

Pockstaller A, Perktold B, Schneider F, Purtscher AE

**FH Diätologie aktuell: Lebensmittelabfallvermeidung und nachhaltige Ernährung**

*Journal für Ernährungsmedizin 2015; 17 (1), 22-24*

**Homepage:**

**[www.aerzteverlagshaus.at](http://www.aerzteverlagshaus.at)**

**Online-Datenbank mit  
Autoren- und Stichwortsuche**

MIT NACHRICHTEN DER



**Erschaffen Sie sich Ihre  
ertragreiche grüne Oase in  
Ihrem Zuhause oder in Ihrer  
Praxis**

**Mehr als nur eine Dekoration:**

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate,  
Kräuter und auch Ihr Gemüse  
ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller  
Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz  
ohne grünen Daumen?

**Dann sind Sie hier richtig**





# LEBENSMITTELABFALLVERMEIDUNG UND NACHHALTIGE ERNÄHRUNG

## Umsetzung in der Bevölkerung des Tiroler Unterlandes

Antonia Pockstaller<sup>1</sup>, Bernhard Perktold<sup>1</sup>, Felicitas Schneider<sup>2</sup>, Anna-Elisabeth Purtscher<sup>1</sup>

Nachhaltigkeit gewinnt in den letzten Jahren im Lebensmittelbereich immer mehr an Bedeutung. Trotz der Aktualität dieses Themas ist der Begriff den Menschen nur zum Teil bekannt. In der Nestlé Studie 2011 wurde das Ernährungsverhalten der deutschen Bevölkerung untersucht. Dabei stellte sich heraus, dass nur zwei Drittel der Bevölkerung den Begriff „Nachhaltigkeit“ bereits gehört haben und nur die Hälfte davon diesen auch erklären kann (Nestlé Deutschland AG 2011, S. 1ff).

Das Thema Nachhaltigkeit wird in verschiedenen Gesundheits- und Entwicklungszielen zunehmend in den Vordergrund gerückt. Dabei sind die Millennium Development Goals in the WHO European Region, der Nationalen Aktionsplan Ernährung 2013, die Rahmen-Gesundheitsziele für Österreich, sowie die „10 Regeln für vollwertiges Essen und Trinken“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) zu nennen (World Health Organization, Regional Office for Europe 2010, S. 29; Bundesministerium für Gesundheit 2013, S. 19; Bundesministerium für Gesundheit 2012, S. 12ff; Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. 2013).

Laut einer Studie der Universität für Bodenkultur in Wien werden in Österreich jährlich rund 157.600 Tonnen verpackte und unverpackte Lebensmittel sowie Speisereste weggeworfen. Jede/r Österreicher/in wirft pro Jahr 18,9 kg Lebensmittel in den Müll. Dies entspricht pro Haushalt und Jahr Waren im Wert von 263 Euro. Diese entsorgten Lebensmittel machen 14,5% des Restmülls in Österreich aus (Schneider et al. 2012, S. 105).

### FORSCHUNGSDESIGN

Ziel dieser Arbeit ist es, einen Vergleich zweier Gruppen bezüglich des Wegwerfverhaltens von Lebensmitteln durchzu-

führen. Dabei sollen Kriterien für die Umsetzung einer nachhaltigen Ernährung der Bevölkerung des Tiroler Unterlandes (im Folgenden auch Vergleichsgruppe genannt) erhoben werden. Es wurden folgende **Hypothesen** aufgestellt:

**1.** Personen, die freiwillig einen Workshop zum Thema Lebensmittelabfallvermeidung besuchen, werfen in ihrem Alltag weniger Lebensmittel weg als eine Vergleichsgruppe ohne entsprechende Schulung.

**2.** Die Vergleichsgruppe setzt ausgewählte Grundsätze einer nachhaltigen Ernährung nicht um.

Das Ernährungsinstitut KinderLeicht aus München führte im Zeitraum von Oktober 2013 bis September 2014 im Zuge der Informationskampagne EssensWert in allen bayrischen Regierungsbezirken Workshops zum Thema Lebensmittelabfallvermeidung durch. Diese Workshops wurden gemeinsam mit der Universität für Bodenkultur in Wien evaluiert. Dabei wurde die Sensibilität und Handlungskompetenz für Lebensmittelabfallvermeidung der WorkshopteilnehmerInnen untersucht. Dazu wurde vom Ernährungsinstitut KinderLeicht und der Universität für Bodenkultur in Wien ein entsprechender Fragebogen erstellt. Um herauszufinden, ob die WorkshopteilnehmerInnen ein besonderes Interesse für das Thema Lebensmittelabfallvermeidung haben, wurde parallel zur Evaluierung des Workshops eine Befragung in der Vergleichsgruppe durchgeführt. Mit diesem Vergleich wurde erhoben, ob die WorkshopteilnehmerInnen bereits im Vorfeld ein erhöhtes Interesse und Wissen bezüglich Lebensmittelabfallvermeidung mitgebracht haben. Die Fragebögen für die Vergleichsgruppe wurden um Fragen

