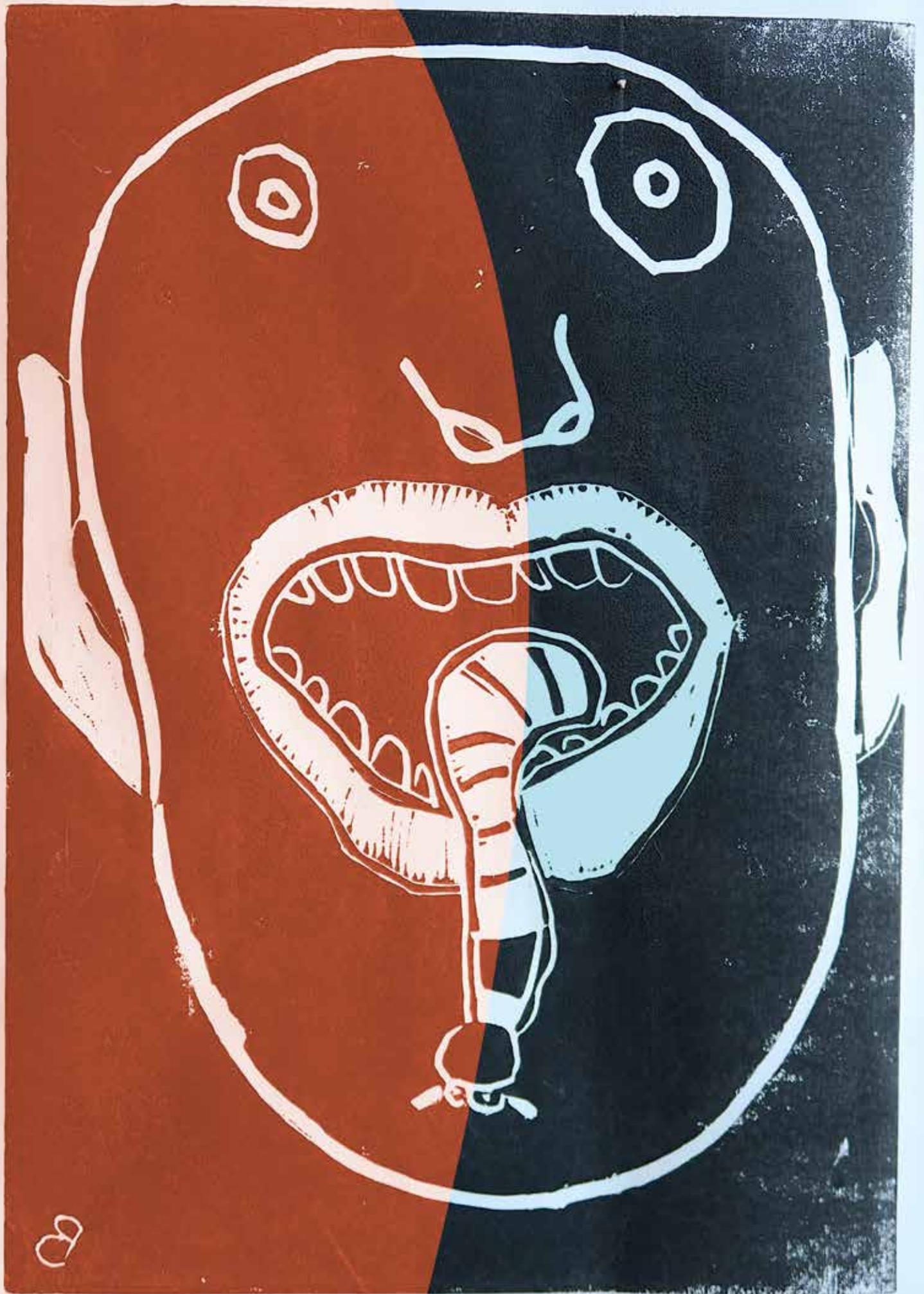


**Kunst und
Ernährungsbildung**

**Ein Beitrag von Studierenden der KPH Wien/Krems zum
Symposium Dürnstein 2024**

Leitung: Mag. Sigrid Pohl



23

Kunst und Ernährungsbildung

Ein Projekt von Studierenden des Unterrichtsgegenstandes „Kunst und Gestaltung“ an der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule Wien/Krems zum Thema „Gesunde und nachhaltige Ernährung in der Primarstufe“.

Eine Auswahl von Kunstwerken bildete den Ausgangspunkt für die Auseinandersetzung mit den sozialen und kulturellen Gepflogenheiten des Essens und Trinkens. Im Mittelpunkt aber standen künstlerische Annäherungen an aktuelle Essgewohnheiten und Überlegungen über die zukünftige Welternährung sowie der Erwerb von Kompetenzen für die Ernährungsbildung in der Primarstufe.

Ernährungsbildung in der Primarstufe

Vor dem Hintergrund des Klimawandels und der kontinuierlich anwachsenden Weltbevölkerung kommt der Ernährungsbildung zukünftig eine bedeutende Rolle zu. Ernährungsbildung ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe, die schon in der Primarstufe eingeführt werden sollte. Indem Konsumenten*innen umfassend informiert werden, können sie die Auswirkungen der Lebensmittelproduktion auf die Umwelt verstehen und ein Bewusstsein für eine gesunde und nachhaltige Lebensweise entwickeln. Die frühzeitige Prägung von positiven Konsum- und Essgewohnheiten im Kindesalter ist entscheidend für eine gesunde Lebensführung und hat langfristig auch Auswirkungen auf die Gesundheit unseres Planeten.

„Das Auge isst mit“

Nahrungsaufnahme ist ein elementares Bedürfnis und nicht zuletzt ein gemeinschaftsbildender Vorgang. Beim Essen und Trinken geht es nicht allein um Energiezufuhr für den Erhalt der biologischen Körperfunktionen, sondern um den zu erwartenden, sinnlichen Genuss, an dem neben dem Schmecken weitere Sinnesorgane wie das Riechen, Hören und Tasten beteiligt sind. Eine entscheidende Rolle kommt jedoch dem Auge zu. Deshalb ist es nicht verwunderlich, wenn Darstellungen von Lebensmitteln und Essensritualen in der bildenden Kunst großen Raum einnehmen. Schon beim Wahrnehmen eines frischen Lebensmittels läuft einem sprichwörtlich das Wasser im Mund zusammen.

Von der Faszination, die frische, in Europa oft seltene und teure Nahrungsmittel auf die Menschen vergangener Jahrhunderte ausübten, zeugen die hyperrealistischen Stillleben der barocken Malerin Clara Peeters oder die Darstellung turbulenter Festgelage von Jacob Jordaens aus der Goldenen Zeit der niederländischen Malerei.

In der 2. Hälfte des 20. Jahrhundert wurde die Nahrungsaufnahme vom Bild in die Wirklichkeit transferiert und als sinnliches Ereignis inszeniert. Der Fokus richtete sich nun auf das gemeinsame Kochen und das anschließende Verspeisen und Genießen der zubereiteten Speisen. Daniel Spoerri lud 1964 zum „Abendmahl für Hahn“ und fixierte die Überreste der Essensaktion in einem „Fallenbild“. Matthew Ngui bereitete asiatische Gerichte für die Besucherinnen in einem Ausstellungsraum der documenta X (1997) zu und regte seine Gäste an, sich über Kunst zu unterhalten.

Der Bildungsauftrag der Agenda 2030

Die Grundlage für die Entwicklung nachhaltiger Handlungsstrategien bildet der Brundtland-Bericht aus den 1980er Jahren. In der Folge hat sich die Weltgemeinschaft auf 17 gemeinsame Ziele zur Sicherung der Zukunft des Menschen und der Erde verpflichtet. Das Sustainable Development Goal (SDG) 4.7. betont die Bedeutung der Schulbildung und fordert die Ausstattung aller Lernenden mit den notwendigen Kenntnissen und Kompetenzen, die zur Gestaltung einer besseren Welt beitragen. Ferner erhebt SDG 2 die Forderung nach der Beendigung des Hungers auf der Welt und einer nachhaltigen, resilienten Lebensmittelproduktion, die den Zugang aller Menschen zu gesunden Nahrungsmitteln sichert. Zu solidarischem, nachhaltigem Handeln wird die Weltgemeinschaft auch hinsichtlich des Umgangs mit Rohstoffen aufgefordert, wobei der Ressource Wasser allerhöchste Bedeutung zukommt (SDG 12 und 14).¹

Ernährungsbildung für eine Ernährungswende

Angesichts des Überschreitens der planetarischen Belastungsgrenzen hat die EAT-Lancet-Kommission 2019 eine langfristige Strategie für eine gesunde und nachhaltige Ernährung der 10 Milliarden Menschen, die 2050 auf der Erde leben werden, vorgeschlagen. Der Plan sieht einen sukzessiven Verzicht auf tierische Produkte und eine größtenteils aus Obst, Gemüse, Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Nüssen und ungesättigten Fettsäuren bestehende Ernährung vor.²

Ein weiterer Beitrag zur Ernährungssicherung könnten umweltfreundlichere, alternative Nahrungsangebote sein. Die Novel-Food-Verordnung der Europäischen Kommission ermöglicht seit 2018 den Konsum von Mehlwürmern, Wanderheuschrecken, Hausgrillen auch in Europa. Insekten gelten als klimafreundliches Lebensmittel. Sie brauchen wenig Platz, kaum Futter und verursachen wenig Treibhausgas-Emissionen. Ein Nachteil ist allerdings der hohe Energieverbrauch, der für die Zucht benötigt wird.³ Auch die in Europa lange vergessene und heute wiederentdeckte Alge sowie Flechten werden als nachhaltige Nahrungsquellen stark beworben.⁴

Bildungsinhalte der Lehrveranstaltung

Die umfangreichen Informationen wurden von den Studierenden in Referaten bearbeitet, im Plenum vorgestellt und diskutiert. Basierend auf dem erworbenen Faktenwissen konnten folgende Bildungsinhalte für eine nachhaltige Ernährung festgehalten werden.

Ernährungsbildung

- vermittelt an Hand von Kunstwerken Einblicke in die sozialen Bedingungen und kulturellen Gepflogenheiten von Essen und Trinken.
- informiert über die Produktion von Nahrungsmitteln und den damit zusammenhängenden Verbrauch von Ressourcen sowie ökonomischen und ökologischen Aspekten wie die Belastung der Umwelt durch Treibhausemissionen, Transportwege, Verpackungsmaterial u.a.
- vermittelt Kenntnisse und Fähigkeiten, bewusst verantwortungsvolle Entscheidung bezüglich einer gesunden und nachhaltigen Ernährung treffen zu können.
- bahnt ein Bewusstsein über den Aufwand und Energie an, die für die Produktion von Nahrung aufgewendet werden und fördert das Eintreten gegen Verschwendung sowie einen wertschätzenden Umgang mit Nahrungsmitteln.
- lenkt die Aufmerksamkeit auf solidarisches Handeln beim Lösen von Schlüsselproblemen wie Klimawandel, verantwortlicher Umgang mit Ressourcen, Eindämmen von Hunger, Beachten der Menschenrechte.
- zielt auf eine Verfeinerung der Sinneswahrnehmung mit der Intention kalorienreiche Lebensmittel (süße Säfte, salzige Chips u.a.) zu vermeiden und fördert das Gemeinschaftsgefühl.

Gestaltungspraxis

Im Verlauf der Lehrveranstaltung wurden Kenntnisse über die aktuelle und zukünftige Ernährungssituation mit den Anforderungen der Curricula (Neue Medien und Druckgrafik) sowie der Betrachtung geeigneter Kunstwerke verknüpft. Die bildnerische Praxis eröffnete für die Studierenden individuelle Gestaltungsräume und eine anschauliche, erfahrungsbezogene Aneignung von Kompetenzen für den Unterricht in der Primarstufe.

Der Impuls für die Auseinandersetzung mit dem Thema erfolgte durch das Anfertigen einer persönlichen Ernährungspyramide, die auf einem Foto der im eigenen Kühlschrank vorhandenen Lebensmittel basierte. Fotografie, Bildbearbeitung, Stop-Motion, performative Praktiken, aber auch klassische künstlerische Techniken wurden für die Gestaltung von Videos, Plakaten und grafischen Arbeiten herangezogen. Mit dem Arrangieren von Geschirr und Lebensmitteln gelang es, einen Bogen zu kunstanalogen, performativen Praktiken zu schlagen; vor allem, weil die angerichteten Speisen gemeinsam verzehrt wurden. Darüber hinaus lieferte die Befragung einiger Probanden lebensnahe Einblicke in die Anstrengungen, Erfolge und Hinder-

nisse, die sie bei der Realisierung einer nachhaltigen Lebensweise erfuhren.

Die Bedeutung von Ernährungsbildung in der Grundschule

Im Kontext des Grundschulunterrichts bietet die interdisziplinäre Ausrichtung der Ernährungsbildung einen vielseitigen Zugang zu verschiedenen Themenbereichen wie Biologie, Medizin, Ökologie, Ökonomie und Kultur. Diese Herangehensweise entspricht den Anforderungen der aktuellen Lehrpläne, die eine integrierte Verknüpfung von Inhalten betonen.

Ernährungsbildung in der Primarstufe ist besonders geeignet, die Ess- und Geschmacksgewohnheiten der Kinder zu entwickeln und langfristig zu prägen. Eine ausgewogene Ernährung trägt dazu bei, Krankheiten vorzubeugen und ist von entscheidender Bedeutung für die Gesundheit. Durch praxisorientierten Unterricht erhalten die Kinder Informationen über den Nährstoffgehalt von Lebensmitteln. Dies befähigt sie, selbst zu entscheiden, ob sie sich für vitaminreiche Produkte oder ungesunde Nahrungsmittel entscheiden. Nicht zuletzt werden ihre Fähigkeiten gefördert, gesunde, geschmackvolle Mahlzeiten zuzubereiten. Beim Kochen und gemeinsamen Verzehren der Speisen bekommen sie Gelegenheit, die gemachten Erfahrungen zu besprechen und voneinander zu lernen.

Gestaltungsanlässe

Die frühe Kindheit ist eine Zeit, in der Kinder neuen Lerninhalten mit Offenheit und Neugier begegnen, insbesondere, wenn es um lebensnahe Themen geht. Das Wahrnehmen von Sinnesreizen wie Sehen, Riechen, Hören, Fühlen und Schmecken bietet Anknüpfungspunkte für die Auseinandersetzung mit Themen wie Schuljause, Schulbuffet oder Schulkantine. Gemeinsames Zubereiten von Mahlzeiten wirkt gemeinschaftsbildend, während Lehrausgänge Einblicke in die ökologischen, ökonomischen und sozialen Aspekte der Lebensmittelproduktion eröffnen. (Es wäre überflüssig, weitere Anlässe für Ernährungsthemen hier anzuführen. Anregende, schülerorientierte Themenvorschläge finden sich als fertig ausgearbeitet Unterrichtssequenzen auf einschlägigen Foren).⁵

Die ästhetische Seite der Ernährungsbildung

Seitens der Kinder besteht ein hohes Bedürfnis, das Erfahrene ästhetisch darzustellen. Im Laufe der Projekte ergeben sich zahlreiche Gelegenheiten bei denen die Kinder ihre subjektiven Eindrücke und Vorstellungen äußern können. Das Repertoire an ästhetischen Darstellungsmitteln ist vielfältig; Zeichnen, Schreiben, Malen, Fotografieren, Anfertigen von Infografiken und Plakaten, Kochperformances, Gestaltung von Banketten und Buffets, Aufnehmen von Interviews, Gartenarbeit, Anfertigen eines Saisonkalenders, Performances, Theater und mehr. Die Aufgabe der Lehrenden besteht darin, die verschiedenen ästhetischen Ausdrucksformen zu unterstützen und zu fördern.

Zusammenfassung

Zu Beginn und am Ende der Lehrveranstaltung wurde das Ernährungswissen der Studierenden erfasst. Es wurde allgemein festgestellt, dass die Teilnehmer*innen nun erweiterte und umfassende Kenntnisse zu Themen wie Nahrungsaufnahme, Essgewohnheiten und -ritualen besitzen. Insbesondere konnten sie den signifikanten Einfluss von Ernährungsbildung auf globale Umweltauswirkungen erkennen. Die Studierenden fühlen sich nun befähigt, einen anschaulichen und auf die Schüler ausgerichteten Unterricht in der Primarstufe durchzuführen.

