

VEÖ-Jahrestagung "Essen im Wandel - Change for the better"



Die diesjährige Tagung war Anlass, das 30-jährige Jubiläum des VEÖ zu würdigen und stand ganz im Zeichen des Wandels. Einerseits ging es um den Klimawandel und die ökologischen Herausforderungen – relevant auch für den Ernährungsbereich –, andererseits um die Veränderungen aufgrund der Corona-Krise und den gesellschaftlichen Wandel.

Zu Beginn begrüßte VEÖ-Vorstandsvorsitzender **Andreas Schmölder** die Tagungsteilnehmer und zwei Politiker: Umweltministerin **Leonore Gewessler** und Gesundheitsminister **Wolfgang Mückstein** gratulierten dem VEÖ zum 30-jährigen Bestehen und bestärkten die Ernährungswissenschaftler in ihrem Bestreben, als Multiplikatoren zu einer gesundheitsförderlichen und nachhaltigen Ernährungsweise der Bevölkerung beizutragen.



Hinter den Kulissen: Professionelle technische Abwicklung durch die Agentur Mast (www.agenturmast.at).

Im ersten Vortrag gibt Zukunftsfoodist und Food Aktivist **Hendrik Haase** einen umfassenden Überblick über digitale Essenstrends. Dabei beschreibt er die Entwicklungen der vergangenen 20 Jahre: wie Instagram und Food Photography dazu führen, dass Algorithmen konkrete Lebensmittel auf Fotos erkennen; wie digitalisierte Lieferdienste Essen in Rekordzeit liefern; wie unser Smart Fridge selbständig Einkaufslisten erstellen kann, die unsere persönlichen Ernährungsgewohnheiten berücksichtigen und automatisch an den Lieferdienst übermittelt werden, sodass wir uns um leere Kühlschränke keine Gedanken mehr machen müssen. Dass diese „Services“ mit dem Sammeln unserer (Gesundheits-)Daten auf globalen Servern verknüpft ist, betont Haase ebenfalls. Sehr kritisch betrachtet er irreführende Apps, die vorgeben, DNA über eine Armbanduhr sequenzieren zu können, oder personalisierte Ernährungsvorschläge auf Basis einer eingeschickten Stuhlprobe machen. Ebenso warnt er vor der unreflektierten Nutzung von Social Media, beispielsweise in Hinblick auf die Entstehung von Essstörungen, etwa wenn die eigene Filterblase einen sehr gesunden Lebensstil propagiert. Auch den Nutri Score betrachtet der Vortragende durchaus mit Skepsis und bringt Beispiele, die aufzeigen, dass Konsumenten in die Irre geführt werden könnten.

Gleichzeitig muss die Technologisierung unserer Ernährung nicht negativ besetzt sein: Positive Innovationen, die Haase erwähnt, sind beispielsweise Apps, die „Farmer’s Fridges“ in der Umgebung anzeigen, oder digitale

Bauernmärkte, die das Überleben von kleinstrukturierter Landwirtschaft fördern, oder Crowd-Farming- und Food-Sharing-Plattformen, die zur Vermeidung von Lebensmittelabfällen beitragen.

Zusammenfassend betont der Vortragende, dass die Förderung von Food Literacy und Tech Literacy Hand in Hand gehen, dass es Vielfalt und Transparenz braucht und dass Technologie als Werkzeug verstanden werden sollte – wobei es immer darauf ankommt, wie und wofür es genutzt wird.

Im Anschluss geht Ernährungswissenschaftlerin **Andrea Fi?ala** auf nachhaltige Ernährungsempfehlungen ein. Sie zeigt anschaulich, wie komplex das Thema Nachhaltigkeit ist: Die globale Flächennutzung, Treibhausgas-Emissionen, Artenvielfalt und Biodiversität, die soziale Verträglichkeit von Ernährungssystemen und vieles mehr spielen diesbezüglich eine Rolle. Die Referentin stellt drei Nachhaltigkeitsstrategien vor: die Effizienz-Strategie, bei der Prozesse optimiert werden, um beispielsweise weniger Energie einzusetzen; die Konsistenz-Strategie, bei der der Kreislaufgedanke im Vordergrund steht, sodass Abfälle vermieden werden; und die Suffizienz-Strategie, bei der die Reduktion des Konsums zentral ist und sich der Einzelne fragen muss, wie viel er wirklich braucht.