zum Thema Nachhaltigkeit im Allgemeinen ergänzt. Im Zuge der Erhebung konnten 134 ProbandInnen befragt werden. Die Erhebung erfolgte überwiegend im ländlichen Raum. Die Zusammensetzung der Vergleichsgruppe (N= 134) wurde an die Workshopgruppe (N= 144) angenähert.

### ERGEBNISSE UND DISKUSSION

Um eine Antwort auf die Frage zu erhalten, ob es zwischen den beiden Gruppen einen Unterschied hinsichtlich der Häufigkeit des Wegwerfens von Lebensmitteln gibt, wurde eine Vergleichstabelle erstellt. Das Ergebnis macht deutlich, dass kein wesentlicher Unterschied zwischen Personen die einen Workshop zur Lebensmittelabfallvermeidung besucht haben und der Vergleichsgruppe erkennbar ist. Die Angabe „Seltener als alle 4 Wochen“ - wurde in beiden Gruppen von ca. 50% gewählt (siehe Tabelle 1).

Bezüglich der Achtsamkeit im Vermeiden von Lebensmittelabfällen zeigt sich, dass zwischen den beiden Gruppen nahezu kein Unterschied darin besteht, ob die ProbandInnen darauf achten, so wenig Lebensmittel wie möglich wegzuerwerfen (Tabelle 2).

Dadurch kann die **Hypothese 1:** „Personen, die freiwillig einen Workshop zum Thema Lebensmittelabfallvermeidung besuchen, werfen in ihrem Alltag weniger Lebensmittel weg als die Vergleichsgruppe“ widerlegt werden.

Die Ergebnisse der Vergleichsgruppe zu den Fragen zu Nachhaltigkeit zeigen, dass die ProbandInnen ausgewählte Kriterien einer nachhaltigen Ernährung als wichtig empfinden und diese auch beim Einkauf umsetzen. Biologische Produktion ist für 75,8% der Befragten wichtig bzw. sehr wichtig. 27,8% der Befragten kaufen sogar meistens Bio-Produkte und 66,2% tun dies gelegentlich. Der Kauf von regionalen und saiso-

naln Produkten spielte bei den Befragten der Vergleichsgruppe eine bedeutende Rolle. Mehr als 90% der ProbandInnen kaufen meistens oder zumindest gelegentlich Produkte aus der Region. Zusammengefasst greift der Großteil der Befragten beim Einkauf meistens zu regionalen und saisonalen Produkten und nur gelegentlich zu biologisch hergestellten Waren. Bei der Bevorzugung pflanzlicher Produkte ist bei der Umsetzung keine eindeutige Tendenz wie bei den anderen erhobenen Kriterien erkennbar. Die Antworten teilen sich nahezu zu gleichen Teilen auf alle drei Möglichkeiten auf. 34,3% achten meistens darauf überwiegend pflanzliche Produkte zu verzehren, 31,3% tun dies gelegentlich und 34,3% tun dies nicht.

**Hypothese Nummer 2:** „Die Bevölkerung des Tiroler Unterlandes setzt ausgewählte Grundsätze einer nachhaltigen Ernährung nicht um“ kann somit widerlegt werden.

Die Bedeutung regionaler, saisonaler und biologischer Produkte zeigt sich auch in der repräsentativen Nestlé Studie 2011. Daraus geht hervor, dass 13% der deutschen Bevölkerung regelmäßig und 32% gelegentlich Bio-Produkte kaufen. Regionale Produkte werden mit 37% regelmäßig und 44% gelegentlich häufiger gekauft als jene aus ökologischer Produktion (Nestlé Deutschland AG 2011, S. 11). Auch in Österreich ist die Bedeutung regionaler und saisonaler Produkte beachtlich hoch: Laut Österreichischem Lebensmittelbericht 2010 kaufen 87% der ÖsterreicherInnen regionale Produkte (Berger et al. 2010, S. 96ff).

