

healthy3: Initiative für eine nachhaltige Ernährung und einen gesunden Lebensstil

One Health | Eine neue Perspektive für die Gesundheitsförderung

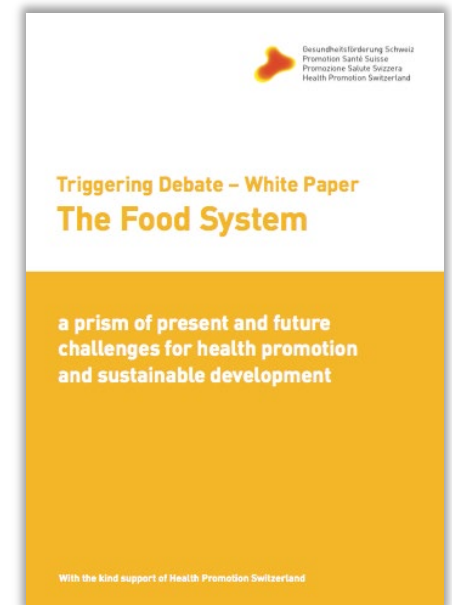
25. Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz, 1. Februar 2024

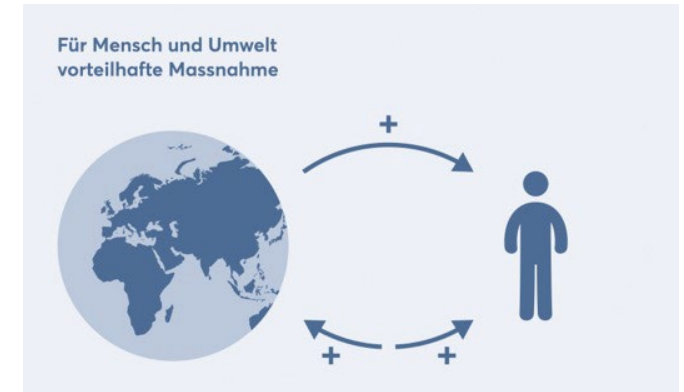
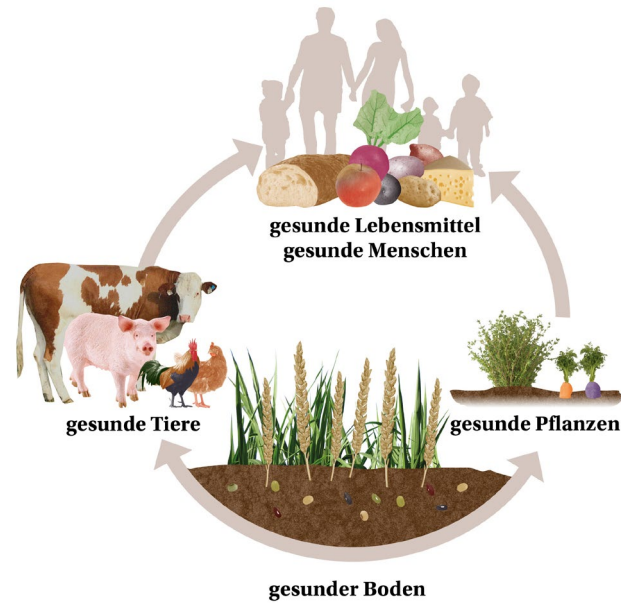


- Initiative healthy3
- Groupe de parties prenantes pour la transformation de la consommation de viande
- Mesure dans le domaine de la restauration

healthy3

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





Illustrations : environnement 3/2015 OFEV ; lunchidee.ch ; Co-bénéfices environnement et santé, ASSM 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



Photo : unsplash.com

- Impact
- Urgence
- Action nécessaire
- Demande

Groupe de parties prenantes pour la transformation de la consommation de viande

→ Initiateurs, plateforme de connaissances, d'échanges et de coordination pour les initiatives et les mesures de transformation de la consommation de viande

- Agroscope
- Haute école spécialisée bernoise HESB, Nutrition & Diététique
- Haute école spécialisée bernoise HESB, Haute école des sciences agronomiques, forestières et alimentaires HAFL
- Promotion Santé Suisse (healthy3)
- Association des petits paysans
- Landwirtschaftliches Zentrum Liebegg, Kanton AG
- Société Suisse de Nutrition SSN
- Slow Food Suisse
- Fondation pour la protection des consommateurs
- Université de Berne, Institut de marketing, économie comportementale
- WWF Suisse



Vision et informations supplémentaires sur le groupe de parties prenantes : [healthy3.ch/fr/projets](https://www.healthy3.ch/fr/projets)

- Par où pouvons-nous commencer ?
- Quels sont les plus grands leviers ?
- Qu'existe-t-il déjà ?
- Par qui pouvons-nous commencer ?
- Comment ?
- Avec qui ?