Die Empfehlungen für eine nachhaltige Ernährung betreffen vor allem zwei Punkte: Einerseits muss die Basis der Ernährung pflanzlich sein. Tierische Produkte sollten mengenmäßig „wie ein Gewürz“ verwendet werden (z.B. 1 Ei pro Woche, 1 Mal pro Woche Fleisch, 1 Mal pro Tag ein Milchprodukt). In diesem Punkt sind sich alle Experten einig, und auch in Hinblick auf die Gesundheit ist die Reduktion des Fleischkonsums empfehlenswert. Stattdessen sollten mehr pflanzliche Proteinquellen genutzt werden, allen voran Hülsenfrüchte, weil sich diese in der Landwirtschaft günstig auf den Boden auswirken. Zudem sollte so gut wie möglich auf die Kombination regionaler, saisonaler und biologischer Lebensmittel geachtet werden, um den CO₂-Ausstoß durch den Transport gering zu halten. Allerdings ist dies allein zu kurz gegriffen: Tatsächlich kann eine biologische Tomate aus Spanien nachhaltiger sein als eine konventionelle Tomate aus Österreich, weil sie den Boden weniger belastet und damit eine höhere Biodiversität ermöglicht.

Letztlich sind es viele kleine Schritte, die notwendig sind, und es braucht das Commitment von vielen unterschiedlichen Playern: von der Politik, von den Betrieben in der Lebensmittelproduktion und -verarbeitung, vom Handel und von den Konsumenten.

Eva-Maria Endres beschäftigt sich in ihrem Vortrag mit den ernährungssoziologischen Auswirkungen von Krisen. Anhand von drei Beispielen zeigt sie, wie Krisensituationen unser Ernährungsverhalten beeinflussen: Die aktuelle Corona-Krise und die damit einhergehenden Lockdowns waren mit der Angst um die Grundversorgung verbunden. Das führte dazu, dass die Menschen wieder vermehrt das Kochen und Backen für sich entdeckten. Jedoch ist die Angst, die diese kurzfristigen Trends bewirkt, ein schlechter Motivator für einen anhaltenden Wandel, denn im Vordergrund steht der Wunsch nach der Rückkehr zur Normalität. Als zweites Beispiel führt die Referentin die BSE-Krise der 1990er-Jahre an. Damals gab es einen Schockmoment, als Bilder der Massentierhaltung in den Medien gebracht wurden. In der Folge zeigten die Menschen Bereitschaft, weniger und dafür hochwertigeres Fleisch zu essen – was sich allerdings in den Verbrauchsdaten nicht niederschlug und somit darauf hindeutet, dass Ernährungsgewohnheiten gegenüber äußeren Änderungen relativ resistent sind.

Als drittes Beispiel nennt Endres die Klimakrise. Regionalität, biologische Produktion sowie vegetarische Lebensmittel, Speisen und Menüs werden immer mehr zum Thema, langsam erfolgt ein Umdenken in der Gesellschaft. Um einen langfristigen Wandel der Ernährungsgewohnheiten herbeizuführen, definiert die Vortragende folgende Schritte: Die Wissenschaft muss Grundlagenforschung bereitstellen. Dieses Wissen muss über Bildungsmaßnahmen der Bevölkerung zugänglich gemacht werden. Die Politik muss die entsprechenden gesellschaftlichen Rahmenbedingungen schaffen. Und die Industrie ist gefordert, neue Produkte und Lösungen zu kreieren, die von den Konsumenten angenommen werden.

Auf die Veränderungen, welche die Corona-Krise mit sich bringt, geht **Sophie Mitterschiffthaler** in ihren Ausführungen ein. Die Österreicher haben ihre Einkäufe im zweiten Quartal 2020 besser geplant, regelmäßiger

gegessen, mehr Zeit zum Kochen genutzt, mehr frische Lebensmittel verwendet und sich insgesamt gesünder ernährt. Der Verkauf von Lebensmitteln mit längerer Haltbarkeit (z.B. Nudeln, Konserven, Germ) ist ebenso gestiegen wie der Verkauf von Frischobst und Bio-Lebensmitteln. Diese grundsätzlich positiven Entwicklungen stehen im Gegensatz zur Gewichtszunahme, die im Untersuchungszeitraum durchschnittlich 2 kg pro Monat beträgt. Diese ist damit zu begründen, dass die Alltagsaktivität pro Tag um eine Stunde zurückgegangen ist, was einen um ca. 300–500 kcal verringerten Energieverbrauch bedeutet. Ein Blick auf die Kinder und Jugendlichen zeigt, dass auch hier das Bewegungsspensum abnahm, während sie gleichzeitig mehr Süßes und Salziges – aber auch mehr Obst, Gemüse und Kohlenhydrate und weniger Fleisch- und Wurstwaren – konsumierten. Die Kombination aus reduzierter Bewegung und mehr energiereichen Lebensmitteln führte auch bei dieser Gruppe tendenziell zu einer Gewichtszunahme. Insgesamt ist festzustellen, dass die Lockdowns mit der damit verbundenen eingeschränkten Bewegung ein gesundheitliches Problem darstellen, weil Komorbiditäten bereits bei geringer Gewichtszunahme auftreten. Inwiefern sich diese Begleiterscheinungen der Corona-Krise in den kommenden Jahren auf die staatlichen Gesundheitsausgaben auswirken, bleibt abzuwarten.

