

healthy3: Initiative für eine nachhaltige Ernährung und einen gesunden Lebensstil

One Health | Eine neue Perspektive für die Gesundheitsförderung

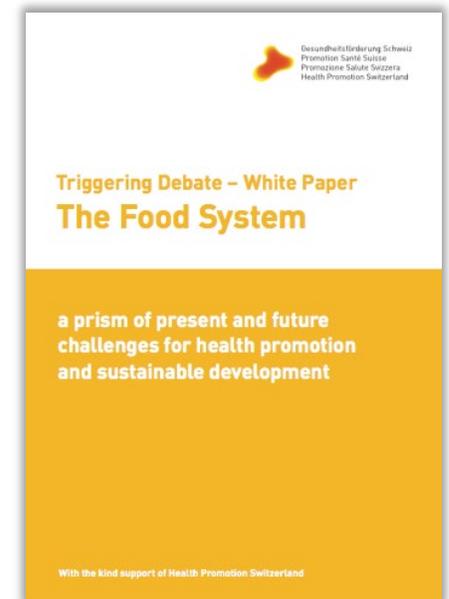
25. Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz, 1. Februar 2024

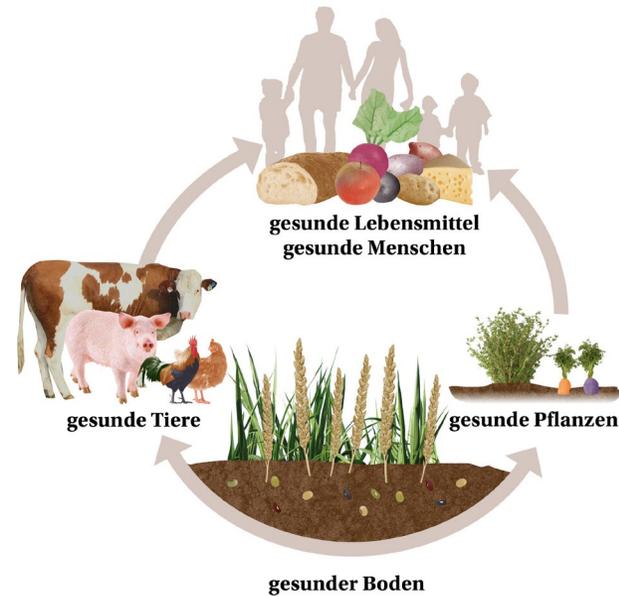


- healthy3-Initiative
- Stakeholdergruppe zur Transformation des Fleischkonsums
- Massnahme im Bereich Gastronomie

healthy3

Gesunde Menschen,
in gesunden Gesellschaften,
auf einem gesunden Planeten.





Abbildungen: umwelt 3/2015 BAFU; lunchidee.ch; Co-Benefits Umwelt und Gesundheit, SAMW 2021

healthy3 ist eine Initiative für eine nachhaltige Ernährung und einen gesunden Lebensstil.



Nachhaltige Ernährung



Pflanzliche Lebensmittel



Tierische Lebensmittel



Transformation
Fleischkonsum



Food Waste



Wasser



Bewegung im Alltag



Foto: unsplash.com

- Impact
- Dringlichkeit
- Handlungsbedarf
- Nachfrage

Stakeholdergruppe zur Transformation des Fleischkonsums

→ Impulsgeber, Wissens-, Austausch- und Koordinationsplattform für Initiativen und Massnahmen zur Transformation des Fleischkonsums

- Agroscope
- Berner Fachhochschule BFH, Ernährung & Diätetik
- Berner Fachhochschule BFH, Hochschule für Agrar-, Forst- und Lebensmittelwissenschaften HAFL
- Gesundheitsförderung Schweiz (healthy3)
- Kleinbauern Vereinigung
- Landwirtschaftliches Zentrum Liebegg, Kanton AG
- Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE
- Slow Food Schweiz
- Stiftung für Konsumentenschutz
- Universität Bern, Institut für Marketing, Verhaltensökonomie
- WWF Schweiz



Vision und weitere Informationen zur Stakeholdergruppe: [healthy3.ch/projekte](https://www.healthy3.ch/projekte)

- Wo können wir ansetzen?
- Was sind die grössten Hebel?
- Was gibt es schon?
- Bei wem können wir ansetzen?
- Wie?
- Mit wem?

- 1. weniger:** Häufigkeit & Menge (Portionsgrösse) von Fleisch / Fleischwaren
- 2. anders:** ganzheitlichere Fleischverwertung, weniger Verschwendung
- 3. besser:** Herkunft und Produktionsweise, Wertschätzung

Ich reduziere
meinen Fleischkonsum
(Menge und/oder Anzahl
Mahlzeiten pro Woche).



© 2018 – KVV CCE CCA – www.werkzeugkastenumwelt.ch



Ich entdecke weniger edle
Fleischstücke neu und verwende für
die Zubereitung traditionelle Rezepte.

