



lebensministerium.at

Genuss und Gesundheit - Übereinstimmung und Widersprüche Gesund durch nachhaltige Ernährung?

Österreichische Gesundheitsförderungskonferenz
4. Juni 2007, Salzburg

lebensministerium.at

lebensministerium.at

lebensministerium.at

lebensministerium.at

lebensministerium.at

lebensministerium.at



lebensministerium.at

Mag. Bettina Brandtner
lebensministerium.at

lebensministerium.at

lebensministerium.at

Genuss und Gesundheit



lebensministerium.at

Genuss und Gesundheit - Medienbotschaften

Kommunikationsbankrott Ernährung? – Verhaltensmotivatoren?

Was ist Gesundheit?

Was ist Genuss?

Was ist nachhaltige Ernährung

Gesund durch nachhaltige Ernährung?

Landwirtschaft – Genusswirtschaft

Schlussfolgerungen

Genuss und Gesundheit - Medienbotschaften



lebensministerium.at

Genießen und der Gesundheit dienen

Gesundheit durch Genuss

Schlank durch Genuss Gesunder Genuss

***Ernährung: Anti-Aging mit Genuss
So essen Sie sich jung und schlank***

Anti-Aging Gourmet Kochbuch

Wellness, Genuss & bewusste Lebensweise

Enjoy Your Food. Gesund durch Genuss

mit Genuss gesund leben



Was ist Gesundheit, gesundes Verhalten?

WHO :Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

vollkommenes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden.

vom Zustand zum handeln?

