DOKUMENTATION
01. DEZEMBER 2023

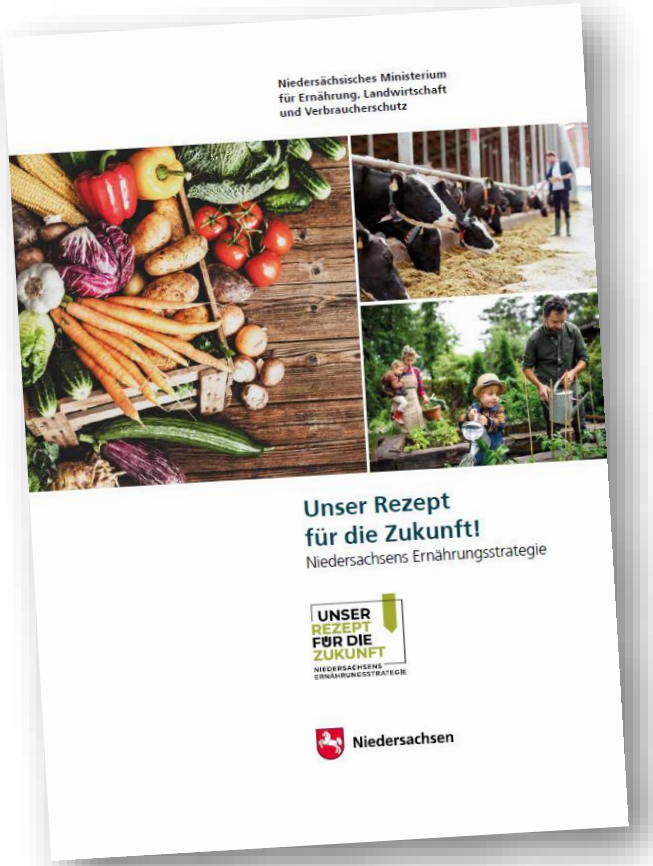
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGS-STRATEGIE

GET TOGETHER 2023

ZEHN
ZENTRUM FÜR ERNÄHRUNG UND HAUSWIRTSCHAFT NIEDERSACHSEN

NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGS-STRATEGIE

AUFTRAG



Niedersächsisches Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz

- Auftraggeber
- Herausgeber und fachliche Begleitung
- verantwortlich für die Umsetzung der Strategie

ZEHN
ZENTRUM FÜR ERNÄHRUNG UND HAUSWIRTSCHAFT NIEDERSACHSEN

- Erarbeitung, Koordination des Prozesses, Redaktion
- Unterstützung der Umsetzung der Strategie

PARTIZIPATION VON ANFANG AN

Niedersächsisches Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz

Niedersächsisches Ministerium für Umwelt, Energie, Bauen und Klimaschutz

Niedersächsisches Ministerium für Wissenschaft und Kultur

AG der kommunalen Spitzenverbände Niedersachsens

Niedersächsischer LandFrauenverband Weser-Ems e.V.

Ernährungsrat Niedersachsen
Netzwerk der Ernährungsräte und Ernährungsratsinitiativen in Niedersachsen

Katholisches Büro NIEDERSACHSEN

tgn

ZEHN

Konföderation evangelischer Kirchen in Niedersachsen

REHA ZENTRUM OLDENBURG

ZnE Klaus Bahlsen Zentrum NACHHALTIGE ERNÄHRUNG

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. Sektion Niedersachsen

Kompetenzzentrum Ökolandbau Niedersachsen GmbH

VGAFS Niedersachsen e.V.

verbraucherzentrale Niedersachsen

VERNETZUNGSSTELLE SCHULVERPFLEGUNG Niedersachsen

HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

MHH Medizinische Hochschule Hannover
DIÄTSCHULE

Landvolk Niedersachsen
Landesbauernverband e.V.
gemeinsam stark...

LI FOOD

MARKETING GESELLSCHAFT

DIE REGIONAL BEWEGUNG
Niedersachsen

Landwirtschaftskammer Niedersachsen

IfE INSTITUT FÜR ERNÄHRUNGSPSYCHOLOGIE
AN DER GEORG-AUGUST-UNIVERSITÄT GÖTTINGEN

PROZESS

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT!

NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

...für eine gesundheitsfördernde und nachhaltigere Ernährung in Niedersachsen.

©Alexander Raths - stock.adobe.com

DIE HANDLUNGSFELDER

GEMEINSCHAFTS VERPFLEGUNG

ERNÄHRUNGS BILDUNG

REGIONALITÄT & SAISONALITÄT

LEBENSMITTEL VERSCHWENDUNG

LEBENSMITTEL WERTSCHÄTZUNG

UNTERSTÜTZUNG DER UMSETZUNG

BEGRÜNDER
- Vorträge
- Statements

WEGWEISER
- Landingpage
- Datenbank
- Interviews

GASTGEBER
- Veranstaltungs-reihe
- Fachtagung
- Jahreskonferenz

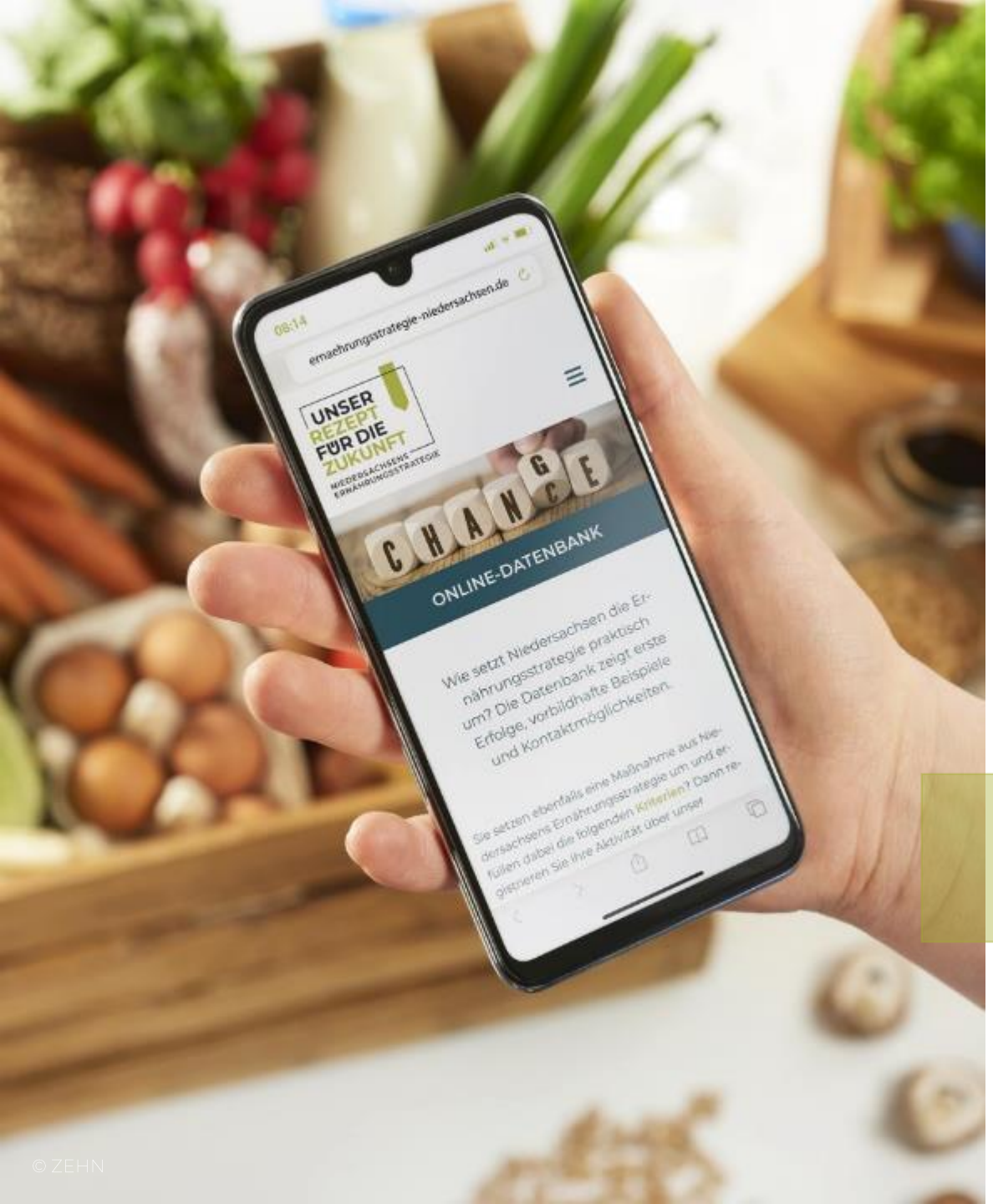
MOTIVATOR
- Netzwerkgespräche

ENTWICKLER
- Weiterentwicklung der Ernährungsstrategie

FÖRDERLOTSE
- Kommunikation über Fördermöglichkeiten und Beratungsstellen

VERBINDUNGSSTÜCK
- Ernährungsstrategie des Bundes
- Oldenburger Ernährungsstrategie

AKTIVER
- Klima-Label
- LeMiFair
- Weltbaustelle Ernährung



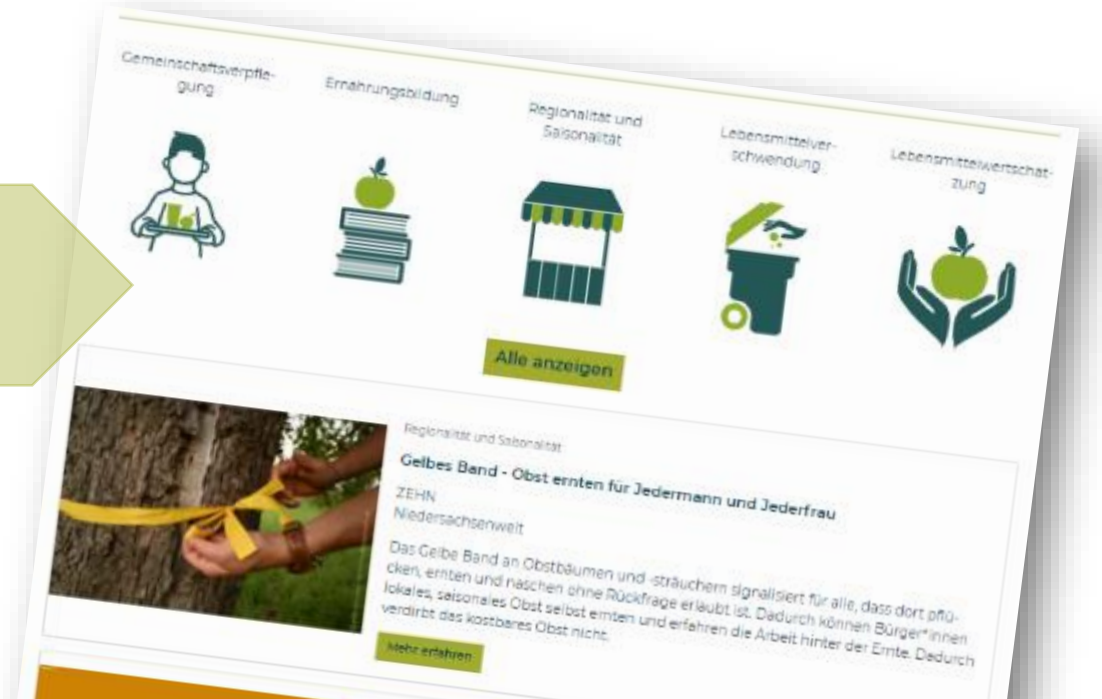
DATENBANK

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

ZEHN

- www.ernaehrungsstrategie-niedersachsen.de/datenbank
- Zeigt alle Aktivitäten, die Maßnahmen aus Niedersachsens Ernährungsstrategie umsetzen.
- Einträge werden über den monatlichen Newsletter und immer über die Social Media-Kanäle verbreitet.

88



© ZEHN

IM GESPRÄCH MIT…

Ernährung

Fairer Kaffee als Selbstverständnis – die Stadt Bad Bentheim zeigt wie Fairer Handel geht

„Dein Einkaufszettel ist deine Stimme." Auch Kommunen können dabei als Vorbild vorangehen. So hat die Stadt Bad Bentheim seit 2018 durch einen Ratsbeschluss verankert, dass nur noch Kaffee aus Fairem Handel für interne Sitzungen gekauft werden darf…

weiterlesen

Ernährung

Es geht auch anders! Veggie-Day als Erfolgsmodell

Was auch heute noch in Debatten über Bevormundung und Klimaschutz endet, ist seit 2012 in Göttingen ein wahres Erfolgsmodell: der Veggietag. Mittlerweile sind dort zahlreiche Kitas, Schulen, Kantinen, Restaurants und Einzelhandelsgeschäfte aufgesprungen, …

weiterlesen

Ernährung

Wo Politik, Gesellschaft und Verwaltung gemeinsam die Weichen Stellen – das „Göttinger Modell" der Kita- und Schulverpflegung

„Es wird gegessen, was…!" …auf den Tisch kommt? Nein, sondern was gesundheitsfördernd, regional, frisch und lecker ist. Zumindest in der Kita- und Schulverpflegung der Stadt Göttingen! Kommunen haben mit der Gestaltung des …

weiterlesen

TERMINE 2024:

- ✓ 07.03.2024
- ✓ 06.06.2024
- ✓ 29.08.2024 oder 05.09.2024

©usk75 - stock.adobe.com

ONLINE-VERANSTALTUNGSREIHE:

- ↗ **Ziele** der Veranstaltungsreihe
  - ↗ **Information**: ES bekannter machen
  - ↗ **Motivation**: Anreize für Umsetzung und Eintrag in Online-Datenbank schaffen
  - ↗ **Netzwerk**: ZEHN fördert Austausch in Niedersachsen
  - ↗ **Aktualität**: Aktuelle Erkenntnisse und Diskurse fördern

- ↗ **Zielgruppe**: Alle an der Umsetzung der Ernährungsstrategie Interessierten

VERNETZUNG DER ERNÄHRUNGSSTRATEGIEN

Ernährungsstrategie der Bundesregierung

↗ Mitarbeit an den Workshops „Ernährungsbildung“ und „Gemeinschaftsverpflegung“

Niedersachsens Ernährungsstrategie

↗ Unterstützung der Umsetzung

Oldenburger Ernährungsstrategie

↗ Mitarbeit an der AG „Regionale Wertschöpfung und Stadt-Land-Kooperation“

UNTERSTÜTZUNG DER UMSETZUNG

BEGRÜNDER
- Vorträge
- Statements

WEGWEISER
- Landingpage
- Datenbank
- Interviews

GASTGEBER
- Veranstaltungs-reihe
- Fachtagung
- Jahreskonferenz

MOTIVATOR
- Netzwerkgespräche

ENTWICKLER
- Weiterentwicklung der Ernährungsstrategie

FÖRDERLOTSE
- Kommunikation über Fördermöglichkeiten und Beratungsstellen

VERBINDUNGSSTÜCK
- Ernährungsstrategie des Bundes
- Oldenburger Ernährungsstrategie

AKTIVER
- Klima-Label
- LeMiFair
- Weltbaustelle Ernährung

AUSBLICK: WEITERENTWICKLUNG

- ↗ Neue Themen aus der Ernährungsstrategie in den Fokus rücken
- ↗ Handlungsfeldübergreifende Arbeit
- ↗ Weitere Zusammenarbeit mit Fachbeirat und betroffenen Zielgruppen

AUSBLICK: UMSETZUNG

- Strategische Partnerschaft mit LI FOOD
- Laufzeit: 01.01.2024 – 30.09.2024
- Thema: Verbraucheraufklärung zur Nutzung des Nutri-Scores

AUSBLICK: KOMMUNIKATION

- www.ernaehrungsstrategie-niedersachsen.de
- Erweiterung der Website
  - Magazin
  - Stimmen zur Ernährungsstrategie
  - Fördermöglichkeiten
  - Beratungsstellen

NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE MAGAZIN

WEBSITE

NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE
STIMMEN DER MITWIRKENDEN

Talke Gristede, ZEHN

Warum ist es wichtig, mit der Ernährungsstrategie zur Lebensmittelwertschätzung beizutragen?

