



**Bundeszentrum
für Ernährung**

Speiseplan der Zukunft

Impulse für Ernährung und Landwirtschaft

Dr. Margareta Büning-Fesel, Leitung BZfE



Bild: AdobeStock, © arinspiring

1

Mein „roter Faden“

- ◆ Einführung - worum geht es?
- ◆ Nachhaltigkeit, planetare Ressourcen
- ◆ Planetary Health Diet,
Lebensmittelempfehlungen
- ◆ Konsum und Produktion in Deutschland
- ◆ Empfehlungen aktueller Gutachten

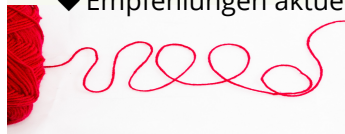


Bild: AdobeStock, © studio306/motila



2

DER DOPPELTE WECKRUF DES WELT-KLIMARATES

Kommentar von Dr. Marit Schröder in topagrar:

Der menschengemachte **Klimawandel beschleunigt sich drastisch**. Die verheerenden Folgen sind längst nicht mehr theoretische Modellierungen der Wissenschaft. Sie sind da. Jetzt.



Handeln wir in den kommenden zehn Jahren nicht mit einer massiven Kraftanstrengung, dann ist es schlicht zu spät. Denn **die Klimakrise** – und das unterscheidet sie von uns bekannten Krisen – **ist existenziell für unseren Planeten und unser Leben auf ihm**. Niemand ist vor ihr gefeit.

Der Klimawandel hat massive Auswirkungen auf die Land- und Forstwirtschaft – davon zeugen nicht zuletzt die Dürrejahre 2019 und 2020. Viele Ackerkulturen werden mittelfristig erhebliche Probleme bekommen. In der Tierhaltung leiden besonders Milchkühe unter Hitzestress. Und auch der Wald siecht schon jetzt unter massiven Schädlingsbefall.

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



3

DER DOPPELTE WECKRUF DES WELT-KLIMARATES

Kommentar von Dr. Marit Schröder in topagrar:

Gemeinsam mit der längst losgetretenen Debatte um Tierwohl, Fleischkonsum und Biodiversität **definieren die Klimafolgen das Berufsbild des Landwirtes neu**.



Natürlich bleiben sie Nahrungsmittelproduzenten.

Doch daneben werden **Land- und Forstwirte zu Klima-, Energie- und Naturwirten**: Indem sie CO₂ in Böden und Wäldern binden. Indem sie aus Biomasse, Wind und Sonne saubere Energie produzieren. Indem sie neue Ackerkulturen für eiweißreiche Nahrung anbauen.

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



4



POTSDAM-INSTITUT FÜR
KLIMAFOLGENFORSCHUNG

„Die globale **Nahrungsmittelproduktion** bedroht die Stabilität des Klimas und die Widerstandsfähigkeit der Ökosysteme.

Sie stellt den größten Einzelfaktor für die Umweltzerstörung und die Überschreitung der planetarischen Grenzen dar. Zusammengekommen ist das Ergebnis katastrophal. Eine radikale Transformation des globalen Ernährungssystems ist dringend erforderlich“



Johan Rockström,



H. Lotze-Campen

„Während es kurz- bis mittelfristig ein gewisses Potenzial für technische und betriebswirtschaftliche Lösungen gibt, um die Umweltauswirkungen der Landwirtschaft zu reduzieren, liegt der **wichtigste langfristige Hebel für eine nachhaltigere Landwirtschaft und Nahrungsmittelproduktion in einer Veränderung der Nachfragemuster und Ernährungsgewohnheiten**“

Büning-Feser LW Woche Südhessen Januar 2022



5

PLANETARY HEALTH DIET

Die Kernfrage

- Wie können alle Menschen der Erde bis 2050 nachhaltig und gesund ernährt werden, unter Berücksichtigung der „Grenzen“ unseres Planeten und des Schutzes der Gesundheit

Wer sind die Initiatoren?