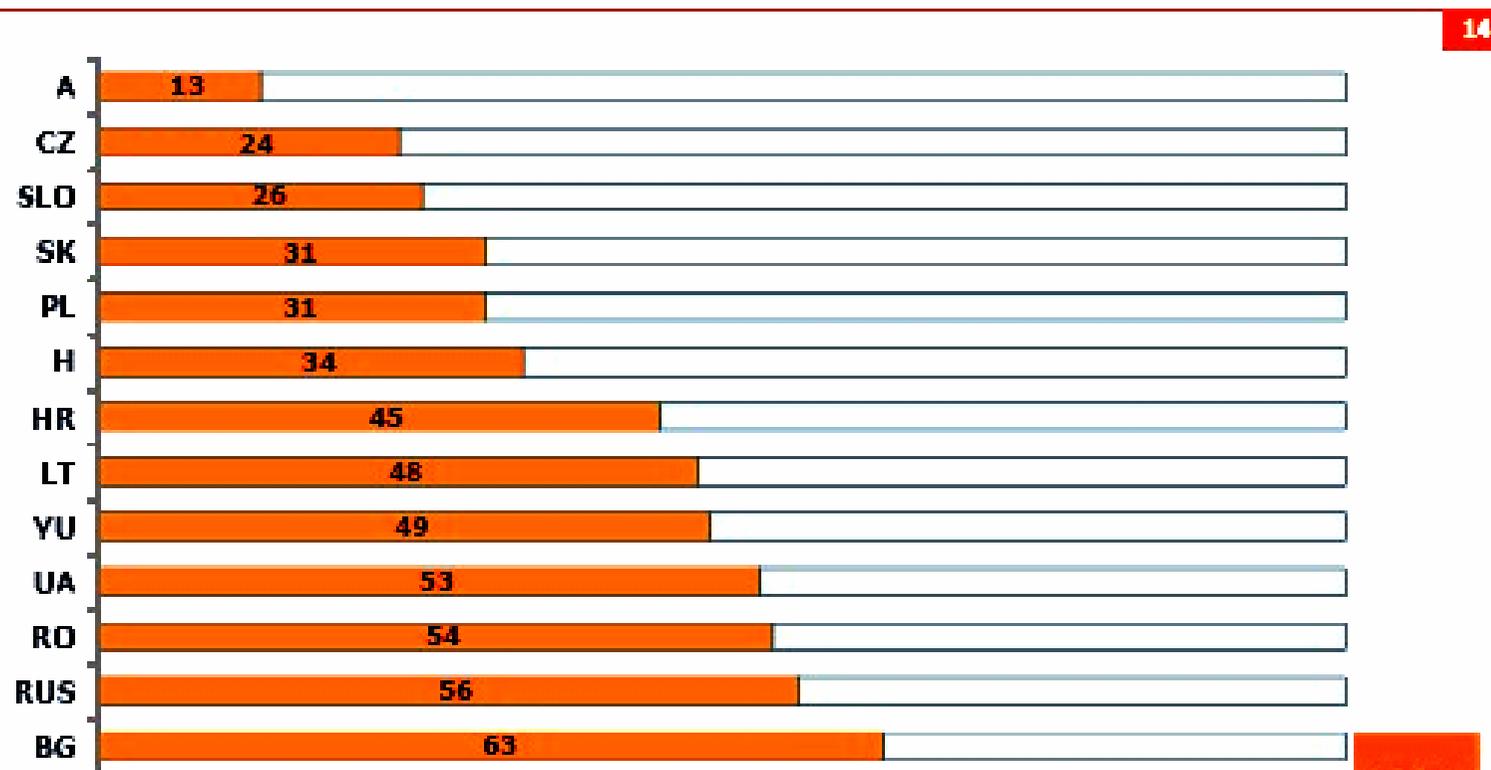


Bedürfnispyramide nach Abraham Harold Maslow (1908 - 1970)