Der VEÖ-Vorsitzende **Andreas Schmölzer** widmet sich in seinem Vortrag der Frage, ob in Österreichs Rechtssystem für verschiedene Wege der Lebensmittelabfallvermeidung Platz ist. Konkret geht er auf Containern, Food Sharing und Spenden ein. Containern – das Entwenden von Lebensmittelabfällen aus Müllcontainern des Lebensmittelhandels – ist laut einem deutschen Verfassungsgerichtsurteil strafbar. In Österreich gibt es bislang keinen ausjudizierten Fall, jedoch ist das hiesige Strafrecht dem deutschen sehr ähnlich. Etwas komplexer gestaltet sich das Thema Food Sharing. Hier ist zu klären, ob es in den privaten oder unternehmerischen Bereich fällt. Ist Food Sharing Letzterem zuzuordnen, so gilt die Lebensmittel-Basisverordnung 178/2002: Diese betrifft alle, die sich mit der Produktion, der Verarbeitung und dem Vertrieb von Lebensmitteln beschäftigen.

Ausgenommen ist der häusliche Gebrauch. Ist eine Einrichtung nicht dem häuslichen Gebrauch zuzuordnen, müssen alle Bestimmungen des Lebensmittelrechts eingehalten werden (z.B. Hygieneanforderungen, Kennzeichnung und Information). Da die Frage der Zuordnung zum privaten oder unternehmerischen Bereich ungeklärt ist, besteht ein gewisser Graubereich hinsichtlich der Rechte und Pflichten von Food Coops und anderen Food-Sharing-Plattformen. Auch das Spenden von Lebensmitteln fällt in diesen Graubereich. Die Lebensmittel-Basisverordnung gilt zwar nicht für den häuslichen Gebrauch, sehr wohl aber für gemeinnützige Organisationen, die Lebensmittelspenden verteilen. Obwohl pro Jahr eine Million Tonnen Lebensmittelabfälle in Österreich entsteht, ist das Schenken und Spenden deutlich aufwendiger als das Wegwerfen. Der Vortragende spricht sich gegen den Zwang zur Kommerzialisierung von privaten Lebensmitteln und für die Privatisierung der Wohlfahrt aus. Dies ist nicht nur wichtig für die Armutsbekämpfung, sondern auch zur Eindämmung der Lebensmittelverschwendung und damit für den Klimaschutz.

In der Mittagspause stehen zwei Programmpunkte zur Wahl:

- **Netzwerken mit dem interaktiven Tool „Wonder“**
- **Presse-Event mit der Wiener Tafel**

Über das interaktive Tool „Wonder“ (www.wonder.me) können sich die Teilnehmer live in Bild und Ton mit Kollegen in virtuellen Räumen austauschen, über bisherige Vorträge diskutieren oder Kontakte pflegen und miteinander plaudern.

Beim Presse-Event mit der Wiener Tafel (www.wienertafel.at) zum Thema „Sinne schulen – Lebensmittelmüll vermeiden“ erfahren die Tagungsteilnehmer sowie Vertreter der Presse im Wiener Tafel Sensorik Labor mit Sinn, wie man mit den eigenen Sinnen lernen kann, die Qualität von Lebensmitteln einzuschätzen und Lebensmittelverschwendung entgegenzuwirken. Danach stehen die Projektleiterin Monika Heis und Profiköchin Petra Gruber – beide von der Wiener Tafel – sowie Elisabeth Höld und Veronika Macek-Strokosch – beide vom

VEÖ – für die Fragen der Teilnehmenden zur Verfügung.



Das Sensorik Labor der Wiener Tafel lädt dazu ein, Lebensmittel mit allen Sinnen zu beurteilen. (©Thomas Topf)

Details dazu erfahren Sie in den [Presseaussendungen des VEÖ](#) und der [Wiener Tafel](#).

Anschließend steht eine Diskussionsrunde zum Thema „Innovative Ideen für eine nachhaltige Ernährungszukunft“ mit **Maria Fanninger** (Land schafft Leben) und **Theresa Imre** (markta) – moderiert von VEÖ-Vorstandsvorsitzendem **Andreas Schmölzer** – auf der Tagesordnung. Land schafft Leben verfolgt vor allem das Ziel, die Eigenverantwortung der Konsumenten zu stärken, um wertebasierte, nachhaltige Kaufentscheidungen treffen zu können. Dies geschieht über Informationsbereitstellung der tatsächlichen Wertschöpfungskette und behandelt Fragen rund um das Thema „Wie gelangt mein Essen auf den Teller?“. Markta hingegen versteht sich als digitaler Bauernmarkt, der es ermöglicht, unter völliger Transparenz Lebensmittel von kleinstrukturierten Bauern zu erwerben – ab Hof oder per Online-Shop.