Aus diätologischer Sicht sind vor allem die gesundheitlichen Vorzüge einer nachhaltigen Ernährung in den Vordergrund zu rücken. Mit einer überwiegend ovo-lakto-

vegetabilen Kost wäre es möglich 40% der gesamten Treibhausgas-Emissionen des Ernährungssystems zu reduzieren. Zusätzlich kann durch die Bevorzugung pflanzlicher Lebensmittel eine gerechtere Verteilung der Nahrung weltweit unterstützt werden (von Koerber et al. 2012, S. 115ff).

<sup>1</sup> fhg – Zentrum für Gesundheitsberufe Tirol GmbH, FH-Bachelor Studiengang Diätologie

<sup>2</sup> Universität für Bodenkultur Wien, Institut für Abfallwirtschaft

### KORRESPONDENZ

Mag.<sup>a</sup> Anna-Elisabeth Purtscher  
anna-elisabeth.purtscher@fhg-tirol.ac.at

### LITERATUR

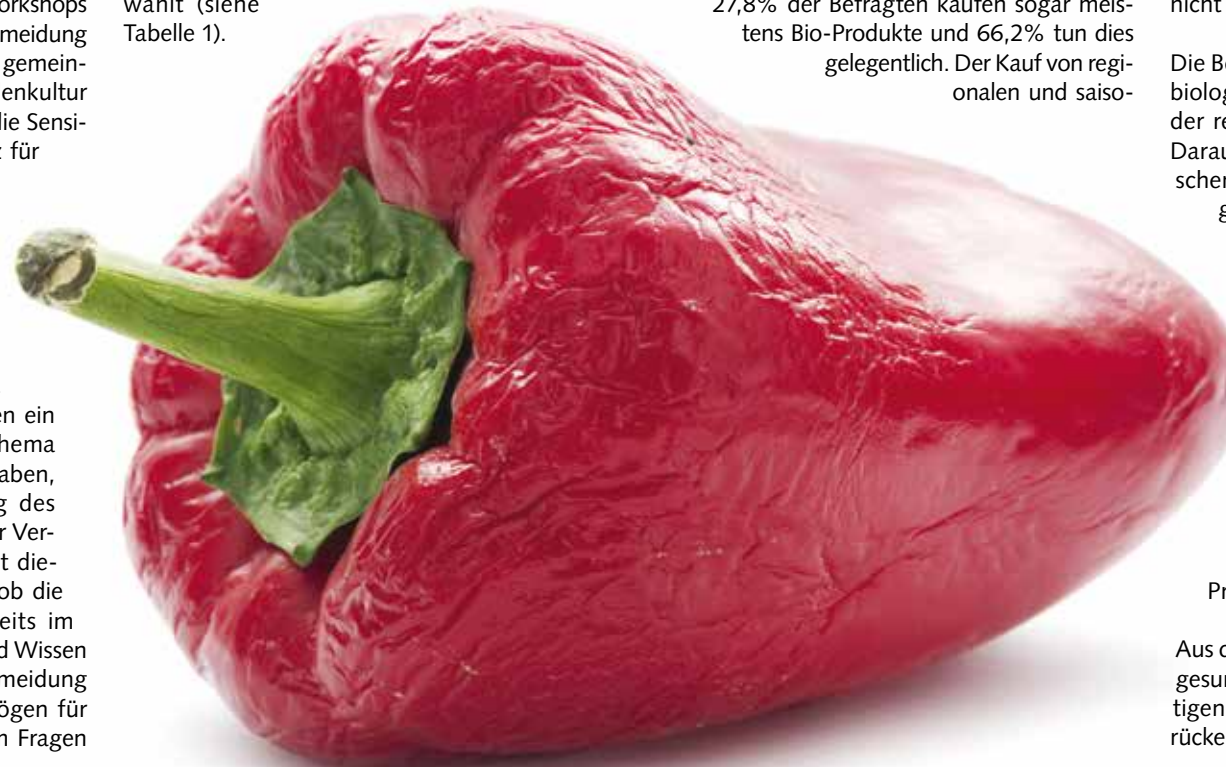
Berger, Christian et al. (2010): Lebensmittelbericht Österreich 2010. Hg. v. Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft, Sektion III Landwirtschaft und Ernährung. Wien. Online verfügbar unter [http://www.bmlfuw.gv.at/publikationen/lebensmittel/lebensmittelbericht\\_oesterreich\\_2010.html](http://www.bmlfuw.gv.at/publikationen/lebensmittel/lebensmittelbericht_oesterreich_2010.html), zuletzt geprüft am 09.07.2014.