Ausgaben Lebensmittel

Ausgaben für Lebensmittel in % des Haushaltsnettoeinkommens



Quelle: Nationale statistische Ämter

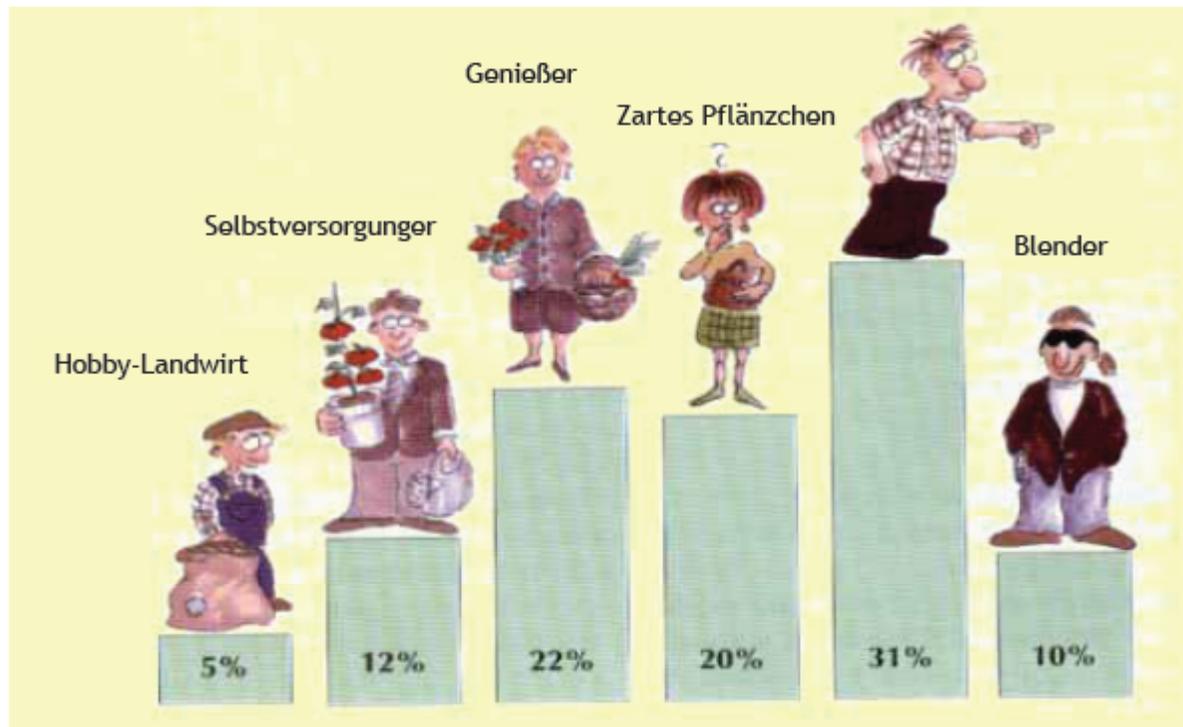


Nachhaltige Verbrauchertypen



lebensministerium.at

Schuldzuweiser



Lebensstil statt Kalorien



lebensministerium.at



Was ist Genuss ?



lebensministerium.at

- eine positive Sinnesempfindung, die mit körperlichen und/oder geistigem Wohlbehagen verbunden ist. (intellektueller Genuss "Kulturgenuss")

- positives, aus dem "Normalen", dem Alltag merklich sich abhebendes Gefühl, aus vielen Ursachen
 - Geschmack und andere Sinne Nase Auge Ohr
 - Gefühl Erlebnis Verständnis

- Genuss ist einer der anhaltendsten positiven Verstärker!!!

Ernährungsqualität Konsumentenwerte



lebensministerium.at

Erzeugung

Veredelung

Ernährung

Inhaltstoffe Nährstoffe Gesundheitswert

Ökologische Qualität

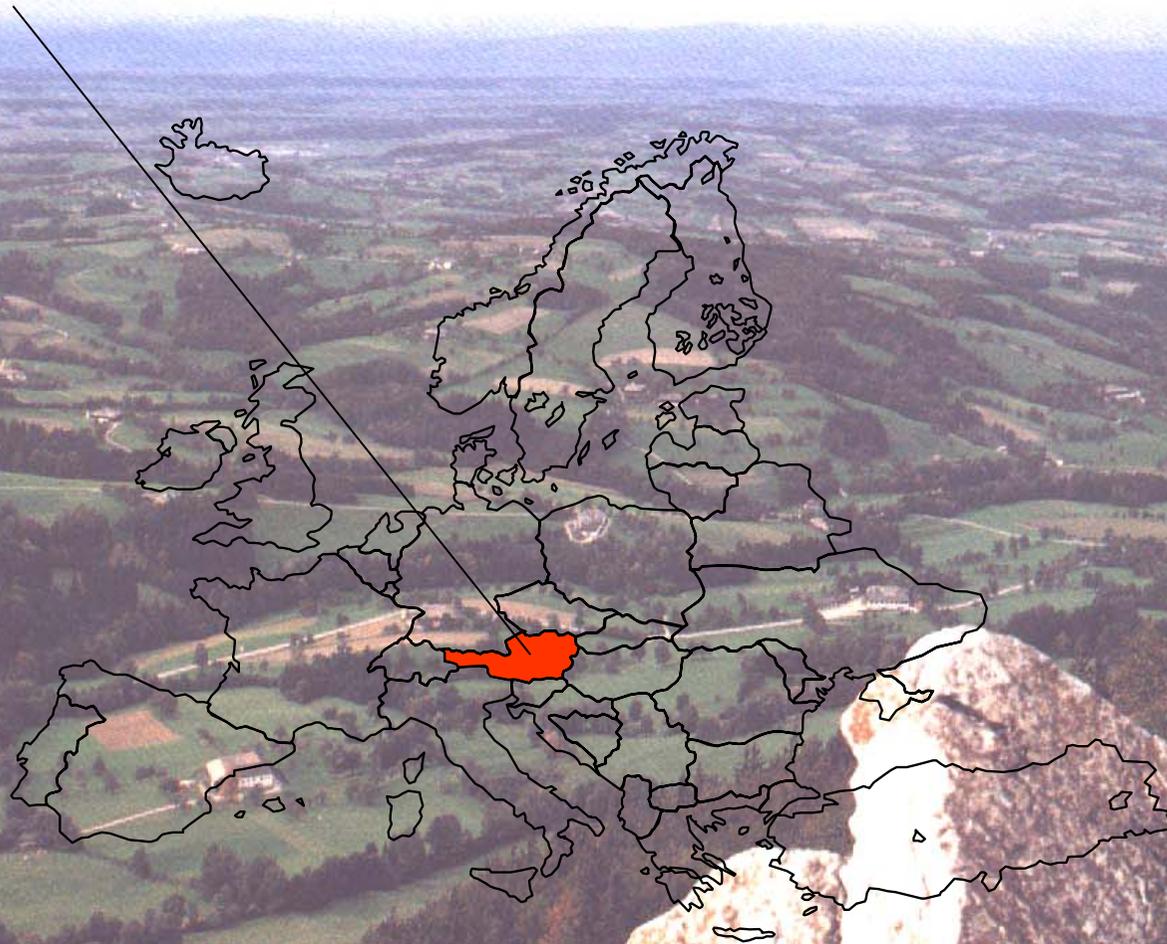
Ethische Qualität Tierhaltung, Fair Trade

