

Stellungnahme des Deutschen LandFrauenverbandes zum Grünbuch „Gesunde Ernährung und körperliche Bewegung“

Verbraucherbildung ist Voraussetzung für Verbraucherinformation!

Wir leben in einer Wissensgesellschaft, in der es nicht nur darauf ankommt, Informationen zu sammeln, sondern diese auch zu bewerten, einzuordnen und zu hierarchisieren. Dafür sind Einschätzungs- und Beurteilungsvermögen erforderlich, die im Laufe des Lebens erworben werden und mit der Erziehung und Bildung in Elternhaus und Schule beginnen.

Dieser Zusammenhang gilt auch für den Bereich der Verbraucherbildung und Verbraucherinformation. Verbraucherbildung ist unabdingbare Voraussetzung für Verbraucherinformation. Die Verbraucher müssen durch Bildung dazu befähigt werden, für sie gute Entscheidungen zu treffen. Wenn es beispielsweise darum geht, Lebensmitteletiketten zu verstehen, dann reicht es nicht aus, die Informationen aufzunehmen, sondern die Verbraucher müssen gebildet und mündig genug sein, um die aufgenommenen Informationen einordnen und bewerten zu können. Erst diese Fähigkeit ermöglicht es ihnen, für sich optimale Entscheidungen zu treffen, ohne bevormundet zu werden.

Verbote von „ungesunden“ Lebensmitteln greifen in diesem Zusammenhang zu kurz. Zum einen ist die Definition, welche Lebensmittel gesund oder ungesund sind vom Gesundheitszustand des einzelnen abhängig und nur sehr schwer für die Allgemeinheit zu treffen. Milch oder Joghurt mit natur belassenem Fettgehalt beispielsweise ist für den Unter- oder Normalgewichtigen unbestreitbar ein gesundes Lebensmittel, für Übergewichtige oder Herzinfarktpatienten ist diese Frage nicht so leicht zu beantworten. Sie sollten nach derzeitigem Kenntnisstand besser auf fettärmere Produkte umsteigen. Zum anderen reizen Verbote bestimmter Lebensmittel dazu, diese Verbote zu umgehen wie dies im Fall der Alkopops geschehen ist.

Aus Sicht des Deutschen LandFrauenverbandes muss Verbraucherbildung im Elternhaus anfangen und in Kindergarten und Schule fortgesetzt werden. Insbesondere der Schule kommt eine zentrale Bedeutung zu, weil sie verpflichtend ist und dort auch Defizite aus dem Elternhaus ausgeglichen werden können. Der Deutsche LandFrauenverband setzt sich seit vielen Jahren für ein Pflichtfach Hauswirtschaft an allen allgemein bildenden Schulen für Jungen und Mädchen in allen Klassenstufen ein. In einem solchen Fach könnten alle Fragen rund um das Thema Haushaltsführung gelehrt werden, einschließlich Fragen von gesunder Ernährung und eines ausgewogenen Lebensstils mit ausreichend Bewegung. Diese Fragen sind von ebensolcher Wichtigkeit wie Lesen und Schreiben und müssen deshalb auch gleichwertig in der Schule behandelt werden.

Verbraucherinformation (er)lebbar gestalten!

Verbraucherinformation muss so gestaltet werden, dass sie im Alltag umgesetzt werden kann. Die im Auftrag der CMA durchgeführte Studie zum Ernährungswissen macht deutlich, dass nicht immer alles Wissen in die Praxis umgesetzt wird. Ca. 30 % der Befragten gaben an, dass Gemüse und Obst für eine gesunde Ernährung wichtig sind, aber nur 7 % berücksichtigen diesen Aspekt in ihrem eigenen Essverhalten. Motivation spielt in diesem Zusammenhang eine große Rolle. Der Ernährungspsychologe Professor Pudiel von der Universität Göttingen macht deutlich, dass das Ernährungsverhalten eher durch Emotionalität als durch Information bestimmt wird. Diese Kenntnisse der Ernährungspsychologie sollten für den Verzehr wünschenswerter Produkte nutzbar gemacht werden. Emotionale Ansatzpunkte bieten sich bei Lebensmitteln in der personenorientierten und praxisnahen Bewerbung der Produkte und im Geschmackserlebnis. Das Angebot von Obst und Gemüse beispielsweise sollte sich durch hohe Qualität und Frische auszeichnen. Es sollte attraktiv und glaubwürdig präsentiert werden und zu angemessenen Preisen zur Verfügung stehen. Ein weiterer Trend lässt sich aus den Daten der Zeitbudgeterhebung ablesen. Die Zeit, die für Einkaufen und Haushaltsorganisation aufgewendet wird, ist von 1991/92 zu 2001/2002 leicht gesunken. Für die Verbraucher, die sich zeitsparend gesund ernähren wollen, sollte ein Angebot an wenig verarbeiteten Lebensmittelkomponenten zur Verfügung stehen.

LandFrauen sind als Botschafterinnen für Agrarprodukte seit vielen Jahren erfolgreich in der Bewerbung von Agrarprodukten tätig. Sie können diese Ansatzpunkte aus eigener Erfahrung bestätigen. Sie sind glaubwürdig, weil sie den Bezug zur Erzeugung der Produkte herstellen und auch praktische Tipps zur Verarbeitung weitergeben können. Die attraktive Präsentation der Produkte spielt eine große Rolle. Verkostungsmöglichkeiten oder Rezepte, die leicht nachzukochen sind, werden gerne angenommen. Je leichter der Umgang mit angebotenen Obst und Gemüse, desto eher lässt sich der Kunde darauf ein.

