



plattform
ernährung und
bewegung e.v.

peb-Themendienst

In Kooperation mit dem Bundesverband Deutsche Tafel e.V.

Erntedankfest – Die Gelegenheit Lebensmittel neu zu entdecken und wertzuschätzen.

Berlin, Oktober 2014 – Am 05.10.2014 ist Erntedankfest. Ein Fest, das die Menschen früher am Ende der Erntezeit feierten, um für die Feldfrüchte zu danken. Noch vor 100 Jahren lebte der größte Teil der Menschen auf dem Land und war davon abhängig, im Sommer genügend Vorräte für den Winter anzulegen. Heute, da Lebensmittel „aus dem Supermarkt kommen“, ist für viele Kinder nicht mehr vorstellbar, dass eine Mahlzeit hart erarbeitet werden muss. Das Erntedankfest ist also eine gute Gelegenheit, Kindern zu erklären woher die Lebensmittel kommen, die man das ganze Jahr über im Laden oder auf dem Markt kaufen kann und die Wertschätzung hierfür zu fördern. Ein willkommener Anlass an diesem Tag, oder auch an den darauf folgenden Wochenenden, einen Ausflug aufs Land zu unternehmen. Im Herbst feiern viele Bauernhöfe Hoffeste, bei denen Kinder viel über die Herkunft der Lebensmittel erfahren können.

Kochkompetenzen von Anfang an fördern

Auch der alltägliche Umgang mit Lebensmitteln und die Beteiligung von Kindern an der Zubereitung von Mahlzeiten fördern die Wertschätzung für Lebensmittel. Schon Kleinkinder können in der Küche mit anpacken: Anfänglich kann dies bedeuten, dass die Kinder die Löffel zum Tisch tragen und so beim Tischdecken helfen. Wenn sie das erste Mal selbstständig eine Gurke schneiden, sind Kinder „stolz wie Oskar“. So gehört der Umgang mit Lebensmitteln von Beginn an zur Lebenswelt der Kinder und ein ausgewogenes Ernährungsverhalten wird auf diese Weise auch gleich gefördert. Erntedank ist also eine gute Gelegenheit, Kindern den Weg der Lebensmittel zu zeigen, indem man zum Beispiel selbst Brot oder Pizza bäckt oder Apfelmus kocht. Beim Kochen und Essen sollten Eltern ihren Kindern ein Vorbild sein und Essensreste verwerten, statt sie wegzuerwerfen. Nudeln und Kartoffeln vom Vortag schmecken wunderbar, wenn man sie mit Ei und

**Plattform Ernährung
und Bewegung e.V.**
Wallstraße 65
10179 Berlin

Tel. 030 27 87 97-67
Fax 030 27 87 97-69
plattform@pebonline.de
www.pebonline.de

Pia Graewert

Tel.: 030 27 87 97-65

p.graewert@pebonline.de

etwas Gemüse aufbrät und Eintöpfe schmecken aufgewärmt oft noch besser, als am ersten Tag.

Einsatz der Tafeln zur gerechteren Verteilung von Lebensmitteln

Wertschätzung von Lebensmitteln – eine Aufgabe, der sich die Tafeln in Deutschland angenommen haben. Millionen Menschen in Deutschland leben in Armut; vielen bleiben nur wenige Euro, um Lebensmittel zu kaufen. Gleichzeitig werden pro Kopf im Durchschnitt 82 kg Lebensmittel im Jahr in den Müll geworfen. Die Tafeln sammeln Lebensmittel, die nicht mehr verkauft werden können, aber noch qualitativ einwandfrei sind, wie z.B. Backwaren vom Vortag oder Obst und Gemüse mit Schönheitsfehlern, und geben diese an sozial und wirtschaftlich benachteiligte Menschen weiter. Neben dieser Arbeit ist es ein Anliegen der Tafeln, auf eine Änderung der politischen Rahmenbedingungen hinzuwirken. Durch Aktionen, wie die „Langen Tafeln“, die regelmäßig in Innenstädten veranstaltet werden, sollen Gesellschaft und Politik auf das Ungleichgewicht in der Lebensmittelverteilung aufmerksam gemacht werden.

Auch im Bereich der Bildung engagieren sich die Tafeln. Die Berliner Tafel beispielsweise geht mit ihrem Projekt KIMBASchule in Schulen und gibt dort Kurse in Kochen und Lebensmittelkunde.

Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb)

peb ist ein Zusammenschluss von Vertretern aus öffentlicher Hand, Wirtschaft, Wissenschaft, Sport, Eltern und Ärzten. Über 100 Mitglieder setzen sich bei peb aktiv für eine ausgewogene Ernährung und mehr Bewegung als wesentliche Bestandteile eines gesundheitsförderlichen Lebensstils bei Kindern und Jugendlichen ein. Weitere Infos unter: www.pebonline.de und www.blogmitpeb.de