

NEWS MAGAZIN BLOG REGIONAL UNTERNEHMEN SHOPPING

GALERIE FIT FÜRS LEBEN

Suchen



**BEWUSSTE ERNÄHRUNG**

# Deutschland hat seinen ersten Ernährungsrat



**Dieser eine kurze Moment treibt mich immer noch um. Ein Moment, in dem ich nicht weiß, ob ich lachen oder weinen soll. Ich stehe an der Supermarktkasse, lege Kohlrabi aufs Band, und der junge Kassierer fragt mich: Was ist das?**

**V**iele Kinder und junge Menschen wissen nicht mehr, wie Gemüse in seiner natürlichen Form aussieht. Wachsen Möhren an Bäumen? Und kommen Kartoffeln schon in der Plastikverpackung aus dem Boden? Ein Drittel der Ernährung in Deutschland findet außer Haus statt. Und die Inhouse-Ernährung besteht auch allzu oft aus Convenience Food, also Fertiggerichten. Gleichzeitig wächst bei den sehr bewussten Konsumenten die Gier nach Informationen. Was ist drin in meinem Essen, wo kommt es her? Fragen, die durch den globalen Lebensmittelhandel und demnächst vielleicht noch TTIP immer weniger zu beantworten sind. Und dann erfahre ich noch, dass das aktuelle System der industriellen Landwirtschaft für unseren Planeten gefährlicher ist als der Klimawandel. Wow! Hier der Link zur Studie.

Anzeige Angesichts all dieser Fakten ist die Zeit für Ernährungsräte in Deutschland überreif. Die Idee dafür kommt aus den USA und hat sich längst in einigen weiteren Ländern etabliert. Jetzt zieht Deutschland nach. Am 07. März 2016 wurde Deutschlands erster Ernährungsrat in Köln gegründet. Der zweite folgt schon bald in Berlin.

Einer der Haupt-Initiatoren ist Valentin Thurn, der berühmte Filmmemacher, der uns alle mit „Taste the waste“ und „10 Milliarden“ aufgerüttelt hat. „Taste the waste“ dokumentiert die unglaubliche Lebensmittelverschwendung. In „10 Milliarden“ geht es um die Frage, wie wir die zehn Milliarden Menschen, die



es 2050 auf der Welt geben wird, satt kriegen. Derzeit sind wir sieben Milliarden und einer von neun Menschen geht schon jetzt jeden Abend hungrig zu Bett.

Gemeinsam mit seinen engagierten Mitstreitern hat Valentin Thurn Leitkriterien für den Ernährungsrat entwickelt. Es soll, salopp gesprochen, drei Mal besser werden:

*NRWs Umweltminister Johannes Remmel fordert eine nachhaltige und bessere Ernährung für alle!*



Vorbild für weitere Ernährungsräte?

## Für die Bürger

- die Kölnerinnen und Kölner sollen sich mit Ernährung besser auskennen. Sie sollen künftig über das Wissen und die Möglichkeiten verfügen, gesunde, bezahlbare Lebensmittel zu kaufen oder selbst anzubauen, diese zuzubereiten und zu genießen.



Ziel ist die Aufklärung über eine bewusste Ernährung

## Konkrete Maßnahmen können sein:

- Kochkurse für Kinder und Eltern
- Kurse im Ackerbau - auf dem eigenen Balkon oder in gemieteten Gärten lässt sich wunderbar Selbstversorgung betreiben
- Aufklärungsveranstaltungen zum Thema: Was ist eigentlich gesundes Essen?

## Für die Landwirte

- die Landwirte in und um Köln herum leiden unter einem enormen Kostendruck. Die Dumpingpreise für Lebensmittel zerstören ihre Betriebe.

Die Verbraucher müssen bereit sein, mehr Geld für gutes Essen auszugeben. Wie kann das gehen? Transparenz und Aufklärung sind hier die Stichwörter.

## **Konkrete Maßnahmen können sein:**

- Imagekampagnen mit dem Ziel, zu zeigen wie die Landwirte arbeiten, was wirklich drin steckt in ihren Produkten und warum die aktuellen Preise vor diesem Hintergrund inakzeptabel sind.
- regionale Angebote in Gastronomie und Supermärkten ausbauen. Derzeit liegt der Anteil von regionalen Produkten in den Supermärkten bei 5 Prozent. Der Ernährungsrat will diesen Wert mindestens verdoppeln.

## **Für die Welt**

- indem überall auf der Welt - und jetzt eben auch in Deutschland - Ernährungsräte entstehen, wird das derzeitige System der industriellen Produktion immer mehr in Frage gestellt. Und so wird die Frage lauter: Welche Art der Produktion können wir diesem Planeten zumuten?

Um am gesamten System etwas ändern zu können, braucht es Unterstützer für die Idee der Ernährungsräte, die am Ende auch wirklich Entscheidungen treffen können. NRWs Umweltminister Johannes Remmel ist einer dieser Unterstützer. Er hat bei der Gründung des Ernährungsrates mit einer solchen Euphorie ins Mikrofon gesprochen, dass man merkte: Der will das wirklich.

Die Kölner werden jetzt mit Deutschlands erstem Ernährungsrat voran gehen. Berlin zieht nach und zahlreiche weitere Städte haben schon Interesse bekundet. Bewirken können die Ernährungsräte nur etwas, wenn wir alle mitmachen und uns für bessere Ernährung interessieren und sie einfordern.

# Klimafreundliche Kochbücher vom Naturgut Ophoven zu gewinnen!



*Gewinnspiel: Klimafreundliches Kochbuch mit tollen Rezepten*

Mit der besseren Ernährung kann man nie früh genug anfangen. Deswegen verlosen wir vier Exemplare des Kinder- und Jugendkochbuchs „Ich koche – Sterneköche fürs Klima“ vom Naturgut Ophoven. Die 73 gesunden und klimafreundlichen Rezepte wurden allesamt mit Kindern und Jugendlichen zusammen gekocht, getestet und bewertet. Ergänzt werden sie durch zahlreiche Klimageheimnisse und

praktische Küchentipps.

**Also: jetzt mitmachen und gewinnen! Hier geht's zum Gewinnspiel.**

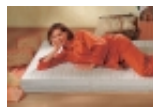
Anzeige



Kaltschaum-Matratze  
"Dormisana-Basic"

379.00 €

bei allnatura.de



Naturlatex-Kokos-  
Matratze "Vita-Basic"

419.00 €

bei allnatura.de



Doppelbett "Saledo"

649.00 €

bei allnatura.de

Text: Janine Steeger