Projektidee und Leitung, Sigrid Pohl

Literatur

- 1) <https://www.bundeskanzleramt.gv.at/themen/nachhaltige-entwicklung-agenda-2030.html>, abgefragt am 05.01.2024
- 2) <https://www.bzfe.de/nachhaltiger-konsum/lagern-kochen-essen-teilen/planetary-health-diet/>, abgefragt am 05.01.2024
- 3) <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/auswaehlen-zubereiten-aufbewahren/insekten-essen-eine-alternative-zu-herkoemmllichem-fleisch-33101>, abgefragt am 10.01.2024
- 4) <https://www.zdf.de/dokumentation/planet-e/planet-e-algen-essen--klimaretter-auf-dem-teller-100.html>, abgefragt am 11.01.2024
- 5) <https://www.bzfe.de/bildung/unterrichtsmaterial/grundschule/was-ist-obst-der-saison/>, abgefragt am 11.01.2024

Liste der Interviewpartner*innen (S 8 - 39)

Andrea, 35: Designforscherin

Olivia, 39: Bildungsreferentin Verein „Südwind“

Hanni, 61: Foodtrendforscherin

Michael, 21: Studienassistent Landwirtschaft

Julie, 21: Winzerin

Natalie, 23: Masterstudentin „Green Marketing“

Florian, 27: Qualitätsmanager

Christoph, 37: CEO & Founder: Zirp Insects GmbH

Laura, 22: Studentin Diätologie

Thomas, 42: Lehrer

Julia, 30: Designerin, Dozentin

Roswitha, 60: Sozialbetueuerin

Monika, 22: Privatperson

EAT ME



Andrea, 35

Designforscherin



Seit wann beschäftigen Sie sich mit dem Thema Ernährung und Nachhaltigkeit?

Seit 2012, durch meine BA-Abschlussarbeit im Studiengang Visuelle Kommunikation an der Hochschule der Künste in Bern: Als Designerin, die sich auch als Vermittlerin von zukunftsweisenden Szenarien durch gesellschaftliche Treiber versteht, war es 2012 meine Aufgabe, Ästhetik mit Genuss zu Verbinden – so entstand das erste Insektenkochbuch der Schweiz ENTO. Ausschlaggebend war ein Beitrag des Entomologen Arnold van Huis im WHO-Paper zur globalen Ernährungssicherheit.

Welche Aspekte nachhaltiger Ernährung verfolgen Sie persönlich und bei Ihrer künstlerischen Arbeit?

Ich finde es bedenklich, dass wir uns immer mehr vom ursprünglichen Aussehen unserer Nahrung entfernen. Ich unterstütze keine industriellen Fantasieformen. Auch arbeite ich hauptsächlich mit „Erlebnis und Erfahrung“. Durch körperlich-subjektive Erfahrung können meine GästInnen sich persönlich ein differenziertes Bild über die Zukunft unserer Ernährung machen und wie sie sich anfühlen könnte. Eine Erfahrung zu machen, ist für mich eine Form des Nachdenkens. Vorurteile bzgl. nachhaltiger Ernährung akzeptiere ich und versuche sie mit gestalterischen Mitteln, Information und körperlich-subjektivem Erlebnis zu (ver-)ändern.

Warum glauben Sie, dass nachhaltige Ernährung eine so große Bedeutung für das Leben der Menschen hat?

Weil es sehr schwierig werden wird, die exponentiell wachsende Weltbevölkerung mit hochwertigem Protein zu versorgen. Wobei in Schwellenländern wie Indien und China der Fleischkonsum drastisch zunimmt – mit schwerwiegenden Folgen für unsere Umwelt, die wir bereits heute spüren. Es spielt eine Rolle, wie und was ich wann und wo konsumiere. Unsere Handlungen haben einen direkten Einfluss auf unsere Umwelt. Mir persön-

lich ist es wichtig, meinen Konsum regelmässig zu reflektieren. Dennoch liegt die Verantwortung schlussendlich bei Politik und Wirtschaft.

Auf welche Weise (mit welchem Medium) möchten Sie auf nachhaltige Ernährung aufmerksam machen?

...innerhalb meines FutureFoodLabs, einem Erlebnisraum, der die Zukunft Ernährung thematisiert und mithilfe von Ereignisdesign erlebbar macht.

Sehen Sie in der heutigen finanziellen Krise eine Gefahr, dass in Zukunft das mühsam aufgebaute Bewusstsein für nachhaltige, regionale und biologische Lebensmittel wieder verloren geht, da sich ein Großteil der Bevölkerung diese Produkte nicht mehr leisten kann?

Wie gesagt sehe ich die Verantwortung nicht bei der EndverbraucherIn. Die Verantwortung liegt bei Politik und Wirtschaft. Bei Megaunternehmen wie Shell und Exxon, bei Monsanto und Glencore oder bei Nestlé, Kraft Foods und Unilever. Diese bestimmen, was wie produziert wird und was wir kaufen und konsumieren können.

Wie wird Ihrer Meinung nach die Ernährung der Zukunft aussehen?

Der Weg in die Zukunft ist meiner Meinung nach mehrspurig. Die Lösung für die Nahrungsmittelproduktion der Zukunft besteht aus vielen Teillösungen. Die Umstellung kann einerseits mit Verzicht und Umdenken einhergehen, andererseits verändern sich unsere Nahrungsmittel durch technischen Fortschritt und entwickeln sich weiter. Wie der Speiseplan von morgen aussieht, kann man an den heute bereits spürbaren Tendenzen erahnen. In der westlichen, reichen Welt dürfte ein Umdenken stattfinden. Nebst gesundheitlichen Bedenken werden Nachhaltigkeit und hohe Kosten Gründe sein, weniger rotes Fleisch zu konsumieren.

Ende des Interviews S 34

Anja, 21



Olivia, 39

Bildungsreferentin, Verein „Südwind“



Seit wann beschäftigen Sie sich mit dem Thema Ernährung und Nachhaltigkeit?

Intensiv seit ca. 10 Jahren, seit ich beim Südwind Verein als Bildungsreferentin begann.

Welche Aspekte nachhaltiger Ernährung verfolgen Sie persönlich, ihrem Verein?

Persönlich: Einkauf von BIO-Lebensmittel wo möglich – außerdem natürlich so regional u saisonal wie möglich; Mitglied einer food-coop; ehemaliges Mitglied einer Solidarischen Landwirtschaftsinitiative; Mitglied von MILA – einer Einkaufsgenossenschaft;

Im Betrieb: Abhaltung von Lehrer:innen-Seminare an kPH/PH sowie Studierendenfortbildungen (v.a. Haushaltswirtschaft) zum Thema „Ernährung global“; Vortragstätigkeiten z.B. bei Symposien zum Thema „Liefer- und Produktionsketten Ernährung global“; Schulworkshops von VS bis SEK II zu Ernährungsthemen (v.a. Schokolade, Banane, Wasser, Hendl & Reis, Globalisierung);

Wie wird sich die Agrarwirtschaft Ihrer Meinung nach in Österreich, z.B. aufgrund des Klimawandels, in den nächsten 20 Jahren verändern (müssen)?

Für Österreich habe ich wenig Wissen... ich denke es braucht resistenterere und andere Pflanzensorten und z.B. grad im Bereich der Baum- und Waldwirtschaft andere Sorten; man sieht ja, dass z.B. der Schädlingsbefall enorm zugenommen hat, weil es immer wärmer wird; wir werden wohl auch andere Pflanzen kultivieren können, wenn das Klima in AT trockener u wärmer wird;

Wird das Prinzip Nachhaltigkeit auch in ihrem Verein umgesetzt?

Wir von Südwind machen das auf alle nur erdenkliche Weise – z.B.

- Durch Schulworkshops für alle Altersgruppen

- Lehrer:innen-Fortbildung
- Studierenden-Ausbildungsseminare (v.a. für Pädagog:innen/Lehramtsstudierende)
- Durch Spiele die wir herausgeben (z.B. Escape Game FOOTPRINT)
- Durch SDG-Plakate – auch zum Thema SDG 2-Hunger/Ernährung oder SDG 6-Wasser...
- Durch Ausstellungen (z.B. Mahlzeit, Palmöl, ...)
- Durch Aktionen im öffentlichen Raum (z.B. vor Lidl-Filialen gegen unfaire Schokolade)
- Durch Petitionen (z.B. für faire Schokolade)

Sehen Sie in der heutigen finanziellen Krise eine Gefahr, dass in Zukunft das mühsam aufgebaute Bewusstsein für nachhaltige, regionale und biologische Lebensmittel wieder verloren geht, da sich ein Großteil der Bevölkerung diese Produkte nicht mehr leisten kann?

NEIN! Das Preisargument ist nicht relevant

Natürlich können sich nicht alle Menschen bio und faires leisten und es MUSS teurer sein, weil diese z.B. Fleischpreise einfach nur Tierleid und Leid an der Natur nach sich ziehen müssen!! Es ist absolut unfassbar, dass diese Fleischpreise überhaupt existieren! Und so ist es bei ganz vielen andren Dingen.

Aber insgesamt haben wir noch nie so wenig bezahlt für unsere Lebensmittel. Denkt an oder redet mit euren Großeltern – wieviel des Haushaltseinkommens sie noch für LM/Ernährung aufwenden mussten! Das war ein Vielfaches. Wir wenden im Durchschnitt 15% des Einkommens für LM auf...

Gleichzeitig bitte nicht vergessen – wir im Globalen Norden brauchen kaum Ausgaben für Wasser leisten;



Hanni, 61

Foodtrendforscherin

Hat es einen Grund, wieso Sie sich mit diesem Thema beschäftigen?

Mein Leben lang bin ich immer gerne und viel gereist. Ein Studienaufenthalt in den USA hat mich zu der Frage geführt „Warum essen die Menschen so wie Sie essen?“ Daraus entwickelte sich mein erster Forschungsschwerpunkt. Und als ich später Matthias Horx vom Zukunftsinstitut kennen lernte und Projekte mit seinem Team realisierte, wurde mir rasch klar, dass ich das Hier und Jetzt erst richtig verstehen kann, wenn ich mich mit der Zukunft auseinandersetze.

Außerdem interessiere ich mich als Ernährungswissenschaftlerin und Gesundheitspsychologin für das Thema „Essen“ mehr als für das Thema „Ernährung“; schlicht deshalb, weil wir die Wahl unserer Speisen und Lebensmittel im Alltag nicht nach physiologischen Kriterien treffen. Da spielen Traditionen, Rituale, Gewohnheiten, geschmackliche Vorlieben, Verfügbarkeiten, Werte und Normen etc. eine viel größere Rolle als Nährwerte, Inhaltsstoffe und Kalorien. Kurz: Es sind die jeweiligen Esskulturen die unsere Ernährung prägen. Daher beschäftige ich mich vor allem damit, wie sich Esskulturen verändern und welche Szenarien sich daraus für das „Essen der Zukunft“ ableiten lassen.

Wie sollte ihrer Meinung nach eine nachhaltige Ernährung beschaffen sein?

Die wichtigste Stellschraube ist die Transformation der konventionellen, industriellen Fleisch- und Milchproduktion zu einer regional angepassten, verstärkt qualitätsorientierten, auf Pflanzen fokussierten Produktion. Also einer Neuausrichtung des Ernährungssystems. Gerade in Krisenzeiten ist es wichtig diese Entwicklung nicht allein dem Markt - sprich den Start-ups, der Lebensmittelindustrie und den Handelskonzernen zu überlassen, da die aktuelle Preissensibilität nicht die besten, sondern die billigsten Alternativen fördert. Diese sind wiederum nicht zukunftsfit.

Welche Auswirkungen wird der Klimawandel auf die Ernährung der Zukunft haben, und wie können wir uns darauf vorbereiten?

Der Klimawandel bringt sowohl extreme Trockenheit als auch extreme Starkregen mit sich und führt damit in vielen Weltregionen, aber auch bei uns zu Ernteausfällen und Ertragsminderung. Es reicht daher nicht, nur unsere Klimaziele rasch und konsequent zu verfolgen, es gilt auch, den Wandel bewusst und aktiv zu gestalten. Das reicht von der Förderung regional angepasster, regenerativer, die Bodengesundheit unterstützender Produktionsmethoden über die aktive Züchtung trockenresistenterer Sorten und



Arten - Stichwort „Local Exotics“ - bis zur Anwendung neuer biotechnologischer Verfahren, die bestimmte Formen der Lebensmittelproduktion auch unabhängig von Ackerboden ermöglichen.

Wie hat sich das Thema „Essen in der Zukunft“ in Ihr Leben integriert?

Vor zehn Jahren bin ich in Wien in die Nähe des größten Straßen- und Wochenmarkts gezogen - hier macht das Einkaufen saisonaler, regionaler Produkte einfach mehr Freude. Darüber hinaus finden sich berufsbedingt in meinem Kühlschrank immer wieder neue, innovative Produkte, die ich laufend verkosten muss, auch im Zuge meiner Tätigkeiten in Jurys: Plant-, Mushroom- und Algae-based Food, fermentierte und Lebensmittel aus Insekten etc. Zugleich hat sich mein Fleischkonsum reduziert und zu Hause ist meine Küche vor allem pflanzlich - und das ohne vegane Ersatzprodukte.

Was muss außer den Privatinitiativen noch geschehen, um den Umstieg auf eine nachhaltige Ernährung anzubahnen?

Man kann und darf dieses Thema nicht nur auf die Privathaushalte abwälzen. Es bedarf einer Neuausrichtung unseres gesamten Ernährungssystems und damit auch einer Änderung der Agrarpolitik, die aktuell noch zu stark auf die Förderung tierischer Lebensmittel ausgerichtet ist und pflanzlichen Alternativen - der Vielfalt an Hülsenfrüchten, der Gemüse- und Obstvielfalt zu wenig Bedeutung beimisst. Der Wandel hin zu mehr und nachhaltigerer Pflanzenproduktion braucht strukturelle Maßnahmen.

Wie wird ihrer Meinung nach die Ernährung der Zukunft aussehen?

Sie wird vielfältiger werden. Nicht nur was die Rezepturen betrifft, sondern auch und vor allem im Hinblick auf die Ausgangsprodukte.



Michael, 21

Studienassistent: Agrartechnologie



Seit wann beschäftigen Sie sich mit dem Thema Ernährung und Nachhaltigkeit? Und wieso?

Als Person, welche auf einem landwirtschaftlichen Betrieb groß geworden ist, hat Ernährung immer eine wichtige Rolle gespielt, bereits früh wurde mir der Wert von Lebensmitteln und Nachhaltigkeit vermittelt. Durch meine Ausbildung am Francisco Josephinum und der FHWN wurde dies nochmals vertieft.

Wie sollte Ihrer Meinung nach eine nachhaltige Ernährung beschaffen sein?

Nachhaltige Ernährung sollte sowohl von einem versorgungs- als auch produktionstechnischen Standpunkt nachhaltig sein. Wenn zwar die Produktion nachhaltig ist, jedoch nicht die notwendigen Nährstoffe liefert, geht das am Sinn vorbei. Das bedeutet eine nachhaltige Ernährung beinhaltet eine Vielzahl an unterschiedlichen Lebensmitteln aus nachhaltiger Produktion, bestenfalls regional.

Warum glauben Sie, dass nachhaltige Ernährung eine so große Bedeutung für das Leben der Menschen hat?

Eine nachhaltige Ernährung gewährleistet eine nachhaltige Zukunft, Lebensmittel nehmen einen zentralen Bestandteil unseres Lebens ein. Eine nachhaltige Ernährung hilft nicht nur dabei, dass Klima zu schützen, sondern auch dabei eine gesündere und bessere Lebensweise zu führen.

Welche Auswirkungen wird der Klimawandel auf die Ernährung der Zukunft haben, und wie können wir uns darauf vorbereiten?

Je größer das Ausmaß des Klimawandels wird, desto mehr wird auch die Ernährung der Zukunft beeinflusst werden. Auf Österreich bezogen bedeutet das im Konkreten eine Veränderung der angebauten Kulturen, besonders der Osten Österreichs ist bereits jetzt von langanhaltenden Tro-

ckenperioden geplagt, das hat auch wesentlichen Einfluss auf die dortige Landwirtschaft. Es werden also trockenheitstolerantere Kulturen, etwa Reis, Einzug in den österreichischen Ackerbau halten. Die Ernährung wird in Zukunft zunehmend pflanzenbasierter werden, da tierische Produkte einen höheren Wasserverbrauch aufweisen. Außerdem wird eine bewusster Konsumation nötig werden, da mit zunehmender Klimaveränderung wertvolle Flächen für Lebensmittel verloren gehen.

