

Mit gutem Beispiel voran

Für einen umfangreichen und nachhaltigen Wandel unserer Ernährung erreicht man die Menschen am besten dort, wo sie werktätlich zu Zehntausenden essen – in Brandenburgs Kantinen. Genau hier setzt das Projekt **Kantine Zukunft Brandenburg** an. Nach dem prominenten Vorbild des Kopenhagener Madhus werden Kantinen beraten und fachlich begleitet, die ihr Speisenangebot gesünder und abwechslungsreicher aufstellen wollen. Dabei geht es vor allem um die Verwendung biologisch und regional angebaute Lebensmittel, die möglichst wenig vorverarbeitet sind und frisch zubereitet werden. Ziel ist es, das Angebot in Brandenburgs Kantinen nachhaltig neu auszurichten und gesundes und nachhaltiges Essen für jede und jeden einfach zugänglich zu machen. Das soll mit einem gesünderen Speiseplan, aber ohne steigende Kosten für die Gäste und die Kantinenbetreibenden umgesetzt werden. Vom regionalen Linsen-Kebab bis zur Brandenburger Currywurst steht die Kantine Zukunft Brandenburg für eine Gemeinschaftsgastronomie mit viel genussvoller Abwechslung.

Kantinenbetreiberinnen und -betreiber in der Region, die sich an dem Projekt beteiligen möchten,



Mehr Informationen zur Kantine Zukunft
unter: www.kantine-zukunft.de

BRANDENBURG ERNÄHRT SICH NACHHALTIG

können sich vom Team der Kantine Zukunft Brandenburg kostenlos individuell beraten und im Schnitt sechs Monate begleiten lassen. Dabei schauen die Beteiligten gemeinsam mit den Küchenteams auf die Einkaufslisten, in die Arbeitsprozesse und die Kochtöpfe, um das Speisenangebot schmackhafter, vielfältiger, gesünder und nachhaltiger auszurichten.

Was wir essen und trinken, ist unsere individuelle Entscheidung, wird aber von vielerlei sozialen, wirtschaftlichen und ökologischen Faktoren beeinflusst. In ihrer Gesamtheit bildet die Ernährung jeder und jedes Einzelnen einen Spiegel unserer Gesellschaft. Wenn wir es schaffen, uns bewusster und nachhaltiger zu ernähren, fördern wir unsere Gesundheit, entlasten unseren Planeten und unterstützen alle Menschen, die an der Erzeugung, der Produktion und am Transport der Lebensmittel beteiligt sind.



Mehr erfahren:

msgiv.brandenburg.de/msgiv/de/ernaehrungsstrategie-land-brandenburg/

Impressum:

Ministerium für Soziales, Gesundheit, Integration und Verbraucherschutz des Landes Brandenburg

Henning-von-Tresckow-Straße 2-13
14467 Potsdam
<https://msgiv.brandenburg.de>

Layout: index Agentur für strategische Öffentlichkeitsarbeit und Werbung GmbH
Druck: Sepio GmbH

Bildnachweis: Titel © Skcyther/iStock,
S.3: © Gradyreese/iStock,
S.6: © SDI Productions/iStock

Auflage: 1.000 Exemplare

November 2023



BRANDENBURG

ernährt sich
nachhaltig.

Über den Tellerrand ...

... hinaus reicht unser Verständnis von gesunder und nachhaltiger Ernährung. Vom Feld bis auf den Teller legen Lebensmittel buchstäblich einen weiten Weg zurück, der nicht immer ganz einfach nachzuvollziehen ist. Deshalb wollen wir mit unserer Ernährungsstrategie allen Interessierten zeigen, wie man die alltägliche Ernährung schmackhaft und gleichzeitig gesund und nachhaltig für die Mitmenschen und die Umwelt gestalten kann. Für eine gesundheitsfördernde Ernährungsweise, die unsere natürlichen Lebensgrundlagen schont, sind Kenntnisse über gesunde Ernährung ebenso wichtig wie eine wertschätzende Haltung gegenüber Lebensmitteln und allen Menschen, die an ihrer Produktion beteiligt sind. Nötig ist auch die richtige – nämlich eine möglichst gesunde – Ernährungsumgebung. Aber was verbirgt sich eigentlich hinter diesem Begriff?