Lunja Ernst und Magdalena Zimmermann, Landesverband Regionalbewegung Niedersachsen e. V.

Welchen Vorteil bringen regionale Wertschöpfungsketten für Niedersachsen?

Anne Korte-Polier, Katholisches Büro Niedersachsen

Warum ist es wichtig, dass die Ernährungsstrategie Akzeptanz und Vielfalt verkörpert?

Carolin Grieshop, Kompetenznetzwerk Ökolandbau Niedersachsen GmbH

Warum sollte ökologische Lebensmittel verstärkt in die Gemeinschaftsverpflegung eingebunden werden?

Judith Busch, Ernährungsrat Niedersachsen

Wie können die Ernährungsräte in Niedersachsen dazu beitragen, die Ernährungsstrategie umzusetzen?

Dr. Elke Strangmann, Rehabilitationszentrum Oldenburg GmbH

Warum ist es wichtig, dass sich die Ernährungsstrategie für eine gesundheitsfördernde Ernährung in (Reha-) Kliniken

WEBSITE

AUSBLICK: NEWSLETTER

NEWSLETTER ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

Monatlich alle News rund um die Ernährungsstrategie, Interviews, Fördermöglichkeiten, aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse.

Hier geht's zur Registrierung!

DANKE!

ZENTRUM FÜR ERNÄHRUNG UND HAUSWIRTSCHAFT NIEDERSACHSEN

Zentrum für Ernährung und Hauswirtschaft Niedersachsen (ZEHN)

Sedanstraße 4
26121 Oldenburg

T 0441 801-576
F 0441 801-570

info@zehn-niedersachsen.de
zehn-niedersachsen.de

Projektträger

Landwirtschaftskammer Niedersachsen

Gefördert durch

Niedersächsisches Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz

Bundeszentrum
für Ernährung

Aktuelles aus dem Bundeszentrum für Ernährung

Eva Zovko, Leiterin

Bild: Adobe, ©marylin_barbone

ROTER FADEN

- das BZfE

1. ganzheitlich gedachte Ernährungsbildung
2. dialogische Ernährungskommunikation
3. strategische Vernetzung

Bild: Adobe, ©Татьяна Прокопчук

BZfE

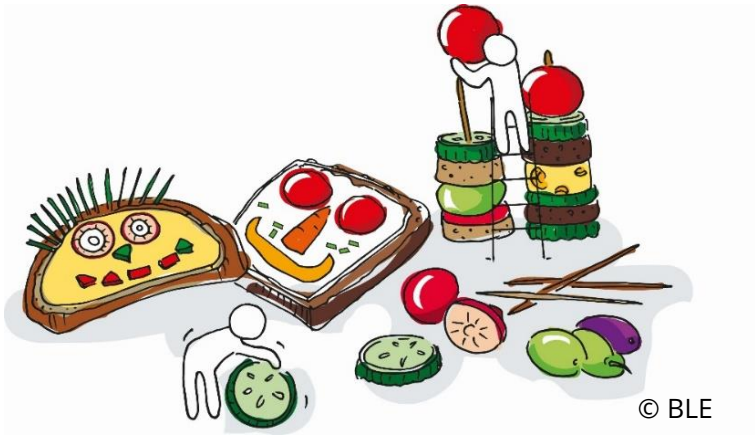
DAS BUNDESZENTRUM FÜR ERNÄHRUNG

Kommunikations- und Kompetenzzentrum für Ernährungsfragen

Bild: Adobe, ©Bartek

DAS BZFE

Aufgaben: Ernährungskommunikation, Netzwerkarbeit, Strategieumsetzung



Als Teil der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) **unterstützen und beraten** wir zudem das BMEL bei der Umsetzung ernährungspolitischer Schwerpunktthemen.

- ✓ Unser **Schwerpunkt** ist die Stärkung eines gesundheitsförderlichen, ressourcenschonenden, umwelt- und klimafreundlichen Lebensstils bei den Menschen in Deutschland.
- ✓ Unser **Anspruch** ist die verlässliche Information, neutral und wissenschaftlich fundiert.
- ✓ Unser **Weg** ist eine kreative Ernährungskommunikation, digital und dialogisch.
- ✓ Unser **Ziel** ist es, etwas zu bewegen und mit dem Bundeszentrum für Ernährung einen wirksamen Beitrag zur Transformation der Ernährung zu leisten – im Rahmen unserer Möglichkeiten und unserer Aufgabe.

BZfE

Nicht nur gesund, gut für Umwelt und Klima, sondern auch bunt, vielfältig und lecker – das ist unsere Vision für eine zukunftsfähige Ernährung, die letztlich allen zugänglich sein muss.

Bild: AdobeStock ©Jane Kelly

BZfE

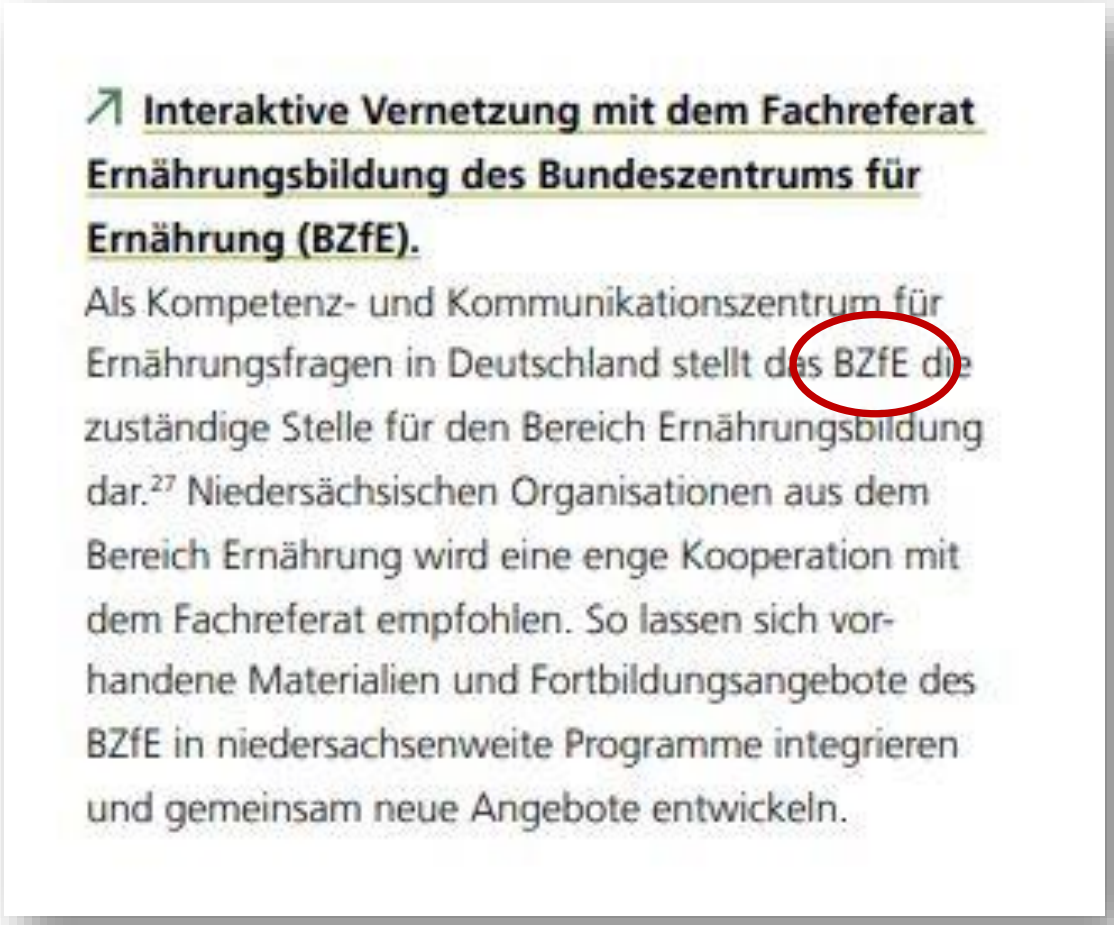
1. ERNÄHRUNGSBILDUNG

GANZHEITLICH GEDACHT

© BLE

ERNÄHRUNGSBILDUNG

Handlungsfeld in der Niedersächischen Ernährungsstrategie



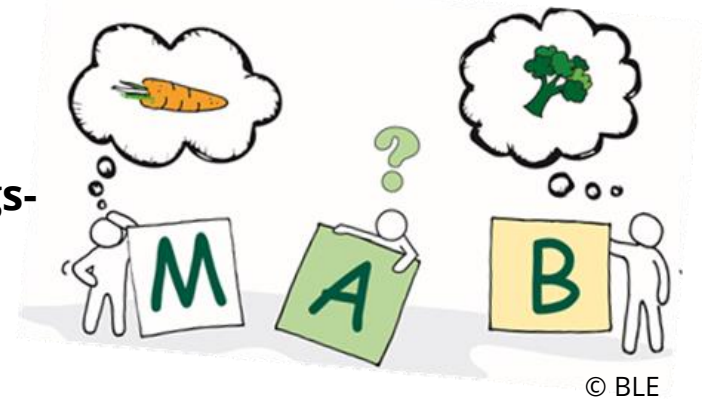
↗ **Interaktive Vernetzung mit dem Fachreferat Ernährungsbildung des Bundeszentrums für Ernährung (BZfE).**

Als Kompetenz- und Kommunikationszentrum für Ernährungsfragen in Deutschland stellt das BZfE die zuständige Stelle für den Bereich Ernährungsbildung dar.[27] Niedersächsischen Organisationen aus dem Bereich Ernährung wird eine enge Kooperation mit dem Fachreferat empfohlen. So lassen sich vorhandene Materialien und Fortbildungsangebote des BZfE in niedersachsenweite Programme integrieren und gemeinsam neue Angebote entwickeln.

GANZHEITLICH GEDACHTE ERNÄHRUNGSBILDUNG

Bildung ist der Schlüssel

Das BZfE setzt sich dafür ein, dass Ernährungs-bildung ganzheitlich gedacht wird:



© BLE

- ✓ Schulen und Kitas können ihre Prozesse, Strukturen und Rahmenbedingungen insgesamt so gestalten, dass **Ernährungskompetenz** entwickelt, eingeübt und gefördert werden kann.
- ✓ **Alle Personen** in den Institutionen *(Schüler:innen, Schulleitungen, Lehrkräfte, pädagogische Fachkräfte, nicht unterrichtendes Personal, Eltern/ Erziehungsberechtigte)* werden für ernährungskompetentes Handeln gestärkt.
- ✓ Ernährungskompetenz ist wichtiger Teil des **Leitbilds** einer Bildungseinrichtung sowie der Schul- und Kita-Entwicklung.
- ✓ **Wir unterstützen Verantwortliche dabei, Schulen und Kitas zu guten Ernährungsumgebungen umzugestalten.**

BZfE

ERNÄHRUNGSBILDUNG IM UNTERRICHT

Unterstützung durch das BZfE

Zur Stärkung von ernährungskompetentem Handeln gehört in Schulen natürlich auch Unterricht, der in gebotener Qualität Ernährungsbildung ermöglicht.

Hier unterstützt das BZfE mit erprobten **Materialien** und **Fortbildungen** für Lehrkräfte.

https://www.bzfe.de/bildung/

Themenübersicht unseres Fortbildungsangebots

Grundschule

Fortbildungen zum Ernährungsführerschein

Die Küche kommt ins Klassenzimmer

Das BZfE bietet kostenfreie Fortbildungen zum Ernährungsführerschein zur Umsetzung in der 3./4. Klasse an. **mehr...**

Fortbildung zum Feinschmeckerkurs

Schmecken mit allen Sinnen

Das BZfE bietet kostenfreie Fortbildungen zur Sinnesbildung in den ersten zwei Grundschulklassen an. **mehr...**

Weiterführende Schule

Fortbildung Bildung für nachhaltigeres Essen

Die Ernährung der Zukunft mitgestalten

Das BZfE bietet kostenfreie Fortbildungen zum Thema "Bildung für nachhaltigeres Essen" für interessierte Lehrer*innen aller Fächer und Stufen **mehr...**

Fortbildungen zu SchmExperten

Überzeugen Sie sich von zwei innovativen Konzepten

Das BZfE bietet kostenfreie Fortbildungen zu beiden SchmExperten-Materialien für (angehende) Lehrer*innen der Sekundarstufe I an. **mehr...**

Fortbildung Qualitätsfächer - Lebensmittelqualität beurteilen

Lernen Sie den Qualitätsfächer und seinen Einsatz im Unterricht kennen!

Das BZfE bietet kostenfrei[illegible]ldungen zum Qualitätsfächer für (angehende) L[illegible]der Sekundarstufe I an. **mehr...**

Fo[illegible]d Gemüse-

[illegible]alvielfalt für die Sekundarstufe I

[illegible]enfreie Fortbildungen zu „Obst- und Ge-[illegible]decken" für (angehende) Lehrer*innen der [illegible]ufe I an. **mehr...**

> 100/Jahr

Alle Fortbildungen werden fortlaufend evaluiert

https://www.bzfe.de/bildung/fortbildungen/

BZfE

Ausblick 2024
E-Learning zur Ernährungsbildung für Lehrpersonen

In Arbeit ist ein modular aufgebautes E-Learning Angebot aus multimedial aufbereiteten Web based Trainings, die

- fachwissenschaftliche Grundlagen zur Ernährungslehre,
- Hintergründe zu den ernährungsbezogenen Lernfeldern sowie
- methodisch, didaktische Prinzipien und Haltungen für eine zeitgemäße Ernährungsbildung vermitteln.

Das E-Learning Angebot richtet sich an Lehrpersonen, die ernährungsbezogene Fächer oder Inhalte in der Primar- und Sekundarstufe unterrichten oder unterrichten möchten.