- Das Fachmagazin „Lancet“
- Die Organisation „EAT“ (NGO)
- 37 Wissenschaftler*innen aus 16 Ländern



Bild: AdobeStock, © aleximx

Was ist das Ziel?

- Eine wissenschaftliche Grundlage für den Wandel des globalen Ernährungssystems schaffen
- Den Referenzrahmen für eine gesundheitsförderliche und umweltgerechte Ernährungsweise aufzeigen

Büning-Feser LW Woche Südhessen Januar 2022



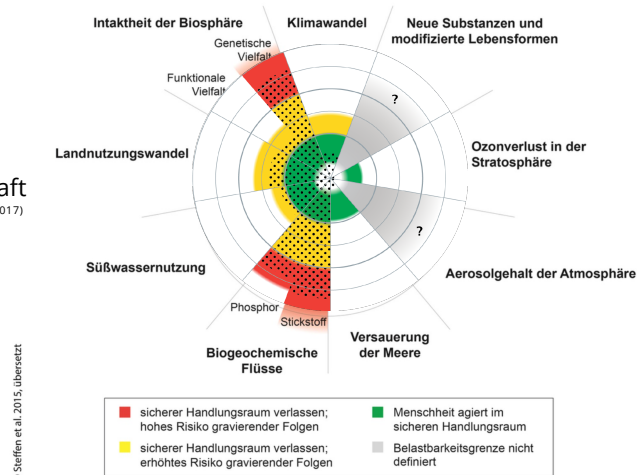
6

DAS KONZEPT DER „PLANETAREN GRENZEN“

Von „Public Health“ zu Planetary Health“



Einfluss der Landwirtschaft
(Quelle: Campbell et al. 2017)



Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022

7

Bild: www.eatforum.org



Ernährung ist das effektivste Mittel, das uns zur Verbesserung der menschlichen Gesundheit und der ökologischen Nachhaltigkeit auf der Erde zur Verfügung steht.

Eat-Lancet Kommission 2019

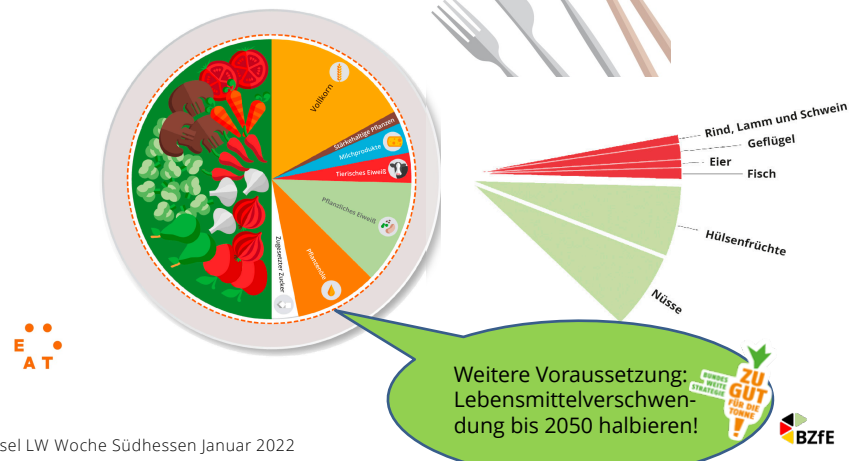
Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