Wie hat sich das Thema „Essen in der Zukunft“ in Ihr Leben integriert?

Beruflich, im Rahmen meiner Tätigkeit der Innovation Farm, ein Projekt das moderne Technologien in der Landwirtschaft vermittelt, habe ich mich mit Methoden beschäftigt, welche die Effizienz von diversen Prozessen in der Landwirtschaft erhöhen können und so die Nachhaltigkeit fördern können. Der effizientere Einsatz von Ressourcen in der Landwirtschaft ist ebenso der Grund, warum ich mich für mein derzeitiges Studium (Agrartechnologie & Digital Farming) entschieden habe. Privat versuche ich, wenn möglich, regionale, faire und nachhaltige Produkte zu kaufen.

Was muss außer den Privatinitiativen noch geschehen, um den Umstieg auf eine nachhaltige Ernährung anzubahnen?

Nachhaltige Lebensmittel sind oft teurer als billig produzierte schädlichere Produkte, das führt besonders in finanziell schwierigen Zeiten dazu, dass viele Personen vermehrt zu Billig-Produkten greifen. Eine entsprechende Förderung von nachhaltig produzierten Lebensmitteln könnte hier den Preis senken.

Vielfach ist es auch schwierig, nachhaltig produzierte Lebensmittel von anderen zu unterscheiden.



Julie, 32

Winzerin



Seit wann beschäftigen Sie sich mit dem Thema Ernährung und Nachhaltigkeit?

Ich beschäftige mich intensiv seit 2016 mit dem Thema Wein, weil ich seitdem Teil eines Winzerbetriebs bin, der nicht nur biologisch, sondern auch biodynamisch zertifiziert ist. Vorher habe ich in einem großen Weinhandel und in der Gastronomie gearbeitet, beides eher in der klassischen Weinwelt. Überschneidungen gab es immer, aber das war ein Eckpfeiler, der mein Leben stark verändert hat.

Was hat Sie motiviert, sich mit nachhaltiger Ernährung/Lebensmittelproduktion zu beschäftigen?

Was mich motiviert hat, intensiv in diese Welt einzusteigen, war, dass ich gemerkt habe, dass das der einzige Weg in der Zukunft ist. Als Winzer haben wir die Pflicht, den Boden umsichtig zu bewirtschaften, damit es überhaupt noch ein funktionierendes Ökosystem gibt. Umweltschutz ist der eine Aspekt, darüber hinaus gibt es allerdings keinen anderen Weg die Qualität zu produzieren, die wir haben wollen: Ohne dass wir biologisch-dynamisch arbeiten würden, hätten wir diese Qualität nicht.

Warum glauben Sie, dass nachhaltige Ernährung eine so große Bedeutung für das Leben der Menschen hat?

Ich glaube nicht, dass nachhaltige Ernährung in Österreich eine große Bedeutung für die Menschen hat und dass sie begreifen, was nachhaltig leben bedeutet. Sie kaufen lieber eine Bio-Gurke importiert aus Spanien als eine Gurke aus Österreich. Kaufe ich das Bioprodukt, weil der Bio-stempel drauf ist, oder kaufe ich ein Produkt, das aus meinem eigenen Land herkommt, am besten noch aus einem Umkreis von 30 km.

In Österreich wird die Art und Weise, wie wir wirtschaften nicht verstanden, deshalb müssen wir einen großen Anteil exportieren.

Wie wird sich die Agrarwirtschaft Ihrer Meinung nach in Österreich, z.B. aufgrund des Klimawandels, in den nächsten 20 Jahren verändern (müssen)?

Wir setzen uns sehr intensiv damit auseinander. Wenn wir einen Weingarten neu aussetzen, müssen wir immer an die nächste Generation denken. Als Winzerin bin ich nicht zu 100% in der Lage einzuschätzen, wie sich das Klima verändern wird. Faktum ist, dass es wärmer wird. Das heißt die Grenze des Weinbaus verschiebt sich nach Norden. Länder wie beispielsweise das UK machen hervorragenden Wein. Vor 20 Jahren hätte man sich nicht vorstellen können, dass dort überhaupt Weinbau praktiziert werden kann.

Der Klimawandel wird eine große Herausforderung werden. Letztlich muss sich etwas verändern. Jeder der nichts verändert, ist nicht mehr konkurrenzfähig.

Wie hat sich das Thema „Essen in der Zukunft“ in Ihrem Leben integriert?

Es hat sich in unser Leben integriert, da wir biologisch und biodynamisch arbeiten und zudem zertifiziert sind, ist es unumgänglich. Es ist kein Thema, das uns beigebracht wurde. Man lebt das Konzept, man ist das Konzept und man entwickelt sich mit ihm weiter.

Wie wichtig ist eine Ernährungsbildung ab der Primarstufe und welche Gründe gibt es, diese Bildung als Unterrichtsfach in der Primarstufe anzubieten?

Ernährungsbildung ist natürlich ein Kernprojekt. Dinge, die man schon so früh wie möglich lernt - eigentlich sollte eine Schulung der Kinder bereits im Kindergarten stattfinden, egal ob praktisch oder theoretisch - verankern sich im Kopf. Spätestens in 20 - 30 Jahren müssen wir dann nicht mehr über gesunde Ernährung diskutieren, da ist es dann selbstverständlich.

INSEKTEN



SNACK

Natalie, 23

Masterstudentin: Green Marketing und Nachhaltigkeitskommunikation

Wie kam es, dass Sie sich für nachhaltige Produktion/Konsum bezüglich Ernährung interessieren. Gab es ein einschneidendes Erlebnis?

Mein Interesse an nachhaltigem Konsum entstand bei der Verfassung meiner Diplomarbeit, als ich über Ernährungersatz und Ernährungsergänzungsmittel geschrieben habe und mich erstmals mit den Umweltauswirkungen unserer Ernährung beschäftigt habe.

Welche Quellen benutzen Sie, um sich über nachhaltige Ernährung zu informieren?

Am liebsten schaue ich Dokumentation über die Umweltauswirkungen unserer Lebensmittel wie zum Beispiel Seaspiracy oder Cowspiracy.

Warum glauben Sie, dass nachhaltige Ernährung eine so große Bedeutung für das Leben der Menschen hat?

Nachhaltige Ernährung ist entscheidend für die persönliche Gesundheit, weil dadurch der Zugang zu qualitativ hochwertigen, ausgewogenen und nährstoffreichen Lebensmitteln gefördert wird.

Zweitens hat nachhaltige Ernährung erhebliche Auswirkungen auf die Umwelt. Die Wahl von Lebensmitteln, die umweltfreundlich produziert und transportiert werden, trägt zur Reduzierung des ökologischen Fußabdrucks bei.

Drittens fördert nachhaltige Ernährung soziale Verantwortung. Sie unterstützt lokale Landwirte und Gemeinschaften, indem sie den Fokus auf regionale Produkte und kurze Versorgungsketten legt.

Viertens schafft nachhaltige Ernährung Bewusstsein für die Herkunft von Lebensmitteln und die Art und Weise, wie sie produziert werden. Diese Transparenz ermöglicht es den Verbrauchern, informierte Entscheidungen zu treffen und einen Beitrag zu einer nachhaltigeren Lebensmittelindustrie zu leisten.

Was ist dein persönliches Lebensmotto?

Wenn wir verdient haben zu leben, sollte es alles und jeder dürfen.



Sehen Sie in der heutigen finanziellen Krise eine Gefahr, dass in Zukunft das mühsam aufgebaute Bewusstsein für nachhaltige, regionale und biologische Lebensmittel wieder verloren geht, da sich ein Großteil der Bevölkerung diese Produkte nicht mehr leisten kann?

Menschen, die sich aktiv mit nachhaltiger Ernährung auseinandersetzen und diese in ihren Lebensstil integriert haben, werden auch in finanziell herausfordernden Zeiten Wege finden, diesem Prinzip treu zu bleiben. Trotz einer finanziellen Krise bleibt das Bewusstsein für die Bedeutung nachhaltiger, regionaler und biologischer Lebensmittel meiner Überzeugung nach bestehen. Es könnte jedoch dazu führen, dass Personen aufgrund begrenzter finanzieller Ressourcen möglicherweise nicht mehr in der Lage sind, sich diese Produkte regelmäßig leisten zu können.

Wie wird ihrer Meinung nach die Ernährung der Zukunft aussehen?

Die Zukunft der Ernährung wird maßgeblich vom wachsenden Veganismus und den Fortschritten in der Lebensmitteltechnologie beeinflusst. Insbesondere die Entwicklung von künstlichem Fleisch und Ersatzprodukten wird einen bedeutenden Wandel herbeiführen. Die Fortschritte in der Lebensmitteltechnologie könnten dazu beitragen, dass künstlich gezüchtetes Fleisch eine weit verbreitete und nachhaltige Alternative zur konventionellen Tierzucht wird.

Parallel dazu gewinnen regionale und saisonale Aspekte an Bedeutung, angetrieben durch ein zunehmendes Bewusstsein für Umweltauswirkungen und nachhaltigen Konsum. Menschen könnten vermehrt darauf achten, Lebensmittel aus lokalen Quellen zu beziehen und saisonale Produkte zu bevorzugen. Gleichzeitig wird das Thema Verpackung in der Lebensmittelindustrie in den Fokus rücken, wobei nachhaltige und umweltfreundliche Verpackungslösungen an Relevanz gewinnen.



Florian, 27

Qualitätsmanager



Seit wann beschäftigen Sie sich mit dem Thema Ernährung und Nachhaltigkeit?

Das Thema Nachhaltigkeit begleitet mich seit meiner Schulzeit an der HLUW Yspertal, wo man in der Ausbildung hinsichtlich Umwelt und Nachhaltigkeit sensibilisiert wird. Ich hatte auch durch diverse Praktika die Möglichkeit, einen Einblick in die Praxis zu bekommen. Besonders intensiv beschäftige ich mich mit Lebensmitteln seitdem ich bei der Firma Waldland im Qualitätsmanagement für den Bereich der Tierveredelung und der Backstube tätig bin.

Wie sollte Ihrer Meinung nach eine nachhaltige Ernährung beschaffen sein?

Im Grunde genommen ist es das A&O der nachhaltigen Ernährung, darauf zu achten, überwiegend jene Produkte zu konsumieren, die regional und saisonal bei uns erhältlich sind. Dies wirkt sich nicht nur positiv auf die Umwelt und die heimische Wirtschaft aus, sondern auch auf die persönliche Gesundheit. Es ist ja wohl wirklich nicht notwendig, im Winter Erdbeeren vom anderen Ende der Welt kaufen zu müssen.

Wie wird sich die Agrarwirtschaft Ihrer Meinung nach in Österreich, z.B. aufgrund des Klimawandels, in den nächsten 20 Jahren verändern (müssen)?

Durch den Klimawandel erleben wir auch bei uns immer öfter Naturkatastrophen wie Hagel, Hochwasser oder aber auch extreme Hitze und Trockenheit. Dadurch verändern sich die landwirtschaftlichen Gegebenheiten und die Landwirte werden in Zukunft sehr flexibel und innovativ sein müssen. Schon jetzt sind einige der Meinung, dass sich der Anbau bestimmter Lebensmittel nicht mehr rentiere und das Risiko von Ernteausfällen zu hoch wäre. In Saatzuchtbetrieben wird natürlich schon seit einiger Zeit an Pflanzen geforscht, die dem Wetter standhalten können.

Auf welche Schwierigkeiten sind Sie bei der Umsetzung eines nachhaltigen Lebensmittelkonsums gestoßen?

Zurzeit stellt der finanzielle Aspekt für mich im privaten Bereich das größte Hindernis dar. Durch die steigenden Preise für Lebensmittel im Allgemeinen, muss ich leider teilweise Abstriche beim Lebensmitteleinkauf machen und auf billigere Produkte zurückgreifen. Regionale, biologische sowie fair produzierte Produkte haben natürlich ihren Preis. Ich denke, dass es für kaum jemanden in Anbetracht der Inflation möglich ist, ausschließlich nachhaltige Ware zu kaufen.

Sehen Sie in der heutigen finanziellen Krise eine Gefahr, dass in Zukunft das mühsam aufgebaute Bewusstsein für nachhaltige, regionale und biologische Lebensmittel wieder verloren geht, da sich ein Großteil der Bevölkerung diese Produkte nicht mehr leisten kann?

Ja. Das Bewusstsein für nachhaltige Produkte rutscht meines Erachtens leider wieder mehr in den Hintergrund, denn die Mehrheit der Bevölkerung achtet hauptsächlich auf den Preis, anstatt auf die Qualität. Ich finde, man könnte diese Entwicklung mit einem Dominoeffekt vergleichen. Die Menschen bekommen zu wenig Geld, um sich für sich und ihre Familien hochwertige Lebensmittel leisten zu können. Dadurch steigen der Konsum von Billigfleisch und aus dem Ausland importierter Waren an. Dementsprechend reagiert die Wirtschaft wiederum mit einem Angebot. Infolgedessen wird es für kleinere Betriebe und Landwirte immer schwieriger, sich am Markt durchzusetzen und sie bleiben schlimmstenfalls auf ihren guten Lebensmitteln sitzen.



Christoph, 37

CEO & Founder: ZIRP Insects GmbH



Wie kam es, dass Sie sich für nachhaltige Produktion/Konsum bezüglich Ernährung interessieren. Gab es ein einschneidendes Erlebnis?

Ich habe auf der FH in Krems Gesundheitsmanagement studiert. Ich habe eigentlich im Zuge meines Studiums auch schon nach Hebeln gesucht, wie wir einerseits die Gesundheit der Menschen verbessern und andererseits auch den Kampf gegen den Klimawandel eindämmen und Treibhausgasemissionen und Ressourcen einsparen können. Artenschutz war mir auch immer ein Anliegen und dann war es eigentlich die Food and Agriculture Organisation von der UN, die 2012 einen Bericht herausgebracht hat, wo es darum ging, dass Insekten ein ganz wichtiges Lebensmittel für 2 Milliarden Menschen sind. Das war auch so ein Punkt, den ich damals nicht kannte. Und ich habe dann schnell gemerkt, dass das ein Hebel ist, den auch ich gerne ansetzen möchte. Und so habe ich begonnen, mich mit dem Thema Insekten als Lebensmittel zu beschäftigen.

Wie sollte Ihrer Meinung nach eine nachhaltige Ernährung beschaffen sein?

Also grundsätzlich ist mein wichtigstes Anliegen der schöne Satz, so nah wie möglich, so fern wie nötig, also Regionalität ist ein wichtiges Stichwort. Wir setzen uns von ZIRP für eine möglichst regional produzierte Ernährungsweise ein, das heißt, bestmöglich aus Österreich. Das ist nicht bei allen Produkten möglich, also ziehen wir die Grenzen europaweit.

Es geht einfach darum, den ökologischen Fußabdruck kleiner zu machen. Wie gesagt, unsere Ernährung verursacht einen wahnsinnig großen Fußabdruck und da müssen wir einsparen, um ohne schlechtes Gewissen genießen zu können, wie es in unserem Manifest steht. Unsere Ernährung ist emotional sehr stark behaftet. Wenn man durch nachhaltige Ernährung etwas Gutes tut, dann tut man auch etwas für ein gutes Essen.

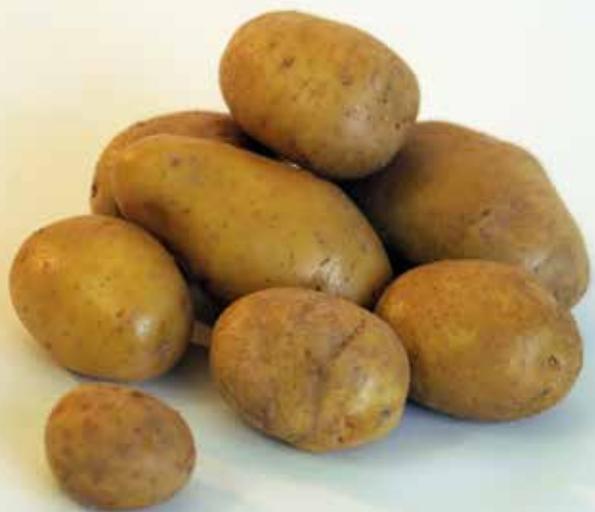
Bei ZIRP geht es um mehr als nur um Profit. Das ist auch ein ganz wichtiger Punkt; Lebensmittel müssen wertgeschätzt werden und für die Menschen wertvoll sein, die sie herstellen. Das hat sich in den letzten Jahren ein bisschen geändert. Wenn man sich den Handel anschaut, dann wird hier oft mit Schlachtpreisen gearbeitet, wo der Bauer dann selten noch etwas davon hat. Und wir haben auch nicht die billigsten Lebensmittel. Wir verfolgen da eben den holistischen Ansatz und schauen, dass alle am Ende etwas davon haben.

