

DEBATTE

Ernährungswende

Nachhaltig produzierte Lebensmittel können Alltagskost werden

VON ULRIKE EBERLE, FREIBURG

Der Mensch isst, solange er ist. Doch was er da zu sich nimmt, ist nicht immer wirklich klar. Die Kunst besteht darin, zu unterscheiden – zwischen Lebensmitteln, die in erster Linie satt machen und solchen, die für Umwelt und Gesundheit langfristig gut sind. Ulrike Eberle, Wissenschaftlerin am Öko-Institut in Freiburg, plädiert für eine Ernährungswende. Umweltverträgliche und gesunde Ernährungsangebote, die man mit Appetit und gutem Gewissen verzehren kann, müssen ihrer Auffassung nach überall leicht erhältlich sein.

BSE, Acrylamid, Gammelfleisch, Fettleibigkeit: Ernährung hat sich in Deutschland zum gesellschaftlichen Dauerproblem entwickelt. In Industrienationen wie Deutschland stehen wir vor allem vor dem Problem, einen angemessenen Umgang mit dem vorhandenen Nahrungswohlstand zu finden. Weltweit dominiert hingegen immer noch die Frage, wie Nahrungssicherheit realisiert werden kann. Die Probleme sind vielfältig. Sie existieren hinsichtlich des Umgangs mit natürlichen Ressourcen, aber auch im Hinblick auf die Gesundheit der Menschen. Eine Ernährungswende scheint daher dringend notwendig. Sie zu gestalten, ist jedoch eine Herausforderung: Für Politik und Unternehmen ebenso wie für die Gesellschaft. Bisherige Lösungen greifen zu kurz, denn sie waren zumeist auf Einzelprobleme fokussiert und haben Zusammenhänge weitgehend vernachlässigt. So wurde beispielsweise jahrzehntelang darauf gesetzt, der Bevölkerung „beizubringen“, wie sie sich „richtig“ ernähren soll – ohne dabei zu berücksichtigen, was dies für die Gestaltung des Alltags bedeutet. Im Zentrum stand die physiologisch ausgewogene Ernährung, die Zusammensetzung von Mahlzeiten. Hingegen wurde die Frage nach der Einbettung von Ernährung in den Alltag, danach, wie eine ausgewogene Ernährung mit den zur Verfügung stehenden Mitteln an Zeit und Geld realisiert werden kann, zumeist gar nicht gestellt. Doch für die Umsetzung ist vor allem von Interesse, wo nachhaltige Ernährungsangebote erhältlich sind und wie eine nachhaltige Ernährung mit dem Alltag in Einklang gebracht werden kann. Denn dort ist der Wunsch nach Entlastung groß und darf nicht pauschal als Bequemlichkeit abgetan werden.

Nachhaltig. Bislang existiert kein Konsens darüber, wie eine nachhaltige Ernährung aussieht. Eine Ernährungswende kann allein dann erfolgreich sein, wenn sie von einer möglichst breiten gesellschaftlichen Basis getragen wird. Ansatzpunkte für eine Ernährungswende müssen daher dort gesucht werden, wo ein großes Veränderungspotenzial besteht, dort, wo im Hinblick auf nachhaltige Ernährung tatsächliche Verbesserungen erzielt werden können, dort, wo die gesamte Gesellschaft davon profitiert. Nachhaltige Ernährung ist mehr als nur „bio“. Nachhaltig ist Ernährung dann, wenn sie umweltverträglich und gesundheitsfördernd ist, und wenn Ernährungsangebote alltagsadäquat gestaltet sind und sozio-kulturelle Vielfalt ermöglichen.

Umweltbelastung. Die Bilanz der Treibhausgasemissionen durch Ernährung, die im Rahmen des Forschungsvorhabens „Ernährungswende“ erstellt wurde, zeigt: Über die Hälfte der Emissionen werden durch den Energieverbrauch für Raumwärme, Lebensmittellagerung und Mahlzeitenzubereitung verursacht, 45 Prozent durch die Lebensmittelproduktion einschließlich der Gütertransporte und knapp drei Prozent durch Einkaufsfahrten und Fahrten an Außer-Haus-Verzehrsorte. Absolut gesehen sind dies 4360 Kilogramm pro Haushalt. Weit verbreitete Mythen gilt es zu entschleiern: Etwa die Annahme, dass Gütertransporte von Lebensmitteln die Umweltbelastungen des Bedürfnisfelds Ernährung dominieren. Zwar ist der Anteil bei einigen Produkten durchaus erheblich – bei frischem Gemüse liegt er bei 15 Prozent –, an klimarelevanten Emissionen durch die Ernährung haben Lebensmitteltransporte jedoch nur einen Anteil von etwa drei Prozent. Einsparpotenziale liegen in der Zubereitung und Lagerung von Lebensmitteln im Haushalt und vor allem in einer Ökologisierung der Lebensmittelproduktion. Hier muss angesetzt werden, um Umweltentlastungen durch Ernährung langfristig zu senken. Derzeit liegt der Anteil der Emissionen, die auf Ernährung entfallen, bei rund 16 Prozent aller Treibhausgasemissionen in Deutschland. Zum Vergleich: Ernährung liegt damit in etwa in derselben Größenordnung wie „Mobilität“.