BZfE

2. DIALOGISCHE ERNÄHRUNGS-KOMMUNIKATION

© BLE

#food

Facebook: 164 Mio. Beiträge
Instagram: 516 Mio. Beiträge
TikTok: 215 Mrd. Beiträge weltweit

Essen, Kochen und Ernährung ist mit 44 % der Themenbereich auf Social Media mit dem höchsten Interesse und hat immer mehr Einfluss auf Ess- und Lebensrealitäten.

Bild: AdobeStock ©Viktor_Kochetkov

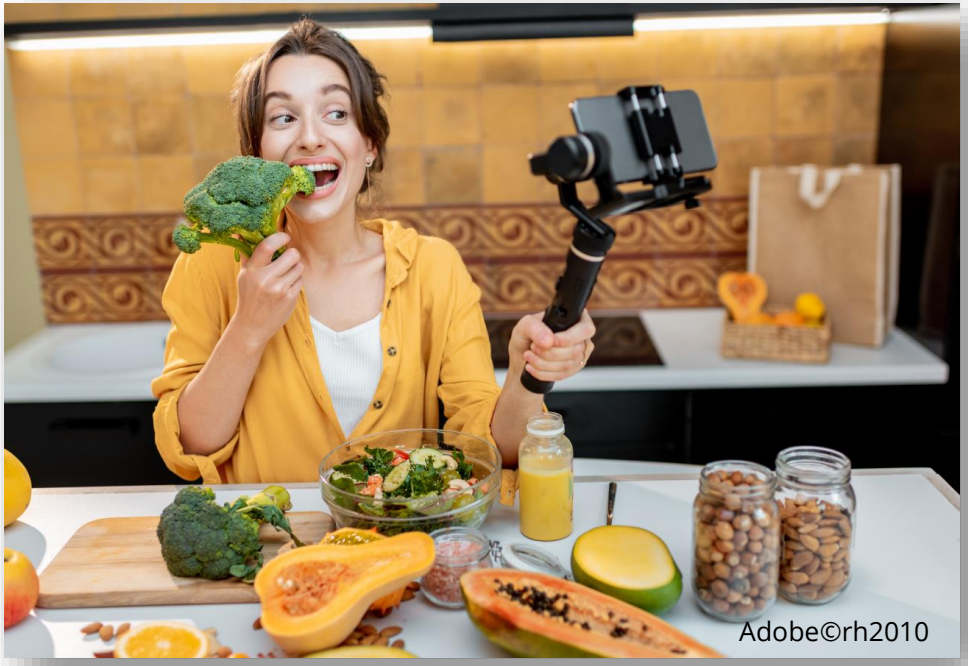
ERNÄHRUNGSKOMMUNIKATION

Über Ernährung wird soviel kommuniziert wie noch nie!

Früher: v. a. professionelle Akteure wie Institutionen, Ernährungsberater:innen, Unternehmen und Organisationen

Heute: alle reden alle mit. Jeder kann über die sozialen Kanäle seine Erfahrungen und Meinungen teilen. Suchmaschinen präsentieren in Bruchteilen von Sekunden Antworten auf jede denkbare Frage, nun kommt noch die künstliche Intelligenz wie ChatGPT hinzu....

Die institutionelle Ernährungs-kommunikation steht vor der Herausforderung den Anschluss nicht zu verlieren.
Dem müssen wir uns stellen!



Wer Social Media nutzt:

45 % der Bevölkerung
77 % der 16- bis 24-Jährigen
64 % der 25- bis 44-Jährigen

In absehbarer Zeit werden Soziale Medien oder andere Formen digitaler Medien die Hauptinformationsquelle der Gesellschaft sein.

Bild: AdobeStock ©REDPIXEL

ERNÄHRUNGSKOMMUNIKATION

Dialogisch und digital: weniger senden – mehr zuhören

Wer erfolgreich für eine Transformation unserer Ernährungssysteme kommunizieren möchte, muss mit den Menschen in den Dialog treten, nicht einfach nur Empfehlungen abgeben.

Wir müssen Fragen stellen, diskutieren und auch Anstöße bieten. Nur so können wir kommunikativ notwendige Verhaltensänderungen anregen.

Vor allem im digitalen Raum eignet sich, um Impulse gegeben und gesellschaftliche Resonanzen anzustoßen.
Und hier stehen die Türen offen für den Dialog.

Bild: AdobeStock ©Art_Photo

ERNÄHRUNGSKOMMUNIKATION

Gesellschaftlicher Bedarf

- **Fragen beantworten**, die die Verbraucher:innen bewegen und informieren nicht an den Bedürfnissen vorbei zu kommunizieren
- **Trends** und die Meinungen, Einstellungen und Werte der Verbraucherinnen und Verbraucher frühzeitig zu erkennen und darauf **adäquat zu reagieren**
- aus unserer „Wissenschafts-Bubble“ hinaus zu kommen und den Verbraucher:innen bei **Unsicherheiten** Antwort bieten
- den „**Fake news“** fundierte Informationen entgegen zu setzten und zwar im Dialog mit den Verbraucherinnen und Verbrauchern, d.h. den Diskurs in den sozialen Netzwerken aktiv mit zu gestalten
- **vulnerable** Zielgruppen erreichbar

Soziale Medien können grundsätzlich genutzt werden, um Verhaltens-änderungen zu begleiten und zu verstärken.

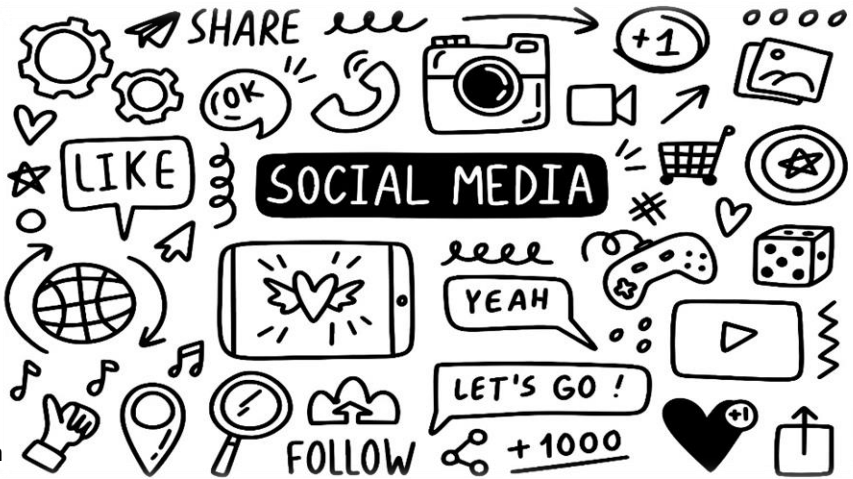


Bild: AdobeStock ©Yanka

ERNÄHRUNGSKOMMUNIKATION

Folgen Sie uns auf Social Media

NEU: Der BZfE **LinkedIn-Kanal**

Das BZfE in den Sozialen Medien

Auf Instagram

Was-wir-essen-Blog | Ernährung im Fokus | Gesund ins Leben

Auf YouTube

Bundeszentrum für Ernährung

Auf X

BZfE | Was-wir-essen-Blog | Ernährung im Fokus

Auf Facebook

BZfE

Neu: BZfE-Newsroom – zur Bündelung der Kommunikationsmaßnahmen

BZfE

ERNÄHRUNGSKOMMUNIKATION

Erfolgsfaktoren für mehr Wirksamkeit

I. Perspektivwechsel –
Ernährungskommunikation ist keine Einbahnstraße

II. Ansprache – Kommunikation braucht praktische Relevanz und Emotion

III. Ernährungsumgebung –
stimmig mit Ernährungskommunikation

Bild: AdobeStock ©karandaev

ERFOLGSFAKTOR PERSPEKTIVWECHSEL

Ernährungskommunikation ist keine Einbahnstraße

- Kommunikation erfolgt häufig aus der Sicht der Absender:innen.

- Menschen konstruieren ihre Realität auf der Grundlage ihrer Wahrnehmungen und Erfahrungen. Daher sollte der Fokus nicht nur das gerichtet sein, was wir kommunizieren, sondern insbesondere auf das, was die Adressaten wahrnehmen.

- **Es gilt zu erfahren, welche Einstellungen, Werten und Interpretationen die Menschen mit dem Thema Ernährung und Nachhaltigkeit verbinden.**

- Wir müssen weniger senden und mehr zuhören:
  Welchen Platz findet eine nachhaltige, stärker pflanzenbetonte Ernährung im Alltag der Menschen?“

Bild: AdobeStock ©Serghei_V

ERFOLGSFAKTOR ANSPRACHE

Worte sind mächtig

Essen fürs Klima

Wie klimafreundliche Ernährung auch ohne viel Verzicht gelingt

Von Julia Uehren (dpa)
Mi, 22. November 2023 um 20:39 Uhr
Gesundheit & Ernährung

BZ-Plus | **Wir müssen nicht vegan oder vegetarisch leben, um für den Klimaschutz zu futtern. Landen mehr Gemüse und weniger Fleisch auf dem Teller und weniger Essen in der Tonne, ist schon viel gewonnen.**

Klimaschutz

Klimafreundlich essen: weniger Fleisch, bio, regional & frisch

Etwa 20 Prozent der Treibhausgase werden in Deutschland im Bereich Ernä

Wir befinden uns unzweifelhaft in einem allmählich globalen Klimawandel, der inzwischen für jed Menschen wahrnehmbar ist. Als Maßnahmen zu Klimaschutz werden bisher vorwiegend technische Lösunge vorgeschlagen – erhöhte Energieeffizienz, regenerative Energie träger oder Wärmedämmung. Weniger populär sind Änderun gen unseres Mobilitäts- und Konsumverhaltens.
Kaum bekannt ist, dass auch unser täglich Brot – und insbe sondere unser täglich Fleisch – erheblich zur Klimabelastung bei trägt. Der Bereich Ernährung verbraucht nämlich rund 20 Pro zent der gesamten Energie in Deutschland (siehe Abbildung 1). Entsprechend ist dieser Bereich auch an den Emissionen betei ligt: Der Anteil der Ernährung am Gesamtausstoß von Treib hausgasen beträgt in Deutschland rund 20 Prozent. Etwas mehr als die Hälfte der ernährungsbedingten Emissionen stammt aus der Landwirtschaft, das meiste davon aus der Produktion tieri scher Nahrungsmittel (siehe Abbildung 2). Im Folgenden wer den Maßnahmen zur Reduzierung der Treibhausgasemissionen n Ernährungsbereich dargestellt, beginnend mit den wirkungs llsten (von Koerber et al., 2007)

Hohe Effizienz

Fleischersatz ist die beste Klimaschutzmaßnahme

Stahl- und Zementindustrie oder doch der Verkehrssektor: In welchen Bereichen lohnen sich Investition zum Klimaschutz besonders? Eine Antwort gibt nun ein neuer Bericht.

08.07.2022, 13.42 Uhr

BZfE

Das Wort „Verzicht“ weckt Assoziationen mit Entbehrung und Einschränkung.
Es entsteht ganz schnell das Gefühl, dass einem etwas Wichtiges genommen wird, was zu Frustration oder Unzufriedenheit führt.

ERFOLGSFAKTOR ANSPRACHE

praktische Relevanz und Emotion

Es gilt die Genussaspekte von Essen und Trinken hervorzuheben, anstatt Worte wie zum Beispiel „**Verzicht**“, „**Ersatz**“ oder „**Alternativen**“ zu wählen, die Reaktanz hervorrufen können.

Nachhaltige Ernährung muss aus der Verbots- und Verzichtsnarration herausgeholt werden.

Wir müssen Gräben überwinden und jenseits der üblichen „Bubbles“ Lust am Wandel entfachen – mit inspirierenden Beispielen entlang der gesamten Wertschöpfungskette, von engagierten Produzierenden bis hin zu kulinarisch begeisterten Verbraucher:innen.

Bild: AdobeStock ©Татьяна Прокопчук

Die pflanzenbetonte Zukunft ist verführerisch, lecker und vielfältig – das macht Spaß!

Bild: AdobeStock © Kosal

ERFOLGSFAKTOR ERNÄHRUNGSUMGEBUNGEN

Stimmig mit Ernährungskommunikation

Mehr Pflanze auf dem Teller ist einfach!

- Wer mehr Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte ausprobieren will, muss es einfach haben.
- Und damit das klappt, brauchen wir Ernährungsumgebungen, die gutes, gesundes und nachhaltiges Essen auch wirklich allen Menschen ermöglicht.
- Passen Kommunikation und Ernährungsumgebung nicht zusammen, wird der Erfolg ausbleiben – und das macht uns unglaubwürdig.

Unsere Kommunikationsangebote adressieren daher auch jene Personen, die Ernährungsumgebungen aktiv verändern und dauerhaft stärken können.

Bild: AdobeStock © Kristina_Korneva

3. STRATEGISCHE
VERNETZUNG

Bild: AdobeStock ©vegefox.com

STRATEGISCHE VERNETZUNG

Mehr als die Summe seiner Teile

Um den komplexen Anforderungen unserer Zeit zu begegnen, ist mein Anliegen

- eine **noch engere strategische Vernetzung** mit den Akteur:innen und im Ernährungsbereich sowie mit benachbarten relevanten Disziplinen und
- ein **intensiver Austausch** mit Institutionen, Verbänden, Medien, mit Vertreter:innen und Vertretern von Bund und Ländern, mit Wissenschaft und Praxis

zur Bündelung unserer Kompetenzen.

BZfE

Auf den Weg in eine nachhaltige Zukunft müssen wir uns gemeinsam machen.

Bild: AdobeStock ©StunningArt

ICH FREUE MICH AUFS VERNETZEN – VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT

Eva.Zovko@ble.de

www.linkedin.com/in/eva-zovko-87b106197/

Bild: AdobeStock © Nilima

Forschungsprojekt LeMiFair

Zwischenbericht mit Blick auf die Tafeln und das Gelbe Band

11. Dezember 2023

LeMifair

HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Jahreskonferenz Niedersachsens Ernährungsstrategie
01. Dezember 2023

Agenda

- Projektvorstellung LeMiFair
- Tafeln und Verteilung von Lebensmitteln
- Ernteprojekt „Gelbes Band“
- Ausblick

Lebensmittel fairteilen statt verschwenden

Projektvorstellung LeMiFair

Aktionsplan gegen Lebensmittelverschwendung und zur Stärkung der Tafeln

Ziel:

- Reduktion der Lebensmittelverschwendung & Erhöhung der Lebensmittelwertschätzung
  - Etablierung eines Netzwerks „Lebensmittelwertschätzung“
  - Schaffung einer wissenschaftlich validen Datenbasis zur Identifikation der relevanten ökologischen, sozialen und ökonomischen Potentiale entlang ausgewählter Wertschöpfungsketten mit besonderem Fokus auf die Einbindung sozialer Einrichtungen und lokalen/ regionalen Tafeln, Lieferdiensten etc.