Warum glauben Sie, dass nachhaltige Ernährung eine so große Bedeutung für das Leben der Menschen hat?

Da versuche ich jetzt auch die Frage ein bisschen auf Europa herunterzubrechen. Wir in Europa müssen unseren Fleischkonsum aufgrund des großen Einflusses, den diese Ernährungsweise auf das Klima hat, überdenken. Mehr als 70% der Treibhausgasemissionen sind auf die Produktion tierischer Produkte zurückzuführen. Ein Großteil der Ackerflächen ist heute verbraucht, weil wir so viel Fleisch in Europa produzieren. Wir setzen unsere eigene Spezies aufs Spiel, wenn wir so weiter wirtschaften. Da hat unsere Ernährung, wie gesagt, einen massiven Einfluss. Das sagen viele Politiker heute gar nicht, weil es eben ein sehr emotionalisiertes Thema ist. Aber wir wissen auch, wir können jetzt in allen Belangen nachhaltiger leben, wir können weniger Auto fahren, weniger heizen, weniger fliegen und unsere Ernährung nachhaltiger gestalten. Im Endeffekt geht es um das Überleben der Menschen. Wenn wir uns jetzt Insekten anschauen, um wieder zu unserem Thema zu kommen, dann wissen wir, dass der Mensch immer schon Insekten gegessen hat. Das ist die Ernährung des Menschen. Unsere nächsten Artverwandten, das sind Paviane und Grüne Meerkatzen, auch sie ernähren sich von Insekten.

Ende des Interviews S 37

Celine, 22



Laura, 22

Studentin: Diätologie

Was hat Sie motiviert, sich mit nachhaltiger Ernährung/Lebensmittelproduktion zu beschäftigen?

Eine nachhaltige Ernährung hat Einfluss auf die Umwelt, das Klima, Ressourcen, sowie auch auf uns als Menschen selbst.

Es gibt viele verschiedene Gründe, warum ich mein Interesse den Themen Ernährung und Nachhaltigkeit widme. Zum einen spielen Tierschutz als auch ethische Aspekte eine sehr wichtige Rolle für mich und zum anderen bin ich, auch durch mein Diätologie Studium, davon überzeugt, dass die Lebensmittelauswahl große Auswirkung auf die Gesundheit des Menschen hat. Hochwertige, unverarbeitete Lebensmittel zu konsumieren als auch eine ausgewogene Ernährung zu fördern sind meines Erachtens wichtige Punkte, um die Gesundheit und das Wohlbefinden der Gesellschaft zu unterstützen.

Angesichts globaler Herausforderungen, wie dem Klimawandel, haben nachhaltige Lebensmittelproduktionssysteme große Auswirkungen auf die Umwelt. Das Bewusstmachen der negativen Auswirkungen konventioneller Landwirtschaften ist notwendig, um unsere Zukunft vor Luftverschmutzungen und Feinstaubbelastungen zu schützen. Mit einer ungesunden Ernährung sind gesundheitliche Risiken verbunden. Die Nachhaltigkeit von der Lebensmittelproduktion ist somit ebenfalls entscheidend für die langfristige Verfügbarkeit von Ressourcen wie Wasser, Boden und Energie.

Wie wird ihrer Meinung nach nachhaltige Ernährung beschaffen sein?

„Die Bedürfnisse der gegenwärtigen Generation zu befriedigen, ohne die Fähigkeit zukünftiger Generationen zu beeinträchtigen und eigenen Bedürfnisse trotzdem zu erfüllen.“ Leitspruch von Hans Carl von Carlowitz, 1713.

Wie es der Ansatz darlegt, sind für mich damit die wichtigsten Grundsätze einer nachhaltigen Ernährung folgende: Saisonal, Bio, Regional, Fair, Wertschätzung und Achtsamkeit und damit verbunden pflanzliche Lebensmittel zu bevorzugen, biologisch erzeugte Produkte zu wählen, mit der



Saison und aus der Region zu genießen. Auf die Verarbeitung der Lebensmittel zu achten, frisch zu kochen, genussvoll und ausgewogen zu essen, um die Gesundheit zu fördern und ernährungsbedingten Krankheiten vorzubeugen. Beim Einkauf, Kochen und Verarbeiten durch einen bewussten Konsum Lebensmittelverschwendung vermeiden. Eine nachhaltige Ernährung berücksichtigt die Umweltauswirkungen der Lebensmittelproduktion. Das umfasst den verantwortungsbewussten Umgang mit natürlichen Ressourcen wie Wasser und Boden, sowie auch die Reduzierung von Treibhausgasemissionen.

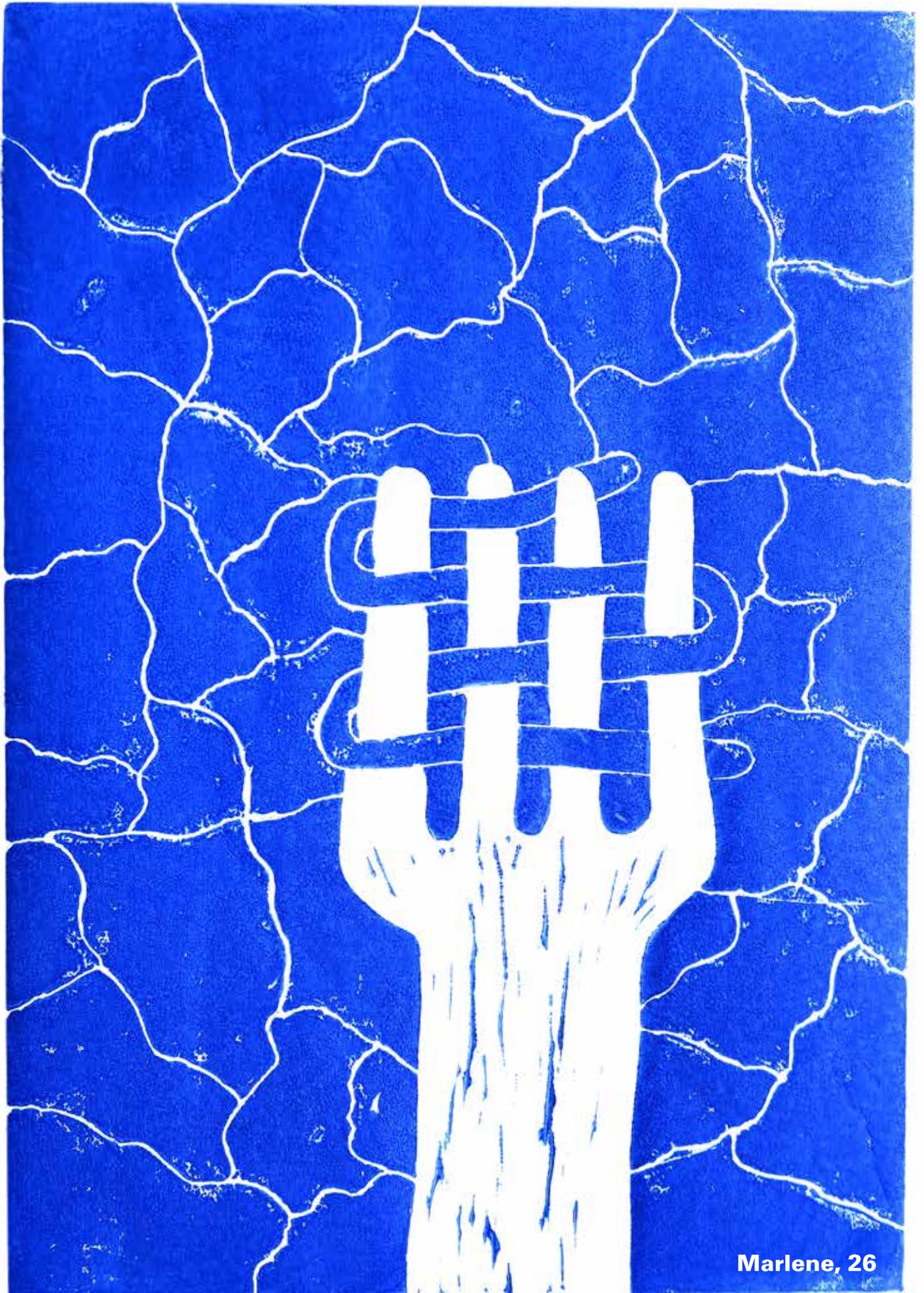
Welche Auswirkungen wird der Klimawandel auf die Ernährung der Zukunft haben, und wie können wir uns darauf vorbereiten?

Der Klimawandel kann erhebliche Auswirkungen auf die Ernährung der Zukunft mit sich bringen. Die Veränderungen von Temperatur- und Niederschlagsmustern, können zu einer Verschiebung von Anbauregionen führen. Bestimmte Pflanzen könnten in einigen Gebieten somit schwerer anzubauen sein. Durch erhöhte Temperaturen als auch CO²-Gehalt könnten einige Pflanzenarten unter höheren Temperaturen und einem erhöhten CO²-Gehalt besser gedeihen, während andere beeinträchtigt werden könnten. Die Ernährungszusammensetzung von Pflanzen kann sich ändern, was in Folge Auswirkungen auf die Ernährung derjenigen hat, die sich von diesen Pflanzen ernähren.

Bewusstseinsbildung und Veränderung des Konsumverhaltens: Eine Veränderung des Konsumverhaltens in Richtung nachhaltiger und ressourcenschonender Ernährung kann einen Beitrag zur Anpassung an den Klimawandel leisten.

Wie setzen Sie in ihrer Arbeit Nachhaltigkeit um?

Neben meinem Diätologie Studium arbeite ich in einem Fitnessstudio, wo wir selbst zusammenstell-



Thomas, 42

Lehrer



Seit wann beschäftigen Sie sich mit dem Thema Ernährung und Nachhaltigkeit?

Für Ernährung interessiere ich mich schon seit meiner Jugend und habe daher auch Ernährungswissenschaften inskribiert. Mit dem Thema Nachhaltigkeit beschäftige ich mich erst in letzter Zeit intensiver, nachdem wir ein Haus mit großem Garten erworben haben und diesen auch nachhaltig bewirtschaften möchten (Tierhaltung, Obst- und Gemüseanbau inklusive).

Welche Aspekte nachhaltiger Ernährung verfolgen Sie persönlich?

Als ich vor einigen Jahren begonnen habe Biologie im Gymnasium zu unterrichten und ich mich intensiver mit diesen Themen beschäftigt habe, ist mir erst bewusst geworden, wie sich die Qualität der Lebensmittel (auch deren nachhaltige Produktion) auf die Gesundheit auswirken kann. Daher versuche ich seit einigen Jahren, mich bewusster zu ernähren, wobei ich zugeben muss, dass es mir nicht immer gelingt.

Warum glauben Sie, dass nachhaltige Ernährung eine so große Bedeutung für das Leben der Menschen hat?

Weil sich nachhaltige Lebensmittelproduktion nicht nur positiv auf die Artenvielfalt und das Klima auswirken (oder anders gesagt die negativen Aspekte konventioneller Landwirtschaft teilweise kompensiert werden), sondern auch auf die menschliche Gesundheit, nicht zuletzt wegen geringerer Schadstoffbelastung der Lebensmittel, die wir mit der Nahrung aufnehmen.

Wie hat sich das Thema „Essen in der Zukunft“ in ihr Leben integriert?

Für meine Familie und mich bedeutet Essen in der Zukunft, sich zumindest zum Teil mit Obst und Gemüse selbst zu versorgen. Dieses Projekt steckt noch in den Kinderschuhen, aber ich bin zuversichtlich, dass es sich auch positiv auf unsere Gesundheit auswirken wird.

Was muss außer den Privatinitiativen noch geschehen, um den Umstieg auf eine nachhaltige Ernährung anzubahnen?

Es wäre schon ein guter Anfang, wenn sich die Politik dazu durchringen könnte, Subventionen für die Landwirtschaft so zu gestalten, dass nicht der status quo einzementiert wird, sondern für AgrarökonomInnen Anreize geschaffen werden, auf nachhaltige Lebensmittelproduktion umzusatteln.

Nachhaltige Ernährung ist eine aktuelle Thematik der Bildungspolitik. Welchen Beitrag kann die Schule zu einer gesunden nachhaltigen Ernährung leisten?

Leider spiegeln die Preise in den Supermärkten nicht die Produktionskosten von Lebensmitteln wider (Fleisch viel zu billig und Obst und Gemüse viel zu teuer). Das wirkt sich natürlich auf die Essgewohnheiten der Bevölkerung aus (mit enormen Belastungen für unser Gesundheitssystem). Ich finde nicht, dass sich dieses Problem über Bildung alleine in den Griff bekommen lässt, sondern hauptsächlich über die Preisgestaltung und da wäre meines Erachtens die Politik gefordert.

Wie wird Ihrer Meinung nach die Ernährung der Zukunft aussehen?

Übermäßiger Fleischkonsum wie er derzeit üblich ist, ist ethisch, ökologisch und auch ökonomisch nicht vertretbar. Eine Abkehr davon würde nicht nur in unserer Umwelt für Erholung sorgen, sondern auch unser Wohlbefinden steigern und somit unser Gesundheitssystem entlasten.

Welche Ratschläge würden Sie Menschen für eine nachhaltigere Ernährung in der Zukunft geben?

Weniger Fleisch, mehr Ballaststoffe, abwechslungsreicher

Carola, 20



Julia, 30

Designerin, Dozentin



Wie sind Sie zu diesem Beruf/dieser Organisation gekommen? Was hat diese/r mit Nachhaltigkeit zu tun?

Ich habe Industrial Design / Design Investigation an der Universität für angewandte Kunst studiert und bin dadurch und grundlegend durch meine Diplomarbeit zu meinem Beruf gekommen. Nachhaltigkeit ist ein Grundprinzip aller Projekte, die ich mache und ist fester Bestandteil meiner Philosophie. Flechten als Nahrungsquelle stellen einen Ansatz dar, mit einem zukünftigen und potenziellen Lebensmittel zu arbeiten und dies voranzutreiben.

Andererseits arbeite ich mit Naturstein als Material, welches generell bei richtigem Einsatz sehr nachhaltig ist und für Generationen hält. Hier gehen wir sogar noch einen Schritt weiter und verwenden Steinabschnitte, die bei der Produktion übrigbleiben.

Kennen Sie die Empfehlung für eine gesunde, nachhaltige Ernährung wie sie z.B. in der Ernährungspyramide 2.0 dargestellt wird und wie beurteilen Sie die Vorschläge?

Ja – ich bin darüber froh, dass es auch endlich eine zeitgemäßere Ernährungspyramide gibt. Ich denke, es ist sehr wichtig, neben der Ernährungspyramide v.a. Kindern und Jugendlichen ein gutes Grundverständnis von regionaler und pflanzenbasierter Ernährung näherzubringen. Ich halte nicht so viel von hochverarbeiteten Ersatzprodukten und denke dass diese ebenso wie ein Stück Fleisch eher selten konsumiert werden sollten. Es sollte nicht suggeriert werden, Ersatzprodukte anstatt eines täglichen Fleischkonsums täglich zu konsumieren. Wichtig ist sicher auch - einfache, schnelle und günstige Nahrungsaufnahmen (in Form von Rezepten, etc) zu lernen, um die Scheu davor zu verlieren. Ziel ist es, Menschen von industriell hergestelltem Junk Food weg zu bekommen, wel-

ches viele (versteckte) und teilweise unnatürliche Inhaltsstoffe enthält.

Eine klimafreundliche und gesundheitsfördernde Ernährung gilt es anzustreben. Deshalb empfinde ich die oben genannte Version der Ernährungspyramide als hilfreiches Werkzeug.