8

ERNÄHRUNG MIT BLICK AUF NACHHALTIGKEIT UND GESUNDHEIT

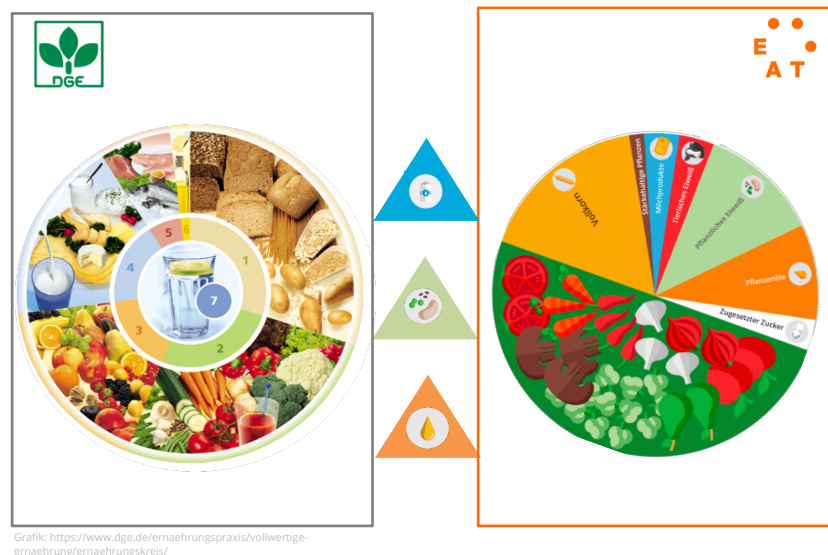
Empfehlungen der „Planetary Health Diet“ (PHD)



Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022

9

DGE und PHD / EAT unterscheiden sich nur gering



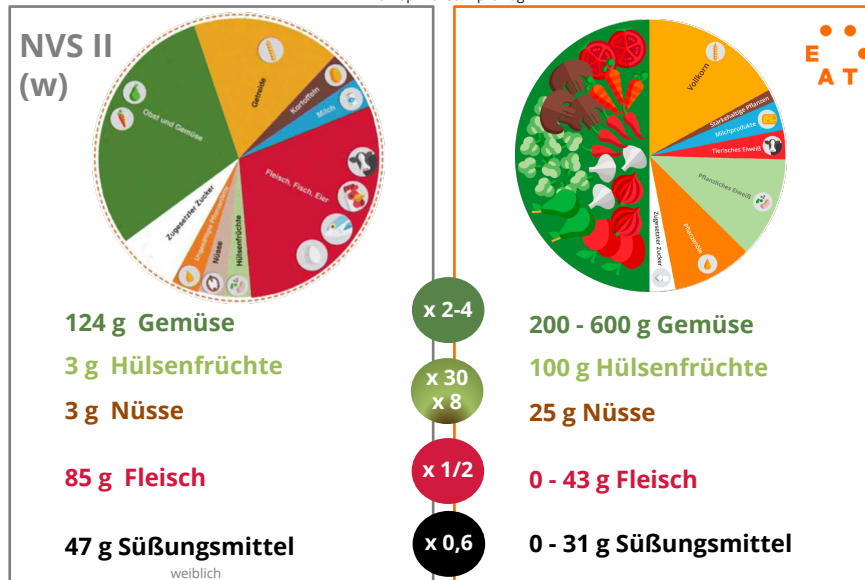
Grafik: <https://www.dge.de/ernaehrungspraxis/vollwertige-ernaehrung/ernaehrungskreis/>

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022

10

UND WIE SIEHT DIE REALITÄT AUS?

Pro-Kopf Konsum pro Tag



Grafik: <https://www1.wdr.de/mediathek/video/sendungen/quarks-und-co/video-planetary-health-diet-100.html>

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



11

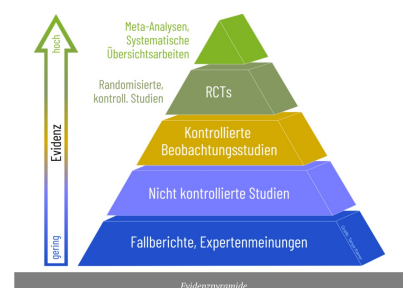
WIE FUNDIERT SIND ERNÄHRUNGSEMPFEHLUNGEN?

Anmerkungen zur Kritik an der vorliegenden Studienlage

Beobachtungsstudien sind methodisch relativ schwach, aber sie sind die besten Studien, auf die wir für bestimmte Fragen im Ernährungsbereich zugreifen können.

Der Goldstandard wissenschaftlicher Erkenntnis ist die sog. doppelt verblindete, randomisiert-kontrollierte Studie.

Es wird keine Studien geben bei denen Menschen über Jahrzehnte im Labor nach dem Zufallsprinzip entweder Wurst oder „Placebo-Wurst“ essen.



