

implizit

Ausgabe

5a

Eine Publikation der
Software AG - Stiftung

Was

nährt

uns?



Kraftvolle Keime

Ideen zur Ernährungswende an der UW/H

Stabile Ernährungssysteme, die nicht nur für die Menschen gesund sind, sondern auch für den Planeten – dieses wichtige globale Nachhaltigkeitsziel kann und sollte auch auf lokaler Ebene angegangen werden. Ein Beispiel dafür ist der geplante Feldversuch an der **UNIVERSITÄT WITTEN/HERDECKE (UW/H)**, der mit Kochtrainings für PatientInnen und Studierende ebenso wie auf dem nahegelegenen „Bildungsacker“ in der Wittener Pferdebachau neue, zukunftsträchtige Wege sucht.





Dass Gesundheit und ökologische Nachhaltigkeit eng verbunden sind, zeigt sich angesichts der Herausforderungen des Klimawandels wie unter einem Brennglas. ExpertInnen plädieren schon seit Jahren dafür, die Ernährungssysteme radikal umzugestalten – auf politischer und wirtschaftlicher Ebene ebenso wie bei den VerbraucherInnen. Der Feldversuch vereint deshalb bewusst unterschiedlichste AkteurInnen. Da ist einerseits die **UNIVERSITÄT WITTEN/HERDECKE**, die ambitionierte Nachhaltigkeitsziele verfolgt und neben klimaschonenden Gebäuden zusammen mit dem von den Studierenden getragenen **HOCHSCHULWERK** auch in Sachen gesunder Gemeinschaftsverpflegung weitere Schritte einleiten will. Da ist andererseits der gemeinnützige Verein **ENTWICKLUNGSGESELLSCHAFT ANNENER BERG**, dessen engagiertes Projektteam schon seit 2016 Ideen erarbeitet, wie bildungs- und umweltorientierte Landwirtschaft im Quartier funktionieren kann. Und da sind weitere involvierte Institutionen wie das **WALDORF INSTITUT WITTEN ANNEN** und sein biologisch-dynamisch bewirtschafteter **GÄRTNERHOF** oder auch der sozialtherapeutische **VEREIN CHRISTOPHERUS-HAUS**, um nur einige zu nennen.

Ihr gemeinsames Ziel ist eine ökonomisch tragfähige, solidarische Landwirtschaft – durch einen ganzheitlichen Bildungsansatz und einen umfassenden Blick auf Ernährung, der von der Produktion über den Vertrieb und die Verarbeitung bis hin zur frischen, genussvollen Mahlzeit reicht. „Als Universität mit einer großen medizinischen Fakultät hat gesundes Essen für uns natürlich eine hohe Priorität“, sagt **KANZLER JAN PETER NONNENKAMP**. „Aus diesem Grundgedanken heraus entstand die Idee, unsere Cafeteria auf nachhaltige und lokale Produkte umzustellen.“ Doch die Uni wolle nicht nur bioregional einkaufen, sondern auch mit gutem Beispiel vorangehen und selbst Nahrungsmittel anbauen, erklärt er weiter: „Es geht uns darum, Verantwortung zu übernehmen – für die Umwelt, aber auch für die Gesundheit unserer Universitätsangehörigen.“ Der erste Meilenstein für die angestrebte „nahrhafte Universität“ ist bereits gesetzt. Seit dem Sommersemester 2019 steht Landwirtschaft im Studium fundamentale auf dem Lehrplan: Studierende können auf dem Gärtnerhof mitarbeiten und sich an der Herstellung ihres eigenen Essens beteiligen.



Besser produzieren, gesünder essen

Die biodynamische Landwirtschaft liefert nicht nur gesunde Lebensmittel, sondern schafft auch faire Arbeitsbedingungen und hat Potenzial für inklusive Arbeitsplätze für Menschen mit Behinderungen. All dies soll mit der **GESUNDHEITSAKADÉMIE** der Uni verknüpft werden, die zusammen mit der **UNIVERSITÄTSAMBULANZ FÜR INTEGRATIVE GESUNDHEITSVERSORGUNG UND NATURHEILKUNDE** sowie dem **INTEGRIERTEN BEGLEITSTUDIUM ANTHROPO-SOPHISCHE MEDIZIN (IBAM)** ins Projekt einbezogen werden kann. Im Idealfall könnte sogar eine Lehr-, Trainings- und PatientInnen-Küche zum Kompetenzzentrum in Sachen gesundes Essen ausgebaut werden, von dem auch wichtige Impulse für eine qualitativ hochwertige und nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung ausgehen könnten. Hierfür wird noch finanzielle Unterstützung gesucht.