Welche Auswirkungen wird der Klimawandel auf die Ernährung der Zukunft haben, und wie können wir uns darauf vorbereiten?

Eine sehr komplexe Frage. Das, was wir mit SIMIÆN – dem Flechtenprojekt zeigen, geht bereits auf eine Idee der Vorbereitung zurück: Neue Geschmäcker und angepasste, regionale Grundnahrungsmittel.

Mit den Studierenden mache ich gerne ein kleines Projekt, wo sie ihr Lieblingsrezept mit zwei mitgebrachten regionalen Zutaten herstellen. Daraus resultieren die spannendsten neuen Gerichte. Ich würde diese Übung auch als Vorbereitung auf den Klimawandel bezeichnen: tendenzielle Offenheit für Lebensmittel und kulturelle oder traditionelle Speisen mit verfügbaren Zutaten fusionieren.

Auf der einen Seite wird es gut sein, positive Aspekte zu finden und damit weiterzugehen, andererseits sollte sehr stark daran gearbeitet werden, den Klimawandel einzudämmen, um die negativen Folgen soweit wie möglich in Grenzen zu halten. Es ist wichtig, die Zukunft aktiv und optimistisch zu gestalten und handlungsfähig zu bleiben.

Auf welche Weise (mit welchem Medium) möchten Sie auf nachhaltige Ernährung aufmerksam machen?

Kurze mehrteilige Dokus oder Doku-Ficitons bieten meines Erachtens eine sehr gute Basis. Diese können als Print und digitale Kampagne sowie in allen anderen digitalen Formen angeboten werden und auch in Schulen gezeigt werden.

Ende des Interviews S 39

Dominik, 21



Roswitha, 60

Sozialbetreuerin

Seit wann beschäftigen Sie sich mit dem Thema Ernährung und Nachhaltigkeit?

Eigentlich bereits seit meiner Kindheit, da meine Mutter schon immer darauf geachtet hat, selbst angebautes Gemüse zu kochen und viel Gemüse und Obst als Nahrungsquelle anzubieten.

Wie sollte Ihrer Meinung nach eine nachhaltige Ernährung beschaffen sein?

Man sollte nicht kopflös große Mengen an Lebensmitteln einkaufen. Denn dadurch landen viele der Lebensmittel im Müll, ohne konsumiert worden zu sein. Somit wären die Lebensmittelproduktion und alle Schritte, die dahinter stecken eigentlich umsonst vonstatten gegangen und dementsprechend vergeudet worden.

Sehen Sie in der heutigen finanziellen Krise eine Gefahr, dass in Zukunft das mühsam aufgebaute Bewusstsein für nachhaltige, regionale und biologische Lebensmittel wieder verloren geht, da sich ein Großteil der Bevölkerung diese Produkte nicht mehr leisten kann?

Davon bin ich überzeugt. Fehlen die finanziellen Mittel, so muss man sich diese wohlbedacht einteilen. Biologische Lebensmittel sind nun mal teurer, da andere Standards erfüllt werden müssen als bei herkömmlichen Lebensmitteln, die bekanntermaßen günstiger zu erwerben sind.

Auf welche Schwierigkeiten/ Hindernisse sind Sie bei der Umsetzung eines nachhaltigen Lebensmittelkonsums gestoßen?

Früher war es schwieriger, nachhaltige Ernährung privat umzusetzen, denn es gab wesentlich weniger Standorte in der Nähe, wo man nachhaltige und biologische Lebensmittel beziehen konnte wie zum Beispiel Bio-Läden oder Direktvermarktung durch Bio-Landwirte. Heutzutage hat sich dies geändert, denn es gibt bereits auch eine Vielzahl an Supermärkten, die biologische, regionale und nachhaltige Produkte im Sortiment haben. Auch gibt es wesentlich mehr (auch kleinere landwirtschaftliche) Betriebe, die sich auf die Vermarktung



nachhaltiger und biologischer Artikel spezialisiert haben.

Nachhaltige Ernährung ist eine aktuelle Thematik der Bildungspolitik. Welchen Beitrag kann die Schule zu einer gesunden nachhaltigen Ernährung leisten?

Das Schulbuffet sollte, falls vorhanden, nur ausgewählte nachhaltige Produkte anbieten, die aus der Region kommen. Dies sollte auch eindringlich propagiert werden. Dadurch wird eine Denkweise nahegelegt, die die Kinder dazu anregt, auch im privaten Umfeld häufiger zu regionalen Lebensmitteln zu greifen.

Die Lehrperson sollte zudem ein positives Vorbild im Hinblick auf nachhaltige Ernährung sein, indem sie selbst zur Jause größtenteils nur gesunde und nachhaltige Lebensmittel zu sich nimmt.

Wie wird Ihrer Meinung nach die Ernährung der Zukunft aussehen?

Es wird meiner Meinung nach nicht möglich sein, überhaupt in Hinblick auf die unterschiedlichen finanziellen Mittel, dass sich fast jeder Mensch nachhaltig und regional ernährt. Denn es gibt nun mal auch viele Menschen, deren Einkommen sehr niedrig ist, diese Menschen müssen schauen, dass sie über die Runden kommen, vor allem in Anbetracht der vielen Zusatzkosten (Wohnen, Heizen, Energie, ...), auch ohne nachhaltige Ernährung.

Welche Ratschläge würden Sie anderen Personen geben, die ihre Ernährung auf nachhaltige Lebensmittel umstellen wollen?

Um Kosten zu sparen, sollte man fürs Erste sein Gemüse und Obst (sofern es der Platz zulässt) selbst anbauen. Man kann so individuell auf seine Bedürfnisse eingehen und das Ernten seines eigenen gezüchteten Lebensmittels gibt einem ein Gefühl der Zufriedenheit.



Monika, 22

Privatperson

Seit wann beschäftigen Sie sich mit dem Thema Ernährung und Nachhaltigkeit?

Mit dem Thema Ernährung beschäftige ich mich seit ich etwa 14 Jahre alt bin. Hier entschloss ich mich vegetarisch zu ernähren, da mir Fleisch ohnehin kaum geschmeckt hat. Mit steigendem Alter habe ich mich immer mehr damit auseinandergesetzt und auch den ethischen Aspekt am Vegetarismus für mich entdeckt.

Mit dem Begriff der Nachhaltigkeit habe ich mich schon in geringer Form mit etwa 12 Jahren beschäftigt. Der Auslöser hierfür war, dass ich in den Sommermonaten mehrmals pro Woche auf ein Erdbeerfeld gefahren bin, um österreichische Erdbeeren ohne Spritzmittel zu pflücken, anstatt im Supermarkt Erdbeeren aus dem Ausland zu kaufen. Nach einigen Gesprächen mit meinen Eltern über diese Thematik, konnte ich auch beim Einkaufen entdecken, dass wir ausschließlich Obst und Gemüse kaufen, wenn es aus dem Inland ist und derzeit saisonal ist. Mit der Zeit konnte ich auch feststellen, dass in unseren Vorratsschränken vermehrt Bio-Produkte vorfindbar waren.

Wie wird Ihrer Meinung nach nachhaltige Ernährung beschaffen sein?

Generell umfasst der Begriff Nachhaltigkeit für mich ökologische, soziale und ökonomische Aspekte. In diesem Sinne stellt nachhaltige Ernährung für mich ein Gleichgewicht zwischen Mensch und Umwelt sicher. Darunter verstehe ich beispielsweise umweltfreundliche, lokale, saisonale und pflanzliche Lebensmittel. Nicht zu vergessen zählt gemäß meiner Definition auch reduzierter Fleischkonsum und geringe Lebensmittelverschwendung dazu. Wichtig ist aber auch eine soziale Verantwortung sowie gute Bildung, welche den Zweck der Förderung übernimmt. Unterm Strich ist es sozusagen das Ziel, Ressourcen zu schonen und zukünftige Generationen zu schützen.

Warum glauben Sie, dass nachhaltige Ernährung eine so große Bedeutung für das Leben der Menschen hat?

Ich würde sagen, dass es besonders in Hinblick auf die Gesundheit auf persönlicher Ebene eine große Bedeutung hat, zumal Gesundheit einer der wichtigsten Faktoren der Menschheit ist. Langfristig wird durch die ausgewogene Ernährung und den Verzicht schädlicher Stoffe das Wohlbefinden und die Lebensqualität im Allgemeinen gesteigert. Im weiteren Sinne spielt auch die Umwelt eine große Rolle. Speziell in Zeiten einer Klimakrise ist es wichtig, die richtigen Schritte zu gehen, nachhaltige Ressourcen zu fördern und im Allgemeinen Umweltauswirkungen zu mindern. Schließlich ist



die Umwelt unsere Lebensgrundlage und auch die unserer Nachkommen. Auch für die Gerechtigkeit ist es wichtig, da bis heute leider viele Menschen auf Plantagen mit ungerechten Arbeitsbedingungen zu kämpfen haben.

Wie hat sich das Thema „Essen in der Zukunft“ in Ihr Leben integriert?

Da ich mich ja bereits seit Jahren vegetarisch ernähre, habe ich hier schon einen großen Meilenstein gesetzt. Vegan ist meine Ernährung zwar noch nicht, jedoch habe ich besonders in den letzten Jahren viel geändert. Beispielsweise versuche ich auf diverse Milchprodukte zu verzichten. Somit findet sich in meinem Kühlschrank ausschließlich Milch und Joghurt aus Hafer etc.. Hinsichtlich Käse habe ich meinen Konsum reduziert und auch schon des Öfteren vegane Alternativen probiert. Beim Einkaufen achte ich außerdem sehr auf saisonale und lokale Anbieter. Da ich im Allgemeinen in einem Haushalt aufgewachsen bin, indem ungerne Lebensmittel weggeworfen oder verschwendet werden, habe ich auch dies weitergeführt, wodurch ich auch noch genießbare Nahrungsmittel nach überschrittenen Mindesthaltbarkeitsdatum verzehre. Besonders in größeren Städten verwende ich auch Initiativen der Lebensmittelrettung via Apps.

Was muss außer den Privatinitiativen noch geschehen, um den Umstieg auf eine nachhaltige Ernährung anzubahnen?

Meiner Ansicht nach gehört in Bezug auf Ernährung und Nachhaltigkeit noch viel erledigt. Der Staat könnte hier beispielsweise mittels Subventionen für nachhaltige Landwirtschaft sorgen. Weiters sind auch steuerliche Anreize für Unternehmen, die nachhaltige Ernährung produzieren oder fördern möglich. Zusätzlich könnten auch diverse verbindliche Auflagen zur Minimierung der Umweltbelastung eingeführt werden.

Fortsetzung der Interviews

Andrea, 35

Die zukünftige wirtschaftliche und kulturelle Elite will wahrscheinlich nicht wie bisher riesige Mengen an rotem Fleisch zu jeder Mahlzeit, wie wir es gegenwärtig von den Amerikanern kennen. Wird es gar in reicheren Kulturkreisen als kultiviert gelten, weniger zu essen? Prophezeien, was in Zukunft auf unseren Tellern landet, kann ich nicht. Ich kann lediglich gesellschaftliche, wirtschaftliche und ökologische Tendenzen und Entwicklungen beobachten und deren Auswirkungen auf unser Leben zu interpretieren versuchen.

Gibt es bestimmte Ziele, die Sie mit Ihrer Tätigkeit erreichen wollen?

Wir alle müssen essen. Und fast alles lässt sich mit Essen verknüpfen. Natur, Geld, Liebe, Tod – alle grossen Themen des Lebens spiegeln sich in unserem Essen und Essverhalten wider. Ein Hauptziel meiner Arbeit ist das Infrage-Stellen des Status Quo – unser Speiseplan ist nicht in Stein gemeisselt. Die Beschäftigung mit den Themen Ernährung, Essen und Fleisch bleibt jedoch fundamental.



Für mich hat viel auch mit Bepreisung zu tun – wenn jenes Produkt, das für die Umwelt und auch für den Menschen schlecht ist (vereinfacht gesprochen), auch mehr kosten würde, dann wäre man schnell in einem feineren, nachhaltigeren System!

Was würden Sie der jungen Generation gerne mitteilen?

Beschäftigt euch mehr mit dem was ihr esst und lasst euch nicht so leicht vom Greenwashing großer globaler Konzerne was „einreden“ ..., seid wachsam.

Olivia, 39

im Globalen Süden müssen arme Familien aber meist auch noch ihr Wasser zukaufen (da privatisiert oder die Quellen aufgrund von intensiver Exportlandwirtschaft verunreinigt) ... dh wir haben auch eine globale Brille aufzusetzen! Und da sieht man dann plötzlich, wie gut es uns – trotz der hohen Inflation – immer noch geht!

Wie können wir sicherstellen, dass Lebensmittel der Zukunft für alle Bevölkerungsgruppen zugänglich und erschwinglich sind?

Das ist ein soziales Thema der UMWERTEILUNG! In Europa und Österreich haben wir unglaubliches Vermögen und unvorstellbares Reichtum – global gesehen ist das nochmal krasser. Hier muss der Sozialstaat einspringen und umverteilen; denn Vermögen ist im Vergleich zum Einkommen viel zu gering versteuert; es braucht Millionärsteuern; Steuern auf kurzfristige Spekulationsgewinne (Stichwort: Tobin-Tax) und und und ... es kann nicht sein, dass Menschen Vollzeit erwerbsarbeiten und dann noch den Fraß der Industrie essen müssen, weil sie sich eben kein Bio, eben kein Regionales, etc. leisten können.

Foodcoops, CSA, ... alle diese Initiativen sind von jungen Menschen ins Leben gerufen worden, die was anderes wollen, als das, was „die alten, grauen Männer“ nun mal jetzt gerade für ein System geschaffen haben... sie werden aktiv u schließen sich zusammen; sie glauben daran, dass sie etwas verändern können!



Ines, 23

Hanni, 61

Eine resiliente, nachhaltige Agrar- und Lebensmittelproduktion setzt auf Biodiversität, bei der auch „neue“, an veränderte klimatische Bedingungen angepasste Pflanzen eine Rolle spielen. Die Esser der Zukunft sind für mich „Real Omnivores“, also wirkliche Allesesser, die sich primär pflanzlich ernähren, aber auch neues Fleisch (Cultured Meat & Fish) sowie Lebensmittel auf Basis der Präzisionsfermentation essen werden, die immer bessere Alternativen zu vielen unsere beliebten Milchprodukte wie Käse & Co bieten werden.

Michael, 21

Die große Anzahl an unterschiedlichen Gütesiegeln kann besonders für Neueinsteiger verwirrend wirken. Wenn nachhaltige Produkte mit entsprechenden Gütesiegeln gekennzeichnet werden, wäre dies wesentlich einfacher. Gutes Vorbild hierfür sind BIO-Produkte, hier ist EU-weit das BIO-Siegel als Kennzeichen etabliert.

Welche Rolle spielen Bildung und Bewusstseinsbildung bei der Förderung einer nachhaltigen und gesunden Ernährung in der Zukunft?

Eine der, wenn nicht die wichtigste Rolle! Immer mehr Menschen der Weltbevölkerung wissen nicht über die Herstellung von Lebensmitteln Bescheid. Falsche Berichte und Informationen, können wesentlich leichter verbreitet werden, wenn keine Kenntnis über die Produktion von Lebensmitteln besteht.

Wie wird ihrer Meinung nach die Ernährung der Zukunft aussehen?

Die Ernährung in Zukunft wird pflanzenbasierter werden. Der Ackerbau wird zunehmend auf die Produktion von pflanzlichen Lebensmitteln umsteigen, während die bei der Produktion entstehenden „Abfälle“ und Grünlanderträge für die Herstellung tierischer Lebensmittel verwendet werden.

Welche Ratschläge würden Sie anderen Personen geben, die ihre Ernährung auf nachhaltige Lebensmittel umstellen wollen?

Besonders wenn es finanziell schwierig ist, muss nicht immer ein nachhaltiges Produkt gekauft werden, oft ist es auch schwierig bestimmte Lebensmittel nachhaltig produziert zu finden.

Julie, 32

Wie wird sich das Essen der Zukunft auf unsere Gesundheit und die Umwelt auswirken, und wie können Grundschulen dazu beitragen, eine nachhaltige Ernährungsbildung zu fördern?