Beide Initiativen bereiten mit ihrer Arbeit auf eine nachhaltige Ernährungszukunft vor – durch Informationsvermittlung und das Angebot, wertebasiert einkaufen zu können. Es herrscht Einigkeit, dass die Corona-Pandemie den Zulauf verstärkt hat, aber die Gewichtung von Lebensmitteln im privaten Budget noch mehr an Wert gewinnen muss. Auch hinsichtlich der Agrarreformen und der Herkunftsbezeichnung sind Veränderungen notwendig, um vor allem Kleinbauern die weitere Existenz zu sichern. Unabdingbar sind die Allgemein- und Multiplikatorenbildung, damit einerseits das Bewusstsein von Kindern und Jugendlichen für Lebensmittel gestärkt wird und andererseits der Weg für eine nachhaltige Ernährungszukunft geebnet wird. Die Diskussionsrunde ist sich einig: Für die Konsumenten ist zunehmend relevant, regionale, saisonale und biologische Lebensmittel auf dem Teller zu haben und zu wissen, wie und woher diese Lebensmittel stammen.

Laura Farage betont in ihrem Vortrag, wie wichtig der interdisziplinäre Zugang für den Erfolg nachhaltigen Handelns ist. Als Umweltpsychologin beschäftigt sie sich damit, wie Individuen mit ihrer Umwelt interagieren. Denn außer Frage steht, dass viele unserer alltäglichen Handlungen umweltrelevant sind. Aus psychologischer Sicht findet unser Ernährungsverhalten im Kontext der Nachhaltigkeit auf drei Ebenen statt: bei der Beschaffung, bei der Zubereitung und beim Verzehr. Auf allen drei Ebenen finden sich sozial erworbene Muster, die eine hohe Änderungsresistenz aufweisen. Darüber hinaus ist das Ernährungsverhalten stark von unserem kulturellen Umfeld, Gewohnheiten und Motiven geprägt. Ob wir uns für oder gegen eine Handlung entscheiden, ist letztlich vom daraus resultierenden Nutzen abhängig. Materielle Güter (z.B. ein Auto) können unterschiedliche Nutzen haben: instrumentell (das Auto bringt mich ans Ziel); symbolisch (das Auto als Statussymbol); affektiv, d.h. bestimmte (positive) Gefühle werden damit antizipiert (z.B. das Autofahren bereitet mir Freude). Farage weist darauf hin, dass die treibenden Faktoren für unsere Entscheidungen auf der symbolischen und affektiven Ebene liegen. Will man eine nachhaltige Handlung erzielen, sollte ein affektiver Zugang verfolgt werden, da dieser mit Freude assoziiert ist. Ernährungstrends sollten daher positiv formuliert werden – z.B. „Immer mehr Österreicher verzichten auf Fleisch“ statt „Zu viele Österreicher essen zu viel Fleisch“. Ein Individuum agiert immer als Teil seiner Gesellschaft und wird stark von sozialen Normen beeinflusst. Will man eine Botschaft wirkungsvoll kommunizieren, muss auch der kulturelle Aspekt einbezogen werden.

Im letzten Veranstaltungspunkt widmet sich die Diskussionsrunde mit **Andreas Herrmann** (Agrarmarkt Austria), **Timo Küntzle** (Journalist und Agraringenieur) und **Katharina Petter** (Vegane Gesellschaft Österreich) dem Thema „Klimawandel, Pandemien und Co. – Viehwirtschaft, die Wurzel allen Übels?“. Dass die Viehwirtschaft erheblich zum Klimawandel beiträgt, ist bekannt. Kann eine vegane Ernährung die Lösung des Problems sein? Fakt ist, dass die vegane Ernährung viele ökologische Vorteile bringt und ernährungsbedingte Treibhausgase stark reduziert werden können.

Aber nicht alle Weideflächen können ohne Weiteres zu Ackerflächen transformiert werden, denn drei Viertel der globalen Flächen sind ackerbaulich gar nicht nutzbar und der Anbau pflanzlicher Lebensmittel würde keinen Ertrag bringen. Die Produktionssteigerungen führen dazu, dass sowohl Lebensmittel als auch Futtermittel (insbesondere Soja aus Südamerika) importiert werden müssen. Wir stehen also vor großen Herausforderungen, wenn wir unsere Landwirtschaft und unser globales Ernährungssystem nachhaltiger gestalten möchten. Einigkeit herrschte darüber, dass weniger Fleisch konsumiert werden sollte, dafür bewusster. Auch Laborfleisch würde sich als Alternative anbieten. Letztlich stellt sich die Frage, wie man die Wertigkeit von Lebensmitteln zukünftig erhöhen kann, um die Lebensmittelverschwendung zu stoppen.

Karin Kurz, Anna Ricker, Astrid Böhm