

forum. ernährung heute (f.eh)



Ernährung, Gesundheit, Kommunikation

Das *forum. ernährung heute* (f.eh) richtet sich am Ideal des mündigen Bürgers in einer offenen Gesellschaft aus. Fundierte Information sowie Wissen und Bildung über Ernährung und Lebensstil sollen dem Einzelnen in seinem gesellschaftlichen Umfeld verantwortungsbewusste Entscheidungen ermöglichen. Ein intensiver Wissenstransfer zwischen Wissenschaft, Wirtschaft und Politik sowie hin zum Bürger ist dabei die Grundlage für einen ausgewogenen und sachlichen Diskurs sowie ein wichtiger Beitrag für die öffentliche Meinungsbildung. Ein wissenschaftlicher Beirat mit Vertretern unterschiedlicher Disziplinen berät das *f.eh*. Getragen wird die Vereinsarbeit im Wesentlichen durch Mitgliedsbeiträge von bedeutenden Unternehmen der Lebensmittelwirtschaft.

Ernährung, Gesundheit, Zukunft: Übergänge gestalten

Das *f.eh* setzt sich für ein vernünftiges Miteinander von Eigen- und Solidarverantwortung ein, um möglichst vielen Menschen einen gesunden, genussvollen und nachhaltigen Lebensstil zu ermöglichen. Dafür hat es acht konkrete Ziele formuliert:

- Wissenschaftlich abgesichert Bewusstsein bilden.
- Mehr Nachhaltigkeit auf allen Ebenen.
- Gesunde Wahl vom Acker bis zum Tisch ermöglichen.
- „Besser essen lernen“ in die Lehrpläne aufnehmen.
- Bildungsangebot für Erwachsene schaffen.
- Zu mehr Bewegung bewegen.
- Genuss und damit Gesundheit fördern.
- Qualitätsoffensive in der Gemeinschaftsverpflegung.


Unsere drei zentralen Wirkungsbereiche:

Wir machen Wissen zugänglich. Wir informieren. Wir fördern den Dialog.

Unsere Angebote reichen von Events wie Symposien, *f.eh* im Dialog und Business Breakfast über das quartalsweise erscheinende Magazin „ernährung heute“ und einen Newsletter pro Monat bis zum Webportal forum-ernaehrung.at. Neu ist eine Reihe von Online-Quiz zu verschiedenen Themen. Ob Milch und Käse, Bio, Fleisch, Alkohol, Food Waste, Vorratshaltung, Lebensmittelkennzeichnung oder Ernährung und Sport: Die Quiz vermitteln auf unterhaltsame Weise fundiertes Wissen und sind auch in Workshops oder im Unterricht einsetzbar. Multiple Choice macht das Antworten selbst für Fachkräfte durchaus knifflig.

ERNÄHRUNG LEBENSMITTEL ESSKULTUR GESUNDHEIT AKTIV LEBEN MYTHEN

forum: ernährung heute / Mehr / Quiz




QUIZ

Essen express


Was essen wir? Zwischen Spiel und Erlernen beginnt, hat sich mittlerweile zu einer breiten Palette von Convenience-Produkten weiterentwickelt. Aber wo liegt Convenience an? Und was hat Napoleon mit der Erfindung der Konservendose zu tun? Testen Sie Ihr Wissen im Multiple-Choice Quiz (Mehrfachantworten möglich).

QUIZ



Fit mach mit

QUIZ



Kenn(!)zeichnung

Zu viel Salz in der Ernährung kann bei manchen Menschen den Blutdruck erhöhen, was wiederum einer der Hauptrisikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist. Die WHO empfiehlt eine Aufnahme von 5 g Salz pro Tag. In Österreich liegt die durchschnittliche Aufnahme pro Kopf bei 6-8 g. Was ist die größte Quelle für Salz in unserer Ernährung?

- a. Salz in Brot und Gebäck
- b. Salz in Fertiggerichten
- c. Salz, mit dem man selbst bei Tisch würzt.
- d. Salz in Fleisch und Wurst

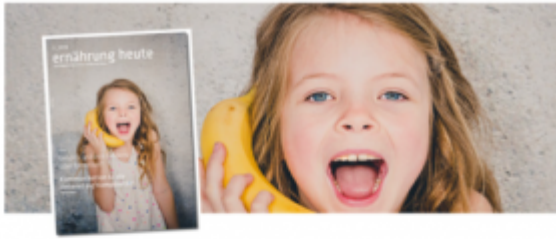
ABSENDEN ↘

Im Gespräch

Corona und Social Distancing wirken sich auch auf das Ess- und Konsumverhalten aus. Daher haben wir *f.eh live im Talk* ins Leben gerufen: Von März bis Juli diskutierten wir regelmäßig mit renommierten Experten zu aktuellen Themen online in Form von Webinaren. Die jeweilige Nachschau ist auf unserer Website zu finden.

Sie möchten mehr über das *f.eh* und seine Aktivitäten erfahren? Ein regelmäßiges Update über unser Programm und Veranstaltungen erhalten Sie in unserem [Newsletter](#).

ERNAHRUNG HEUTE 1_2019



Gesprächsbasis Evidenz oder Emotion?

Wissenschaftliche Erkenntnisse umfassend, korrekt und doch verständlich aufzubereiten und zu vermitteln, wird in Zeiten von Informationsüberfluss und Vertrauenskrisen immer entscheidender. Das trifft auch auf Lebensmittel und Ernährung zu und gilt für gesellschaftliche Themen ebenso wie für die Diskussion rund um ökologische und klimagerechte Ernährungsentscheidungen. Viel zu sehen beruhen die Botschaften auf starker Evidenz. Dagegen leiten häufig Intuitionen, Beispielfälle und Zweckmäßigkeiten die Kommunikation über komplexe Themen. Ob Klima, Food Systeme oder Gesundheitsverhalten – es handelt sich um diffuse Systeme. Und bei allen stellt sich die Frage: Welche Handlungsoptionen haben Individuen und wie ist ein gesellschaftlicher Wandel zu erreichen?

KOPF ODER ZAHL

Zahl: Rund ein Drittel unserer Lebensmittel...

...geht entlang der gestutzten Wertschöpfungskette verloren. Global gesehen entspricht das ca. 1,3 Mrd. t. In Österreich fallen jährlich ca. 577.000 t an vermeidbarem Lebensmittelabfall an, wovon der Großteil auf Haushalte zurückgeht. Zu diesen Zahlen kommt die Studie „Frisch verfault“, die in Zusammenarbeit zwischen dem WWF und dem Österreichischen Ökologie-Institut durchgeführt wurden.

ZUR STUDIE

SAISONALES



Kürbisse – die weltgrößten Beeren

Bis zu 1.000 kg kann ein Riesenkürbis auf die Waage bringen. Aber auch die kleinen Kugeln erfreuen sich großer Beliebtheit. Egal ob dunkelgrün, hellgelb, weiß oder orange: Der Kürbis ist facettenreich und vielfältig in der Küche einsetzbar.

Bei individuellen Anfragen können Sie uns gerne auf www.forum-ernaehrung.at oder über office@forum-ernaehrung.at kontaktieren.

Bleiben Sie gesund!

Dr. Marlies Gruber & das f.eh-Team

forum. ernährung heute
Verein zur Förderung von Ernährungsinformation

f.eh live im Talk
Vor- & Nachschau unter forum-ernaehrung.at/live-im-talk

©pixabay

Anzeige