Laufzeit: 01/2022 - 04/2024 (verlängert)

Fördermittelgeber:
Niedersächsisches Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (ML)

Überblick

Fragestellungen rund um das Themenfeld: Lebensmittelweitergabe

Lebensmittelweitergabe über Tafeln und ähnliche Organisationen

Fragestellungen rund um die Organisation der Lebensmittelweitergabe – Prozesse in den Tafeln:
Perspektiven – ökonomisch, ökologisch und sozial sowie juristisch

- Organisiert
- prozesshaft
- Wertschöpfungsketten-seitig
- vorrangig institutionell
- Haftungsverantwortung

Lebensmittelweitergabe über das „Gelbe Band“

Fragestellungen rund um die Organisation dieser Form der Lebensmittelweitergabe:
Wertschätzung, gesellschaftlich – sozial, Verarbeitungstechniken

- Selbstorganisiert
- zeitlich begrenzt
- ohne Vorketten
- vorrangig privat
- ohne rechtliche Haftungsfragen

Tafeln und Verteilung von Lebensmitteln

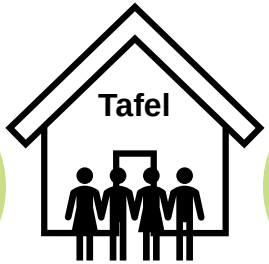
Ergebnissynthese aus den Tafelerhebungen

Interviews und Befragung

Kommunikation über die Aufgaben der Tafel
Behörden wecken teilweise falsche Erwartungen
Tafeln werden als Teil des staatlichen Sozialsystems verstanden

Herausfordernde Entwicklung auf Kund*innen-Seite

- Kund*innenzahl
- Kompetenzen
- Sprachbarriere



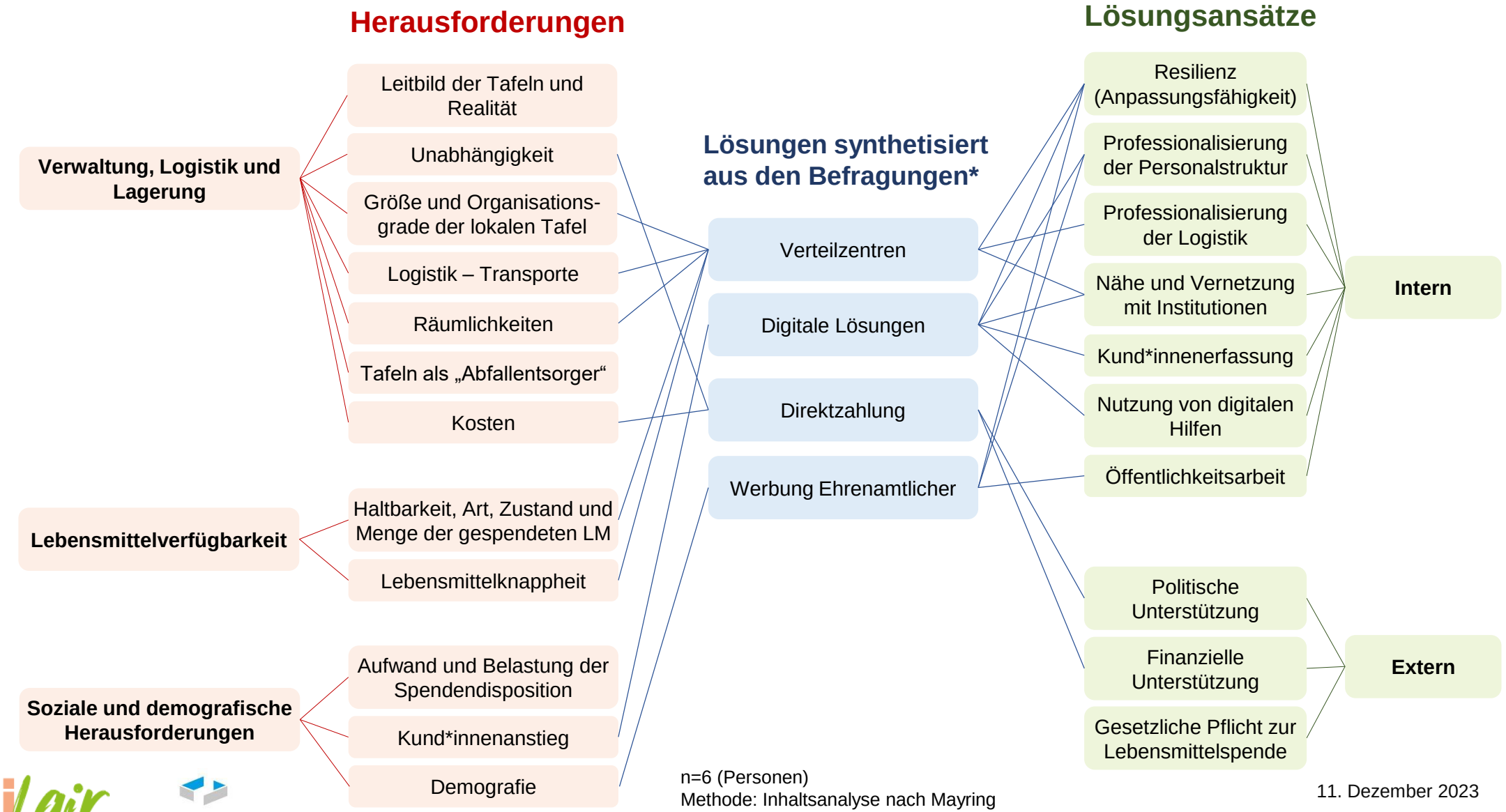
Herausfordernde Entwicklung auf Tafel-Seite

- Kund*innenzahl
- Kosten
- Rückläufige Spenden
- Gewinnung Ehrenamtlicher
- Konkurrenz

Psychische Belastung
(z. B. Überstunden, Erwartungs-haltung der Gesellschaft und der Kund*innen, Zwiespalt bei Abweisung)

Interviews (n=9); Befragung (n=27)
Methode: Inhaltsanalyse nach Mayring

Auswertung der Fokusgruppe im Februar 2023



n=6 (Personen)
Methode: Inhaltsanalyse nach Mayring
Umfang des empirischen Materials: 157 Minuten, 30.976 Wörter, 190.287 Zeichen
*Ergebnisse aus Interviews und Befragung

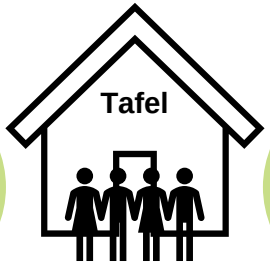
LeMifair
HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Ergebnissynthese aus den Tafelerhebungen

Kommunikation über die Aufgaben der Tafel
Behörden wecken teilweise falsche Erwartungen
Tafeln werden als Teil des staatlichen Sozialsystems verstanden

Herausfordernde Entwicklung auf Kund*innen-Seite

- Kund*innenzahl
- Kompetenzen
- Sprachbarriere



Herausfordernde Entwicklung auf Tafel-Seite

- Kund*innenzahl
- Kosten
- Rückläufige Spenden
- Gewinnung Ehrenamtlicher
- Konkurrenz

Psychische Belastung
(z. B. Überstunden, Erwartungshaltung der Gesellschaft und der Kund*innen, Zwiespalt bei Abweisung)

Interviews & Befragung

Lebensmittel fairteilen statt verschwenden

Mögliche Lösungsansätze

Verteilzentren	Digitale Lösungen	Direktzahlung	Werbung Ehrenamtlicher	Vernetzung	Sonstiges
• Professionalisierung der Logistik	• Nutzung von digitalen Hilfen • Kund*innenerfassung	• Direktzahlungen • Kontinuierliche Zahlungen, z. B. Mietzuschuss, Steuerentlastung	• Öffentlichkeitsarbeit • Professionalisierung der Personalstruktur	• Nähe und Vernetzung mit Institutionen • Zwischen Tafeln • Mit Lebensmittelspender*innen • Entlang der Wertschöpfungskette	• Politische Unterstützung • Resilienz • Gesetzliche Pflicht zur Lebensmittelspende wird eher kritisch gesehen

Fokusgruppe

LeMifair

HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Interviews (n=9); Befragung (n=27); Fokusgruppe (n=6) (Personen)
Methode: Inhaltsanalyse nach Mayring

Wissenschaftliche Veröffentlichungen

DGE-Kongress, dgh-Jahrestagung und GEWISOLA-Jahrestagung

Nichts zu verteilen?

Christina Lünenborg, Lynn Wagner, Sabine Bornkessel und Melanie Speck

Hintergrund und Fragestellung

Rund elf Millionen Tonnen Lebensmittel werden in Deutschland jährlich weggeworfen[1]. Gleichzeitig sind in Deutschland sind ca. 3 Mio. Menschen durch materielle Ernährungsarmut gefährdet[2]. Folgen sind armutsbedingte Fehl- und Mangelernährung sowie Hunger[3]. Die Tafeln retten in Deutschland etwa 265.000 Tonnen Lebensmittel jährlich und haben sich zum Ziel gesetzt, Lebensmittelverschwendung zu reduzieren und damit sozioökonomisch schlechter gestellte Haushalte zu unterstützen[4].

Aufgrund der Krisen der vergangenen Jahre sind die Kund*-Tafeln jedoch kontinuierlich gestiegen[4]. Ziel des Projekt Lebensmittel fairteilen statt verschwenden – ist es, die Wertsc zu analysieren sowie die Situation der Tafeln vor Ort abzubilde Wertschöpfungsketten wird ermittelt, welche Potentiale Produktionsstufen zur Versorgung der Tafeln besitzen, um s Lebensmittelverschwendung entgegenzuwirken.

Methodik und erste Ergebnisse

Problemzentrierte Interviews mit Tafelverantwortlichen (N=9)
Mai-Dezember 2022
Auswertung via qualitativer Inhaltsanalyse

Umfrage Mitgliederversammlung des Landesverbandes der Tafeln Niedersachsen und Bremen e.V. (N=27)
Dezember 2022
Numerische Auswertung

Fokusgruppendiskussion Tafeln Niedersachsen
Februar 2023
Auswertung via qualitativer Inhaltsanalyse

Analyse der Wertschöpfungsketten mittels Hot-Sp

Bei der **Hot Spot Analyse (HSA)** handelt es sich um quantitative Methodik der Lebenszyklusanalyse[5]. Das Hot Spot Analyse wird in der vorliegenden Ur angewendet, um innerhalb der Wertschöpfungs Lebensmitteln potentielle Schnittstellen für die Weit Lebensmitteln an soziale Einrichtungen wie die Tafeln z

Ausgewählte Wertschöpfungsketten

Milch und Milchprodukte

Obst und Gemüse (unverarbeitet)

Ergebnisse

Ergebnisse der Interviews

Herausfordernde Entwicklungen auf der Kund*innen-Seite
- Kund*innenanstieg von bis zu 100 %
- Kund*innen kennen Lebensmittel und deren Zubereitung nicht
- Sprachbarrieren

Tafel

Herausfordernde Entwicklungen auf T Seite
- Gestiegene Kosten: Energie und Kra
- Rückläufige Lebensmittel Spenden
- Gewinnung Ehrenamtlicher immer schwieriger
- Zusammenarbeit vs. Konkurrenz mi anderen Institutionen

Psychische Belastung
(z. B. Überstunden, Erwartungshaltung der Gesellschaft und der Kund*innen, Zwiespalt bei Abweisung)

Ergebnisse der Fokusgruppe (Februar 2023)– Lösungsansätze

Verbesserung der Infrastruktur	Vernetzung und Kommunikation	Gewinnung von Helfer:innen	Finanzielle Zuschüsse	Gesetzliche Regelungen	Aufklärung üb Tafel
• Verteilzentren	• Zwischen Tafeln • Mit Lebensmittel-spender:innen • Entlang der Wertschöpfungs-kette	• Durch Werbung	• Direktzahlungen • Kontinuierliche Zahlungen , z.B. Mietzuschuss, Steuerentlastung	• Gesetzliche Pflicht zur Lebensmittel-spende wird eher kritisch gesehen	• Information ü die Tafelarbei

Diskussion und Ausblick

Die Ergebnisse der Interviews sowie der Befragungen verdeutlichen, dass die Strukturen der Tafeln innerhalb Niedersachsens sehr heterogen sind. Es gibt keine standardisierten Abläufe, die auf alle Tafeln übertragbar wären. Jedoch stehen die Tafeln vielerorts vor den gleichen Herausforderungen. Hierzu gehören vor allem der anhaltende erhöhte Kund*innenandrang bei gleichzeitigem Rückgang der Lebensmittelspenden sowie die gestiegenen Kosten für Energie und Kraftstoff. Die überwiegend ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen der Tafeln sind darüber hinaus häufig psychischen Belastungen ausgesetzt.

Die aus dem Projekt abgeleiteten **Handlungsempfehlungen** zu der Tafelarbeit lauten unter anderem:
- Bisher ungenutzte Stufen der Wertschöpfungskette Lebensmittelspenden identifizieren und nutzen
- Unterstützung bei der Schaffung von Vernetzungsstruktur
- Finanzielle Unterstützung (z. B. in Form von Übernahme personelle oder infrastrukturelle Unterstützung)
- Projektbezogene Unterstützung, wie bei der Schaffu Logistikzentren zur Begleitung des Transformationsproze

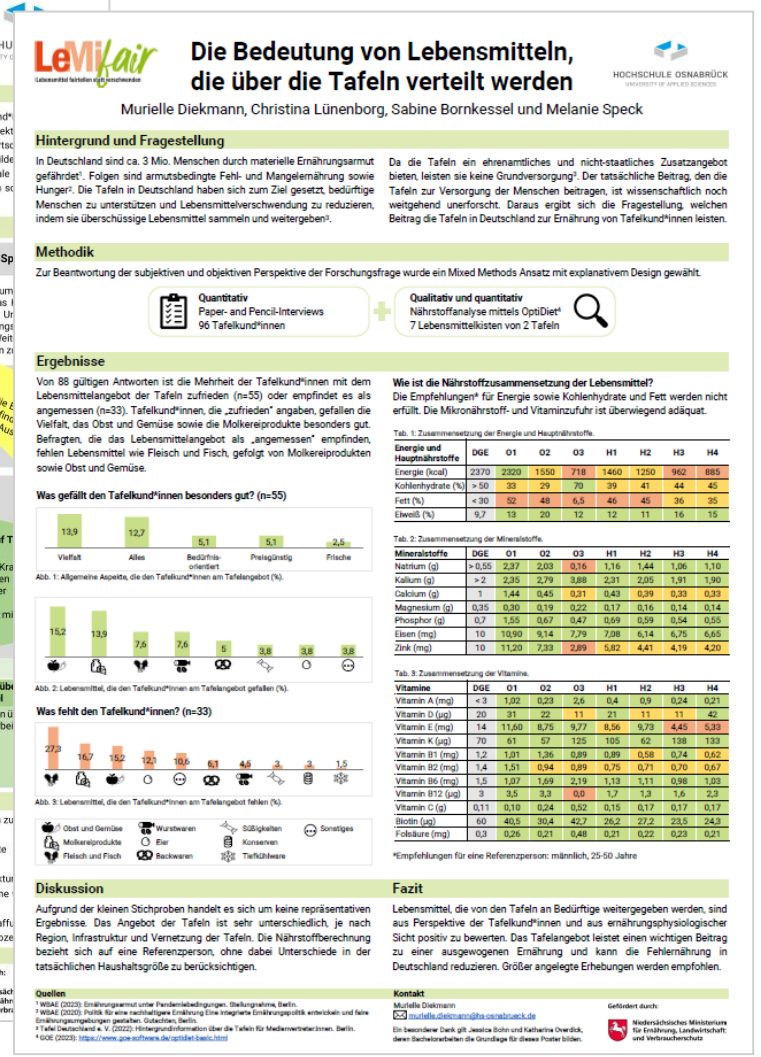
Quellen

[1] Statistisches Bundesamt (2022): Lebensmittelabfälle in Deutschland im Berichtsjahr 2020. Statistisches Bundesamt, Wiesbaden.
[2] WBAE (2020): Politik für eine nachhaltigere Ernährung. Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten. Gutachten, Berlin.
[3] Tafel Deutschland e. V. (2022): Helfen aus Menschlichkeit. Jahresbericht 2022, Berlin.
[4] Benga K, von Gelder J. (2010): Sustainable hot spot analysis: a streamlined life cycle assessment towards sustainable food chains, Wuppertal.

