

#### **4. BZfE-Forum**

##### **Essen wird anders**

Ernährung und die planetaren Grenzen

2. bis 4. September 2020, digital und interaktiv

---

##### **Dr. Marco Springmann**

University of Oxford und Wissenschaftler an der EAT Lancet Studie

---

##### **Keynote**

##### **Ernährung als Teil der Lösung:**

##### **Planetary Health Diet – Neue Empfehlungen für Teller und Tonnen**

Die Planetary Health Diet hat zwei Ziele: Die Gesundheit des Menschen und die Erhaltung unserer natürlichen Lebensgrundlagen. Die Forschungsarbeiten der EAT Lancet Kommission liefern eine wissenschaftliche Basis, um einen globalen Ernährungswandel zu ermöglichen. Nur so können im Jahr 2050 etwa 10 Milliarden Menschen gesund ernährt werden, ohne den Planeten zu zerstören.

Ernährung in den planetaren Grenzen würde größtenteils aus Obst und Gemüse, Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Nüssen und ungesättigten Fetten bestehen. Ergänzt wird der Speiseplan durch moderate Mengen an Fisch und Meeresfrüchten sowie Geflügel, während beispielsweise stärkereiche Gemüsearten wie Kartoffeln und Maniok, Milchprodukte, rotes Fleisch, Zucker und gesättigte Fette keine oder nur eine untergeordnete Rolle spielen sollen. Um die „Planetary Health Diet“ flexibel und für jeden Menschen umsetzbar zu halten, werden Anpassungen für alle Ernährungsstile, kulturellen Traditionen und individuellen Vorlieben notwendig sein. Zwar ist das Ganze ein Modell, das nicht kurzfristig in die Praxis umgesetzt werden kann. Dennoch bietet es erstmals einen konkreten Rahmen für Menschen, die nicht nur gesund oder nur klimaverträglich essen wollen.

Planetary Health Diet ist aber mehr als eine neue Nachhaltigkeitsdiät. Für eine nachhaltige Ernährungswende hat die EAT-Lancet Kommission fünf Strategien entwickelt:

1. Gesundere Ernährung fördern
2. Die Qualität und Vielfalt in der Landwirtschaft steigern
3. Die Landwirtschaft nachhaltig intensivieren
4. Die Nutzung von Land und Meer streng regeln
5. Lebensmittelabfälle weltweit halbieren

## **Vita Dr. Marco Springmann**

---

Dr. Marco Springmann ist leitender Wissenschaftler im Bereich Öffentliche Gesundheit an der University of Oxford. Dort arbeitet er sowohl für das Oxford Martin Programme für „The Future of Food“ als auch für das Nuffield Department of Population Health. Seine Schwerpunkte liegen in der Erforschung von Gesundheitsfragen im Zusammenhang mit Umweltaspekten sowie auf den ökonomischen Dimensionen der weltweiten Ernährungssysteme. Er hat maßgeblich an der Erarbeitung der EAT-Lancet Studie, die auch die Planetary Health Diet beinhaltet, mitgearbeitet.

---

### **Kontakt:**

Dr. Marco Springmann  
Oxford Martin Programme on the Future of Food  
c/o Oxford Martin School  
University of Oxford  
34 Broad Street  
Oxford, OX1 3BD  
United Kingdom