1. **moins** : fréquence et quantité (portions) de viande/produits carnés
2. **autrement** : approche plus globale de la viande, moins de gaspillage
3. **mieux** : origine et mode de production, valorisation

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



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



© 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

- Quelles motivations ont un impact sur la consommation de viande ? Où existe-t-il une marge de manœuvre ?
- Approche propre à chaque phase de la vie : les phases de transition offrent une occasion de changer de comportement



Génération Y (1981-1996)

→ Parents : transmission aux enfants



Génération Z (1997-2010)

→ comportement indépendant, futurs multiplicateurs*

- 2,9 millions de personnes par jour
- Différentes cibles et tranches d'âge
- Env. 50 % de la consommation de viande
- 210 000 tonnes de gaspillage alimentaire par an
- Interface entre les producteurs et les consommateurs
- Rayonnement
- Expériences gustatives positives et savoureuses



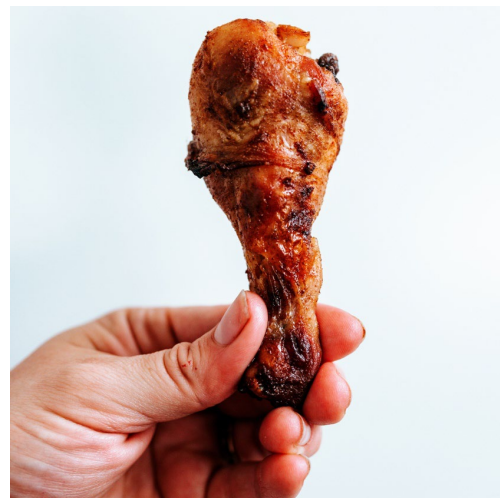
Photo : unsplash.com



moins :

fréquence et quantité

plus : des offres végétariennes et végétaliennes intéressantes dans la restauration en dehors du domicile ; connaissances et compétences culinaires par ex. sur les aliments riches en protéines végétales



autrement :

valorisation globale, moins de gaspillage, des « pièces nobles » en moins grand nombre



Photos : unsplash.com

mieux :

origine et mode de production (notamment sur les surfaces herbagères)

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
Planetens, 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

Les restaurateurs*trices acceptent...

- ✓ ...d'assumer leurs responsabilités et de contribuer, en accord avec leur époque, à la santé de la planète et de leurs convives,
- ✓ d'étoffer l'offre végétarienne et végétalienne et de la rendre attractive, variée, saisonnière, équilibrée et savoureuse,
- ✓ de reconsidérer, en faisant preuve de sens critique, l'offre de plats à base de viande (y compris les produits carnés) tant pour les portions que le type, l'origine et/ou la valorisation de la viande, et de procéder à des ajustements,
- ✓ d'informer **les collaborateurs** à propos de la charte, de les sensibiliser et les former,
- ✓ d'informer les convives et l'entourage au sujet de cet engagement, en faisant preuve de transparence et d'authenticité,
- ✓ de se montrer **courageux**, de lancer et de mettre en œuvre leurs propres idées sur le sujet.

Situation actuelle : 90 entreprises zurichoises + 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 ZETT Vulkanstrasse 130, 8048 Zürich

Entreprises participantes : www.gszh.ch/projekte/nachhaltigkeit/charta/teilnehmer/



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 Hiltl 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

- Réunions de partages d'expériences avec GastroFutura
- Storytelling : témoignages notamment
- Conseil d'un professionnel/coaching
- 22 offres de conseil pour les établissements de restauration dans la ville de Zurich : stadt-zuerich.ch/gastro-beratung

Vision : transposition de la charte dans d'autres villes, cantons, entreprises



Photo : climat à la carte, ville de Zurich

Beaucoup de **petits et grands** restaurateurs*trices, dans beaucoup de petites et grandes communes, peuvent changer la face du monde en faisant beaucoup de petites choses.

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