Kontakt

Christina Lünenborg
c.luenenborg@hs-osnabrueck.de

Gefördert durch:
Niedersächsisches Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz



Die Bedeutung von Lebensmitteln, die über die Tafeln verteilt werden

Murielle Diekmann, Christina Lünenborg, Sabine Bornkessel und Melanie Speck

Hintergrund und Fragestellung

In Deutschland sind ca. 3 Mio. Menschen durch materielle Ernährungsarmut gefährdet[1]. Folgen sind armutsbedingte Fehl- und Mangelernährung sowie Hunger[2]. Die Tafeln in Deutschland haben sich zum Ziel gesetzt, bedürftige Menschen zu unterstützen und Lebensmittelverschwendung zu reduzieren, indem sie überschüssige Lebensmittel sammeln und weitergeben[3].

Da die Tafeln ein ehrenamtliches und nicht-staatliches Zusatzangebot bieten, leisten sie keine Grundversorgung[3]. Der tatsächliche Beitrag, den die Tafeln zur Versorgung der Menschen beitragen, ist wissenschaftlich noch weitgehend unerforscht. Daraus ergibt sich die Fragestellung, welchen Beitrag die Tafeln in Deutschland zur Ernährung von Tafelkund*innen leisten.

Methodik

Zur Beantwortung der subjektiven und objektiven Perspektive der Forschungsfrage wurde ein Mixed Methods Ansatz mit explanativem Design gewählt.

Quantitativ
Paper- and Pencil-Interviews
96 Tafelkund*innen

Qualitativ und quantitativ
Nährstoffanalyse mittels OptiDiet[4]
7 Lebensmittelkisten von 2 Tafeln

Ergebnisse

Von 88 gültigen Antworten ist die Mehrheit der Tafelkund*innen mit dem Lebensmittelangebot der Tafeln zufrieden (n=55) oder empfindet es als angemessen (n=33). Tafelkund*innen, die „zufrieden" angaben, gefallen die Vielfalt, das Obst und Gemüse sowie die Molkereiprodukte besonders gut. Befragten, die das Lebensmittelangebot als „angemessen" empfinden, fehlen Lebensmittel wie Fleisch und Fisch, gefolgt von Molkereiprodukten sowie Obst und Gemüse.

Was gefällt den Tafelkund*innen besonders gut? (n=55)

Abb. 1: Allgemeine Aspekte, die den Tafelkund*innen am Tafelangebot (%).

Abb. 2: Lebensmittel, die den Tafelkund*innen am Tafelangebot gefallen (%).

Was fehlt den Tafelkund*innen? (n=33)

Abb. 3: Lebensmittel, die den Tafelkund*innen am Tafelangebot fehlen (%).

Obst und Gemüse
Molkereiprodukte
Fleisch und Fisch
Wurstwaren
Eier
Backwaren
Süßigkeiten
Konserven
Tiefkühlware
Sonstiges

Wie ist die Nährstoffzusammensetzung der Lebensmittel?
Die Empfehlungen* für Energie sowie Kohlenhydrate und Fett werden nicht erfüllt. Die Mikronährstoff- und Vitaminzufuhr ist überwiegend adäquat.

Tab. 1: Zusammensetzung der Energie und Hauptnährstoffe.

Energie und Hauptnährstoffe	DGE	O1	O2	O3	H1	H2	H3	H4
Energie (kcal)	2370	2320	1550	718	1460	1250	962	885
Kohlenhydrate (%)	> 50	33	29	70	39	41	44	45
Fett (%)	< 30	52	48	6,5	46	45	36	35
Eiweiß (%)	9,7	13	20	12	12	11	16	15

Tab. 2: Zusammensetzung der Mineralstoffe.

Mineralstoffe	DGE	O1	O2	O3	H1	H2	H3	H4
Natrium (g)	> 0,55	2,37	2,03	0,16	1,16	1,44	1,06	1,10
Kalium (g)	> 2	2,35	2,79	3,88	2,31	2,05	1,91	1,90
Calcium (g)	1	1,44	0,45	0,31	0,43	0,39	0,33	0,33
Magnesium (g)	0,35	0,30	0,19	0,22	0,17	0,16	0,14	0,14
Phosphor (g)	0,7	1,55	0,67	0,47	0,59	0,59	0,54	0,55
Eisen (mg)	10	10,90	9,14	7,79	7,08	6,14	6,75	6,65
Zink (mg)	10	11,20	7,33	2,89	5,82	4,41	4,19	4,20

Tab. 3: Zusammensetzung der Vitamine.

Vitamine	DGE	O1	O2	O3	H1	H2	H3	H4
Vitamin A (mg)	< 3	1,02	0,23	2,6	0,4	0,9	0,24	0,21
Vitamin D (µg)	20	31	22	11	21	11	11	42
Vitamin E (mg)	14	11,60	8,75	9,77	8,56	9,73	4,45	5,33
Vitamin K (µg)	70	61	57	125	105	62	138	133
Vitamin B1 (mg)	1,2	1,01	1,36	0,89	0,89	0,58	0,74	0,62
Vitamin B2 (mg)	1,4	1,51	0,94	0,89	0,75	0,71	0,70	0,67
Vitamin B6 (mg)	1,5	1,07	1,69	2,19	1,13	1,11	0,98	1,03
Vitamin B12 (µg)	3	3,5	3,3	0,0	1,7	1,3	1,6	2,3
Vitamin C (g)	0,11	0,10	0,24	0,52	0,15	0,17	0,17	0,17
Biotin (µg)	60	40,5	30,4	42,7	26,2	27,2	23,5	24,3
Folsäure (mg)	0,3	0,26	0,21	0,48	0,21	0,22	0,23	0,21

*Empfehlungen für eine Referenzperson: männlich, 25-50 Jahre

Diskussion

Aufgrund der kleinen Stichproben handelt es sich um keine repräsentativen Ergebnisse. Das Angebot der Tafeln ist sehr unterschiedlich, je nach Region, Infrastruktur und Vernetzung der Tafeln. Die Nährstoffberechnung bezieht sich auf eine Referenzperson, ohne dabei Unterschiede in der tatsächlichen Haushaltsgröße zu berücksichtigen.

Fazit

Lebensmittel, die von den Tafeln an Bedürftige weitergegeben werden, sind aus Perspektive der Tafelkund*innen und aus ernährungsphysiologischer Sicht positiv zu bewerten. Das Tafelangebot leistet einen wichtigen Beitrag zu einer ausgewogenen Ernährung und kann die Fehlernährung in Deutschland reduzieren. Größer angelegte Erhebungen werden empfohlen.

Quellen

[1] WBAE (2023): Ernährungsarmut unter Pandemiebedingungen. Stellungnahme, Berlin.
[2] WBAE (2020): Politik für eine nachhaltigere Ernährung. Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten. Gutachten, Berlin.
[3] Tafel Deutschland e. V. (2022): Hintergrundinformation über die Tafeln für Medienvertreter:innen. Berlin.
[4] GOE (2023): https://www.goe-software.de/optidiet-basic.html

Kontakt

Murielle Diekmann
murielle.diekmann@hs-osnabrueck.de

Ein besonderer Dank gilt Jessica Bohn und Katharina Owerdick, deren Bachelorarbeiten die Grundlage für dieses Poster bilden.

Gefördert durch:
Niedersächsisches Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz

Tafelerhebungen – Zwischenfazit

Herausforderungen

- Die Tafeln in Niedersachsen weisen **heterogene Strukturen** auf, stehen aber vor **gleichen Herausforderungen**
- **Handlungsempfehlungen** zur Unterstützung der Tafelarbeit sind erforderlich und werden aktuell im Projekt LeMiFair formuliert

Lösungsansätze

- Mögliche **Lösungen** können **intern und extern** ansetzen
- Zur Umsetzung der Lösungsansätze ist **strukturelle, personelle und finanzielle Unterstützung** erforderlich

Ergebnisse 1. Runder Tisch im Mai 2023

n=11 (Personen)
Methode: Inhaltsanalyse nach Mayring
Umfang des empirischen Materials: 129 Minuten, 20.496 Wörter, 126.729 Zeichen

Erste Ergebnisse 2. Runder Tisch im Oktober 2023

Rechtliche Hürden

Fokus der Diskussion

Haftungsfragen

Umgang mit MHD und Deklaration

Systematik der Lebensmittelweitergabe

Kein Spielraum bei Gesundheitsgefährdung

Verbrauchsdatum

Allergene

Falsch etikettierter Ware (Gesundheitsgefährdung)

Handlungsbedarf

Privilegierung: Weitergabe ermöglichen, wenn keine Gesundheitsgefährdung vorliegt

- Falsch etikettierte Ware, wenn keine gewerbliche Nutzung vorgesehen ist
- Ware von Mischpaletten (Rückverfolgbarkeit)

Argumentationshilfe für Tafeln zur Gewinnung potenzieller Spender*innen (Stufenverantwortung)

Erstellung eines Gutachtens zur Erweiterung des juristischen Rahmens für Lebensmittelweitergabe

n=14 (Personen)
Methode: Inhaltsanalyse nach Mayring
Umfang des empirischen Materials: 118 Minuten, 20.477 Wörter, 130.393 Zeichen

Runde Tische – Zwischenfazit

Best Practice & Potenziale

- Auf fast allen Stufen der Wertschöpfungskette konnten **Best Practice** Beispiele beschrieben werden
- **Verbesserungspotenziale** wurden vor allem in den Bereichen Professionalisierung, Vernetzung und Kommunikation sowie rechtliche Hürden identifiziert

Rechtliche Aspekte

- Die reale Situation der Lebensmittelweitergabe deckt sich nicht unbedingt mit der juristischen Einschätzung der **Haftungsrisiken**
- **Aufklärung** über den bestehenden rechtlichen Rahmen für die Lebensmittelweitergabe kann zur Reduzierung von Lebensmittelverschwendung entlang der Wertschöpfungskette beitragen
- Mögliche **Systemveränderungen**, z. B. Privilegierung

Hot-Spot-Analyse – Zwischenergebnisse:

Obst und Gemüse

Logistik ist ein blinder Fleck
Lebensmitteleinzelhandel bietet aktuell hohes Potenzial für Lebensmittelweitergabe

Lebensmittel fairteilen statt verschwenden

	Ökologische Kategorien		Soziale Kategorien		Ökonomische Kategorien		
	Abfall-mengen	THG-Emissionen	Kom-munikation	Kooperation	Verwertung	Kosten	Organisation
Urproduktion	moderat Potenzial	geringes Potenzial	moderates Potenzial	hohes Potenzial	geringes Potenzial	hohes Potenzial	geringes Potenzial
Verarbeitung	moderates Potenzial	geringes Potenzial	moderates Potenzial	hohes Potenzial	geringes Potenzial	hohes Potenzial	moderates Potenzial
Logistik / Vertrieb	n.a.	n.a.	n.a.	n.a.	n.a.	n.a.	n.a.
Einzelhandel	hohes Potenzial	geringes Potenzial	hohes Potenzial	moderates Potenzial	moderates Potenzial	hohes Potenzial	moderates Potenzial
Außer-Haus-Verpfl.	moderates Potenzial	geringes Potenzial	hohes Potenzial	hohes Potenzial	moderates Potenzial	hohes Potenzial	geringes Potenzial

= hohes Potenzial für Lebensmittelweitergabe = moderates Potenzial = geringes Potenzial

LeMifair

HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Hot-Spot-Analyse - Zwischenergebnisse:

Milch und Molkereiprodukte

Lebensmittel fairteilen statt verschwenden

	Ökologische Kategorien		Soziale Kategorien		Ökonomische Kategorien		
	Abfall-mengen	THG-Emissionen	Kom-munikation	Kooperation	Verwertung	Kosten	Organisation
Urproduktion	geringes Potenzial	hohes Potenzial	moderates Potenzial	hohes Potenzial	geringes Potenzial	hohes Potenzial	n.a.
Verarbeitung	moderates Potenzial	hohes Potenzial	moderates Potenzial	hohes Potenzial	geringes Potenzial	hohes Potenzial	moderates Potenzial
Logistik / Vertrieb	n.a.	n.a.	n.a.	n.a.	n.a.	n.a.	n.a.
Einzelhandel	hohes Potenzial	hohes Potenzial	hohes Potenzial	moderates Potenzial	moderates Potenzial	hohes Potenzial	moderates Potenzial
Außer-Haus-Verpfl.	moderates Potenzial	hohes Potenzial	hohes Potenzial	hohes Potenzial	moderates Potenzial	hohes Potenzial	geringes Potenzial

= hohes Potenzial für Lebensmittelweitergabe = moderates Potenzial = geringes Potenzial

LeMifair

HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Hot-Spot-Analyse – Zwischenfazit

Potenziale

- **Spendenpotenzial im LEH am größten** aufgrund langjährig eingespielter Prozesse
- Auf anderen Stufen sind bislang **Zwischenschritte** nötig, die u.a. personelle Ressourcen binden
  - Potenziale müssen erschlossen werden
  - Urproduktion, Verarbeitung, AHV als potenzielle Spender
    → Perspektivwechsel erforderlich
  - Unterschiedlicher geographischer Zugang zu neuen Spendergruppen

Ausblick

- Weiterer Forschungsbedarf auf den einzelnen Stufen der Wertschöpfungskette
- Welche Maßnahmen sind notwendig, um das Potenzial auf den anderen Stufen auszuschöpfen?

