# LEBENSMITTEL-VERSCHWENDUNG

Lebensmittelverschwendung ist ein globales Problem, das nahezu alle Bereiche der Lebensmittelkette – von der Produktion bis zum Endverbraucher – betrifft. Laut dem UN Food Waste Index 2024 landen jedes Jahr weltweit mehr als eine Milliarde Tonnen Nahrungsmittel im Abfall, die eigentlich noch zum Verzehr geeignet wären, bevor sie überhaupt die Möglichkeit hatten, konsumiert zu werden. (UN, 2024) Für die Produktion der Lebensmittel werden landwirtschaftliche Flächen stark beansprucht und es entstehen große Mengen $CO_2$, die zur Klimakrise beitragen. Dabei gehen wertvolle Ressourcen wie Wasser, Energie und Boden verloren. Gleichzeitig verstärkt der übermäßige Einsatz von Düngemitteln die Umweltbelastungen zusätzlich. (UBA, 2023)

Mehr als die Hälfte der verschwendeten Lebensmittel entsteht dabei in privaten Haushalten. Durchschnittlich wirft jede Person in Deutschland jährlich rund 78 Kilogramm Lebensmittel weg. Häufig handelt es sich dabei um frisches Obst und Gemüse, Brot und Gebäck, Getränke, Milchprodukte oder auch Reste von bereits gekochten Speisen. Gründe hierfür sind unter anderem fehlende Einkaufsplanung, falsche Lagerung oder ein falsches Verständnis des Mindesthaltbarkeitsdatums. (BMEL, 2023; WWF, 2023) Gleichzeitig kämpfen weltweit Millionen von Menschen mit Hunger. Diese enorme Diskrepanz macht deutlich, wie wichtig ein bewusster und respektvoller Umgang mit unseren Lebensmitteln ist – für unsere Gesellschaft, unsere Umwelt und die kommenden Generationen. (Welthungerhilfe, o.D.)

**Was hat das mit unserem Projekt zu tun?**

Mit unserem „Iss Dich clever“-Projekt, möchten wir nicht nur die Grundlagen einer gesunden und ausgewogenen Ernährung vermitteln, sondern auch die Bedeutung von Nachhaltigkeit. In unseren Bildungseinheiten thematisieren wir deshalb unter anderem die Vorteile von Saisonalität und Regionalität. Saisonale und regionale Lebensmittel helfen dabei, Transportwege zu verkürzen und unnötigen Energieverbrauch zu vermeiden. Außerdem fördern sie die Wertschätzung für Lebensmittel, da die Kinder lernen, wie Lebensmittel in ihrer Region wachsen und wann sie geerntet werden können. (LErn BW, 2020)

**Tipps für den Alltag**

1. Einkaufsplanung. Bevor du einkaufen gehst, stelle sicher, was Du bereits zu Hause hast. Ein Foto vom Kühlschrankinhalt kann Dir helfen, den Überblick zu behalten. Eine Einkaufsliste verhindert unnötige Doppelkäufe.

2. Reste kreativ nutzen. Überreifes Obst, übrig gebliebenes Gemüse oder Beilagen wie Reis und Nudeln lassen sich wunderbar weiterverwerten – ob als leckere Suppen, Aufläufe oder Smoothies. Mit ein paar frischen Zutaten und Kreativität entstehen im Handumdrehen neue Gerichte!

3. Haltbarkeit verstehen. Die meisten Produkte sind oft länger genießbar als das Mindesthaltbarkeitsdatum angibt. Denn das Mindesthaltbarkeitsdatum ist kein Wegwerfdatum, sondern ein Hinweis darauf, wie lange ein Produkt bei richtiger Lagerung mindestens seine Qualität behält – ein kurzer Geruchs- oder Geschmackstest hilft, das zu überprüfen (BMEL, 2021).

4. Einfrieren, bevor es schlecht wird. Wenn etwas nicht rechtzeitig verbraucht, werden kann, friere es ein, bevor es verdirbt. Beschrifte alles mit dem Inhalt und dem Einfrierdatum, damit Du den Überblick behältst. Informiere Dich zuvor, ob das Lebensmittel zum Einfrieren geeignet ist und bis wann es nach dem Einfrieren verbraucht werden sollte.

5. Lebensmittel teilen. Überschüssige Lebensmittel können verschenkt, gespendet oder über Foodsharing-Plattformen weitergegeben werden (Foodsharing, 2024).

**Gemeinsam ein Zeichen setzen**

Mit unserem „Iss Dich clever"-Projekt möchten wir nicht nur Grundschulkinder, sondern auch ihre Eltern und Lehrkräfte für einen bewussten und achtsamen Umgang mit Lebensmitteln begeistern und sensibilisieren. Dabei möchten wir die Bedeutung von Regionalität und Saisonalität hervorheben, denn der bewusste Kauf von regionalen und saisonalen Produkten unterstützt nicht nur die Umwelt, sondern auch lokale Produzenten. Indem wir das Bewusstsein stärken, können wir gemeinsam zur Reduktion von Lebensmittelverschwendung beitragen und unsere Umwelt nachhaltig schützen. Machen wir gemeinsam den ersten Schritt – für weniger Verschwendung, mehr Regionalität und eine nachhaltigere Zukunft!

## Literaturverzeichnis:


·Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL). (2023): Paket gegen Lebensmittelverschwendung. Online verfügbar unter https://www.bmel.de, zuletzt aufgerufen am 17. Dezember 2024.

·Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL). (2021): Mindesthaltbarkeits- und Verbrauchsdatum. Online verfügbar unter https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/lebensmittelverschwendung/mindesthaltbarkeit-kein-verfallsdatum.html, zuletzt aufgerufen am 01. Januar 2025.

·Foodsharing Deutschland. (2024): Gemeinsam für mehr Lebensmittelwertschätzung. Online verfügbar unter https://foodsharing.de/, zuletzt aufgerufen am 02. Januar 2025.

·LErn BW – Landeszentrum für Ernährung Baden-Württemberg. (2020): Nachhaltig essen: regional, saisonal und pflanzlich. Online verfügbar unter https://landeszentrum-bw.de/,Lde/startseite/wissen/nachhaltig-essen-regional-saisonal-und-pflanzlich, zuletzt aufgerufen am 03. Januar 2025.

·Umwelt Bundesamt (UBA). (2023): Lebensmittelabfälle. Online verfügbar unter https://www.umweltbundesamt.de/themen/abfall-ressourcen/abfallwirtschaft/abfallvermeidung/lebensmittelabfaelle#undefined, zuletzt aufgerufen am 17. Dezember 2024.

·United Nations Environment Programme (UN). (2024): Food Waste Index Report 2024. Think Eat Save: Tracking Progress to Halve Global Food Waste. https://wedocs.unep.org/20.500.11822/45230.

·Welthungerhilfe. (o.D.): Lebensmittelverschwendung - Ursachen & Fakten. Online verfügbar unter https://www.welthungerhilfe.de/lebensmittelverschwendung/ , zuletzt aufgerufen am 03. Januar 2025.

·WWF Deutschland. (2023): Lebensmittelverschwendung. Online verfügbar unter https://www.wwf.de/themen-projekte/landwirtschaft/ernaehrung-konsum/lebensmittelverschwendung, zuletzt aufgerufen am 01. Januar 2025.