Bundesministerium für Gesundheit (2012): Rahmen-Gesundheitsziele. Richtungsweisende Vorschläge für ein gesünderes Österreich. Wien: Bundesministerium für Gesundheit. Online verfügbar unter [http://www.gesundheitsziele-oesterreich.at/wp-content/uploads/2013/06/rahmen-gesundheitsziele\\_240512.pdf](http://www.gesundheitsziele-oesterreich.at/wp-content/uploads/2013/06/rahmen-gesundheitsziele_240512.pdf), zuletzt geprüft am 24.04.2014.

Bundesministerium für Gesundheit (2013): Nationaler Aktionsplan Ernährung 2013. Wien. Online verfügbar unter [http://bmg.gv.at/cms/home/attachments/6/5/8/CH1046/CMS1378816554856/nap\\_e\\_20130909.pdf](http://bmg.gv.at/cms/home/attachments/6/5/8/CH1046/CMS1378816554856/nap_e_20130909.pdf), zuletzt geprüft am 28.04.2014.

Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft (2013a): Bewusstkaufen.at. Hg. v. Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft. Wien. Online verfügbar unter <http://www.bewusstkaufen.at/misc/initiative/>

© Foto: Fotolar/humbak





about.php, zuletzt geprüft am 10.05.2014. Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft (2013b): Urban Gardening. Hg. v. Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft. Wien. Online verfügbar unter [http://www.bmlfuw.gv.at/lebensmittel/city-farming/urban\\_gardening.html](http://www.bmlfuw.gv.at/lebensmittel/city-farming/urban_gardening.html), zuletzt geprüft am 10.05.2014. Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt- und Wasserwirtschaft (2014): Lebensmittel sind kostbar! Hg. v. Bundesmi-

nisterium für Land- und Forstwirtschaft, Umwelt und Wasserwirtschaft. Wien. Online verfügbar unter [http://www.bmlfuw.gv.at/lebensmittel/kostbare\\_lebensmittel/initiative/die-initiative.html](http://www.bmlfuw.gv.at/lebensmittel/kostbare_lebensmittel/initiative/die-initiative.html), zuletzt geprüft am 06.05.2014.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (2013): Vollwertig essen und trinken nach den 10 Regeln der DGE. Hg. v. Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. Online verfügbar unter <http://www.dge.de/pdf/10-Regeln-der-DGE.pdf>, zuletzt geprüft am 10.05.2014.

Nestlé Deutschland AG (2011): Zusammenfassung Nestle-Studie 2011. So i(s)t Deutschland 2011. Hg. v. Nestlé Deutschland AG. Online verfügbar unter [http://www.nestle.de/presse/Presseinformationen/Pages/2011\\_01\\_17\\_Nest-](http://www.nestle.de/presse/Presseinformationen/Pages/2011_01_17_Nest-)

le-Studie\_2011\_So\_is(s)t\_Deutschland\_-Zusammenfassung.aspx, zuletzt geprüft am 14.05.2014.

Schneider, Felicitas et al. (2012): Sekundärstudie Lebensmittelabfälle in Österreich. Endbericht. Hg. v. Institut für Abfallwirtschaft. BOKU. Wien. Verein Gartenpolylog (2009): Was sind Gemeinschaftsgärten? Wien. Online verfügbar unter <http://www.gartenpolylog.org/de/1/was-sind-gemeinschaftsgaerten>, zuletzt geprüft am 10.05.2014. von Koerber, Karl et al. (2012): Vollwert-Ernährung. Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung. 11. Aufl. Stuttgart: Haug.

World Health Organization, Regional Office for Europe (2010): Millenium Development Goals in the WHO European Region. A situational analysis at the eve of the five-year countdown. Copenhagen, zuletzt geprüft am 24.04.2014.

INNS

ST.P

LINZ

WIEN

GLB

„Wie oft werfen sie Lebensmittel weg?“	Workshopgruppe	Vergleichsgruppe
<b>Seltener als alle 4 Wochen</b>	47,6%	51,6%
<b>Alle 2-4 Wochen</b>	29,4%	25,8%
<b>1-2 Mal pro Woche</b>	21%	20,3%
<b>3-4 Mal pro Woche</b>	2,1%	2,3%
<b>5 Mal pro Woche oder mehr</b>	0%	0%
<b>N=</b>	143	128

Tabelle 1: Häufigkeit des Wegwerfens von Lebensmitteln in den Studiengruppen.

„Werfe so wenig Lebensmittel wie möglich weg“	Workshopgruppe	Vergleichsgruppe
<b>Nein/eher nicht</b>	2,8%	3,7%
<b>Ja/eher schon</b>	97,2%	96,3%
<b>N=</b>	143	134

Tabelle 2: Achtsamkeit im Vermeiden von Lebensmittelabfällen.

© Foto: Fotolia/manulito, kema32