

## Nachhaltigkeit in der Ernährung

### Online-Video-Kurse

Die Online-Video-Kurse „Nachhaltigkeit in der Ernährung“ thematisieren in 18 Lerneinheiten à 30–60 Minuten die regionalen und weltweiten Auswirkungen der Ernährung auf Umwelt, Wirtschaft, Gesellschaft, Gesundheit und Kultur. Die Zuschauer sollen durch die fast 13 Stunden Material befähigt werden, die Auswirkungen ihres persönlichen Ernährungsverhaltens sowie der globalen Ernährungssysteme kritisch zu hinterfragen. Zudem werden Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt. Die Inhalte entsprechen den „7 Grundsätzen für eine Nachhaltige Ernährung“ bzw. der Vollwert-Ernährung.

Die Videos ähneln einer Vorlesung: Zu sehen ist ein/e Dozent/Dozentin, der/die zu den im Hintergrund laufenden Präsentationen referiert. Zu jeder Einheit sind drei Lernziele sowie einige Kernaussagen formuliert. Vertiefungsaufgaben zur weiteren Auseinandersetzung, Literatur und Links runden die Einheiten ab. Die 9 Hauptthemen sind:

1. Nachhaltigkeit und globale Herausforderungen
2. Klimawandel und Welthunger
3. Bevorzugung pflanzlicher Lebensmittel
4. Ökologisch/nachhaltig erzeugte Lebensmittel
5. Regionale und saisonale Erzeugnisse
6. Bevorzugung gering verarbeiteter Lebensmittel

7. Fair gehandelte Lebensmittel
8. Ressourcenschonendes Haushalten
9. Genuss ohne Reue – praktische Umsetzung

Die Videos stammen vom Beratungsbüro für Ernährungsökologie unter Dr. Karl VON KOERBER und sind anerkannt als „affiliated project of the Sustainable Food Systems Programme“ der UN-Organisationen FAO und UNEP.

Zielgruppen sind Multiplikatoren im Bereich Ernährung, (Umwelt-) Bildung und Ernährungspolitik, aber auch interessierte Verbraucher. Die Kurse sollen die Teilnehmer befähigen, das erworbene Wissen zu nachhaltiger Ernährung in ihren Alltag und in ihre Berufspraxis zu integrieren. Zwar ist der Aufbau klassischer Frontalunterricht, was jedoch die fundierten und gut erklärten Inhalte nicht schmälert. Wünschenswert wäre, dass dieses so wichtige Thema visuell ansprechender aufbereitet und evtl. auch in verkürzter Form als Podcast zum Hören für unterwegs zur Verfügung gestellt wird. Den Kursen ist eine hohe Klickzahl zu wünschen!

Stella Glogowski, Pohlheim

- YouTube-Kanal „Nachhaltigkeit in der Ernährung“
- Foliensätze inkl. Literatur (kostenlos, zur privaten Nutzung):
- [www.nachhaltigeernaehrung.de](http://www.nachhaltigeernaehrung.de)

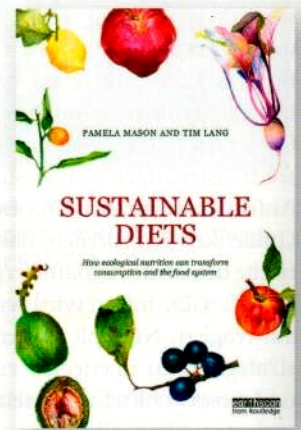
## Wie eine umweltgerechte Ernährung den Konsum und das Ernährungssystem verändern kann

Public Health Nutritionist Dr. Pamela MASON und Prof. Tim LANG vom Zentrum für Lebensmittelpolitik an der City University of London verdeutlichen in ihrer englischsprachigen Publikation „Sustainable diets. How ecological nutrition can transform consumption and the food system“ die dringende Notwendigkeit für nachhaltige Ernährung. Diese definieren sie als gesundheitsförderlich, umweltfreundlich, kulturell angepasst, gerecht und bezahlbar und beziehen auch die objektive und subjektive Lebensmittelqualität mit ein. Pflanzenbasiert, regional, saisonal und kulturell angepasst sollte eine nachhaltige Kost sein. Verringert werden müsste der Konsum von tierischen und verarbeiteten, zuckerreichen Produkten und das Aufkommen an Abfällen. Die Autoren untermauern dies mit zahlreichen Studienergebnissen und Daten aus der Literatur.

MASON und LANG konstatieren, dass Verbraucher trotz dieser Flut an Belegen derzeit kaum Unterstützung bei der Umstellung hin zu einer nachhaltigen Ernährung erhalten. Ihren Analysen zufolge versuchten lediglich Schweden, Deutschland, Brasilien und Katar, ihre Bevölkerung für eine nachhaltigere Ernährung zu sensibilisieren. Die Autoren fordern Regierungen, Unternehmen, Kommunen, aber auch die Zivilgesellschaft auf, sich an der von ihnen entwickelten 6-Punkte-Strategie zu orientieren. Diese sieht einen 20- bis 30-jährigen Wandel der Ernährungssysteme auf den Ebenen Lebensmittelqualität, Gesundheit, Umwelt, Kultur, Wirtschaft und Ernährungspoli-

tik vor. Ernährungswissenschaftler und -berater sehen die Autoren in der Pflicht, sich den Herausforderungen aktiv zu stellen, umweltorientierte Ratschläge auszuarbeiten und in ihre tägliche Arbeit (mit Verbrauchern) einzubinden.

Für an nachhaltiger Ernährung interessierte (junge) Wissenschaftler/-innen und in Ernährungs- und Unternehmenspolitik Eingebundene ist das Buch mit seinen über 300 Seiten ein reichhaltiger Fundus an Informationen, Studienergebnissen und weiterführenden Ideen zu nachhaltiger Ernährung und ihrer Umsetzung auf Systemebene.



Stella Glogowski, Pohlheim

Pamela Mason, Tim Lang:  
Sustainable diets. How ecological nutrition can transform consumption and the food system  
368 S., 39,49 € (Taschenbuch)  
Routledge, New York 2017

ISBN: 978-0-415-74472-5