„Wir verstehen das Projekt als transformative Zelle für eine verbesserte Lebensmittelversorgung:

Small Scale Agriculture – also Landwirtschaft auf kleinem Raum – und Lehrküche würden ein Reallabor für das Prinzip ‚Vom Feld auf den Teller‘ bilden“, erläutert **BENJAMIN GREULICH, PROJEKTLEITER DER ENTWICKLUNGSGESELLSCHAFT**. Was in Zusammenarbeit mit dem Gärtnerhof bereits Früchte trägt, soll nun im Schulterschluss mit der Universität sinnvoll ausgeweitet werden. Dabei profitieren die Verantwortlichen auch von den positiven Erfahrungen, die sie im ebenfalls auf dem Annener Berg gelegenen Bildungsgarten Vöckenberg machen konnten. Dort kooperiert der Verein u. a. mit der Harkort-Grundschule, deren SchülerInnen regelmäßig das „Klassenzimmer auf dem Acker“ aufsuchen. „Ein zentrales Element des Feldversuchs ist die wissenschaftliche Begleitung durch die Uni, die untersucht, welche Wechselwirkungen zwischen förderlicher Ernährung und Methoden zur Krankheitsprävention bestehen“, berichtet Greulich. „Die Erkenntnisse können z. B. in die Angebote zur Gesundheitsförderung und Prävention für PatientInnen einfließen.“



Benjamin Greulich auf dem künftigen „Bildungsacker“



Noch mehr Zukunftspläne: Das Pferdebachtal als urbaner Landschaftspark

Um die global angestrebten Klimaschutzziele zu erreichen, steht auch beim Umgang mit Land und Boden ein Umdenken an. Es gilt, ein heilsames Gleichgewicht von Besiedlung und Landwirtschaft, von Verkehr und Biodiversität zu finden. Das Wittener Pferdebachtal nahe dem Hochschulgelände bietet in dieser Hinsicht interessante Rahmenbedingungen: Die ausgedehnte Grünfläche ist ein wichtiges Naherholungsgebiet der Stadt und grenzt an mehrere Wohn- und Gewerbegebiete. „Auch vonseiten der Stadt besteht großes Interesse daran, hier eine integrierte und nachhaltige Quartierentwicklung anzustoßen“, weiß **PROJEKTLLEITER BENJAMIN GREULICH VON DER ENTWICKLUNGSGESELLSCHAFT ANNENER BERG**. Zusätzlich zum Feldversuch läuft deshalb ein Projektantrag auf Ebene der Bezirksregierung, um Mittel für die Entwicklung eines urbanen Landwirtschaftsparks zu akquirieren, der grüne Infrastruktur schaffen und verschiedene Nutzungsarten vereinen könnte. Mit diesem Vorzeigeprojekt will sich die Stadt auch an der für 2027 geplanten Internationalen Gartenbauausstellung im Ruhrgebiet beteiligen. Schon jetzt weiden mehrmals im Jahr Coburger Fuchsschafe der Entwicklungsgesellschaft auf den öffentlichen Grünflächen im Pferdebachtal. In Zukunft könnten rund 13.500 Quadratmeter Ackerfläche auf noch weitaus vielfältigere Weise genutzt werden: für biodynamischen Gemüse- und Ackerbau, Streuobstwiesen, einen Heilpflanzengarten, artenreiche Blüh- und Gehölzstreifen, Feuchtgebiete oder einen Naturteich.

Begegnungsräume schaffen

Gleich hinter dem neuen Bildungsacker liegen die Gebäude der Wohn- und Lebensgemeinschaft Witten. Gemeinnütziger Träger dieser und anderer Einrichtungen in Dortmund, Bochum und Witten ist der **VEREIN CHRISTOPHERUS-HAUS**. Dessen **VORSTAND DANIEL LEMKE** freut sich über die seit Jahren bestehende Kooperation mit der Uni, die immer wieder Räumlichkeiten im Christopherus-Haus für Vorlesungen und Seminare nutzt. „Wir wollen ja die Welt zu uns holen und Begegnungsräume bieten“, betont er. „Die Uni und vor allem die Studierenden machen es uns in dieser Hinsicht leicht. Ich erlebe sie als warmherzig und offen. Es gibt keine Berührungängste.“

Ein gelungenes Beispiel dafür ist das von Studierenden initiierte „Café im Kulturstall“. Eine Gruppe junger Leute bereitet dazu einmal pro Woche mit den BewohnerInnen Kuchen und kleine Speisen vor, die sie am nächsten Tag zusammen verkaufen. „Bis jetzt haben sich zum Glück in jedem Semester Studierende gefunden, die Lust haben, das ehrenamtliche Projekt zu übernehmen“, so Lemke.