© 2018 – KVV CCE CCA – www.werkzeugkastenumwelt.ch

Ich bevorzuge
Fleisch und
Milchprodukte
von Tieren, die auf
Grünland weiden
oder lokal produziertes
Futter fressen.



© 2018 – KVV CCE CCA – www.werkzeugkastenumwelt.ch

- Welche Motive beeinflussen den Fleischkonsum? Wo gibt es Handlungsspielraum?
- Lebensphasenansatz: Übergangsphasen als Chance für Verhaltensänderungen



Generation Y (1981-1996)
→ Eltern: Transfer zu Kindern



Generation Z (1997-2010)
→ eigenes Verhalten, zukünftige Multiplikator*innen

- 2.9 Millionen Menschen täglich
- Unterschiedliche Ziel- und Altersgruppen
- Ca. 50 % des Fleischkonsums
- 210 000 Tonnen Food Waste pro Jahr
- Schnittstelle zwischen Produzent*innen und Konsument*innen
- Strahlkraft
- positive, genussvolle Geschmackserlebnisse



Foto: unsplash.com



weniger:

Häufigkeit und Menge



mehr: attraktive vegetarische und vegane Angebote in der Ausser-Haus-Verpflegung; Wissen & Kochkompetenzen
z.B. zu pflanzl. Proteinlieferanten



anders:

ganzheitliche
Verwertung, weniger
Verschwendung,
weniger «Edelstücke»



Fotos: unsplash.com

besser:

Herkunft und
Produktionsweise
(u.a. graslandbasiert)

Charta

**für ein klimafreundliches, gesundheitsförderndes und
genussvolles Angebot in der Gastronomie**

www.gastro-charta.ch





healthy3
Gesunde Menschen,
in gesunden Gesellschaften,
auf einem gesunden Planeten.

Stadt Zürich
Umwelt- und
Gesundheitsschutz

Gastro
Stadt
Zürich

Charta

**für ein klimafreundliches, gesundheitsförderndes und
genussvolles Angebot in der Gastronomie**

Zürcher Gastronom*innen setzen ein Zeichen
für die Gesundheit ihrer Gäste und des Planeten

Mit dieser Charta rufen wir dazu auf Verantwortung zu übernehmen, für die Gesundheit
des Planeten und der Gäste, der jetzigen und der kommenden Generationen. Wir
möchten dazu ermutigen, eine zukunftsfähige Vorbildrolle in der Gastronomie
einzunehmen, neugierig und innovativ zu sein und mit Entschlossenheit zu handeln.

WARUM BRAUCHT ES EINE CHARTA?

Der Klimawandel bedroht die Gesundheit des Planeten und somit das Wohl der Menschheit.
Gelingt es, die Erwärmung bei plus 1.5 Grad zu bremsen, könnten sich Mensch und Natur den
Folgen anpassen, so das Fazit des im Februar 2022 veröffentlichten Berichts des Weltklimarats.
Das aktuelle Jahrzehnt ist entscheidend und die Zeit drängt. Es bleiben nur noch 8 Jahre, um die
Nachhaltigen Entwicklungsziele (Sustainable Development Goals SDGs) bis 2030 zu erreichen.
Für eine zukunftsfähige Transformation des Ernährungssystems, das so gestaltet ist, dass
Mensch und Planet gesund bleiben, braucht es jetzt ambitionierte und wirkungsvolle Handlungen,
die auf mehreren Ebenen ansetzen.

Die Produktion und der Konsum sowie die Verschwendung von tierischen Produkten und
insbesondere von Fleisch, wirken sich nachteilig auf die Umwelt und das Klima aus. Eine
Reduktion des Fleischkonsums geht mit positiven Auswirkungen auf die Gesundheit des
Planeten, der Menschen und der Tiere einher. Die aktuell in der Schweiz konsumierten Mengen
an Fleisch und Fleischwaren übersteigen jedoch die Ernährungsempfehlungen um ein Dreifaches
und sind nicht kompatibel mit einer planetenverträglichen Ernährung. Immer mehr Studien zeigen,
dass eine zukunftsfähige Ernährung pflanzenbetonter werden muss. Zum einen sind
Veränderungen der Ernährungsgewohnheiten und ein gesellschaftliches Umdenken gefragt. Zum
anderen sind auf allen Stufen der Wertschöpfungskette Massnahmen zur Förderung pflanzlicher
Lebensmittel und zur Reduktion tierischer Produkte wie Fleisch und Fleischwaren notwendig.

*«Ich bin nicht anti-Fleisch geworden, sondern eher pro-Planet. Die Zeit, von Nachhaltigkeit zu
reden, ist vorbei. Jetzt müssen wir radikale Veränderungen fordern.»
Daniel Humm, Eleven Madison Park, New York (Zitat aus mamite 01/22)*

Gastro
Stadt
Zürich

Stadt Zürich
Umwelt- und
Gesundheitsschutz

Gastronom*innen erklären sich dazu bereit,...