Ernährungsalltag. Die vielerorts kursierende Annahme, dass kaum noch zu Hause gegessen wird, gemeinsame Mahlzeiten an Bedeutung verlieren und die Deutschen zunehmend zu situativen Einzesserinnen und -essern werden, muss ins Reich der Mythen verwiesen werden. Eine Repräsentativuntersuchung zeigt: Trotz wachsender Bedeutung des Außer-Haus-Verzehrs findet der überwiegende Teil der Ernährung nach wie vor in den eigenen vier Wänden statt und auch der Wunsch nach gemeinsamen Mahlzeiten ist deutlich ausgeprägt. Gemeinschaftliche Mahlzeiten sind eng mit Vorstellungen des idealen und „schönen“ Essens verknüpft. Ideal ist ein Essen dann, wenn man nicht allein isst, sondern Menschen um sich hat: Eben ein Essen in Gemeinschaft.

Verantwortung. Bislang fehlt in Wirtschaft und Politik eine klare Orientierung an Nachhaltigkeit. Alle gesellschaftlichen Akteure müssen Verantwortung dafür übernehmen, dass eine nachhaltige Ernährung für alle Teile der Bevölkerung möglich ist. Eine Ernährungswende muss insbesondere am Bedürfnis der Konsumenten und Konsumentinnen nach Entlastung sowie an einer Öko-



Wenn der Magen knurrt, darf es auch schon einmal Fastfood sein – Hauptsache ökologisch produziert.

Foto: BilderBox

logisierung der Lebensmittelproduktion ansetzen. Ernährungspolitik und die Kommunikation über Ernährung müssen deutlich mehr als bisher an Vorsorge und Nachhaltigkeit ausgerichtet werden, und es gilt, die Verantwortungsübernahme der Akteure neu zu definieren. Soll eine Ernährungswende erfolgreich sein, ist es erforderlich, Kompetenzen zu stärken Nachhaltigkeitsqualitäten, wie bio, regional, fair, artgerecht, alltagsadäquat in Ernährungsangeboten zu bündeln und die Rahmenbedingungen so zu gestalten, dass sie nachhaltige Ernährung unterstützen.

Flächendeckend. Bislang mangelt es an einem flächendeckenden nachhaltigen Ernährungsangebot, denn für nachhaltige Ernährung ist mehr notwendig als nur ein gutes Angebot an Bio-Lebensmitteln. Gerade bei nachhaltigen Mahlzeiten außer Haus, an Orten, an denen sie benötigt werden, ist das Angebot bislang rar. In Zeiten immer flexiblerer Arbeitsalltage ist dies jedoch wesentlich: Zu wünschen wären Mittagstische mit einem gesunden, ökologischen Mahlzeitenangebot. Denn nachhaltige Ernährungsangebote müssen dort erhältlich sein, wo sie im Alltag benötigt werden: bei der Arbeit ebenso wie, in Schulen und Kindertagesstätten, in Krankenhäusern und Heimen, in Freizeiteinrichtungen, in der Gastronomie und im Lebensmittel-einzelhandel. Und sie müssen so präsentiert werden, dass sie für die Verbraucherinnen und Verbraucher auch als solche erkennbar sind – was vor allem in der Gastronomie heute kaum möglich ist. Die Einführung eines Nachhaltigkeitszeichens für Mahlzeiten könnte hier Abhilfe schaffen.

Orientierung. Es existiert eine Vielzahl an oft widersprüchlichen Ernährungsinformationen und -empfehlungen. Vorstellungen von einer „richtigen“ Ernährung werden in Leitbildern verbreitet. Doch Orientierung für nachhaltige Ernährung und Entlastung im Alltag bieten diese den Konsumenten und Konsumentinnen

nicht. Leitbilder müssen daher so gestaltet werden, dass sie Alltagsprobleme und -fragen der verschiedenen Bevölkerungsgruppen aufgreifen. Denn Bilder einer heilen Welt uneingeschränkter Genüsse sind ebenso wenig echte Orientierungshilfen wie Appelle an Vernunft und Verzicht. Die Leitbilder müssen Hilfestellung im Alltag bieten – wie auch die Informations- und Beratungsangebote.

Zusammenarbeit. Für eine Ernährungswende ist eine Zusammenarbeit verschiedener Politikbereiche wie Ernährung und Gesundheit, Umwelt und Wirtschaft, Familie, Soziales und Bildung ebenso wie eine Kooperation unterschiedlicher Wirtschafts- und gesellschaftlicher Akteure unabdingbar. Notwendig ist es zudem, unterstützende Strukturen beispielsweise über die Finanzierung von Netzwerken oder die Unterstützung der Professionalisierung von Schulakteuren zu nachhaltiger Ernährung aufzubauen.

Die Ergebnisse des vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten Forschungsvorhabens „Ernährungswende“ wurden als Buch veröffentlicht: Eberle, Ulrike; Hayn, Doris; Rehaag, Regine; Simshäuser, Ulla (Hg.): Ernährungswende. Eine Herausforderung für Politik, Unternehmen und Gesellschaft. München 2006, Oekom-Verlag, 210 Seiten, 29,80 Euro

ÜBER DIE AUTORIN



ULRIKE EBERLE, geboren 1968, ist seit 1994 als Wissenschaftlerin am Öko-Institut in Freiburg beschäftigt. 2001 promovierte sie über das Nachhaltigkeitszeichen, ein Instrument zur Umsetzung einer nachhaltigen Entwicklung. Ein Nachhaltigkeitszeichen soll den Konsumentinnen und Konsumenten in Zukunft als Orientierung beim Kauf dienen: Es kennzeichnet umwelt- und sozialverträgliche Produkte. Ulrike Eberles Arbeitsschwerpunkt ist nachhaltiger Konsum, insbesondere im Bereich Ernährung. Sie leitete das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderte Verbundforschungsvorhaben „Ernährungswende“.

Klicken statt tippen: Den Link finden Sie auch unter www.bwHEUTE.de

Öko-Institut: Projekt Ernährungswende
www.ernaehrungswende.de