„Dadurch hat es auch jedes Mal eine etwas andere Note, aber immer geht es darum, beim gemeinsamen Backen und Kochen auch in einen persönlichen Austausch zu kommen.“

Gesundheit und Ökologie zusammendenken

UW/H-STUDENTIN SOPHIE GROßE-WÖHRMANN

koordinierte zunächst als Projektleiterin, mittlerweile als **GESCHÄFTSFÜHRERIN DES HOCHSCHULWERKS** die Transformation der Gemeinschaftsverpflegung und Ernährungskultur. „Wir hatten mit den Studierenden eine intensive Diskussion darüber, wie wir ökologische Nachhaltigkeit und Gesundheit gewichten“, erinnert sie sich. „Es war dann eine spannende Erkenntnis zu verstehen, dass wir mit Projekten für mehr Umweltbewusstsein automatisch auch Dinge anbieten, die der Gesundheit dienen – und andersherum. Das ist alles eng miteinander verzahnt.“ Es ginge ihnen dabei auch darum, neben externen PartnerInnen, Produktions- und Lieferketten auch die interne Organisation zu berücksichtigen sowie z. B. Mitarbeitende der Mensa in den Blick zu neh-



Nur einen Steinwurf von der UW/H entfernt: die Wohn- und Lebensgemeinschaft Witten



men. Überhaupt sei es erstrebenswert, durch den Feldversuch auch Menschen zu erreichen, die nicht sowieso schon an Ernährungs- und Umweltthemen interessiert sind – das gilt für die Mitarbeitenden der Universität ebenso wie für die Studierenden. „Manche kommen an die UW/H, weil sie sich für Nachhaltigkeit oder Gemeinschaft interessieren. Schließlich gibt es hier etliche Initiativen in diesem Bereich“, weiß Große-Wöhrmann. „Andere sind skeptischer und finden diese Öko-Nische vielleicht sogar etwas befremdlich. Wir halten es daher für essenziell, Letztere mitzunehmen, und wollen möglichst pragmatisch und unideologisch vorgehen.“

Pragmatischer Zugang

Eine Position, die auch **DR. MAREN M. MICHAELSEN** vom **INSTITUT FÜR INTEGRATIVE GESUNDHEITSVERSORGUNG UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG (IGVF)** unterstreicht: „Wir möchten nicht dogmatisch auftreten. Auch wenn ich selbst eine pflanzenbasierte Ernährung vorziehe, will ich niemanden missionieren, sondern lieber zeigen, was möglich ist – als offenes Angebot.“ In dieser Hinsicht habe die Uni eine Vorreiterrolle, meint sie: „Wir können dem

Thema ‚Nachhaltigkeit und ganzheitliche Bildung‘ ein Gesicht geben und den Studierenden so eine weitere Perspektive auf den Umgang mit Krankheit und Gesundheit eröffnen. Denn Gesundheitsversorgung ist mehr als Symptomlinderung.“ Das IGVF hat als medizinischer Partner im Projekt vor allem die Zielgruppe der PatientInnen im Fokus. Seit Gründung der Universitätsambulanz evaluiert es wissenschaftlich den Erfolg des dort praktizierten integrativen Ansatzes. „Ernährung ist ein wesentlicher Präventionsfaktor – und das übergreifend für verschiedene Krankheitsbilder“, bekräftigt Michaelsen. „Wir wollen die PatientInnen dafür sensibilisieren und sie motivieren, sich mit ihren Ernährungsgewohnheiten auseinanderzusetzen.“ Bereits jetzt gibt es in den achtwöchigen Kursen, mit denen die Ambulanz zu Lebensstil-Veränderungen anregen will, ein Modul zur Ernährung, das allerdings bislang nur theoretisch aufklärt. Mit einer Lehr- und Trainingsküche könnte dieser Part praktischer konzipiert werden, indem die Teilnehmenden etwa in Kleingruppen zusammen kochen und essen. Neben PatientInnen würden auch Studierende oder das Küchenpersonal der Cafeteria von solchen Kursen profitieren.

Wegweisende Vorreiterin

Die UNIVERSITÄT WITTEN/HERDECKE (UW/H) wurde 1982 als erste private Universität in Deutschland staatlich anerkannt. Der Gründungsimpuls der UW/H entstand im Umfeld des anthroposophischen Gemeinschaftskrankenhauses Herdecke, wo HochschullehrerInnen und ÄrztInnen bereits Ende der 1970er-Jahre ein Konzept für ein praxisnahes Studium entwickelten. Bis heute sind ein partizipativer Studienansatz und das für alle Fakultäten obligatorische Studium fundamentale zentrale Elemente. Die Studierenden werden darin dazu ermutigt, in größeren Zusammenhängen zu denken, um gesellschaftliche Verantwortung auch jenseits der Grenzen ihrer eigenen Fachdisziplin übernehmen zu können. Aktuell studieren rund 3.000 Menschen an der UW/H in Studiengängen aus den Bereichen Wirtschaft, Politik, Gesellschaft, Psychologie, Pflege, Medizin und Zahnmedizin. Die UW/H und die SAGST verbindet eine langjährige Zusammenarbeit sowie Förderpraxis, die insbesondere die Anthroposophische Medizin betrifft. Aufgrund einer wirtschaftlichen Krise stieg die Stiftung 2009 als Hauptgesellschafterin der Universität ein. Ein sich anschließender Konsolidierungsprozess fand Ende 2015 seinen Abschluss. Seit dieser Zeit entwickelt sich die Universität rasant, was zuletzt in der Neueröffnung des neuen Campusgebäudes am 1. Oktober 2021 durch die EU-Kommissionspräsidentin Ursula von der Leyen gipfelte.



WWW.UNI-WH.DE





Emotionale Verbindung stiften

Gemeinsam auf dem Acker Gemüse anzubauen und zu ernten, es frisch zu verarbeiten und zu essen, schafft emotionale Verbindungen, die weit über kognitive Belehrung hinausgehen. Schließlich mangelt es bei den meisten Menschen nicht an Wissen über einen gesundheitsfördernden Lebensstil, wohl aber am Vermögen, diese Kenntnisse umzusetzen. „Oft drehen sich Ernährungsempfehlungen vor allem darum, was wir alles nicht essen sollen, je nach Krankheit oder genetischer Disposition“, bedauert **PROF. DR. TOBIAS ESCH, LEITER DES IGVF UND GRÜNDER DER UNIVERSITÄTSAMBULANZ**. „Wir sprechen viel zu wenig von dem, wo wir eigentlich hinwollen, wo unsere Sehnsucht, unser Appetit – in einem umfassenden Sinne – hingehen. Die Kunst ist aus meiner Sicht, nicht die kurzfristigen Belohnungsimpulse in den Vordergrund zu schieben, sondern uns zu emanzipieren zu etwas, was uns mittel- und langfristig weiterbringt.“

Wie fühlt sich das Getreide auf der Zunge an? Wie schmeckt die eben geerntete Tomate? Wie riecht dieser Apfel? Bewusster Genuss führt zu sinnlichen

Wahrnehmungen, die nur im Jetzt möglich sind, so Esch: „Und genau dadurch habe ich die Chance, mich weiterzuentwickeln.“ Gesunde Ernährung sei ganzheitlich betrachtet etwas, was wir Körper und Geist anbieten, ist der Mediziner überzeugt: „Ich nähre beide damit und versuche, dadurch die Selbstorganisation, den inneren Arzt zu unterstützen.“

Mehr Informationen bzw. praktische Tipps für einen bewussteren Genuss von Lebensmitteln erhalten Sie auf den **SEITEN 8 UND 9B** sowie im **ONLINE-INTERVIEW** mit **PRIV.-DOZ. DR. MELANIE NEUMANN**. Zusammen mit **PROF. DR. FRIEDRICH EDELHÄUSER**, der sich als **CO-LEITER DES INTEGRIERTEN BEGLEITSTUDIUMS ANTHROPOSOPHISCHE MEDIZIN (IBAM)** im Folgenden u. a. zur Rolle des IBAM im geplanten Feldversuch äußert, erforscht die Soziologin und Medizinpsychologin an der UW/H, wie sich eine pflanzenbasierte Ernährung auf das seelisch-leibliche Wohlbefinden auswirken kann.

WWW.SAGST.DE/SERVICE-PRESSE/SAGST-IMPLIZIT