- ✓ ...Verantwortung zu übernehmen und einen zeitgemässen Beitrag zur Gesundheit des Planeten und unserer Gäste zu leisten,
- ✓ das vegetarische und vegane Angebot auszubauen und es attraktiv, abwechslungsreich, saisonal, ausgewogen und geschmackvoll zu gestalten,
- ✓ das Angebot an Fleischgerichten (inkl. Fleischwaren) hinsichtlich Portionsgrösse sowie der Art, Herkunft und / oder Verwertung des Fleisches kritisch zu überdenken und Anpassungen vorzunehmen,
- ✓ die Mitarbeitenden über die Charta zu informieren, sie zu sensibilisieren und sie aus- und weiterzubilden,
- ✓ die Gäste und das Umfeld über das Engagement transparent und glaubwürdig zu informieren,
- ✓ mutig zu sein und eigene Ideen zum Thema anzustossen und umzusetzen.

Aktueller Stand: 90 Zürcher Betriebe + 60 ZfV + 37 SV Group + 50 SJH + eldora

 Kitchen Republic Heinrichstrasse 239, 8005 Zürich	 The Butcher	 Miss miu Europaallee 48, 8004 Zürich	Kraftwerk Restaurant Kraftwerk (Impact Hub Zürich AG) Selnastrasse 25, 8001 Zürich	blaue ente Blaue Ente Seefeldstrasse 219, 8008 Zürich-Riesbach	KORN SILO Café Korsilo Seefeldstrasse 219, 8008 Zürich-Riesbach
 Barfussbar Stadthausquai 12, 8001 Zürich	 Wirtschaft Ziegelhütte Hüttenkopfstrasse 70, 8051 Zürich	elmira elmira Limmatstrasse 254, 8005 Zürich	 Schipfe 16 Schipfe 16, 8001 Zürich	UNMEAT UNMEAT Militärstrasse 91, 8004 Zürich	 Rüsterei Kalanderplatz 6, Sihlcity, 8045 Zürich
 Enzian Bäckerei Produktion Binzmühlestrasse 41, 8050 Zürich	 Enzian Catering / Produktionsküche Luchswiesenstrasse 217, 8051 Zürich	 Genossenschaft ZfV Unternehmungen Flüelastrasse 51, 8047 Zürich	 Wirtschaft Degenried Degenriedstrasse 135, 8032 Zürich	CATERING SERVICES Personalrestaurant ZKB City Bahnhofstrasse 9, 8001 Zürich	 SV Group Hauptsitz Wallisellenstrasse 57, 8600 Dübendorf
 Lilly Jo Pfungstweidstrasse 16, 8005 Zürich	 Gastronomie Wagi S Wagistrasse 12, 8952 Schlieren	 Restaurant Oval Badenerstrasse 500, 8048 Zürich	 Restaurant threeOfive Hardstrasse 305, 8005 Zürich	 ZunftHaus zur Schmiden Marktgasse 20, 8001 Zürich	ZETT RESTAURANT Restaurant ZETT Vulkanstrasse 130, 8048 Zürich

Teilnehmende Betriebe: www.gs.zh.ch/projekte/nachhaltigkeit/charta/teilnehmer/



- Erfahrungsaustauschtreffen mit GastroFutura
- Storytelling: u.a. Erfahrungsberichte
- Fachliche Beratung / Coaching
- 22 Beratungsangebote für Gastrobetriebe der Stadt Zürich: stadt-zuerich.ch/gastro-beratung

Von Food-Waste zu Food-Save

Grundlagen und Team-Workshop zu Food Save

Crashkurs nachhaltige Gastronomie

Grundlagenvermittlung mit betriebsspezifischer Aus...

Beelong Kalkulator

Umweltauswirkungen, Nährwertbilanz und neue Rezepte

Zubereitung Fleischalternativen

Vielfalt, Zubereitung und Einsatz von Fleischalternativen

Leaf to Root® – Profikurs in der Hilti Akademie

Ganzheitliche Verwertung von Gemüse

Nachhaltigkeitstransform: Gastronomie

Nachhaltiger (be-)wirtschaften

Pflanzenbasierte Ernährung und kritisch...

Nährstoffe und Lebensmittel richtig kombinieren

Austausch nachhaltige und wirtschaftliche Ga...

Gegenseitige Unterstützung in der Nachhaltigkeitstrans...

Was soll auf den Kinderteller?

Attraktive und vielfältige Kindermenüs kreieren

Vision: Multiplikation der Charta in weitere Städte, Kantone, Unternehmen



Foto: Klima à la Carte, Stadt Zürich

Viele kleine und grosse
Gastronom*innen, an vielen kleinen
und grossen Orten, die viele kleine
Dinge tun, können das Gesicht der
Welt verändern.

healthy3

www.healthy3.ch

freistil

Ernährung und Bewegung
Projekte und Beratung

Sophie Frei, dipl. oec. troph.
Landhausweg 7, CH-3007 Bern
+41 79 227 27 05, sophie@frei-stil.ch
www.frei-stil.ch