



„FAIRantwortung übernehmen!“

Vernetzungstreffen im Rahmen des

Fokus Ernährung

28. September 2015, Salzburg

Cornelia Seitlinger-Schreder

Übersicht

- Ernährungsökologische Aspekte
- ... im Setting Schule
- Fokus Ernährung – 2011 bis 2015
 - Beispiele aus der Praxis
 - Allergenkennzeichnung

Ernährungsökologische Aspekte

- soziale Aspekte
- gesundheitliche Aspekte
- ökonomische Aspekte
- ökologische Aspekte



Definition der Ernährungsökologie, v. Koerber, Männle, Letzmann 2004

Ernährungsökologische Aspekte

- ökologische Aspekte
 - Materialintensität
 - z. B. 17 kg Futtermittel für 1 kg Fleisch
 - tierische Produkte benötigen mehr Fläche, Wasser und Energie
 - pflanzenbetonte/vegetarische Ernährung stellt Optimum bei Einsparung von Ressourcen und Schutz von Klima und Umwelt dar
 - Transportwege

Ernährungsökologische Aspekte

Exkurs: Wasserverbrauch

- tierische Lebensmittel (Liter/kg Lebensmittel)
 - Rindfleisch: 13000-21000
 - Schweinefl.: 4500-6000
 - Hühnerfl.: 2500-4500
 - Fisch: 5000
 - Käse: 5000
 - Eier: 2700-4700
 - Milch: 600-1000
- pflanzliche Lebensmittel (Liter/kg Lebensmittel)
 - Reis: 1300-3600
 - Weizen: 900-2000
 - Mais: 450-1900
 - Kartoffeln: 200-600
 - Früchte: 500
 - Gemüse: 200

Ernährungsökologische Aspekte

- Ökonomische Aspekte
 - Exportprodukte = beste Böden und meiste Arbeitszeit
 - Verringerung der eigenen Nahrungsmittelsicherheit
 - Problematik Palmöl

Ernährungsökologische Aspekte

- soziale Aspekt
 - Kombination von ökonomischen und ökologischen Aspekten
 - Ausbeutung
 - Zerstörung von Lebensräumen vermeiden
- gesundheitliche Aspekte
 - zu viel tierische Produkte
 - zu viel stark verarbeitet Produkte

Zukunftsfähiger Ernährungsstil

- geringer Verzehr von Fleisch und Wurstwaren
- biologisch erzeugte Lebensmittel
- regionale (lokale) und saisonale Produkte
- gering bzw. mäßig verarbeitete Lebensmittel
- umweltverträglich verpackte Erzeugnisse
- sozialverträgliche Produkte
- Genuss beim Essen

Übersicht

- Ernährungsökologische Aspekte
- ... im Setting Schule
- Fokus Ernährung – 2011 bis 2015
 - Beispiele aus der Praxis
 - Allergenkennzeichnung

Schule macht Nachhaltigkeit!

- Verpackung (bzgl. Müll)
- regionale &
- saisonale Lebensmittel
- Bio Produkte
- vegetarische/vegane Angebote
 - bewusst mehr pflanzliche Produkte einsetzen
- Portionsgröße/Preis-Leistung
- Gering verarbeitete Produkte

Schule macht Nachhaltigkeit!

- Verpackung/Müll
 - Verpackung aus nachhaltigen Materialien
 - Rüben, Mais
 - kompostierbar
 - Vermeidung warme Speisen & Getränke in Plastik aufzubewahren
 - Müll reduzieren
 - Hygieneanforderungen beachten, z.B. Papierbanderole zum Angreifen
 - statt Plastik-, z. B. CPLA-Besteck verwenden

Schule macht Nachhaltigkeit!

- CPLA – kristallisierte Polymilchsäure
 - Ausgangsprodukt (Mais, Rüben) + Talkpulver
 - Im Vergleich zu Plastik insgesamt 60 % weniger CO₂ Ausstoß in der Produktion
 - 100 % biologisch abbaubar & bis 80 °C
 - österreichische Produktion, 100 Stk. ab 3,00 Euro

Schule macht Nachhaltigkeit!

- PLS – Polymilchsäure
 - Milchsäure aus Glucose
 - Glucose aus stärkehaltigen Pflanzen (Mais)
 - 100 % nachwachsende Rohstoffe
 - Jedoch nicht hitzebeständig (max. 40 °C)
 - österreichische Produktion, 50 Stk. ab 5,00 Euro

Schule macht Nachhaltigkeit!