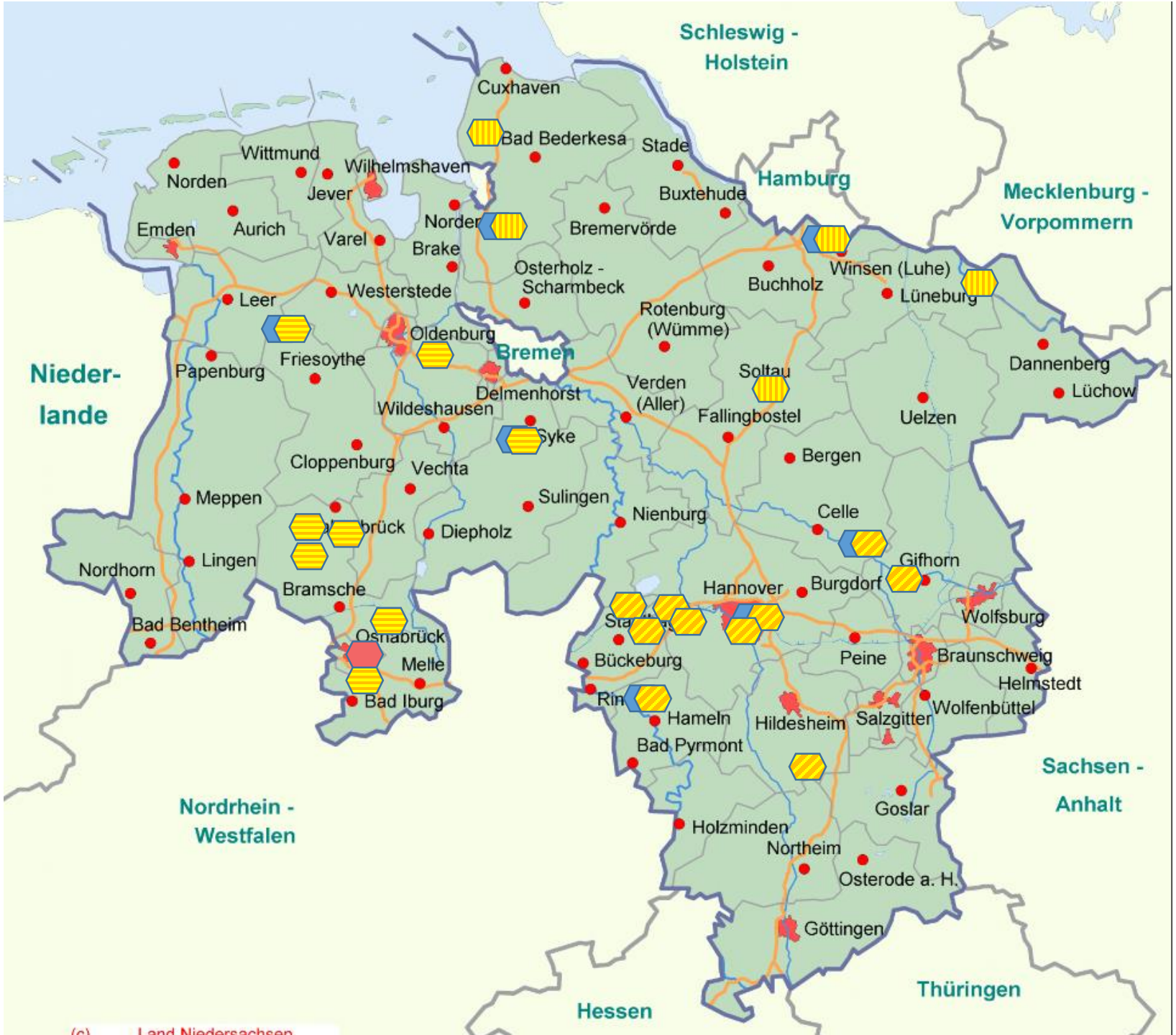
Ernteprojekt „Gelbes Band“

Zwischenergebnisse aus den Arbeitspaketen

Fokus: Ernteprojekt „Gelbes Band“ – Befragung der Obstbaumeigentümer*innen und der Selbstpflücker*innen

Lebensmittel fairteilen statt verschwenden

- 7 Experteninterviews mit Obstbaumeigentümer*innen
- 23 (24) Befragungs-standorte, 20 Wiegestandorte
- 8 im ehemaligen Reg.-bezirk Weser-Ems
- 5 im ehemaligen Reg.-bezirk Lüneburg
- 10 in den ehemaligen Reg.-bezirken Hannover/Braunschweig
- 1 Fokusgruppe mit Landfrauen (Weser-Ems, Niedersachsen)



LeMifair

HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Expert*inneninterviews Obstbaumeigentümer*innen

Methode
Qualitative Expert*innen-Interviews

Befragungszeitraum
10. Januar 2023 bis
15. Februar 2023

Anzahl
n=7
(5 öffentlich, 2 privat)

Forschungsinteresse der leitfadengestützten Interviews:

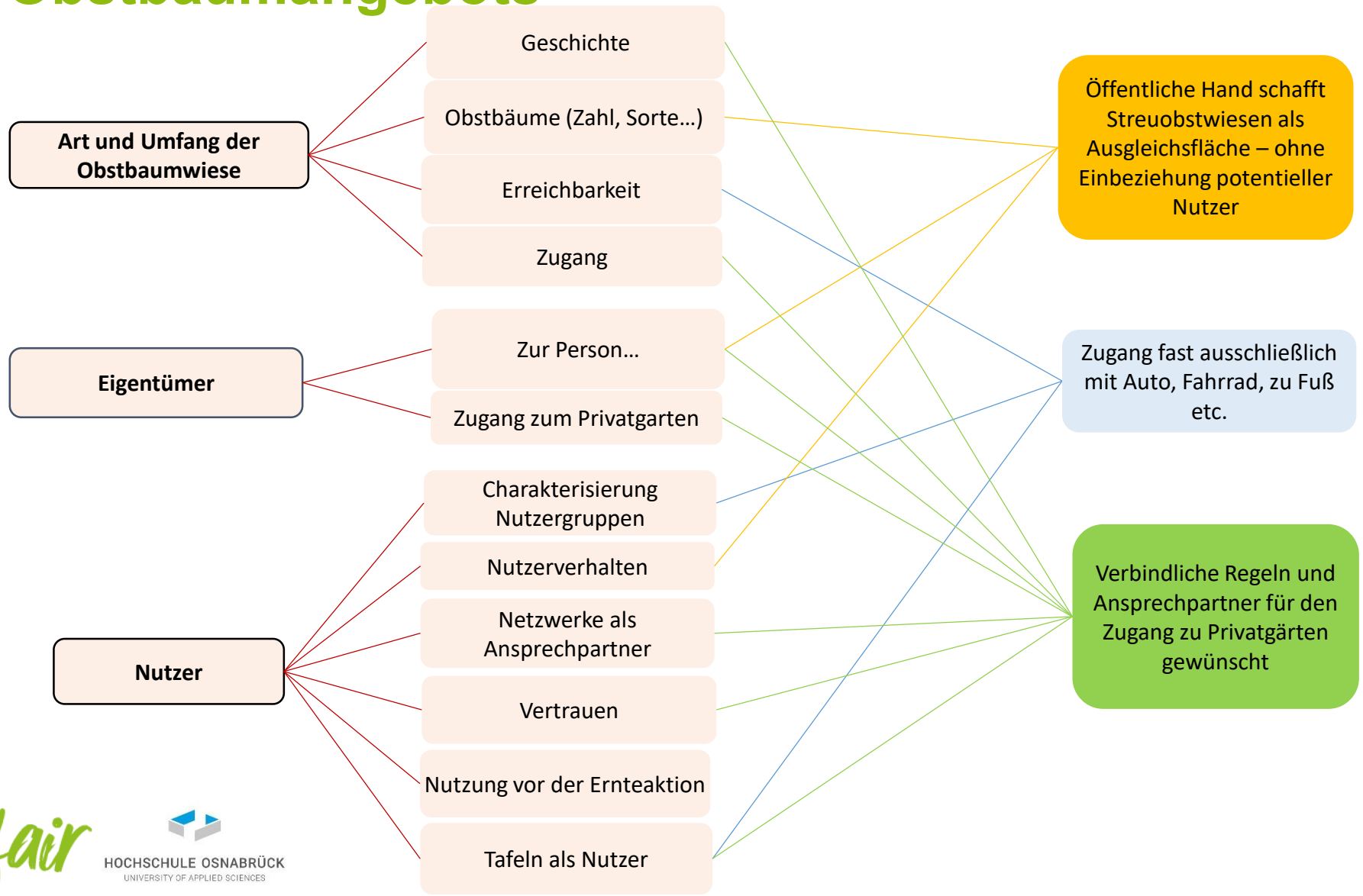
- Daten zu Umfang, Erreichbarkeit und Zustand des Obstbaumangebots
- Ernährungskompetenz (u.a. Möglichkeiten der Verwertung von selbst geerntetem Obst)
- Ansätze zur Förderung der Obsternte von Selbstpflücker*innen durch die Obstbaumeigentümer*innen

Gedanken der Obstbaumeigentümer*innen zum Angebot des Selbstpflückens

Hauptkategorien

- Vermeidung von Lebensmittelverschwendung
- Ernährungskompetenz
- Kommunikation
- Nachhaltiger Nutzen
- Nutzer
- Eigentümer
- Motivation
- Art und Umfang der Obstbaumwiese

Handlungsfelder zu „Umfang, Erreichbarkeit und Zustand des Obstbaumangebots“



Obstbaumeigentümer*innen zum Aspekt „Vermeidung von Lebensmittelverschwendung“

Obstbaumeigentümer*innen: ausgewählte Ergebnisse

- "Mir ist es wichtig zu sagen, ich möchte auch einer jungen Generation da das mitgeben und sagen, hey, ihr könnt einfach, die Kuh ist nicht lila, sondern die ist schwarzweiß oder braun und die Äpfel kommen nicht aus Südafrika, sondern ihr könnt die benutzen hier." (Öffentlich) Kategorie: **Beitrag zur Bewusstseinsbildung**

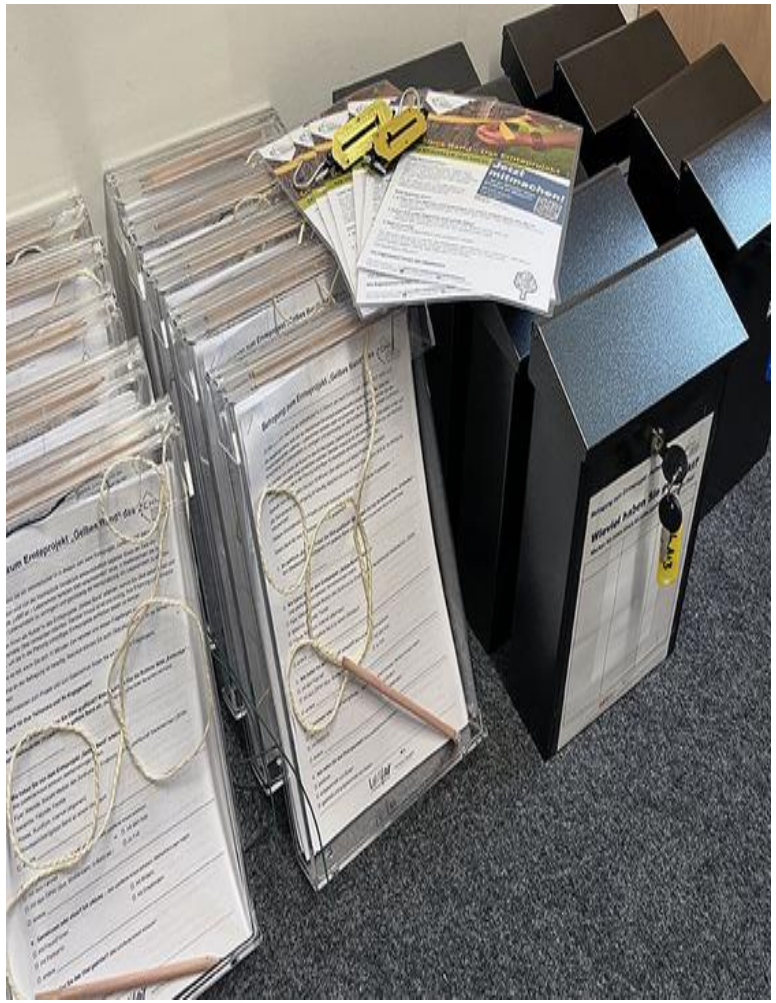
- "… wenn es da was gibt, dass man einfach weiß, was hat jetzt diese Umfrage ergeben, wie ist da die Resonanz gewesen? Wir sehen ja jetzt nur unseren eigenen Kosmos hier." (Öffentlich) Kategorie: **Netzwerke**

- "Wir haben in Celle eine Tafel, das ist natürlich ein bisschen weiter weg. Und die Leute, die da die Tafel nutzen, die sind halt auch / die werden sich nicht unbedingt auf das Fahrrad setzen und 15 Kilometer nach außerhalb fahren, um da die Obstbäume zu ernten." (Öffentlich) Kategorie: **Die Tafeln**

- "Die Tafel ist ja von uns gar nicht weit weg. Bloß man hört ja auch, die haben Personalmangel. Die können auch gerne kommen und können sich körbeweise das sammeln, können das mitnehmen. Aber ich befürchte mal, ich muss denen das sammeln, muss ihnen das vielleicht auch noch hinbringen, weil die es selber auch nicht leisten können, es abzuholen. Das wäre mir sonst auch recht...." (Privat) Kategorie: **Die Tafeln**

Befragung der Selbstpflücker*innen

- Fragebögen, Federwagen/ Wiegekarten
- Befragungszeitraum: Juli-Oktober 2023
- niedersachsenweit:
  24 Standorte ausgewählt
  (gewichtete Stichprobe)
  - verschiedene Arten und Sorten an Obst
  - öffentliche und private Flächen



Materialien an den Standorten für die Befragung

23 Standorte wurden installiert

- Rücklauf (aktuell):
  - 22 von 23 Standorten

759 Fragebögen eingesetzt

- Rücklauf (aktuell):
  - 103 schriftliche Fragebögen
  - 2 Online-Fragebögen
  - Rücklaufquote aktuell 13,8%

Was sagen die Selbstpflücker*innen?