Bildquelle: <https://constoria.ch/werke/content-artikel/millefolia/>
Tanya Karrer



Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022

12

WIE VERLÄSSLICH SIND ERNÄHRUNGSEMPFEHLUNGEN?

Anmerkungen zur Kritik an der vorliegenden Studienlage / PHD

Die 10 Regeln der DGE und die Planetary Health Diet sind ähnlich gut darin, eine vorzeitige Sterblichkeit zu vermeiden - in ökologischer Hinsicht bietet letztere aber zusätzliche Vorteile

Eine **Verringerung des Konsums tierischer Lebensmittel** hat das größte Potential, **den ökologischen Fußabdruck des Ernährungssystems** zu reduzieren

Der **größte unmittelbare Nutzen für die menschliche Gesundheit** ist hingegen von einem **vermehrten Konsum von Vollkornprodukten, Gemüse und Obst zu erwarten**, sowie einer angemessenen Gesamt-Energiezufuhr

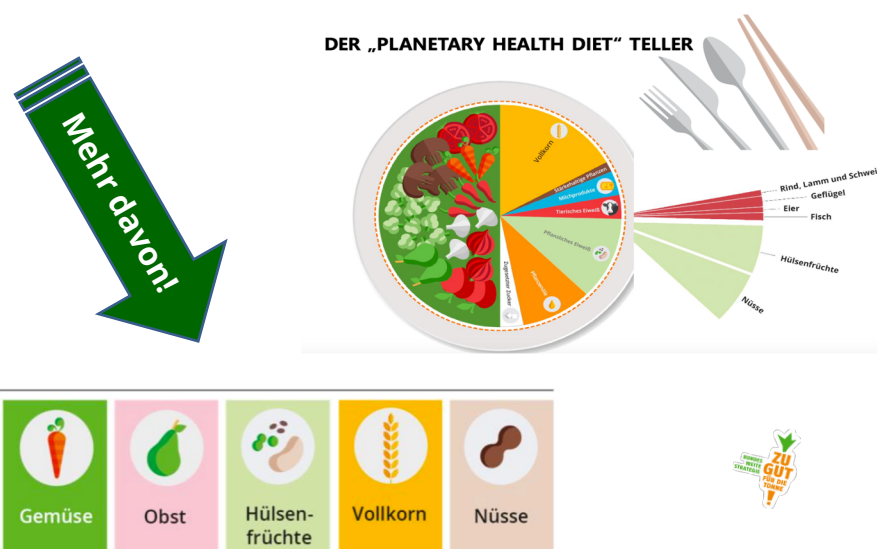
Vgl. dazu auch <https://pan-int.org/german-stellungnahme-pan-dab-artikel/>

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



13

STRATEGIE FÜR EINE NACHHALTIGERE ERNÄHRUNGSWEISE:



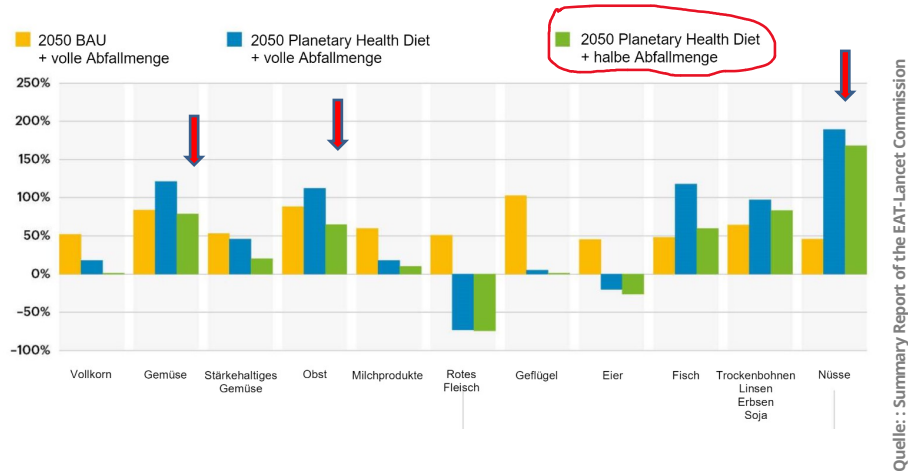
Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



14

WIE MÜSSTE SICH DIE PRODUKTION ANPASSEN?