Es ist essenziell, dass das Essen unsere Gesundheit beeinflusst. Durch die Nährstoffe der Lebensmittel wird unser Immunsystem stärker und gesünder. Das Gleiche ist es mit der Umwelt. Wenn wir den Boden besser pflegen, kann er mit Pflanzenkrankheiten besser umgehen. Die Pflanzen an die Wetterveränderungen gewöhnen, damit sie sich anpassen können.

Grundschulen können zur Ernährungsbildung beitragen, indem sie Ausflüge mit den Kindern unternehmen, bspw. auf einen Bauernhof, wo sie die Nahrung selbst pflücken und zu Mahlzeiten verarbeiten, die Tiere anfassen können, ... Kleine frische Traubensaftverkostungen tragen dazu bei, dass Qualitätsunterschiede erkannt werden.

Gibt es bestimmte Ziele, die du mit deiner Tätigkeit erreichen willst?

Ich möchte keinen überzeugen, biologisch zu arbeiten. Man kann doch selbst leicht wahrnehmen, wie man sich verändert, wenn man hochwertige Lebensmittel zu sich nimmt,

Letztendlich stellt man sich die Frage, wie die Getränke/ Lebensmittel auf den Körper wirken. Fühlt man sich lebendig, frisch, voller Energie oder müde und schlapp vom Essen. Ich denke nicht, dass den Menschen bewusst ist, dass die Qualitäten der Lebensmittel, die sie zu sich genommen haben, ihr Befinden beeinflusst. Verwendet man nachhaltig gute Lebensmittel, geht es einem nachhaltig gut.

Wir sind alle gemeinsam nur stark, wenn wir uns in eine gemeinsame, nachhaltige Richtung bewegen.

Natalie, 23

Was tragen Sie zu einer nachhaltigen Welt bei?

Ich trage auf verschiedene Weisen zu einer nachhaltigen Welt bei. Seit etwa drei Jahren lebe ich vegan, zuvor war ich bereits drei Jahre Vegetarierin. Mein derzeitiges Master-Studium im Bereich Green Marketing und Nachhaltigkeitskommunikation motiviert mich, beruflich aktiv für umweltfreundliche Geschäftspraktiken und bewusste Konsumgewohnheiten einzutreten.

Ich nutze täglich öffentliche Verkehrsmittel und besitze ein Klimaticket. Beim Kleidungskauf bevorzuge ich Second-Hand-Optionen und greife, wenn möglich, auf Fair Fashion zurück. In meinem beruflichen Werdegang habe ich bewusst die Entscheidung getroffen, nicht mehr in einer Hotelkette zu arbeiten, da diese oft weit entfernt von nachhaltigen Praktiken ist und der Profit im Fokus steht. Stattdessen habe ich einen Beruf gewählt, der meinen persönlichen Werten besser entspricht.

Auch beim Lebensmittelkauf lege ich großen Wert auf Nachhaltigkeit. Ich wähle konsequent Bioqualität, regionale und saisonale Produkte und versuche so weit wie möglich unverpackt einzukaufen. Natürlich gibt es noch Bereiche, in denen ich mich verbessern kann, wie zum Beispiel jährliche Auslandsreisen und der Konsum von Ersatzprodukten anstelle von selbstgemachten Alternativen. Dennoch ist es wichtig einzusehen, dass jeder positive Beitrag zählt, um sich kontinuierlich zu verbessern.



Florian, 27

Wie wird ihrer Meinung nach die Ernährung der Zukunft aussehen?

Die Ressourcen werden immer knapper. Für die Produktion von Rind- oder Schweinefleisch werden Unmengen an Wasser und Futter benötigt. Im Fleischsektor muss sich daher etwas verändern. Der Umstieg auf ressourcenschonendere Alternativen spielt sicherlich eine große Rolle, wenn es um die Ernährung der Zukunft geht. Ich denke da an alternative Proteinquellen sowie Fleischersatzprodukte – zum Beispiel an Insekten.

Welche Ratschläge würden Sie Menschen für eine nachhaltigere Ernährung in der Zukunft geben?

Kaufen Sie bewusst ein. Statt oft Billigfleisch zu konsumieren, leisten Sie sich lieber einmal pro Woche hochwertiges Bio-Fleisch aus der Region. Sparen Sie wenn möglich bei anderen Ausgaben, aber nicht beim Essen, denn wie man so schön sagt: „Man ist, was man isst.“

Christoph, 37

2 Milliarden Menschen weltweit essen heute Insekten. Nur wir in Europa haben dies verlernt und deswegen wollen wir von ZIRP Insekten wieder zurück auf den Speiseplan bringen.

Wie können wir sicherstellen, dass Lebensmittel in Zukunft für alle Bevölkerungsgruppen zugänglich und erschwinglich sind?

Die Zukunft beginnt hier und heute. Das Wort Zukunft ist für die Menschen sehr weit weg und wenn sie da an Zukunft denken, dann denken sie: Ach, das ist in zehn Jahren, das betrifft mich heute nicht. Aber es betrifft uns heute mehr als je zuvor. Natürlich muss nachhaltige Ernährung für alle Bevölkerungsgruppen erschwinglich sein. Der Preis spielt gerade in Zeiten wie in diesen Krisenzeiten eine bedeutende Rolle. Hier ist die Politik, aber auch der Konsument gefragt; je mehr die Nachfrage nach hochwertigen Lebensmitteln wächst, desto mehr hochwertige Lebensmittel werden produziert und desto günstiger, leistbarer und erschwinglicher werden sie auf lange Sicht. Hier ist jeder Einzelne

gefragt, die Nachfrage zu erhöhen, dort einzukaufen, wo es vermeintlich teurer ist, insbesondere, wenn man es sich leisten kann. Schulkassen oder Kantinenessen haben wegen ihres hohen Lebensmittelbedarfs große Auswirkungen auf den



Ümmügülsüm, 23

Lebensmittelmarkt. Lehrpersonen können natürlich mitentscheiden, was täglich auf dem Teller kommt. Ist das jede Woche das Schnitzel? Oder ist das vielleicht doch einmal ein Insektengericht oder etwas mehr Gemüse.

Welche Rolle spielen alternative Proteinquellen wie Insekten, Algen oder kultiviertes Fleisch in der zukünftigen Ernährung?

Wir von ZIRP sind überzeugt, dass kein Weg an Reduktion und Verzicht vorbeiführen wird. Also das wird in den nächsten Jahren immer klarer werden. Der Mensch ist ein Protein, wir brauchen die Proteine. Auf hochwertige tierische Proteine werden wir nicht ganz verzichten können. Deshalb werden wir auch Insekten in die alltägliche Ernährung integrieren. Vielleicht nicht so umfassend wie wir das von ZIRP tun, aber als Zutat wird das auf jeden Fall Einzug finden. Algen genauso, weil es ein super gesundes Lebensmittel ist. Sie sind auch schon immer von Menschen gegessen worden und auch kultiviertes Fleisch, wird sicherlich auch konsumiert werden.

Gibt es bestimmte Ziele, die Sie mit Ihrer Tätigkeit erreichen wollen?

Bildung, Aufklärungsarbeit, Bewusstseinsveränderung, Verhaltensänderung, die Menschen animieren, über den Tellerrand zu blicken, darüber nachzudenken, was sie täglich essen. Eben den Leuten zeigen, dass Insekten wirklich gut schmecken können. Das ist so unser täglicher Antrieb.

Laura, 22

bare Bowls anbieten. Dabei wird beim Lebensmitteleinkauf auf Gütesiegel und Bio-Labels geachtet, Obst und Honig wird auch von regionalen Händlern bereitgestellt, pflanzliche Alternativen werden angeboten, Lebensmittelverschwendung wird so gut es geht vermieden, indem Ablaufdaten berücksichtigt und alles zeitgerecht verarbeitet wird. Bei unseren Bowls variiert je nach Saison auch das Angebot an der Auswahl von Obst und Gemüse.

Nachhaltige Ernährung ist eine aktuelle Thematik der Bildungspolitik. Welchen Beitrag kann die Schule zu einer gesunden nachhaltigen Ernährung leisten?

Schulen können einen bedeutenden Beitrag zu einer gesunden und nachhaltigen Ernährung leisten, indem sie verschiedenste Maßnahmen umsetzen, um die Bildung und Aufklärung dazu zu fördern: Integration von Ernährungsbildung in den Lehrplan, um Schülerinnen und Schülern ein

Beitrag. Dabei eine Zusammenarbeit mit lokalen Landwirten, Bauernmärkten und Unternehmen zu etablieren, um den Zugang für frische, regionale Lebensmittel zu erleichtern. Diese Maßnahmen fördern langfristig nicht nur einen positiven Beitrag zum Umweltschutz, sondern auch nachhaltige Ernährungsgewohnheiten und ein umweltbewusstes Verhalten.

Wie können wir sicherstellen, dass Lebensmittel der Zukunft für alle Bevölkerungsgruppen zugänglich und erschwinglich sind?

Unsere Aufmerksamkeit der Regionalität von Produkten zu schenken und direkt einzukaufen, um Kleinbetriebe als auch landwirtschaftliche Betriebe vor dem Aussterben zu schützen und somit Großkonzerne nicht den Platz zu geben, immer mehr zu wachsen, Einfluss auf die Preisgestaltung zu haben, die Qualität der Lebensmittel zu bestimmen, sowie die Natur weiter in Besitz zu nehmen. Der Konsum von Obst, Gemüse, Hülsenfrüchten sowie Nüssen muss in den Vordergrund



Sara, 23

Verständnis für gesunde Ernährung als auch deren Auswirkungen auf die Umwelt zu vermitteln, Einbindung von Experten in den Unterricht, um praxisnahe Einblicke zu gewährleisten oder auch Exkursionen zu planen, praktische Kochkurse bieten, um Kochkompetenzen zu entwickeln und das Bewusstsein für die Herkunft von Lebensmitteln zu stärken. Aber auch die Bereitstellung sowie Verfügbarkeit von gesunden, ausgewogenen Mahlzeiten unter Verwendung regionaler, saisonaler und nachhaltiger Zutaten leistet einen positiven

gestellt werden und der Verzehr von Fleisch als auch Zucker müsste dagegen minimiert werden. Pflanzliche und natürliche Lebensmittel haben eine geringere Klimawirksamkeit, wie geringere CO²-Emissionen und positive Auswirkungen auf die Gesundheit. Zudem sollte jeder sich seinen Konsum bewusst machen, sowie wertschätzend und achtsam im Umgang mit seinen Nahrungsmitteln sein.

Welche Ratschläge würden Sie anderen Personen geben, die ihre Ernährung auf nachhaltige Lebensmittel umstellen wollen?

Regionale und saisonale Produkte kaufen: Überflüssige Transportwege werden gespart, dazu sind die Lebensmittel beim regionalen Bioladen billiger und vielfältiger als im konventionellen Supermarkt. Saisonale Lebensmittel haben einen höheren Vitamingehalt und schmecken besser. Wer saisonal kauft, kocht also meist abwechslungsreicher und gesünder. Weniger Tierprodukte zu konsumieren, auf ökologische Tierhaltung Acht geben, Gütesiegel und EU-Bio-Logo für Fleisch, sowie Fisch zu beachten. Eier und Milch beim Bauern aus dem nächsten Ort zu kaufen, Plastik bei Verpackungen so gut es geht zu reduzieren, Mehrwegtasche zu verwenden und selber frisch kochen, können einen großen Einfluss mit sich bringen.

Julia, 30

Frei zugängliche edukative und insbesondere praxisnahe Formate helfen Wissen zu speichern.

Welche Rolle spielen Bildung und Bewusstseinsbildung bei der Förderung einer nachhaltigen und gesunden Ernährung in der Zukunft?

Ich denke tatsächlich, dass Bildung und Bewusstseinsbildung der Grundstein ist und zwingend notwendig ist.

Dass gesunde Ernährung nicht teuer sein muss und gutes, schmackhaftes Essen nicht lange Vorbereitungszeit braucht, sollte selbstverständlich sein. Wichtig ist, zu vermitteln, dass gesunde Nahrung (inkl. Getränke) schmeckt und nahrhaft ist.

Wie wird ihrer Meinung nach die Ernährung der Zukunft aussehen?

Fusion Küche. Zurückgreifen auf robuste Sorten und mehr Sortenvielfalt. Die Überproduktion an Lebensmitteln wird sich nicht mehr rechnen und der Fleischkonsum sich zumindest in Europa eindämmen, in anderen Regionen müssen. Eine klimafreundliche Ernährung (viel regionales Gemüse, Obst, Samen, Getreide ... dafür sehr wenig Fleisch und Fisch) wird allgegenwärtig sein, Landwirtschaft wird sich ändern und vor allem effektiver sein, da die Nutzflächen bekanntermaßen begrenzt sind.

Was, glauben Sie, kann nachhaltigere Ernährung auf der privaten Ebene bewirken?

- Sie ist gesünder und wird sich auf die Vitalität auswirken.
- Wenn sich die Mehrheit bewusster ernährt und dies vor allem an die Kinder weitergibt wird sich das System automatisch ändern.
- Wenn die Nachfrage nach industriell hergestellter Nahrung weniger wird, muss auch die Produktion automatisch weniger werden.
- Die Zukunft könnte zum einen positiver und

erstrebenswerter und zum anderen dadurch auch sicherer werden.

Monika, 22

Im Bereich des Handels sollten diese Produkte definitiv mehr gefördert werden, indem besonders das Angebot gesteigert wird. Zusätzlich sollte man auch Informationsarbeit leisten und mittels Plakaten auf die vorherrschenden Umstände aufmerksam machen. Dabei könnten auch Vorträge und Verkostungen durchgeführt werden, um die Menschen mehr davon zu überzeugen.

Besonders in der Bildung sollte man Nachhaltigkeit und ausgewogene Ernährung stärker einbinden. Hier sollte man mehr über die Umweltauswirkungen, nachhaltigen Anbau und gesunde Ernährungsgewohnheiten erlernen. Um den Spaßfaktor zu erhöhen können hier auch Experimente durchgeführt werden, um Schülerinnen und Schülern beispielsweise den Vorgeschmack auf eine vegetarische oder sogar vegane Ernährung zu geben. Nicht zu vergessen sollte im Unterrichtsfach „Kochen“ auf regionale, nährreiche und vegetarisch/vegane Kost geachtet werden.

Wie können wir sicherstellen, dass Lebensmittel der Zukunft für alle Bevölkerungsgruppen zugänglich und erschwinglich sind?

Um dies zu erreichen müsste man speziell auf staatlicher Ebene mit Förderungen und Unterstützungen arbeiten. Dabei sind auch Investitionen in umweltfreundliche Landwirtschaft und das Bildungssystem notwendig. Zudem kann auch durch steigende Nachfrage nach nachhaltigen Nahrungsmitteln bzw. die Senkung der Nachfrage an tierischen Produkten das Blatt ein wenig gewendet werden. Mittels technologischer Innovationen oder vertikaler Landwirtschaft ist es möglich die Effizienz zu steigern und Kosten zu senken. Stabile Preise für Lebensmittel können erreicht werden, wenn ein faires Handelssystem mit gerechten Preisen für Landwirtinnen und Landwirte und produzierende Unternehmen eingeführt wird.

Welche Ratschläge würden Sie anderen Personen geben, die ihre Ernährung auf nachhaltige Lebensmittel umstellen wollen?

Zu allererst und mit auch der wichtigste Punkt ist es, Bewusstsein zu entwickeln. Dabei ist es wichtig, sich ausführlich zu informieren, um auch die Auswirkungen der Lebensmittelproduktion zu verstehen. Zusätzlich soll man sich auch bewusst machen, was man hier eigentlich genau zu sich nimmt, um zu erkennen, wie nährreich etwas wirklich ist. Ein wichtiger Tipp ist es außerdem, sich Einkaufslisten basierend auf einem Essensplan für die nächsten Tage, zu schreiben. So umgeht man, dass man unnötigerweise etwas kauft, was im Anschluss weggeschmissen wird. Ein Ratschlag, den ich oft gebe, ist es, offen und neugierig zu sein und pflanzliche Lebensmittel zu probieren, bzw. mal den „Veganuary“ auszuprobieren.