Identitätswert

Geschmack Erlebniswert

AUSTRIA

**19.000 organic farms (10%)
272.000 ha**



Gesund durch regionales Essen?

Gesund durch nachhaltige Ernährung?

Was ist nachhaltige Ernährung?



lebensministerium.at

- „regional“ ist mehr als geographische Herkunft
- Regionale Wirtschaftskreisläufe werden gestärkt (wirtschaftlich nachhaltig)
- Nähe zwischen Herstellung und Ernährung (sozial nachhaltig)
- Regionales Obst und Gemüse ist saisonal
- Regionale Lebensmittel sind umweltgerecht hergestellt (ökologisch nachhaltig)
- Regionale Lebensmittel haben ein Gesicht, eine Landschaft dahinter

Gesund durch regionales Essen?



lebensministerium.at

Indirekt durch:

- regionale landwirtschaftliche Produkte: Frische Ware (Reife, wertgebende Inhaltsstoffe, kürzere Transportwege (Klimaschutz, geringere Atemluftbelastung))



Gesund durch regionales Essen?



lebensministerium.at

Indirekt durch:

- Umweltgerechte landwirtschaftliche Produktion, Natur und Landschaftsschutz: langfristige Gesundung des Boden des Wassers führt zu langfristig belastungsfreien Lebensmittel



Gesund durch regionales Essen?



lebensministerium.at

Indirekt durch:

- Tier- und pflanzengerechte landwirtschaftliche Produktion, Basis für langfristig sichere Lebensmittel



Gesund durch regionales Essen?



lebensministerium.at

Indirekt durch :