Fragebögen:

- sozio-ökonomische Daten
- Motive der Teilnahme
- Erntemenge
- Lagerung, Haltbarmachung, Verarbeitung

➢ Aktueller Stand: Auswertung

Federwagen/ Wiegekarten:

- geerntete Obstmengen:
  Äpfel: 705 kg, Birnen 87,5 kg,
  gemischt: 52 kg

➢ **insgesamt: 844,5 kg gerettetes Obst**

Fokusgruppe mit Landfrauen (Weser-Ems, Niedersachsen)

- Befragungszeitraum: Oktober 2023
- Gesprächsleitfaden
- Teilnehmende: 8 Landfrauen (Selbstpflückerinnen)
- Themen:
  - Bedeutung von selbstgeerntetem Obst
  - Haltbarmachung, Verarbeitung
  - Lebensmittelverschwendung
  - hauswirtschaftliche Bildung in allgemein bildenden Schulen

➢ Aktueller Stand: in der Auswertung

Ausblick

- **Identifizierung weiterer Potenziale** für die Lebensmittelweitergabe, z. B. Primärproduktion, Logistik und Außer-Haus-Verpflegung
- **3. Runder Tisch** am 06.02.24 in Osnabrück

- **Auswertungen** der Expert*inneninterviews (Obstbaumeigentümer*innen), Fokusgruppe mit Landfrauen und quantitative Befragung der Selbstpflücker*innen

- **Veröffentlichungen**, z. B. Handlungsempfehlungen, Broschüre, Factsheets
- **Abschlusstagung** am 29.02.24 oder 01.03.24 in Hannover

DOKUMENTATION BARCAMP
01. DEZEMBER 2023

NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGS-STRATEGIE:

GET TOGETHER 2023

ZEHN
ZENTRUM FÜR ERNÄHRUNG UND HAUSWIRTSCHAFT NIEDERSACHSEN

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

BARCAMP 1

BECOMING BREASTFEEDING FRIENDLY – NIEDERSACHSEN WIRD STILLFREUNDLICH

Schwangerschaft und frühe Kindheit sind entscheidende Phasen mit einem starken Einfluss auf die Gesundheit von Mutter und Kind.
Wie können die Themen

- Ernährung in der Schwangerschaft
- Stillen und
- Kostaufbau im 1. Lebensjahr

besser in Niedersachsen integriert werden?

ANGEBOT VON:

- Sabine Scholz-de Wall
  Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V.

ERGEBNISSE BARCAMP 1:

Hemmnisse im öffentlichen Raum:

- Mangelnde Akzeptanz (z. B. zum Stillen in der Öffentlichkeit, Zeigen der Brust).
- Reaktionen (z. B. Abwehr / Abneigung oder gegenteilig starke Zuwendung / Nähe).

Hilfreich sind:

- Alltagsnahe, verständliche und evidenzbasierte Handlungsempfehlungen,
- die interprofessionell konsentiert sind,
- für alle zugänglich sind und
- einheitlich kommuniziert werden.
- Aufklärungsarbeit.
- Netzwerkarbeit.
- Größeres Angebot von Stillräumen bzw. als stillfreundlich gekennzeichnete Orte.

Siehe auch PDF-Dokument „Ergänzung Barcamp 1“.

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

BARCAMP 2

MENSEN ALS LERNORTE

Was muss passieren, damit Mensen zu Lernorten werden?

ANGEBOT VON:

- Diana Reif
  Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen

ERGEBNISSE BARCAMP 2:

Was muss passieren?

- Zusammenarbeit und Lösungsansätze für Caterer.
- Nachhaltigere Speisepläne einbinden (Wie wird der Speiseplan präsentiert?).
- Küchenpersonal muss als gleichwertiges Mitglied des Schulteams / der Schulgemeinschaft angesehen werden und dargestellt (Homepage) werden.
- Mensa als Lernort, um selbst Erfahrungen zu machen.
- Es muss mehr mit Schüler*innen an den Schulen gekocht werden.
- Schulen müssen Ganztag leben. Identifikation mit dem Thema in der Schule.
- Es muss qualifizierte Lehrkräfte (Ernährung, Hauswirtschaft) geben mit Lust am Thema.
- Kommunikation über Mahlzeiten muss von allen getragen werden (Schulleitung, Schulträger, Lehrkräfte, Eltern, Schüler*innen). Alle Akteur*innen sind relevant für die Umsetzung.
- Verpflichtende Umsetzung im Ganztagserlass, dass Schüler*innen sich mit Mensa / Schulessen auseinandersetzen müssen.
- Attraktive Gestaltung von Essumgebungen und der Darbietung des Angebots.
- Fachpersonal und Lust am Thema.
- Schüler*innen Angebote machen, um Neues / Anderes kennenzulernen, z. B. Probierstationen in den Pausen.
- Mensa als Ausstellungsraum.

- Ernährungscoach als Informant*in in Klassen / Schulen. Als Ansprechpartner*in in Mensa und Pausen präsent.
- Zusammenarbeit mit Außerschulischen Lernorten.
- Verpflichtende Inhalte an Seminartagen für FSJler*innen zum Thema Ernährungsbildung und Alltagskompetenzen. FSJler*innen begleiten Schüler*innen zum Essen in die Mensa. Angebote z. B. für Lehrkräfte und FSJler*innen über E-Learning des BZfE.

Wer kann Schulen unterstützen?

- Außerschulische Lernstandorte
- Landeselternrat
- E-Learning für pädagogische Kräfte / Schulen
- Angebote der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen (z. B. Klimagesunde Mensa).

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

BARCAMP 3

GENERATIONSÜBERGREIFENDE GEMEINSCHAFTSVERPFLEGUNG

Welche Möglichkeiten gibt es, generationsübergreifende Gemeinschaftsverpflegung in verschiedenen Settings umzusetzen (z. B. Mittagstische, Öffnen von Senioreneinrichtungen, gemeinsames Kochen im Quartier) und welche Good-Practice-Beispiele gibt es schon?

- Wo und wie können wir diese Maßnahme umsetzen?
- Welche weiteren Akteur*innen sind für die Umsetzung relevant?
- Welche Schritte können wie eingeleitet werden?

ANGEBOT VON:

- Céline Düzdag
  Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Vernetzungsstelle Seniorenernährung Niedersachsen

ERGEBNISSE BARCAMP 3:

Wo und wie können wir diese Maßnahme umsetzen?

- Gemeinsamer Mittagstisch „Jung & Alt“.
- Gespräche zum Thema „Gesundheit & Ernährung im Alter“.
- Nachbarschaftstreff Senior*innen.
- Generationsübergreifend arbeiten – Jung & Alt profitieren voneinander.
- Niedrigschwelliges Angebot schaffen (z. B. Suppen, Eintöpfe).
- Bestehende Räumlichkeiten nutzen (z. B. Uni-Mensa).
- Zugang erhöhen, Hemmschwellen senken.
- Bestehende Projekte verbinden (z. B. „Kochen mit Kindern“ mit Senior*innen verbinden → Schulungen für LandFrauen anbieten).
- Rechtliche Auflagen beachten.

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

BARCAMP 4

GLOBALE ERNÄHRUNG

Warum wird die globale Perspektive von Ernährung noch nicht so ausgiebig in Niedersachsen bespielt?
Wen bräuchte es dafür?

ANGEBOT VON:

- Natalia Spetter
  Verband Entwicklungspolitik Niedersachsen e. V., Projekt „Weltbaustelle Ernährung“

ERGEBNISSE BARCAMP 4:

Warum wird die globale Perspektive von Ernährung noch nicht so ausgiebig in Niedersachsen bespielt?

- Lokale Interessensgruppen nehmen Einfluss und halten an bestehenden Interessen und Strukturen fest. Dies kann dazu führen, dass innovative Ansätze und globale Perspektiven nicht ausreichend berücksichtigt werden.
- Einzelne fühlen sich möglicherweise nicht verantwortlich oder machtlos angesichts der globalen Herausforderungen in der Ernährungs- und Landwirtschaftsbranche. Dies könnte dazu führen, dass individuelle Bemühungen um Veränderung fehlen.
- Es besteht eine mangelnde Transparenz, insbesondere im Hinblick auf die globale Kreislaufwirtschaft. Ein fehlendes Verständnis der globalen Zusammenhänge erschwert möglicherweise die Umsetzung nachhaltiger Praktiken in der Landwirtschaft.
- Es fehlt an einem effektiven Austausch zwischen den relevanten Akteur*innen. Mangelnde Kommunikation und Zusammenarbeit können dazu führen, dass wichtige Informationen und innovative Ideen nicht ausreichend geteilt werden.
- Die politischen Rahmenbedingungen, insbesondere im Hinblick auf die Tierproduktion, können eine Rolle spielen. Gesetzliche Vorgaben und Regelungen können die Umsetzung globaler Perspektiven behindern.
    - Beispiel: Ausländisches Soja als Futtermittel.

- Weitere Anmerkungen betreffen die Schwierigkeiten im internationalen Handel sowie die potenziellen Auswirkungen von Export und Import auf die regionale Landwirtschaft und Ernährungssysteme. Es ist wichtig, diese Herausforderungen zu adressieren, um eine nachhaltigere und global orientierte Landwirtschaft in Niedersachsen zu fördern.

Wen bräuchte es dafür?

- Landwirt*innen
- Gastronom*innen
- Ernährungsräte
- Start-Ups
- TransFARMation (kostenlose Beratung für Landwirtschaftsbetriebe)
- Stakeholder aus der Region
- Faire Händler
- LandFrauen
- Faire Unternehmer
- Politiker*innen

Was bräuchte es dafür?

- (Gäste-) Kommunikation
- Aufklärung / Bildung der Zivilgesellschaft
- (Agrar-) Marketing
- Esskultur
- Lebensmittelwertschätzung
- Culinary Practices (Kenntnisse, Fähigkeiten, Zubereitung)

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

BARCAMP 5

FAIRE ERNÄHRUNGSUMGEBUNGEN REALISIEREN VOR DEM HINTERGRUND STEIGENDER ERNÄHRUNGSARMUT IN NIEDERSACHSEN

Was kann die DGE-Sektion Niedersachsen mit Euch dazu konkret tun?

- Wie kann es ermöglicht werden, vor dem Hintergrund eines engen Haushaltsbudgets (z. B. einer Familie, von Senior*innen, Studierenden, Auszubildenden, ...) sich saisonal und ausgewogen zu ernähren?
- Was trägt das Land Niedersachsen dazu bei?
- Was braucht es noch im Land dazu?

ANGEBOT VON:

- Dörthe Hennemann
  Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. – Sektion Niedersachsen

ERGEBNISSE BARCAMP 5:

Welche Schritte können wie eingeleitet werden?

- Fokus auf das Thema schärfen.
- Versteckten Hunger und Mangelernährung betrachten.
- Betroffene mit ihren Bedarfen und Bedürfnissen wahrnehmen.
- Definition festlegen.
- Forschung / Daten erheben.
- Kostenfreies Kita- und Schulessen, das nachhaltig optimiert und gesund ist. Basis: DGE-Qualitätsstandards.
- Schulungen für die Agentur für Arbeit anbieten (vgl. Angebot der DGE in Rheinland-Pfalz).
- Bündnisse schaffen (vgl. Bündnis gegen Ernährungsarmut in Hannover).
- Tafeln: Rahmenbedingungen verbessern (z. B. Zusatzkosten senken).
- In Quartiere gehen. Am Point of Sale konkrete Maßnahmen durchführen.
- Abbau von Bürokratie. Reduzierung von administrativen Hürden bei Antragsstellung.
- Mehrwertsteuer senken.
- Tarifverträge für alle schaffen.

- Ernährungskompetenz verbessern (z. B. Kenntnisse über Lagerung, Zubereitung, Verarbeitung).
- Vernetzungsstellen für Kita, Schule, Senioren fortführen mit Blick auf die Thematik.

Welche weiteren Akteur*innen sind für die Umsetzung relevant?

- Politische Vertretungen
- NGOs
- „Fachfremde Bereiche“ integrieren
- Expertise aus dem sozialen Bereich

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

BARCAMP 6

ERNTEPROJEKT „GELBES BAND“ IN DER KOMMUNE

Wie kann das Ernteprojekt „Gelbes Band“ in der Kommune erweitert werden?
Welche Möglichkeiten gibt es zur gemeinschaftlichen Nutzung von Streuobst?
Wie können Gemeinschaftsaktionen organisiert werden?

ANGEBOT VON:

- Linda Böhm
  MOIN! Der Ernährungsrat für Bremerhaven, das Cuxland und umzu

ERGEBNISSE BARCAMP 6:

Welche Schritte können wie eingeleitet werden?

- Wertschöpfung steigern.
- „Next step“ nach dem gemeinsamen Sammeln ist das gemeinsame Mosten.
- Mosterei / mobile Angebote sichtbar machen.
- Gute Beispiele sichtbar machen.
- Ergebnisse aus dem Projekt „LeMiFair“ nutzen. Dialoggruppe durchführen.
- Kommunikationswege (z. B. Newsletter) für Umfragen und Informationen nutzen (z. B. Wer hat was gemacht?, Wusstest du...).
- Öffentlichkeitsarbeit (z. B. Newsletter, Piktogramme, Austausch, Filme, Social Media, ...).
- Checklisten bereitstellen.
- Hürden benennen.
- Kommunale Gruppen ansprechen (z. B. Jugendgruppen, Fördervereine von Kita, Schule, Hort, ...).
- Regionale Akteur*innen ansprechen (z. B. LandFrauen, Landvolk, Landjugend).
- Kommunale Motivation herausstellen (z. B. „Eigenes Produkt“).
- Förderprogramme nutzen (z. B. LEADER).
- Anknüpfung an Schulobstprogramm (Finanzielle Unterstützung für Obst).

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

BARCAMP 7

ERNÄHRUNGSMEDIZIN

Wie wird das Thema „Ernährungsmedizin, -beratung, -therapie“ in der Ernährungsstrategie aufgegriffen?

ANGEBOT VON:

- TP Mai Nguyen
  Dakura

ERGEBNISSE BARCAMP 7:

- Ernährungsmedizin:
  - Spezialisierung oder Fortbildung möglich.
  - Ernährungswissenschaftler*innen, Ökotropholog*innen mit Weiterbildung, Ausbildung oder Studium zum/zur Diätassistent*in und Allergolog*in.
  - Viele mit selbstständiger Praxis und/oder angestellt in Kliniken.
  - **Problem:** Ernährungsfachkräfte sind oft unterbezahlt.
  - **Problem:** Während des Studiums nur ein geringer Teil der Vorlesungen.
  - **Problem:** Ernährungsmedizin nur als unterstützende Leistung (Hilfsmaßnahme) verschrieben an Patient*innen.
  - **Problem:** Hausärzt*innen und andere Mediziner*innen nehmen die Ernährungsmedizin nicht ernst und verschreiben selten Ernährungstherapie und -beratung.
  - **Problem:** Wenige Leistungen werden von den Krankenkassen übernommen, entsprechend kein Anreiz für Ärzt*innen zum Verschreiben, wenn nicht abgerechnet werden kann.

- Praxissysteme und Krankenhaussystem:
  - **Problem:** Zu viele verschiedene Systemanbieter, was zu erschwerter Kommunikation zwischen den verschiedenen Ärzt*innen und unterstützenden digitalen Anwendungen führt.
  - ePA nicht ausreichend für eine übergreifende Kommunikation.
  - Schnittstellen notwendig.