Verbraucherinformation durch Ernährungspraxis ergänzen!

Die praktische Umsetzbarkeit im eigenen Haushalt wird neben der Ernährungsinformation immer wichtiger. Die praktischen Kompetenzen im Bereich Haushaltsführung haben in den letzten Jahrzehnten immer weiter abgenommen. Auch wenn die Studie an 52 Mütter-Töchter-Paaren zum Umgang mit Lebensmitteln in privaten Haushalten im Rahmen des Projektes Esskultur der Dr. Rainer-Wild-Stiftung nicht repräsentativ ist, so lassen sich daraus doch Trends erkennen, die in diese Richtung weisen. Beispielsweise macht die Studie deutlich, dass die befragten Töchter ein kleineres Kochrepertoire aufweisen als ihre Mütter. Außerdem verwenden die Töchter mehr Convenience-Produkte als ihre Mütter. Eine repräsentative wissenschaftliche Studie zu praktischen Kompetenzen in der Haushaltsführung steht noch aus und könnte ein Projekt sein, das im Rahmen des Grünbuchs realisiert wird.

Die Erfahrungen der von den Landeslandfrauenverbänden in Zusammenarbeit mit anderen Organisationen und Ministerien qualifizierten Ernährungsfachfrauen bestätigen obige Studienergebnisse. Bei ihren Einsätzen in Schulen oder bei Kochkursen mit Verbrauchern erleben die Ernährungsfachfrauen immer wieder, dass vielfach praktische Kompetenzen der Lebensmittelzubereitung nicht mehr vorhanden sind und dass die Weitergabe von theoretischen Verhaltensregeln im Bereich der Ernährung durch Praxis ergänzt werden muss. Oft scheitert beispielsweise die Umsetzung der Botschaft „5 am Tag“ daran, dass das Wissen verloren gegangen ist, wie bestimmte Gemüse zubereitet werden können.

Ansatz der LandFrauen für die Schule: Kochen aus dem Schulgarten!

Die oben geforderten Aspekte zur Verbindung von gesunder Ernährung und körperlicher Bewegung werden im Rahmen der schulischen Nachmittagsbetreuung durch LandFrauen bei „Kochen aus dem Schulgarten“ berücksichtigt.

„Kochen aus dem Schulgarten“ stellt einen ganzheitlichen Ansatz dar, der zum einen Ernährung und Bewegung beinhaltet, darüber hinaus aber ein pädagogisch didaktisches Konzept darstellt, das den Weg vom Anbau von Gemüse, Obst und Kartoffeln bis hin zum Verzehr als Ganzes erfasst. „Kochen aus dem Schulgarten“ wird von verschiedenen LandFrauenvereinen so oder in einzelnen Aspekten bereits angeboten:

- Die Schule unterhält einen Schulgarten. In dem Schulgarten werden Obst, Gemüse und Kartoffeln für die Schulküche von den Schülern angebaut. Der Schulgarten bringt Bewegung: Kinder bearbeiten im Schulgarten den Boden, säen und bewässern die Pflanzen, hacken Unkraut und ernten. Alle Aufgaben finden nicht in geschlossenen Räumen, sondern unter freiem Himmel statt.
- In der Schulküche werden die frisch geernteten oder bevorrateten Lebensmittel von den Schülern verarbeitet. Unter fachkundiger Anleitung wird eine ausgewogene Mahlzeit gekocht.

Zusätzlich erreicht dieses Konzept:

- Natürliche Zusammenhänge zwischen Anbau, Saison, Säen und Ernten werden spielerisch erlernt.
- Kinder erfahren, wie Gemüse, Obst und Kartoffeln außerhalb des Supermarktes und der Verpackung in ihren verschiedenen Wachstumsphasen aussehen.
- Regen und Sonne – also das Wetter - werden als wichtige Faktoren für den Anbau von Nahrungsmitteln erlebt.
- Die Erfahrung, Produkte zu säen und zu ernten, stärkt auf vielfältige Weise das Selbstwertgefühl von Kindern.
- Die eigene Tomate oder Kartoffel in der Küche zu verarbeiten wird zu einem besonderen Erlebnis. Hier wird auch das Thema Geschmack wesentlich intensiver aufgegriffen als mit gekauften Produkten.
- Die Arbeit im Garten und in der Küche fördert soziale Kompetenzen.
- Gartenarbeit gilt als sehr ausgleichend in einer Zeit, in der schon Kinder unter Stress leiden.
- Das Verständnis für Herkunft und Anbauweisen von Gemüse, Obst und Kartoffeln wird auf praktische Weise erlernt und wird den zukünftigen Kunden und Verbraucher prägen.
- Eigenschaften, welche die Frische und die Qualität von Produkten erkennbar machen, werden vermittelt.
- Der Weg vom Schulgarten in die Schulküche erfordert das Anwenden von Wissen über Lager- und Vorratshaltung.
- Die Verarbeitung von Produkten aus dem Schulgarten weckt das Verständnis für regionale Produkte und die entsprechenden Rezepte.

Was dieses Konzept nicht leisten kann und will:

Es ist keine Lösung für Kinder, die bereits Anzeichen für ärztlich zu behandelnde ernährungs- und bewegungsbedingte Krankheiten aufweisen.

This paper represents the views of its author on the subject. These views have not been adopted or in any way approved by the Commission and should not be relied upon as a statement of the Commission's or Health & Consumer Protection DG's views. The European Commission does not guarantee the accuracy of the data included in this paper, nor does it accept responsibility for any use made thereof.