FAZIT

Zusammenfassende Inhaltsanalyse der Interviews

Im Rahmen einer Befragung wurden 13 Probandinnen und Probanden in Alter von 21 bis 61 Jahren zu nachhaltiger Ernährung befragt. Hierbei wurde ein Leitfaden verwendet, der von den Studierenden erstellt wurde. Die Befragten sind in relevanten Berufen wie Foodtrendforschung, Diätologie, Pädagogik oder Fooddesign tätig. Einige arbeiten auch in der Lebensmittelproduktion. Alle Interviewten können die Bedeutung von nachhaltiger Ernährung für die Gesundheit und ihrer globalen Auswirkungen einschätzen und setzen sich in ihrem beruflichen Umfeld für eine nachhaltige Ernährungsbildung ein. Die Interviews wurden mit wenigen Ausnahmen digital durchgeführt.

Lebensmittelproduktion in Zeiten des Klimawandels-Verzicht und Umdenken

Die Mehrzahl der Interviewten weist auf den Klimawandel und dessen Auswirkungen wie Hitzeperioden und Starkregen hin, die zu einer Verminderung oder Ausfall von Ernteerträgen führen können. Vor dem Hintergrund des weltweiten Bevölkerungswachstums wird betont, dass einerseits ein Verzicht auf eingefahrene Ernährungsgewohnheiten notwendig ist, andererseits innovative Ideen im Kampf gegen Umweltkatastrophen und Hunger erforderlich sind.

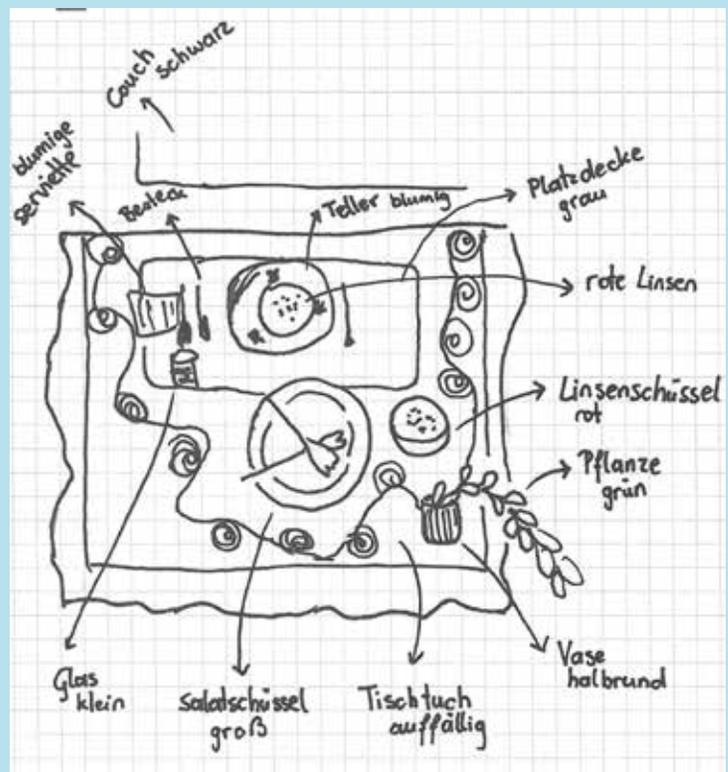
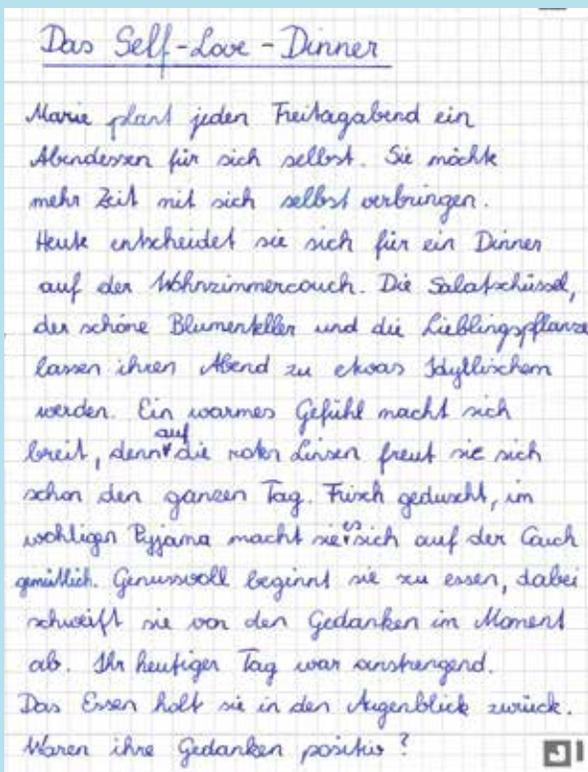
Vorgeschlagene Maßnahmen zur Bewältigung der

Klimaveränderungen sind die Umstellung der Ernährungsgewohnheiten, einschließlich des Verzichts auf tierische Produkte sowie die Züchtung trockenresistenter, ertragreicher Pflanzen. Zudem sollen neuartige Lebensmittel wie Algen, Flechten und Insekten als alternative Proteinquellen genutzt werden. Wie man Vorbehalte gegen das Verzehren von Insekten beseitigt und sie verkocht, weiß Andrea: „Als Designerin, die sich auch als Vermittlerin von zukunftsweisenden Szenarien durch gesellschaftliche Treiber versteht, war es 2012 meine Aufgabe, Ästhetik mit Genuss zu verbinden – so entstand das erste Insektenkochbuch der Schweiz ENTO“.

Schließlich wird festgehalten, dass die Wertschätzung von Lebensmitteln das Wegwerfen eindämmt. Ebenso sollen zur Schonung von Ressourcen lange Transportwege und überflüssige Verpackungsmaterialien vermieden werden.

Paradigmenwechsel in der Agrarpolitik- Aufgaben des Staates

Festgehalten wird, dass private Haushalte einen Beitrag zur Nachhaltigkeit leisten können, wenn sie verstärkt regionale, qualitätsorientierte Produkte konsumieren. Aber das alleine reicht nicht aus, um den CO² Ausstoß und seine Folgen in den Griff zu bekommen. Der Staat hat die Pflicht, die rechtlichen und organisatorischen Rahmenbedingungen für eine ausreichende und gesun-



de Versorgung mit Nahrungsmitteln zu schaffen. Die Weichen für eine umweltverträgliche und nachhaltige Agrarwende, werden von der GAP, (Gemeinsame Europäische Agrarpolitik, 1962) gestellt. Bedauerlicherweise werden zukunftsweisende Reformen nur zögerlich in Angriff genommen. „Es bedarf einer Neuausrichtung unseres gesamten Ernährungssystems und damit auch einer Änderung der Agrarpolitik, die aktuell noch zu stark auf die Förderung tierischer Lebensmittel ausgerichtet ist und pflanzlichen Alternativen (...) zu wenig Bedeutung beimisst“ (Hanni).

Einige Befragte weisen darauf hin, dass sich Menschen mit geringem Einkommen biologisch produzierte Lebensmittel gar nicht leisten können. „Durch die steigenden Preise für Lebensmittel im Allgemeinen, muss ich leider teilweise Abstriche beim Lebensmitteleinkauf machen und auf billigere Produkte zurückgreifen“ (Florian). Zielgerichtete Subventionierung von Kleinbetrieben, Kleinbauern, Regulierung der Preisgestaltung, um Kaufentscheidungen zu begünstigen, können für einen Ausgleich sorgen.

Ferner wird der Wunsch nach einer gut erkennbaren Lebensmittelkennzeichnung geäußert. „Die große Anzahl an unterschiedlichen Gütesiegeln kann besonders für Neueinsteiger verwirrend wirken. Wenn nachhaltige Produkte mit entsprechenden Gütesiegeln gekennzeichnet werden, wäre dies wesentlich einfacher. Gutes Vorbild hierfür sind BIO-Produkte, hier ist EU-weit das BIO-Siegel als Kennzeichen etabliert“ (Michael).

Gesundheit, Genuss, Nachhaltigkeit

Übereinstimmend werden die positiven Auswirkungen des Verzehrs von biologisch, qualitätsorientierten Nahrungsmitteln auf die Gesundheit betont. „Hochwertige, unverarbeitete Lebensmittel zu konsumieren als auch eine ausgewogene Ernährung zu fördern, sind meines Erachtens wichtige Punkte, um die Gesundheit und das Wohlbefinden der Gesellschaft zu unterstützen“ (Laura). Der Verzicht auf tierische Produkte sowie das Verzehren von Gemüse, Obst, Hülsenfrüchten und Nüssen stärkt nicht nur die Gesundheit, sondern beugt auch, wie Thomas feststellt, der kostenintensiven Behandlung von Zivilisationskrankheiten vor. „Übermäßiger Fleischkonsum wie derzeit üblich, ist ethisch, ökologisch und auch ökonomisch nicht vertretbar“.

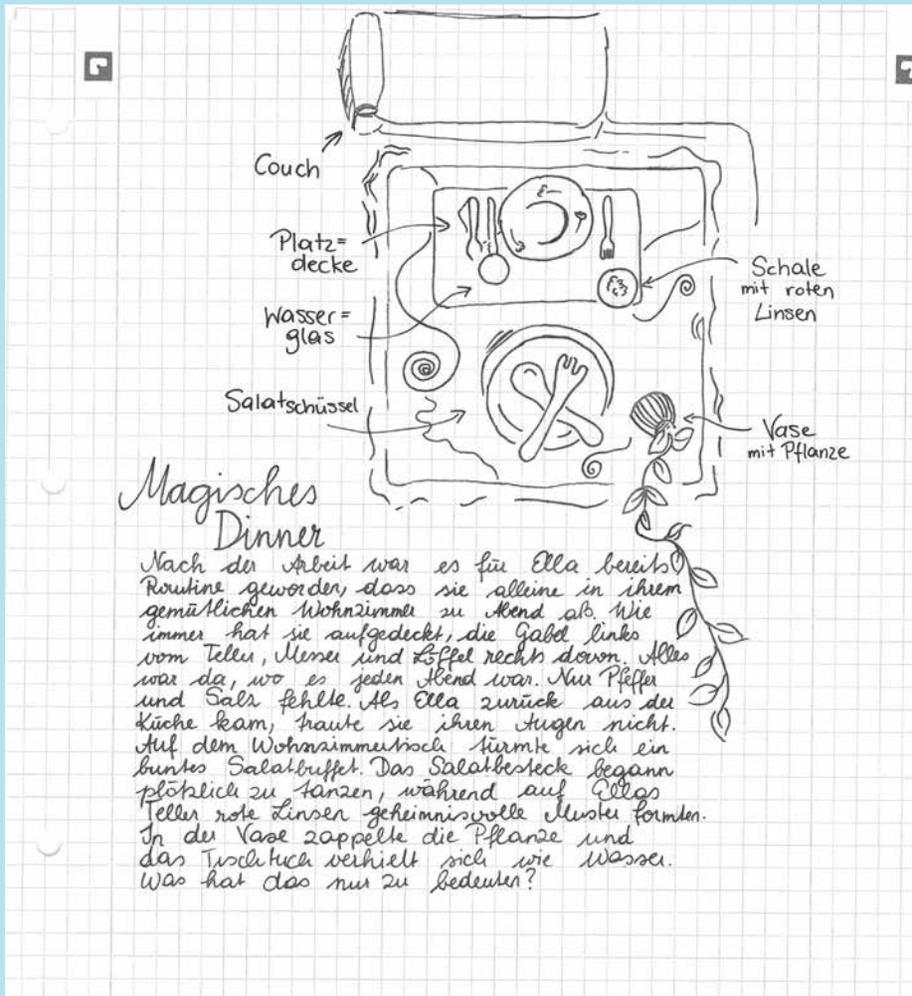
Angesichts der sich kontinuierlich vermehrenden Weltbevölkerung sollte von der ressourcenintensiven Produktion tierischer Produkte abgesehen werden. Schon jetzt lehnen Menschen den Verzehr von Fleisch nicht nur aus klimaschädlichen oder gesundheitlichen Überlegungen, sondern auch aus ethischen Gründen ab. Das Leid der Tiere in der industriellen Massentierhaltung

motiviert eine nicht unerhebliche Zahl von Menschen, sich vegetarisch oder vegan zu ernähren. Essgewohnheiten zu ändern, ist aber nicht so leicht. „Da spielen Traditionen, Rituale, Gewohnheiten, geschmackliche Vorlieben, Verfügbarkeiten, Werte und Normen etc. eine viel größere Rolle als Nährwerte, Inhaltsstoffe und Kalorien. Kurz: Es sind die jeweiligen Esskulturen die unsere Ernährung prägen. Daher beschäftige ich mich vor allem damit, wie sich Esskulturen verändern und welche Szenarien sich daraus für das „Essen der Zukunft“ ableiten lassen“ (Hanni). Die Bewältigung von Klimawandel, Bevölkerungswachstum und Ernährung für alle Menschen zufriedenstellend zu lösen, gehört in Zukunft zu den drängendsten, weltweiten Herausforderungen.

Ernährungsbildung

Ernährungsbildung in der Primarstufe zur Förderung der Gesundheit und eines Verständnisses für die Produktionsbedingungen in einem erfahrungsbezogenen Unterricht wird als positiv für die künftige Lebensführung eingeschätzt. Die Diätologin Laura fordert „Die Integration von Ernährungsbildung in den Lehrplan, um Schülerinnen und Schülern ein Verständnis für gesunde Ernährung als auch deren Auswirkungen auf die Umwelt zu vermitteln“.

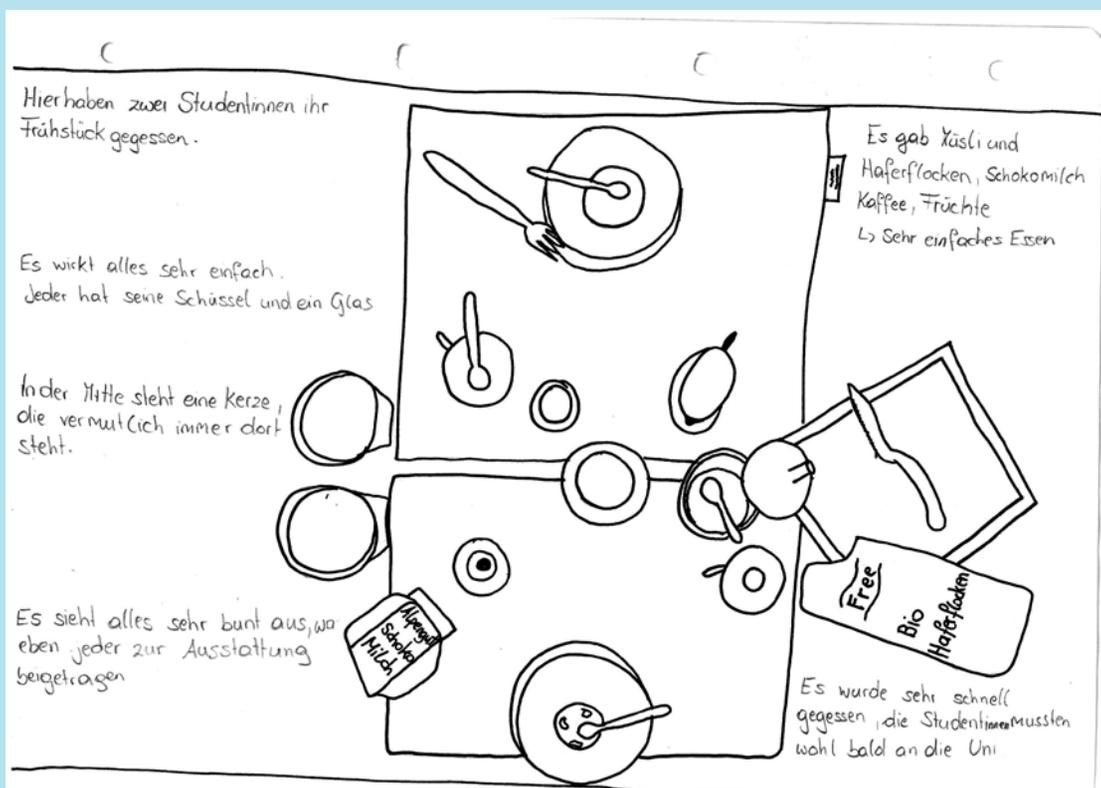
Sigrid Pohl



Magisches Dinner

Nach der Arbeit war es für Ella bereits Routine geworden, dass sie alleine in ihrem gemütlichen Wohnzimmer zu Abend aß. Wie immer hat sie aufgedeckt, die Gabel links vom Teller, Messer und Löffel rechts davon. Alles war da, wo es jeden Abend war. Nur Pfeffer und Salz fehlte. Als Ella zurück aus der Küche kam, traute sie ihren Augen nicht. Auf dem Wohnzimmerstisch türmte sich ein buntes Salatbuffet. Das Salatbesteck begann plötzlich zu tanzen, während auf Ellas Teller rote Linsen geheimnisvolle Muster formten. In der Vase zappelte die Pflanze und das Taschentuch verhielt sich wie Wasser. Was hat das nur zu bedeuten?