Drei mögliche Szenarien bis 2050

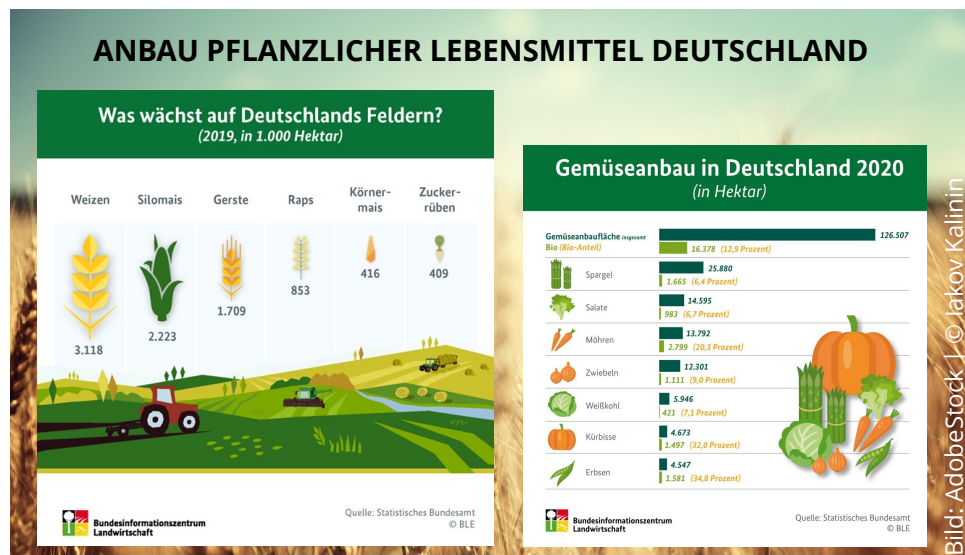


BAU = weiter wie bislang

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



15



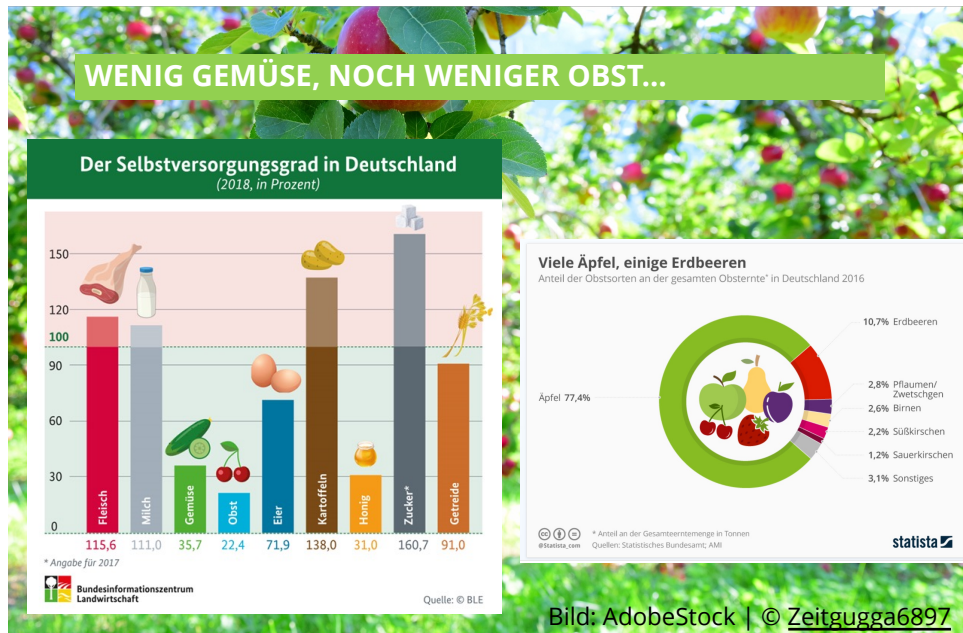
Auf drei Viertel des Ackerlands werden sechs Kulturpflanzen angebaut