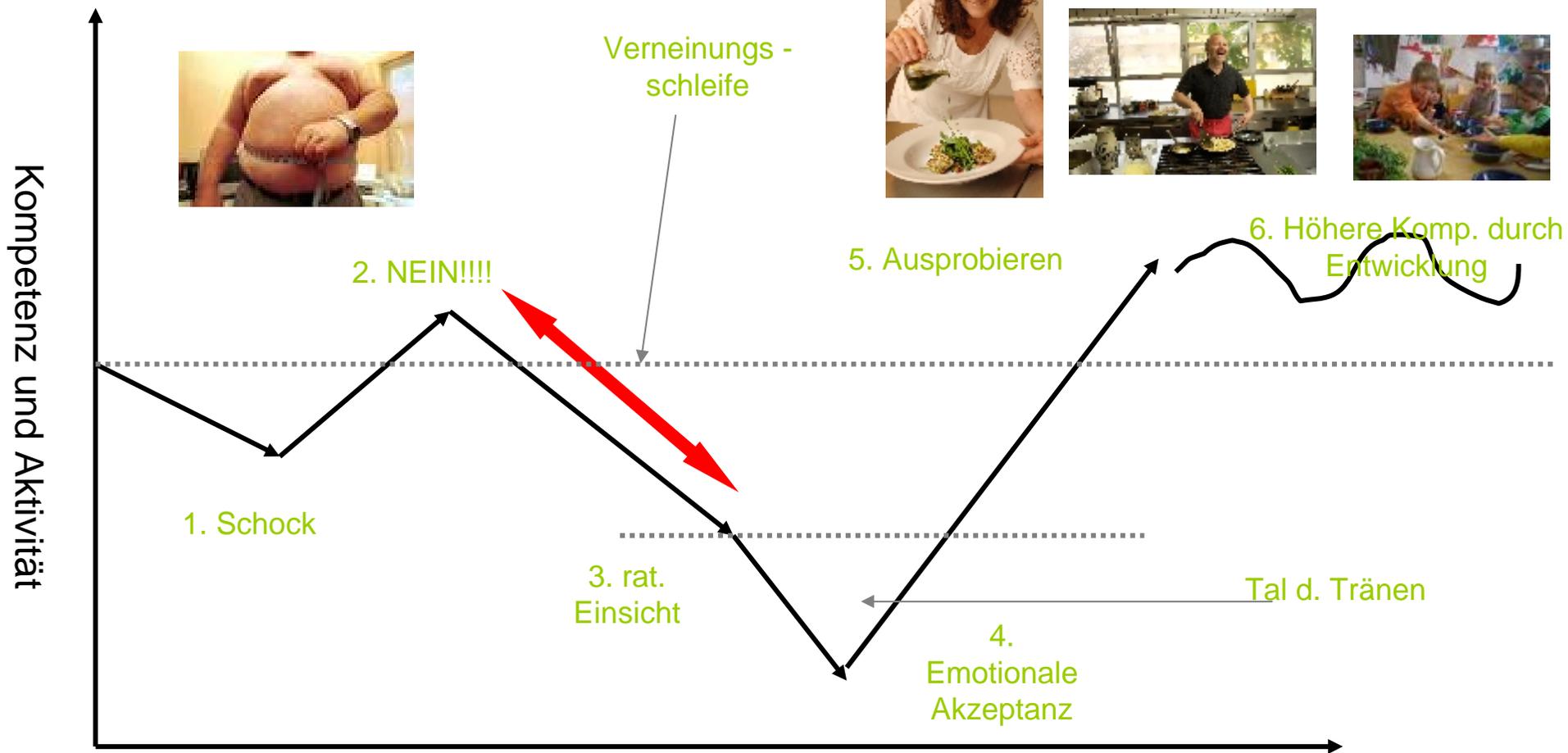
- Bezug zum Lebensmittel, zur regionalen Landschaft, Gesellschaft und Wirtschaftsstrukturen (Identifikation, Authentizität)



Phasen der Veränderung



lebensministerium.at



Langfristig gesünderes Essverhalten durch Bedürfnisbefriedigung auf verschiedenen Ebenen



lebensministerium.at



Bedürfnispyramide nach Abraham Harold Maslow (1908 - 1970)

Genuss als Selbstverwirklichung

Anerkennung als Genießer

**gemeinsame Küche, Rituale
Traditionen schafft Verbundenheit
soziale Integration**

**Eingebundenheit in eine soziale
Struktur der Region schafft Sicherheit**

Kaloriendeckung

Genuss als Klammer und positiver Verstärker



lebensministerium.at

- Genussvolles Essen mit Know how kann langfristig, haltbare und daher nachhaltige positive Ernährungsmuster schaffen