- regionale/saisonale Lebensmittel
 - Kooperationen mit Bauern/Nahversorger
 - anbringen von Saisonkalender für Obst & Gemüse bei Verkaufsfläche
 - in den Unterricht inkludieren/fächerübergreifend
 - am Beispiel eines Gartens/Hochbeets visualisieren
 - Getreide und –produkte (Brot, Nudeln, Süßspeisen) aus der Region, von regionalen AnbieterInnen

Schule macht Nachhaltigkeit!

- Bio-Produkte

- Vorteile:

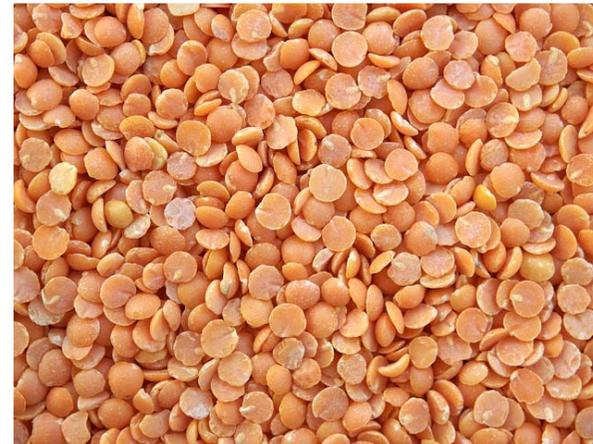
- ↓ Pestizide
 - ↑ sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe

- Nachteile: teilweise...

- nicht transparente Herkunftsbezeichnung
 - hohe Transportkosten = Produkt teurer
 - Umweltbelastung durch weite Transportwege
 - Ausbeutung vor Ort (sozial, ökonomisch)
 - Preis-Leistungs-Verhältnis

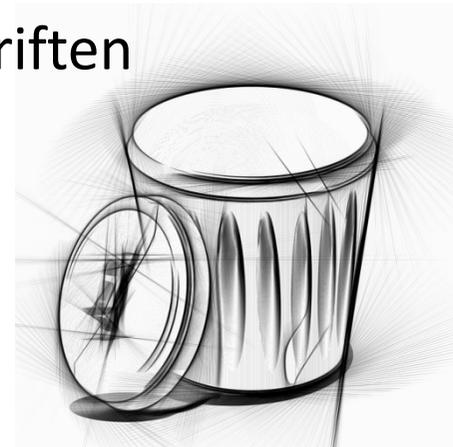
Schule macht Nachhaltigkeit!

- (schlau ausgewählte) vegetarische Angebote
 - gesundheitsförderliche
 - & bewusste Lebensmittelauswahl
 - Einsatz von Hülsenfrüchte (z. B. für Aufstriche: Humus, Erbsenaufstrich)



Schule macht Nachhaltigkeit!

- Portionsgröße
 - an Zielgruppe anpassen
 - Lebensmittelabfall vermeiden
 - Reste vermeiden bzw. weitergeben, -verwenden
 - unter Beachtung der Hygienevorschriften
 - Ernährung und Haushalt
 - Buffetbetrieb
 - Mittagsverpflegung



Zu gut für die Mülltonne!

EUROPA

3 Millionen Tonnen Brot /Jahr

Österreich

100.000 Tonnen Lebensmittel/Jahr

40 Tonnen Brot/Jahr



Infobox:

- originalverpackt Molkereiprodukte & Eier
- angebrochen Brot & Gebäck
- Geldwert/Salzburger Haushalt/Jahr = **Euro 300,00**

Salzburg

Salzburg 9.300 Tonnen Lebensmittel/Jahr – inkl. Gastronomie

pro Haushalt (2,4 P): 43 kg Lebensmittel/Jahr – exklusive Gastronomie

Quelle: Kreuzberger, S.; Thun, V. Die Essensvernichter. ; www.stadt-salzburg.at;

Vegane Schulverpflegung

- Zu beachtende Punkte sind
 - Nährstoffversorgung
 - kritische Nährstoffe: Calcium, Vitamin D, Vitamin B12
 - Frage des Preises
 - meist handelt es sich bei Sojaprodukten ebenfalls um hochverarbeitete Produkte ohne natürlichen Mehrwert
 - Frage der Zuständigkeit
- Möglich sind flexible vegane Snacks
 - z. B. unter Einsatz von Hafermilch (aus und in Österreich produziert)
 - Einsatz von Hülsenfrüchte

