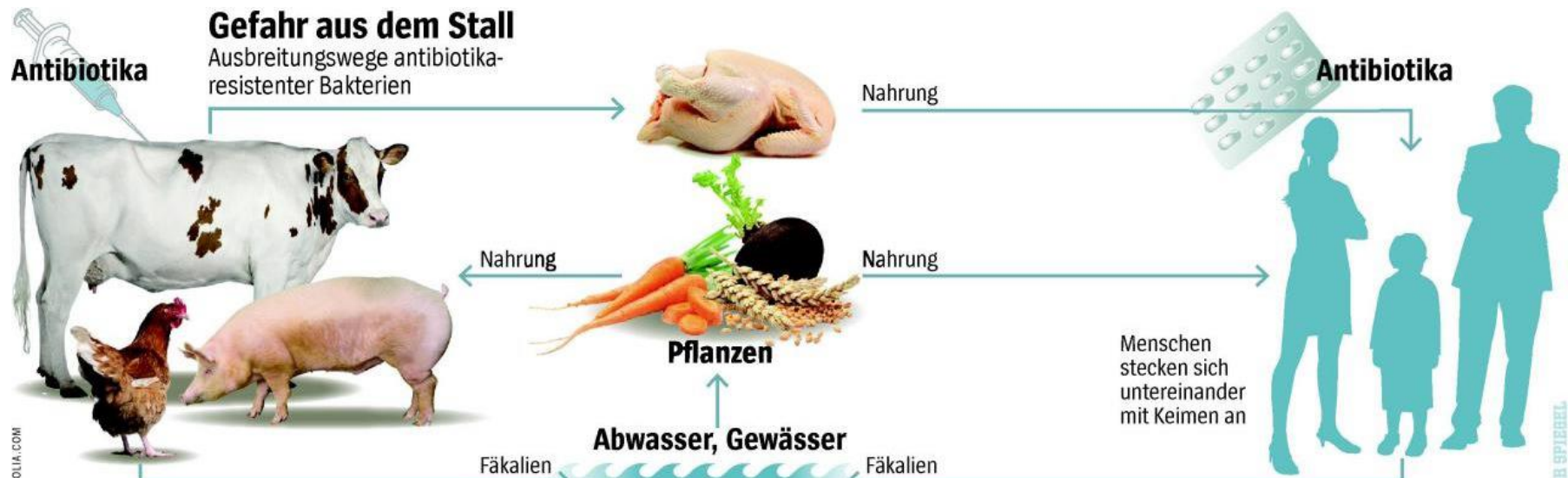
Deutlich negativere Umweltwirkungen für die Produktion von Fleisch im Vergleich zur verarbeiteten sojabasierten pflanzlichen Produkten [gleicher Proteingehalt, Produktion in Industrieländern als Referenz]
[Berechnung: Reijnders, Soret 2003]





Fleischkonsum: Haltung und Antibiotikaeinsatz

- Multiresistente Keime gehören zu den 10 größten globalen Gesundheitsrisiken (WHO)
- 3 von 8 der Reserveantibiotika für Menschen sind in der Tiermast zugelassen
- EU: jährlich 25.000 Tote durch multiresistente Keime





2. Lebensmittelverschwendung

- In EU werden ca. 20% der Lebensmittel weggeworfen

= Ethisch problematisch und Verschwendung der zum Einsatz gekommenen natürlichen Ressourcen und Arbeitskraft





3. Produktion nachhaltiger gestalten

Landwirtschaftliche Produktion anpassen: Regionale(re) Bioprodukte

So Bio ist Österreich



Quelle: Betriebe und Flächen: BMLFUW, Invekos 2017. Die Zahlen sind vorläufig. Tierkategorien: BMLFUW, AMA 2017.

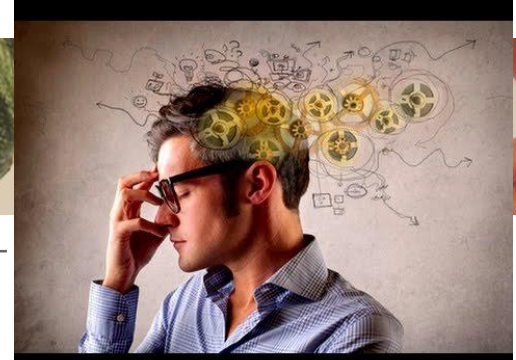




C) Wie können Änderungen angestoßen werden?

- **Einkaufs“macht“ der Krankenhäuser/ Gesundheits- und Pflegeeinrichtungen**
- **Handlungsspielräume nutzen** (Alternativen zu Fleisch, Fisch mit Nachhaltigkeitszertifikat z.B. MSC?)
- **Verändertes Verhalten erleichtern:** Fokus Fähigkeiten und Umfeld, weniger reine Informationsbereitstellung
Beispiel Fruit and Veggie Prescription Program“, Georgia/US





Sprache bewußt einsetzen



Lassi: Raghunathan, et.al, 2006

Betonen: Herkunft, Geschmack, Aussehen, Emotion

**vermeiden: „Vegetarisch“, „Vegan“, „fleischfrei“
Gesundheitswirkung („Healthy restrictive“)**

World Ressource Institut: BetterBuyingLab.org



Suher, Raghunathan, and Hoyer, 2016



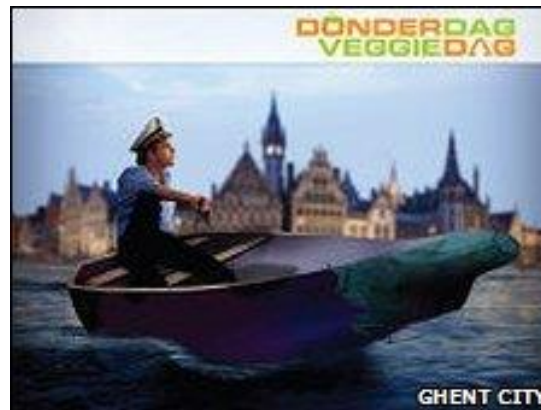
Wir brauchen Sie!

- **Gesundheitspersonal genießt hohes Vertrauen in der Bevölkerung (GfK 2018)**
- **Nachhaltigkeitsaspekte in Ernährungsleitfäden integrieren**
- **Routinen prägen Ernährungspraktiken:
Auseinandersetzung mit einer Krankheit ist ein wichtiger Anlass**



Städtische Ernährungspolitiken & Agrarpolitik

- Amsterdam erfolgreich gegen Übergewicht bei Kindern, breiter Ansatz: Leitungswasser, Kochklassen, Fitnessstudio kostenlos, Ernährungsberatung Eltern (ersten 1000 Tage) Kontakt mit Eltern, Werbeverbot fast food für events
- London: Fast Food Bann 400m um Schulen keine fast food Werbung in ÖPNV
- Ghent: lang etablierter Veggie Day
- Agrarpolitik „gesünder machen“!



***Unser billiges
Essen ist zu
teuer!***

FREMD IST DER FREMDE



KARL VALENTIN

NUR IN DER FREMDE





Danke für Ihre Aufmerksamkeit!

Stephanie.wunder@ecologic.eu

@St_Wunder

www.ecologic.eu