Gesunder Genuss mit Zuhause



lebensministerium.at



Weinviertel Getreide



Lungauer Eachtling



Ausserland Seesaibling



Waldviertler Mohn



**Steirisches
Kürbiskernöl**



Wachauer Marille



Eferdinger Gemüse

Landwirtschaft – Genusswirtschaft



lebensministerium.at



Kulinarische Landkarte



lebensministerium.at

1 Breznensawälder Alp- und Bergkäse	36 Schilberbacher Geflügel	70 Mostviertler Schofigas
2 Ländler Kalb	37 Gailtaler Almkäse, Gailtaler Speck	71 Pielachtaler Dinkel
3 Ländler Aipschwein	38 Weinviertaler Wild	72 Mostviertler Birnmost
4 Großwalsertaler Bergkäse	39 Nockberge Almrind	73 Schneebergland Jungrind
5 Montafoner Sura Kees	40 Mülltal - Glockner Lamm	74 Bucklige Welt Apfelmost
6 Paznauner Almkäse	41 Gerktaler Luftgeselchter Speck	75 Wiener Gemüse
7 Stanzler Zwetschke	42 Görttschitztaler Milch	76 Kitzbühler Marille
8 Oberländer Apfel	43 Lavantaler Apfelmost	77 Leithaburger Edelirsche
9 Nördtiroler Gemüse	44 Jauntaler Hadn	78 Wienener-Ananas Erdbeeren
10 Nördtiroler Grauwild Almoche	45 Jauntaler Salami	79 Seewinkel Gemüse
11 Zillertaler Heumilchkäse	46 Rosentaler Carnica Honig	80 Nationalpark Hohe Tauern-Seewinkel Seppentind
12 Alpbachtaler Heumilchkäse	47 Assauerland Seesalbling	81 Mittelburgenländische Kaasten und Nuss
13 Wildschönauer Krautgrünkübe	48 Hochschwab Wild	82 Mittelburgenland Dinkel
14 Kalsauwinkl Heumilchkäse	49 Aimanland Almoche	83 Südburgenländische Weidegans
15 Osttiroler Berglamm	50 Walser Berglamm	84 Südburgenländischer Apfel
16 Raxgauer Heumilchkäse	51 Oststeirischer Apfel	85 Zickertaler Moorochse
17 Salzkammergut Refnikken	52 Mürtaler Steinkäse	
18 Walser Gemüse	53 Pöllaer Hirschblume	
19 Tennengauer Almkäse	54 Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.	
20 Tennengauer Berglamm	55 Steirisches Teichland Karpfen	
21 Pinzgauer Rind	56 Südssteirische Käferbohne	
22 Pinzgauer Bierkäse	57 Steirischer Vulkanland Schinken	
23 Braunberger Obstsaft	58 Waldviertler Erdäpfel	
24 Langauer Eochtlögl	59 Waldviertler Karpfen	
25 Innviertler Surspeck	60 Retzer Land Kürbis	
26 Sauwald Erdäpfel	61 Lauer Zwiebel	
27 Harsbergland Hopfen	62 Weinviertler Wild	
28 Mühltal Bergkräuter	63 Weinviertler Erdäpfel	
29 Mühltal A im Waldgans	64 Weinviertler Getreide	
30 Linz Land Apfel-Birnsaft	65 Talirfelder Schwein	
31 Eberdingler Land Gemüse	66 Waldviertler Mohr	
32 Buchkirchner-Schartner Edelobst	67 Waldviertler Weidenfnd	
33 Hausruck Birn-Apfel-Most	68 Wachauer Marille g.U.	
34 Salzkammergut Käse	69 Marchfeld Gemüse	
35 Schilberbacher Käse	69 Marchfeldspargel	

lebensministerium.at

Schlussfolgerungen



lebensministerium.at

- **Genuss und Gesundheit muss kein Widerspruch sein**
- **Nur langfristige genussvolle Ernährung ist nachhaltig praktikierbar**
- **Positionierung der Lebensmittel als Genuss-Mittel**
- **Genuss braucht Authentizität und Identität**
- **Genuss braucht lebbare Verantwortung**
- **Genuss braucht Bildung**
- **Österreich muss sich durch sein Kulinarische Identität definieren**