Victoria, 21



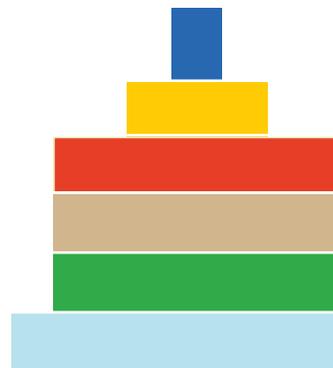
Katrin, 22

Überlegungen zu Ernährungsgewohnheiten

Anhand des eigenen Kühlschranks fertigten die Studierenden eine persönliche Ernährungspyramide an und verglichen sie mit der Ernährungspyramide 2.0.



individuelle Lebensmittelpyramide Anja, 21



Lebensmittelpyramide 2.0

- Fettes, Süßes und Salziges selten
- tägl. 2-4 Esslöffel pflanzliche Öle, Nüsse und Samen
- max. 1 Portion Milchprodukte, pro Woche
max. 1-2 Eier, 150g Fisch und 200 g Fleisch
- tägl. 5 Portionen Getreide und Erdäpfel
- tägl. 2 Portionen Obst, 2 Portionen Gemüse und 1 Portionen Hülsenfrüchte
- tägl. mind. 1,5 Liter Getränke, max. 1-2 Tassen Kaffee

Der unterste Bereich der Pyramide 2.0 passt perfekt mit meinem Konsum zusammen, da ich am Tag ca. 2 Liter Wasser trinke. Leider esse ich viel zu wenig Gemüse und Obst, dafür esse ich genauso viel Getreide und Erdäpfelprodukte wie bei der Ernährungspyramide 2.0 beschrieben werden. Die 4. Stufe der Pyramide passt leider weniger mit meinen Essgewohnheiten zusammen, da ich sehr wenig bis keine Milchprodukte esse und Nüsse mag ich gar nicht. Fisch esse ich sehr viel weniger als angegeben, dafür esse ich viele Fleisch- und Wurstprodukte.

Anja, 21



Empfehlungen für einen nachhaltigen Lebensstil

Regionale und saisonale pflanzliche Produkte bevorzugen: Entscheiden Sie sich für Obst, Gemüse und andere pflanzliche Lebensmittel, die in Ihrer Region angebaut werden und der Saison entsprechen. Dies reduziert nicht nur den ökologischen Fußabdruck, sondern unterstützt auch lokale Landwirte.

Tierische Produkte reduzieren oder vermeiden: Minimieren Sie den Konsum von Fleisch und anderen tierischen Produkten. Der Verzicht auf tierische Produkte hilft, Treibhausgasemissionen zu reduzieren und trägt zur Schonung der Ressourcen bei.

Verpackungen und Mehrwegverpackungen bevorzugen: Achten Sie darauf, Lebensmittel mit minimaler Verpackung zu wählen. Entscheiden Sie sich für Mehrwegverpackungen anstelle von Einwegverpackungen, um Abfall zu reduzieren.

Vermeiden Sie lange Transportwege: Bevorzugen Sie Lebensmittel, die aus Ihrer näheren Umgebung stammen, um den CO²-Ausstoß durch lange Transportwege zu minimieren. Dies unterstützt auch die lokale Wirtschaft.

EU-Gütesiegel für Fleisch und Fisch beachten: Wenn Sie Fleisch und Fisch konsumieren, achten Sie auf das EU-Gütesiegel. Diese Zertifizierung gewährleistet gewisse Standards in Bezug auf Tierwohl, Umweltauswirkungen und Lebensmittelsicherheit.

Ballaststoffreiche und vitaminreiche Produkte bevorzugen: Integrieren Sie ballaststoffreiche Nahrungsmittel wie Gemüse und Hülsenfrüchte in Ihre Ernährung. Diese liefern wichtige Nährstoffe.

Verzicht und Umdenken: Verzichten Sie auf übermäßigen Konsum von verarbeiteten Lebensmitteln, Zucker und ungesunden Snacks. Ein bewusster Konsum führt nicht nur zu einer nachhaltigeren Lebensweise, sondern auch zu einer besseren Gesundheit.

Fragen und Antworten am Beginn der Lehrveranstaltung

Um eine günstige Ausgangssituation für die Auseinandersetzung mit der Thematik Ernährungsbildung in der Primarstufe zu schaffen, wurden die Studierenden gebeten, Fragen über ihre persönlichen Ernährungsgewohnheiten zu beantworten.

„Der Mensch ist, was er isst“. Kommentiere die Aussage des Philosophen Ludwig Feuerbach (1804–1872)

Grundsätzlich würde ich diese Aussage nicht verneinen, jedoch denke ich, dass der Mensch nicht nur das ist, was er isst, sondern, dass den Menschen auch andere Dinge wie beispielsweise sein soziales Umfeld, diverse Ereignisse, die Familie und auch viele weitere Aspekte ausmachen.

Lisa A. 21

Ich denke die Gesundheit hängt stark von der Ernährung ab.

Lisa S. 26

Ich kann dieser Aussage nur zustimmen. Die Ernährungsgewohnheiten spiegeln sich stark in unserer Gesundheit wider. Einem Menschen, der sich bewusst und gesund ernährt, wird es physisch und psychisch besser gehen, als einem Menschen, der sich ungesund ernährt.

Nadine, 21

Welches Gericht isst du am liebsten? Verbindest du damit besondere Erinnerungen?

Am liebsten esse ich verschiedene Salate und Pastagerichte. Diese Gerichte erinnern mich an die heißen Sommermonate.

Celina, 21

Ich esse am liebsten selbstgemachte Wraps. Ich verbinde das Essen mit Gemeinschaft, Familie und Zusammenhalt.

Lisa A, 21

Mein Lieblingsgericht ist Spinat mit Erdäpfeln und Spiegelei. Ich verbinde mit diesem Gericht meine Kindheit, weil es mir meine Oma oft gekocht hat

Iris, 21

Selbst kochen oder essen gehen? Wie hältst du es damit?

Ich koche lieber selbst. Jedoch freue ich mich auf das Speisen im Restaurant, da ich selbst nicht sehr gut kochen kann.

Celina, 22

Grundsätzlich wird bei mir meist selbst gekocht. Essengehen ist zwar komfortabel und meist auch sehr gut, jedoch kostet dies auch relativ viel. Ist aber nicht viel Zeit zum Kochen, so gehe ich ab und zu durchaus gerne essen.

Coletta, 24

Ich koche lieber selber, da mir selbstgekochte Gerichte einfach besser schmecken

Dominik, 21

Fragen und Antworten im Verlauf der Lehrveranstaltung

Nach der intensiven Auseinandersetzung mit verschiedenen Texten zur zukünftigen Entwicklung der Ernährung wurden die Studierenden dazu aufgefordert, ihre erworbenen Kenntnisse zu reflektieren und in Bezug zu ihrem persönlichen Umfeld zu setzen.

Denkst du über Nachhaltigkeit in Bezug auf deine Ernährungsgewohnheiten nach? Seit wann und gab es einen Auslöser dafür?

Das Wohl der Tiere ist ein wichtiger Faktor, der viele dazu bringt, nach nachhaltigeren Alternativen zu suchen. Mein persönlicher Anstoß dazu kam, als ich mich im Rahmen meiner Diplomarbeit intensiver mit dem Thema Nachhaltigkeit beschäftigte.

Jennifer, 22

Ich denke viel über die Nachhaltigkeit in Bezug auf meine Ernährungsgewohnheiten nach. Ich überlege, wie man die Umwelt schonen und den heutigen und zukünftigen Generationen ein gesundes Leben ermöglichen kann. Der Auslöser war bei mir die Coronapandemie vor drei Jahren, als ich selbst mehr gekocht habe und ab diesem Zeitpunkt habe ich mich mit dem Thema „nachhaltige Ernährung“ ausführlicher auseinandergesetzt.

Iris, 21

Ja, ich versuche, wenn möglich immer regional und saisonal einzukaufen. Weiters bin ich seit über 7 Jahren Vegetarierin und einer der Gründe damals, war die Umwelt. Der Auslöser war ein Vortrag in der Unterstufe über Umwelt und Nachhaltigkeit.

Pia, 21

Nein, ich denke nicht an Nachhaltigkeit in Bezug auf meine Ernährungsgewohnheiten.

Anja, 21

Als mir in der Schule aufgezeigt wurde, dass die meisten Lebensmittel, die wir konsumieren, nicht fair gehandelt werden, fing ich an beim Einkaufen immer mehr auf Zeichen wie zum Beispiel „FAIRTRADE“ zu achten. Mir ist es sehr wichtig, dass die Erzeuger der Produkte die faire Bezahlung für ihre Produkte bekommen, die sie verdienen.

Dominik, 21

Welche Aspekte des Themenfeldes „nachhaltige Ernährung“ waren für dich bisher weniger im Fokus. Woran kann das liegen?

Für mich war generell nachhaltige Ernährung eher wenig im Fokus bis jetzt. Das liegt wahrscheinlich auch daran, dass nachhaltige Ernährung immer um einiges teurer ist und ich beim Einkaufen oft darauf schaue, dass es so billig wie möglich ist.

Anja, 21

Weniger im Fokus hatte ich die planetaren Belastungsgrenzen.

Lisa S, 26

Ich denke, dass ich mir über die Agrarwirtschaft z.B. in Bezug auf die Landnutzung eher wenig Gedanken gemacht habe. Vielleicht liegt dies daran, dass ich das Gefühl habe, dass mich dies als Einzel- und Privatperson nicht wirklich betrifft.

Nadine, 21

Meine Familie isst einfach zu gerne Fleisch. Aber auch hier achten wir bereits darauf, dass wir vom kleinen Fleischer-Betrieb kaufen, von dem wir wissen, dass das Fleisch eine sehr gute Qualität hat und die Tiere eine gute Behandlung bekommen haben.

Katrin 21

Fragen und Antworten am Ende der Lehrveranstaltung

Die Rückmeldungen der Studierenden am Ende der Lehrveranstaltung zeigten, dass sie in der Lage waren, Kenntnisse und Fähigkeiten zu erwerben, um Ernährungsbildung in den Unterricht der Primarstufe zu integrieren.

Formuliere deine derzeitige Haltung zur Rolle der Primarstufenausbildung im Kontext der Ernährungswende.

Ich denke, die Schule spielt bei diesem Thema eine große Rolle. Hier kann der Grundstein für das Verständnis von Kindern bezüglich Ernährung, Umwelt und Gesundheit gelegt werden.

Lisa S, 26

Ich bezweifle, dass derzeit in der Primarstufe sehr auf die Ernährungswende eingegangen wird.

Carola, 20

Ich finde, dass derzeit die Lehrkräfte nicht ausreichend dafür geschult sind. Fortbildungen zur Ernährungsbildung könnten dazu beitragen, dass Lehrpersonen das nötige Wissen und die pädagogischen Fähigkeiten entwickeln, um die Kinder für eine nachhaltige Ernährungsweise zu sensibilisieren.

Pia 21

Die Primarstufenausbildung sollte vermehrt Inhalte zur Ernährungswende in den Lehrplan miteinbeziehen. Projekte wie Schulgarten, Exkursionen zu nachhaltigen geführten Betrieben wären eine gute Möglichkeit für einen praxisnahen Unterricht.

Pia, 21

Was kannst du als Lehrperson zur Ernährungswende beitragen?

Ich kann den Schülerinnen und Schülern Wissen, Fähigkeiten und Einstellungen vermitteln, die zu einer nachhaltigen und gesunden Ernährung führen.

Katrin, 22

Durch die Lehrveranstaltung habe ich ein vertieftes Verständnis für nachhaltige Ernährung erhalten. Mein Ziel als zukünftige Primarstufenlehrerin ist es, den

SuS bewusstes Konsumverhalten zu vermitteln, um Lebensmittelverschwendung zu reduzieren und umweltfreundliche Entscheidungen zu fördern. Es ist mir wichtig, die Kinder dazu zu erziehen, ihre Verantwortung für eine nachhaltige und gesunde Ernährung zu erkennen und aktiv zu übernehmen.

Iris, 21

Themen wie Ernährung, Nachhaltigkeit oder Umweltschutz gehören nicht nur in den Sachunterricht, diese können gut fächerübergreifend behandelt werden.

Victoria, 21

Das Seminar hat mir gezeigt, dass das Thema „Essen der Zukunft“ im Unterricht Kunst und Gestaltung auf vielfältige und kreative Weise behandelt werden kann. Schülerinnen und Schüler profitieren von verschiedenen Zugängen und der Möglichkeit, ihre Gewohnheiten in Bezug auf Essen zu hinterfragen.

Victoria, 21

Inwiefern hat sich deine persönliche Haltung in Hinblick auf das Thema im Laufe der Veranstaltung verändert?

Ich bin offener geworden für alternative Proteinquellen, wie z.B. pflanzliche Fleischersatzprodukte. Die Einstellung zur Nachhaltigkeit in der Lebensmittelproduktion hat sich verstärkt. Ich lege mehr Wert auf lokale, saisonale und umweltfreundliche Produkte und versuche, meinen ökologischen Fußabdruck durch meine Ernährung zu verringern.

Anja, 21

Im Laufe der Lehrveranstaltung ist mir vor Augen geführt worden, wie präsent diese Thematik eigentlich ist und, dass sie viel mehr umfasst, als nur darauf zu achten, dass man nicht zu viel Fleisch isst und regional sowie saisonal einkauft. Ich erkannte auch, dass es sehr wichtig ist, bereits in der Volksschule über nachhaltige Ernährung, beziehungsweise Ernährung in der Zukunft zu sprechen, da dieses Thema in der Schule nur wenig bis gar nicht behandelt wird.

Dominik, 21

Angaben zu den Abbildungen

Alle Linolschnitte mit einem ganz persönlichen Blick der Studierenden auf das Essen wurden in der LV 1 angefertigt. Auf Wunsch der Studierenden sind die Werke mit ihren Vornamen gekennzeichnet. Das Cover zeigt einen Weißlinienschnitt von Katharina (24).

Die Fotoseiten zeigen die Studierreden der LV 2 bei der kreativen Arbeit und bei aktionistischen Versuchen. Dabei arrangieren sie Geschirr und Nahrungsmittel auf einem Tisch, um eine Verbindung zu zeitgenössischen Darstellungsformen von Essen und Trinken in der Kunst herzustellen.

Die Karten mit Abbildungen von Gemüse, Obst, Pilzen, Insekten u.a. wurden für den Einsatz im Primarstufenunterricht hergestellt. Auf der Rückseite jeder Karte befinden sich Erläuterungen über das auf der Vorderseite abgebildete Lebensmittel.

Ausgehend von der Darstellung eines gedeckten Tisches wurde eine kreative Geschichte entwickelt. Diese Aufgabe hatte zum Ziel, die Studierenden dazu zu motivieren, grafische Anreize zur Förderung der sprachlichen Fähigkeiten von Grundschulkindern zu nutzen.

Kunst und Ernährungsbildung

Dokumentation eines Projekts von Studierenden der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule Wien/Krems über die Zukunft der Ernährung bezugnehmend auf die Thematik des Internationalen Symposions Dürnstein „Was werden wir morgen essen?“.

Eine Auswahl von Kunstwerken bildete den Ausgangspunkt für die Auseinandersetzung mit den sozialen und kulturellen Gepflogenheiten des Essens und Trinkens. Im Mittelpunkt aber standen künstlerische Annäherungen an aktuelle Essgewohnheiten und Überlegungen über die zukünftige Welternährung. Ferner erwarben die Studierenden Kompetenzen für die Ernährungsbildung in der Primarstufe und befragten einige Interviewpartner*innen über ihre Erfahrungen mit einer nachhaltigen Lebensweise.

Projektleitung und -idee: Mag. Sigrid Pohl, KPH Wien/Krems



SYMPOSION
DÜRNSTEIN