Auf knapp 0,8 Prozent der gesamten landwirtschaftlich genutzten Fläche wird Gemüse angebaut. (Obst-Anbau ca. 64.000 ha)

Büning-Fesel Arbeitstagung LandFrauen Hessen 04.09.2021



16



Büning-Feser Arbeitstagung LandFrauen Hessen 04.09.2021



17

5 STRATEGIEN FÜR EINE GLOBALE ERNÄHRUNGSTRANSFORMATION

1. Gesundere Ernährung fördern
2. Qualität und Vielfalt statt Quantität in der Landwirtschaft
3. Ökologische Intensivierung der Landwirtschaft
4. Strengere Vorgaben für die Nutzung von Land und Meer
5. Lebensmittelabfälle halbieren

eatforum.org / FAO



Büning-Feser LW Woche Südhessen Januar 2022



18

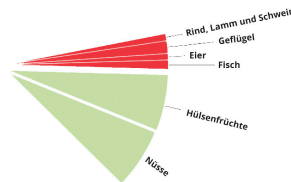
FAZIT: ES IST ZEIT ZUM HANDELN!

Schlussfolgerung

Wir sollten alle anerkennen dass die globale Lage ernst ist und dass wir handeln müssen!

Wesentliche Handlungsfelder:

- **Halbierung der Lebensmittelverschwendung**
- deutlich **reduzierter Konsum tierischer Produkte**
- erhöhter Konsum **pflanzlicher Protein-Lieferanten**



Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



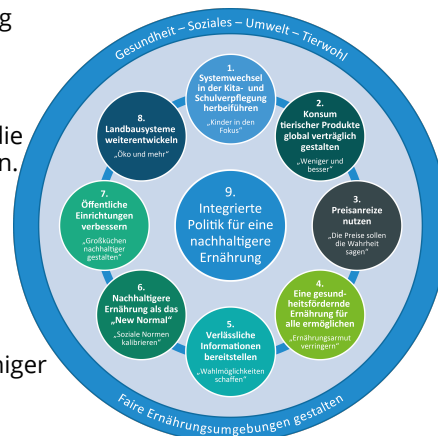
19

WBAE-GUTACHTEN 2020

Konsum tierischer Produkte: weniger und besser!

Eine **umweltverträglichere** Ernährung hat verschiedene Ansatzstellen. Eine bedeutende ist die Verminderung des Konsums von Fleisch sowie anderen tierischen Produkten, eine andere ist die Vermeidung von Lebensmittelverlusten.

Eine **tierwohlorientierte** Ernährung steht und fällt mit der Auswahl von Produkten mit höheren Tierwohlstandards. Weniger tierische Produkte zu konsumieren, kann zu mehr Tierwohl beitragen, wenn es in Form eines „weniger und besser“ erfolgt.



<https://nachhaltigere-ernaehrung-gutachten.de/>

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



20

FAZIT DER ZUKUNFTSKOMMISSION LANDWIRTSCHAFT

Hinweise zum Thema Lebensmittelauswahl

Eine abwechslungsreiche, pflanzlich orientierte Ernährung mit einem hohen Anteil an Obst und insbesondere Gemüse, Hülsenfrüchten sowie ballaststoffreichen Lebensmitteln, wie sie global in fast allen Ernährungsempfehlungen der Fachgesellschaften präferiert wird, sollte gefördert werden.

Den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung folgend, sollte der Konsum von tierischen Erzeugnissen reduziert werden.



<https://www.bmel.de/DE/themen/landwirtschaft/zukunftscommission-landwirtschaft.html>

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



21

FLEISCH IN DEN ERNÄHRUNGS-EMPFEHLUNGEN

Was sagt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung?