- Digitale Tools und Apps:
    - Viele Anbieter z. B. für Ernährungstagebücher, Kalorienzähler.
    - Werden sehr gern von Patient*innen genutzt, da sie einfach, handlich und modern sind.
    - **Problem:** Fehlende Übertragung von Informationen und Feedback an die Ernährungsmediziner*innen, dadurch sinkt das Vertrauen an die Apps.
    - **Problem:** Fehlende Schulung der medizinischen Fachkräfte.
    - **Gefahr:** Mehraufwand für die medizinischen Fachkräfte aufgrund fehlender Zusammenarbeit und Schnittstellen.

- Idealvorstellung:
    - Ärzt*innen aller Fachrichtungen wissen über die Relevanz von Ernährung für die Gesundheit der Patient*innen.
    - Ernährungsmedizin in Praxen und Kliniken finden Anerkennung und werden genügend angeboten.
    - Ernährungstherapie als vollwertige Behandlungsmethode anerkannt und umgesetzt.
    - Krankenkassen finanzieren die langfristigen Vorteile von Vorsorge, Versorgung und Nachsorge durch Ernährung.
    - Nutzung von digitalen Anwendungen zur Unterstützung der Arbeit der medizinischen Fachkräfte. Behandlung der Patient*innen ist kompatibel mit den Systemen.
    - Kommunikation zwischen digitalen Tools, Ärzt*innen und Ernährungsmediziner*innen verläuft Hand in Hand.
    - Datensicherheit ist gewährleistet.

- Fazit:
    - Relevanz von Ernährungsmedizin muss etabliert werden.
    - Abrechenbarkeit ist ein entscheidender Punkt.
    - Kompatibilität und Schnittstellen ermöglichen technische Unterstützung für Ärzt*innen und Patient*innen.
    - Nutzen von digitalen Tools und Apps muss klar sein.

Ernährung in der Schwangerschaft

Schwangere und junge Eltern brauchen leicht verständliche, alltagsnahe und unabhängige Informationen und die gemeinsame Unterstützung aller Akteur:innen, die engen Kontakt mit jungen Familien haben.

Je früher, desto besser

Schwangerschaft und frühe Kindheit sind entscheidende Phasen mit einem starken Einfluss auf die Gesundheit von Mutter und Kind – kurz-, mittel- und langfristig.

Rund um die Geburt eines Kindes haben Eltern viele Fragen. Dabei stoßen sie auf eine Flut an teils widersprüchlichen Informationen. Um Entscheidungen rund um die Gesundheit der Familie treffen zu können, brauchen Eltern verständliche, alltagsnahe und unabhängige Informationen.

Deshalb haben sich medizinische und wissenschaftliche Fachgesellschaften, Berufsverbände und Institutionen im bundesweiten Netzwerk Gesund ins Leben zusammengeschlossen.

Eine konstruktive und dauerhafte Zusammenarbeit zwischen allen, die im engen Kontakt zu Schwangeren und jungen Familien stehen, ist für die Förderung gesunder Lebensstile unerlässlich.

Das Netzwerk verfolgt dabei folgende Ziele:

- **Förderung eines gesunden Lebensstils** in der Schwangerschaft und den ersten drei Lebensjahren (mit den Schwerpunkten gesunde Ernährung, Bewegung und Allergievorbeugung)
- **Einheitliche, alltagsnahe und leicht verständliche Botschaften:** Abstimmung und Verbreitung von bundesweiten Handlungs-empfehlungen, die auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen basieren
- **Flächendeckende Kompetenz:** Schaffung eines bundesweiten Kommunikationsnetzwerks mit allen Akteuren aus dem Umfeld junger Familien.

Wie können diese Ziele in die Niedersächsische Ernährungsstrategie integriert werden?

Quellen

https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/schwangerschaft-und-baby/stillstrategie.html
https://www.gesund-ins-leben.de/netzwerk-gesund-ins-leben/warum-gibt-es-das-netzwerk/https://www.gesund-ins-leben.de/gesund-ins-leben-von-der-idee-bis-zur-umsetzung/
https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-fachkreise/handlungsempfehlungen/

Niedersachsen Bremen e. V.

aktionsbüro Gesundheit rund um die Geburt

Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung

Ernährung im 1. Lebensjahr

In den ersten 6 Lebensmonaten sollten gesunde Säuglinge laut übereinstimmenden Empfehlungen von WHO (World Health Organization), UNICEF (United Nations Children's Fund), EFSA (European Food Safety Authority) und BfR (Bundesinstitut für Risikobewertung) ausschließlich mit Muttermilch ernährt werden, denn Stillen ist bis zur Einführung von Beikost die beste Ernährungsform für Säuglinge. Als alternative Kostform für die ersten 6. Lebensmonate kommt laut der S-3-Leitlinie Allergieprävention für gesunde Säuglinge eine Pre-Nahrung in Frage, falls die Mutter nicht stillen möchte oder kann.

Die Frage, wie lange Säuglinge ausschließlich – das heißt ohne Zufütterung von Flüssigkeiten oder anderer Nahrung neben Muttermilch - gestillt werden sollten, steht in direktem Zusammenhang mit der Frage nach dem besten Zeitpunkt für die Einführung von Beikost, denn die der Beikostfütterung schließt sich - unter fortgesetztem Stillen - an die Phase des ausschließlichen Stillens an. Die Nationale Stillkommission hat im Jahr 2004 vor dem Hintergrund der Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation folgende Empfehlung zum ausschließlichen Stillen gegeben:

- **Ausschließliches Stillen in den ersten 6 Monaten** ist für die Mehrzahl der Säuglinge die ausreichende Ernährung.
- Beikost sollte – in Abhängigkeit vom Gedeihen und der Essfähigkeit des Kindes – nicht später als zu Beginn des 7. Lebensmonats und **keinesfalls vor dem Beginn des 5. Monats** gegeben werden.
- Beikosteinführung bedeutet nicht Abstillen, sondern die **Ergänzung des Stillens** durch angemessene feste **Nahrung bis zum Ende des ersten Lebensjahres und darüber hinaus**.
- Bei gestillten Säuglingen ist in der Phase des Übergangs vom ausschließlichen Stillen zur Beikostfütterung und auch danach **keine zusätzliche Gabe von anderen Milchprodukten** wie Säuglingsanfangs- oder Folgemilch notwendig.

Die WHO empfiehlt nach entsprechender Beikosteinführung eine **Gesamtstilldauer von bis zu 24 Monaten oder darüber hinaus**. Die Nationale Stillkommission gibt keine ausdrückliche Empfehlung, wann endgültig abgestillt werden sollte, weil sich für Deutschland hierzu keine wissenschaftlich begründete Basis finden lässt. Der endgültige Zeitpunkt zum Abstillen sollte nach Auffassung der Kommission eine individuelle Entscheidung sein, die gemeinsam von Mutter und Kind getroffen wird.

Bedeutung des Stillens für das Kind

Elien Rouw, Aleyd von Gartzen, Anke Weißenborn

„Stillen ist die natürliche und ideale Ernährungsweise für Säuglinge. Stillen ist aber mehr als Ernährung an der Brust der Mutter: Gestillte Kinder haben gegenüber nicht gestillten ein geringeres Risiko für die Entstehung von akuten und chronischen Erkrankungen. Sie leiden im Säuglings- und Kleinkindalter seltener an Infektionskrankheiten und haben ein geringeres SIDS-Risiko; sie werden später seltener übergewichtig und haben vermutlich auch ein geringeres Risiko für die Entstehung von Typ 2-Diabetes. Stillen wirkt sich sogar günstig auf die kognitive Entwicklung aus. Dafür verantwortlich sind sicher die komplexe Zusammensetzung der Muttermilch und das Zusammenwirken der darin enthaltenen Faktoren.

Es gibt aufgrund dieser Komplexität nach wie vor viele offene Fragen beim Versuch mechanistischer Erklärungen, und die Ursachenforschung muss deshalb weitergehen. Selbst wenn nach heutigem Stand des Wissens Stillen keinen präventiven Effekt auf Allergien oder kardiovaskuläre Erkrankungen hat, sind sich Expertengremien national und international einig, dass durch eine Steigerung der Stillraten und -dauer ein wesentlicher Beitrag zur Vermeidung von Erkrankungen beim Säugling und dadurch auch zur Senkung der Kosten im Gesundheitssystem geleistet werden kann. Damit wird deutlich, dass eine effektive Stillförderung eine sehr wichtige gesundheitspolitische Maßnahme darstellt." *Rouw, E., von Gartzen, A. & Weißenborn, A. Bedeutung des Stillens für das Kind. Bundesgesund-heitsblatt 61, 945-951 (2018)*

Quellen

https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding
https://www.who.int/publications/i/item/9789241597494
https://www.babyfreundlich.org/eltern/die-10-schritte
https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/-/babys-richtig-stillen-13-mythen/274088
https://register.awmf.org/assets/guidelines/061-016l_S3_Allergiepraevention_2022-11.pdf
https://www.bfr.bund.de/de/empfehlungen_zur_stilldauer__einfuehrung_von_beikost-54044.html#:~:text=Die%20Nationale%20Stillkommission%20hat%20im%20Jahr%202004%20vor,dem%20Beginn%20des%205.%20Monats%20gegeben%20werden.%20
https://register.awmf.org/assets/guidelines/061-016l_S3_Allergiepraevention_2022-11.pdf
https://doi.org/10.1007/s00103-018-2773-4

aktionsbüro Gesundheit rund um die Geburt

Niedersächsisches Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung

Die Nationale Strategie zur Stillförderung

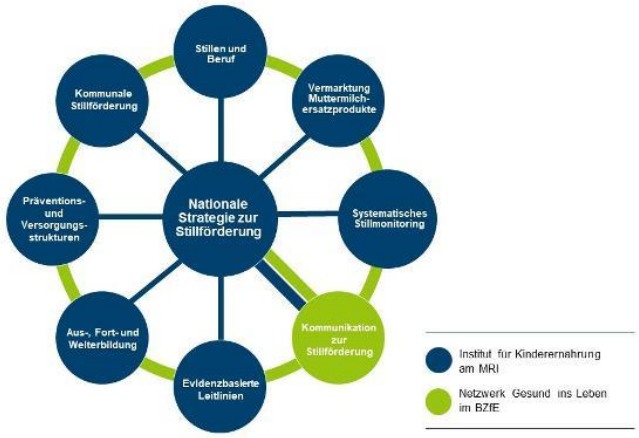
Stillen ist **die natürliche und optimale Ernährung** des Säuglings und **gut für die Gesundheit von Mutter und Kind**. Um Deutschland stillfreundlicher zu machen und die Stillförderung in Deutschland nachhaltig zu verbessern, hat das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) eine Nationale Strategie zur Stillförderung erarbeitet. Die bestehenden und bewährten Angebote werden mit neuen Maßnahmen verzahnt sowie die relevanten Akteurinnen und Akteure vernetzt.

Die **Stillstrategie soll die Stillfreundlichkeit in Deutschland verbessern** und die **Stillmotivation erhöhen**. Jede Frau soll nach individuellem Bedarf unterstützt werden. Dabei sollen insbesondere auch jene Frauen in den Blick genommen werden, die bislang seltener oder kürzer stillen. Verbesserte Rahmenbedingungen sollen das Stillen, egal in welcher Lebenssituation, ermöglichen. So soll eine höhere Still-Initiierungsquote und eine längere Stilldauer erreicht und die Akzeptanz der Öffentlichkeit gesteigert werden.

Becoming Breastfeeding Friendly

Das internationale Forschungsvorhaben "Becoming Breastfeeding Friendly" (BBF) hat von 2017 bis 2019 die Rahmenbedingungen des Stillens in Deutschland untersucht. Die systematische Bestandsaufnahme hat die Stärken und Schwächen der Stillförderung analysiert und ergeben, dass Deutschland bislang nur moderat stillfreundlich ist.

Entsprechend wurde die Erarbeitung einer Nationalen Strategie zur Stillförderung empfohlen. Das BMEL hat die Erarbeitung einer solchen Strategie initiiert. Auf Basis der Ergebnisse des BBF-Prozesses nimmt die Nationale Strategie zur Stillförderung sieben Strategiefelder in den Fokus:



© https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/schwangerschaft-und-baby/stillstrategie.html

- evidenzbasierte Leitlinien
- Aus-, Fort- und Weiterbildung
- Präventions- und Versorgungsstrukturen
- kommunale Stillförderung
- Stillen und Beruf
- Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten
- systematisches Stillmonitoring

Die Kommunikation zur Stillförderung ist eine Querschnittsaufgabe, die stark mit den Strategiefeldern verknüpft ist. Sie zielt darauf ab, die gesellschaftliche Akzeptanz des Stillen bevölkerungsweit zu erhöhen und das Wissen über die Bedeutung des Stillens insbesondere bei jenen Frauen zu steigern, die bislang seltener und kürzer stillen.

In einem Faktenblatt wurden die Ergebnisse und Empfehlungen aus dem internationalen Forschungsvorhaben „Becoming Breastfeeding Friendly" zusammengefasst. Die Nationale Strategie zur Stillförderung zeichnet in den einzelnen Strategiefeldern die Vision auf, wie die Rahmenbedingungen für das Stillen in Deutschland langfristig verbessert werden können und welche Schritte dafür zu ergreifen sind.

Quellen

https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/schwangerschaft-und-baby/stillstrategie.html
https://www.gesund-ins-leben.de/netzwerk-gesund-ins-leben/kommunikation-zur-stillfoerderung/becoming-breastfeeding-friendly/
https://www.gesund-ins-leben.de/fileadmin/resources/import/pdf/bbf_empfehlungen.pdf
https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/nationale-stillstrategie.html

GÄSTE-GALERIE
01. DEZEMBER 2023

NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGS-STRATEGIE:

GET TOGETHER 2023

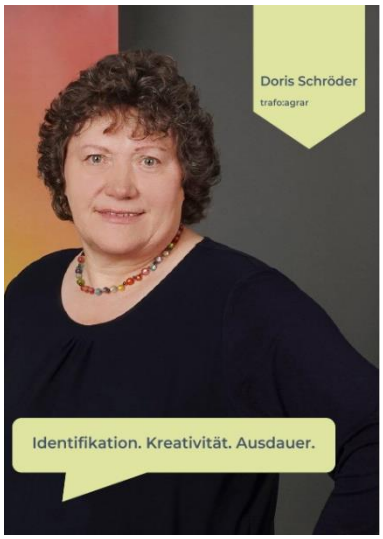
ZEHN
ZENTRUM FÜR ERNÄHRUNG UND HAUSWIRTSCHAFT NIEDERSACHSEN

NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE IST FÜR MICH...

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

FÜR DIE UMSETZUNG VON NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE BRAUCHT ES...

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE



DIE WICHTIGSTEN THEMEN IN NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE SIND MEINER MEINUNG NACH...

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

FÜR DAS 3. JAHR NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE WÜNSCHE ICH MEHR...

UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT
NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE