

Nachhaltige Ernährung

Was wir essen beeinflusst nicht nur unser eigenes Wohlbefinden. Unser Essverhalten hat wirtschaftliche, soziale und ökologische Auswirkungen auf die Umwelt und auf andere Menschen. Doch wie kann eine zeitgemäße Ernährung aussehen, die die weltweite Ernährungssituation nachhaltig verbessert?

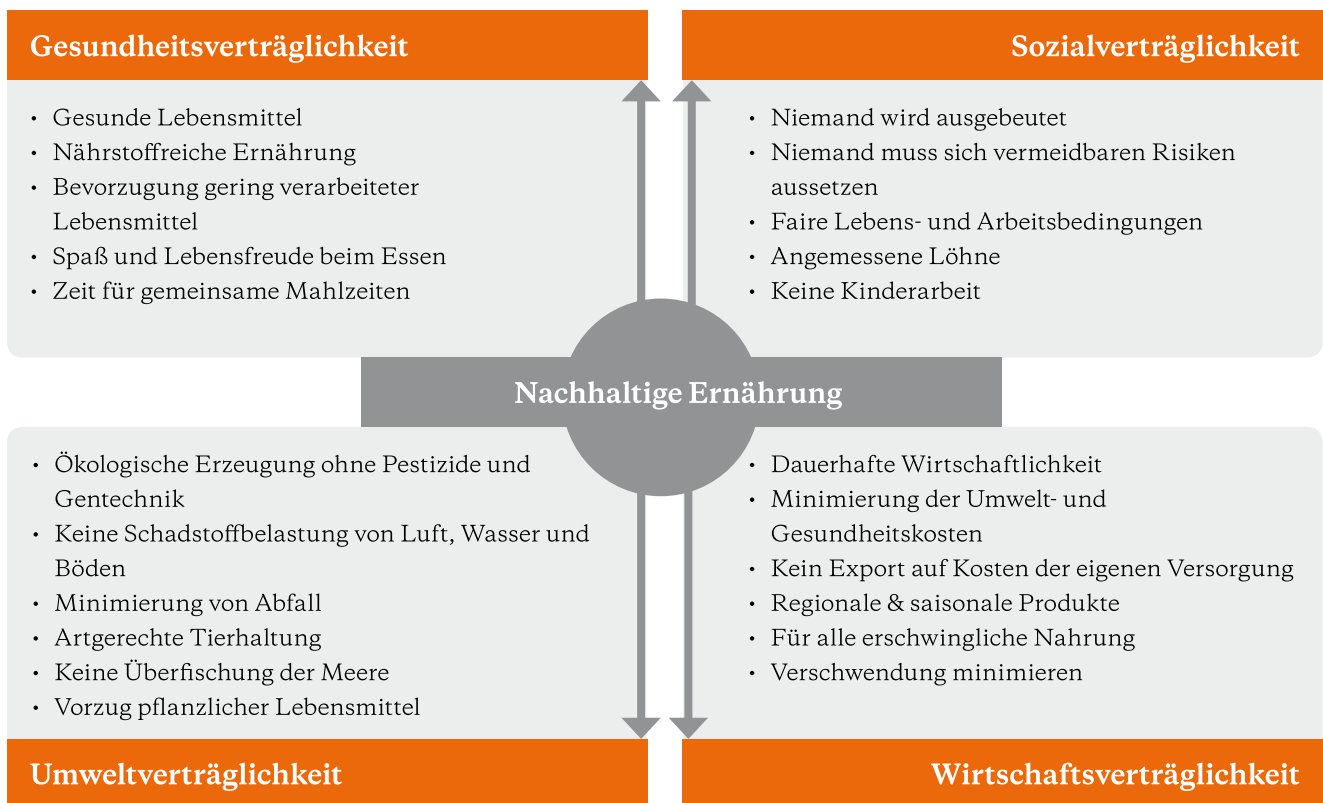


Definition

„Nachhaltige Ernährungsweisen schützen und achten die Artenvielfalt und Ökosysteme; sie sind kulturell akzeptabel, leicht zugänglich, wirtschaftlich fair und bezahlbar; sie sind ernährungsphysiologisch angemessen, ungefährlich und gesund, und optimieren natürliche und menschliche Ressourcen.“

Oliver de Schutter 2011: a. a. O.

Vier Dimensionen nachhaltiger Ernährung



Eigene Darstellung basierend auf Brot für die Welt / VCP (Hrsg.) 2012: Niemand isst für sich allein - Ein Leitfaden für Jugendliche, Stuttgart, Kassel, S. 6; Karl W. von Koerber u. a. 2012: Vollwert-Ernährung - Konzeption einer zeitgemäßen und nachhaltigen Ernährung, 11. Auflage, Stuttgart.