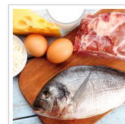


Eine Realisation der Obergrenze 600 g/Woche würde eine **Halbierung** des derzeitigen durchschnittlichen Fleisch-Konsums* bedeuten, die Untergrenze entspricht ca. ¼.

Fazit: Der Fleischkonsum in seiner gegenwärtigen Form ist **ernährungsphysiologisch nicht erforderlich**.

*2020 57,3 kg/Kopf/Jahr

1. Lebensmittelvielfalt genießen ▼
2. Gemüse und Obst – nimm „5 am Tag“ ▼
3. Vollkorn wählen ▼
4. Mit tierischen Lebensmitteln die Auswahl ergänzen ▲



Essen Sie Milch und Milchprodukte wie Joghurt und Käse täglich, Fisch ein- bis zweimal pro Woche. Wenn Sie Fleisch essen, dann nicht mehr als 300 bis 600 g pro Woche.

300-600 g/Woche

Foto: ©Africa Studio - stock.adobe.com

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



22

AKTUELLE POSITIONSPAPIERE DES DLV

Fleischkonsum und Nutztierhaltung



„Der dlv folgt den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) beim Fleischkonsum und betont, dass es individuell je nach Alter, Geschlecht und körperlicher Tätigkeit sehr unterschiedliche Ansprüche gibt.“

Die DGE rät, den Fleischkonsum auf die Gesamtbevölkerung betrachtet zu halbieren und kommt damit auf eine Empfehlung von bis zu 600g Fleisch und Wurst pro Woche.“

Ziel allen Bemühens muss es sein, die Nutztierhaltung in Deutschland so zu transformieren, dass auch zukünftig landwirtschaftliche Betriebe davon auskömmlich leben können.

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



23

FAZIT DER ZUKUNFTSKOMMISSION LANDWIRTSCHAFT

Hinweise zum Thema Ernährungsbildung

Die ZKL schlägt ein zielgruppen-spezifisches, flächendeckendes und dauerhaftes **Bildungsangebot zur Stärkung der Ernährungs- und Finanzkompetenz (Haushaltsführung) der Verbraucher:innen vor**, das u. a. den Wert einer nachhaltigen und gesunden Ernährung sowie entsprechende Zubereitungs- und Kochkompetenzen vermittelt.



<https://www.bmel.de/DE/themen/landwirtschaft/zukunftscommission-landwirtschaft.html>

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



24

IMPULSE FÜR DIE ERNÄHRUNGSBILDUNG



Fritten for future? Klimaschutz mit Messer, Gabel und ...
Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



25

MEHR DAZU AUF DER BZFE-WEBSITE:



ERNÄHRUNG

LEBENSMITTEL

NACHHALTIGER KONSUM

Nachhaltiger Konsum * 0

Lagern, Kochen, Essen, Teilen

Lebensmittel wertschätzen



© iStockphoto / Fotolia.com



Meal Prepping

Vorkochen neu entdeckt

Saisonal genießen, gesund und vielseitig essen und Lebensmittelverschwendung vermeiden: Manchmal sind gute Vorsätze im Alltag schwer umsetzbar – Meal Prepping kann helfen. mehr...

Planetary Health Diet

Speiseplan für eine gesunde und nachhaltige Ernährung

Wissenschaftler haben einen Speiseplan vorgestellt, der die Gesundheit des Menschen und des Planeten gleichermaßen schützt. mehr...



NACHHALTIGER KONSUM

Lagern, Kochen, Essen, Teilen

- Planetary Health Diet
- Foodsharing
- Lebensmittel richtig lagern
- Lebensmittelverderb erkennen
- Lebensmittelverschwendung
- Vom Blatt bis zur Wurzel
- Fertigprodukte selber machen
- Meal Prepping

BLE-Medienservice >



BZfE-Medienkatalog

Lese-Tipps:

Büning-Fesel LW Woche Südhessen Januar 2022



26



**ICH FREUE MICH
AUF DEN WEITEREN
AUSTAUSCH
MIT IHNEN!**

www.bzfe.de

Margareta.Buening-Fesel@bzfe.de

Bild: AdobeStock, © juliasudnitskaya