Übersicht

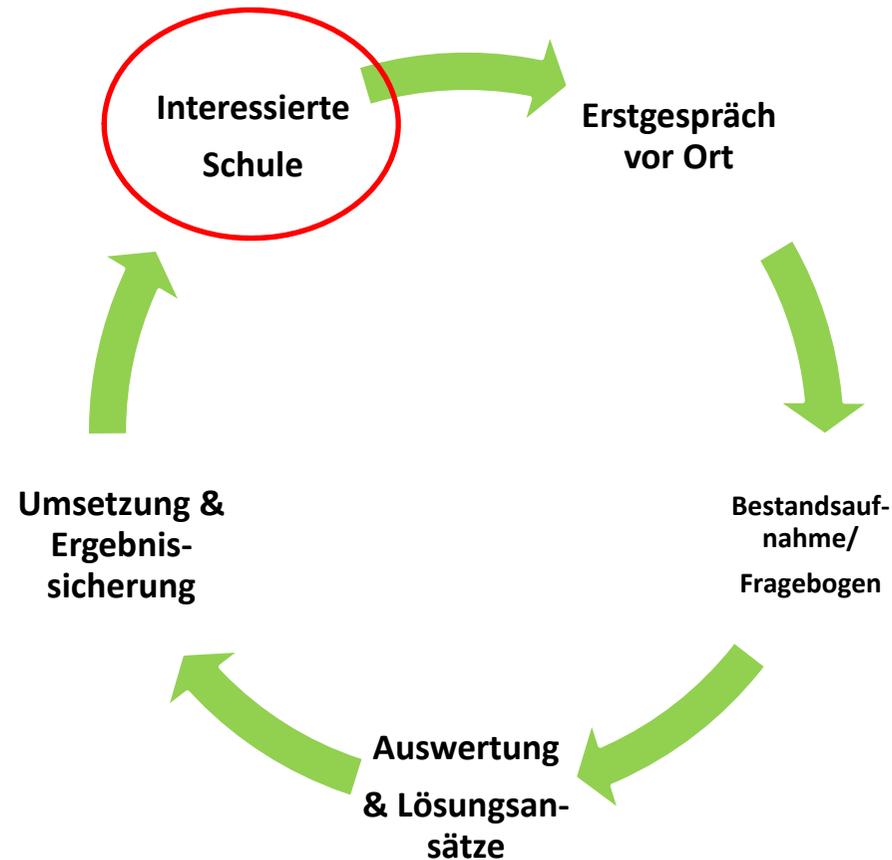
- Ernährungsökologische Aspekte
- ... im Setting Schule
- **Fokus Ernährung – 2011 bis 2015**
 - **Beispiele aus der Praxis**
 - **Allergenkennzeichnung**

Fokus Ernährung

- Jänner 2011
- jährliche Ausschreibung
- Schwerpunkt: **Verhältnisprävention** mit Fokus auf Verpflegung im Setting Schule
- Netzwerk **75 Schulen & KooperationspartnerInnen**
- individuelle Lösungsansätze
- und Maßnahmen zur Optimierung der Verpflegungssituation vor Ort

Fokus Ernährung

Ziel → Veränderung erreichen



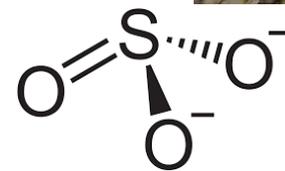
Einblicke ...

- Buffetoptimierungen
- regelmäßige Verpflegung langfristig verankern
- Getränke- und Snackautomaten optimieren bzw. eliminieren
- Wasserbrunnen
- Allergenkennzeichnung

Einblicke ...

- Exkursion Bauernhof
- Urban Gardening
 - <https://www.facebook.com/urbangardeningavos?ref=profile>
- Kooperation mit RTS: Nachhaltigkeit erfahrbar für SchülerInnen machen:
 - <http://www.rts-salzburg.at/sendung/2015-07-01/gsund-in-salzburg>

Allergenkennzeichnung



Allergenkennzeichnung

- **Dokumentation**
- **schriftliche Information**
- in der Schulpraxis häufig
 - Gluten
 - Milch & Laktose
 - Ei
 - Schalenfrüchte

DANKE für Ihre Aufmerksamkeit



AVOS – Prävention & Gesundheitsförderung
Cornelia Seitlinger-Schreder BEd, MSc

Ernährungswissenschaftlerin, Ernährungspädagogin

Elisabethstraße 2, 5020 Salzburg

+43 662 88 75 88 44

seitlinger-schreder@avos.at

www.avos.at

www.gesundheitsalzburg.at