1. Ernährungsumgebung

Unter Ernährungsumgebung versteht man die Summe aller Faktoren, die Einfluss auf das eigene Ernährungsverhalten haben. Dazu gehören Anreize durch Werbung ebenso wie das Einkaufsverhalten und die Qualität der erworbenen Lebensmittel. Auch die Portionsgrößen, das Ambiente und die Umstände, unter denen man eine Mahlzeit zu sich nimmt, gestalten unsere Ernährungsumgebung mit. Nicht in jeder Situation haben wir die Möglichkeit, diese Faktoren frei zu gestalten. Umso wichtiger ist ein schmackhaftes, gesundes und nachhaltiges Essen dort, wo wir es im Alltag am häufigsten zu uns nehmen: in der Kantine, der Mensa, der Schulaula oder in der Kita.

2. Regionale Wertschöpfung

Ordentlich sortiert in der Obst- und Gemüseabteilung oder in Form von Konserven in den Regalen



der Supermärkte – so begegnen wir Lebensmitteln im Alltag. Doch bevor sie in den Handel gelangen, ist ein langer und komplexer Prozess nötig, an dem viele Menschen beteiligt sind. Von den Feldern führt der Weg der meisten Lebensmittel in den Großhandel. Dort kaufen Einzelhändlerinnen und Einzelhändler, aber auch Gastronomiebetriebe ihre Waren ein, die dann auf verschiedenste Arten weiterverarbeitet werden. Zum Beispiel in den Mensen, Schulküchen und Kantinen in Brandenburg. Der Logistikprozess umfasst viele Stationen – von der Ernte über die Verpackung und den Transport bis zum Einzelhandel oder Kantinenkochtopf. Die Bemühungen der an diesem Prozess beteiligten Arbeitskräfte wollen wir langfristig stärken und wertschätzen.

3. Ernährungskompetenz

Welches Obst und welches Gemüse haben in Deutschland gerade Saison? Was muss importiert werden und daher weite Wege zurücklegen und schadet damit auch Klima und Umwelt? Welche Lebensmittel sind besonders vitaminreich, welche sollte ich eher seltener essen? Wer Fragen wie diese beantworten kann oder zumindest über ein Grundwissen verfügt, ist in der Lage, die richtigen Entscheidungen für eine gesunde und nachhaltige Ernährung zu treffen und damit sich selbst, seinen Mitmenschen und der Umwelt etwas Gutes zu tun. Ernährungsbildung ist daher ein ganz wesentlicher Faktor unserer Ernährungsstrategie.

Gemeinsam gesund genießen

Damit sich von Jung bis Alt alle Brandenburgerinnen und Brandenburger gleichermaßen täglich auf gesundes Essen freuen können, arbeiten wir mit verschiedenen Partnerinnen und Partnern zusammen. Besonders wichtig sind die Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung sowie Seniorenernährung, die Verbraucherzentrale und der Ernährungsrat. Jede dieser Einrichtungen trägt ihren Teil zu einer gesunden und nachhaltigen Ernährung bei.

Essgewohnheiten im Kindesalter prägen unsere Ernährung ein Leben lang. Deswegen ist es besonders wichtig, schon den Kleinsten zu vermitteln, welche Lebensmittel gesund sind, wie sie schmecken, wie man sie anbaut, erntet und verarbeitet. Die **Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung** hat passende Informations- und Beratungsangebote. Auch für Seniorinnen und Senioren sind eine ausgewogene Ernährung und gemeinsame Mahlzeiten wichtig, um im hohen Alter körperlich und geistig fit und sozial integriert zu bleiben. Die **Vernetzungsstelle Seniorenernährung** bietet hierfür Beratungs- und Fortbildungsangebote und unterstützt den Austausch für eine gute Umsetzung vor Ort.

Die **Verbraucherzentrale Brandenburg** informiert zu gesundheitsfördernder und nachhaltiger Ernährung mit praktischen Tipps für den Alltag. Sie deckt aber auch ‚Etikettenschwindel‘ auf und hilft dabei, ungesunde von gesunden Produkten zu unterscheiden.

So verbindet der **Ernährungsrat Brandenburg** die Lebensmittelkette von den Verbraucherinnen und Verbrauchern bis hin zu Landwirtinnen und Landwirten und setzt sich dafür ein, neue Strategien für eine nachhaltige Ernährung in den verschiedenen Regionen Brandenburgs zu entwickeln.