



Nachhaltig geniessen? Challenge angenommen!

Nachhaltig geniessen beginnt auf dem Teller – unter diesem Motto motivierte eine Nachhaltigkeitschallenge kantonale Mitarbeitende, sich spielerisch und neugierig mit dem Thema nachhaltiger Konsum auseinanderzusetzen. Umfragen ergaben, dass die Erfahrungen über die Challenge hinaus fortwirken.

Gina Spescha, Wissenschaftliche Mitarbeiterin
Koordinationsstelle für Umweltschutz
Baudirektion Kanton Zürich
Telefon 043 259 49 15
gina.spescha@bd.zh.ch
www.zh.ch/umweltschutz

Selbst aktiv werden – Ausprobieren, Ziele setzen, mit anderen messen – Erfahrungen bleiben besser als reine Information.

Quelle: istock photo

3, 2, 1 und los gehts mit nachhaltig Geniessen! Ganz in diesem Sinn fand im letzten Herbst für alle Mitarbeitenden der Kantonsverwaltung eine Nachhaltigkeitschallenge rund um das Thema Essen und Umwelt statt.

Was auf unserem Teller landet, hat nicht nur grosse Auswirkungen auf uns und unsere Gesundheit, sondern auch auf die Umwelt, das Klima und das Tierwohl. Knapp ein Drittel der konsumbedingten Umweltbelastung in der Schweiz wird durch die Ernährung verursacht (Zusatzinfo rechts).

Ich kann sowieso nichts tun? Doch!

Jeder Einzelne kann mit kleinen Verhaltensänderungen punkten. Die persönliche Umweltbelastung ist stark abhängig von der eigenen Entscheidung für bestimmte Lebensmittel. Durch die Wahl von Lebensmitteln mit geringer Umweltwirkung könnte die Belastung halbiert werden.

Deshalb hat die Koordinationsstelle für Umweltschutz (KofU) letzten Herbst eine Nachhaltigkeitschallenge lanciert unter dem Motto «Nachhaltig geniessen beginnt auf dem Teller». Vom 20. September bis 10. Oktober 2021 konnten die Mitarbeitenden aller Direktionen an der «WeAct Challenge» rund um das Thema Essen

und Umwelt teilnehmen, selbst aktiv werden und gleichzeitig durch bewusste Entscheide CO₂ einsparen.

Doch wie berechnet sich diese Umweltbelastung?

Unsere Lebensmittel müssen produziert, transportiert, gelagert und gekühlt werden. Dabei entstehen grosse Mengen an Treibhausgasen. Zur grossen Umweltbelastung führen aber auch andere Faktoren wie der enorme Einsatz an Düngemitteln und Pflanzenschutzmitteln, welche Gewässer und Boden beeinträchtigen. Intensive Anbaumethoden verdrängen weltweit die Lebensräume von Pflanzen und Tieren und bedrohen die Biodiversität. Auf 30 Prozent der globalen Ackerfläche werden ausschliesslich Futtermittel für Tiere angebaut. Die Übernutzung von Wasserressourcen für den Anbau von Lebensmitteln ist ein weiterer Aspekt. Bereits heute werden 70 Prozent des gesamthaft genutzten Süsswassers für die Lebensmittelproduktion verwendet. Die Übernutzung der Meere und intensive Fischzuchten bedrohen den langfristigen Bestand und die Artenvielfalt in den Gewässern.

Die Challenge als Team annehmen

Während der dreiwöchigen Challenge konnten die Teilnehmenden einzeln und in Teams verschiedene Aktionen auswählen und sich individuelle Ziele setzen. Eine Onlineplattform – auch als App verfügbar – ermöglichte den Teilnehmenden jederzeit ihren Fortschritt zu verfolgen. Auch war es möglich, sein eigenes Team mit Rivalenteams einer anderen Abteilung oder Direktion in einer Rangliste zu vergleichen und sich dadurch vielleicht noch mehr anspornen zu lassen.

Begleitet wurde die Aktion durch ein spannendes Rahmenprogramm mit Vorträgen, Filmvorführungen sowie Workshops. Bei der Stadtführung über Mittag wurde beispielsweise gezeigt, wie viele essbare und heilende Pflanzen uns überall umgeben. Im mobilen Marktstand von CLEVER konnte man seinen Einkaufskorb füllen und an der Kasse erfahren, wie umwelt- und sozialverträglich die Kaufentscheidungen waren. Diese Challenge liess sich auch der Baudirektor nicht entgehen. Die interaktive Ausstellung «Aus Liebe zum Essen» vermittelte praktische Tipps und Tricks, damit zuhause kein Food Waste mehr anfällt.

Kleine Veränderungen, grosse Wirkung

Knapp 350 Teilnehmende in 63 Teams haben die Challenge angenommen und haben in den drei Wochen Punkte gesammelt und auf spielerische Weise ihre Gewohnheiten verändert oder herausgefordert. Es wurden 15384 Aktionen durchgeführt und ungefähr eine Tonne CO₂ eingespart.

Dies mag auf den ersten Blick wie ein Tropfen auf dem heissen Stein erscheinen. Wirken einige Verhaltensänderungen jedoch langfristig und werden in die



Ressourcen
Auf abgefülltes Wasser verzichten



In der Küche
Verzichte auf Rindfleisch



Ressourcen
Foodwaste reduzieren



Zusammen geniessen
Vegetarisches Teamessen



Zusammen geniessen
Gesunden Snack teilen



In der Küche
Lokales und saisonales Obst und Gemüse

Mit diesen und vielen weiteren Aktionen und Aufgaben konnten während der Nachhaltigkeitschallenge Punkte gesammelt werden.

Quelle: WeAct

Familie oder den Bekanntenkreis getragen, kann dies einen grossen positiven Einfluss in Bezug auf die persönliche Umweltbelastung unserer Ernährung haben.

Unterhaltsam Neues ausprobieren

Eine Umfrage bei den Teilnehmenden am Ende der Challenge zeigt, dass 78 Prozent der Befragten den Wettbewerb als unterhaltsam empfunden haben und es Spass gemacht hat. 64 Prozent geben an, dass sie während der Challenge etwas über das nachhaltige Leben gelernt haben, und für knapp 60 Prozent ist das Thema Nachhaltigkeit durch die Challenge ein (noch) wichtigeres Thema geworden.

«Ich habe vorher schon darauf geachtet, aber seit der Challenge mache ich es noch bewusster.»

Eine grosse Mehrheit von 80 Prozent der Befragten haben während der Challenge mit mehreren Arbeitskolleginnen und -kollegen über Nachhaltigkeitsthemen gesprochen, und bei 56 Prozent waren die Challenge und die dazugehörigen Themen auch Gesprächsthema in der Familie.

«Durch die Aktion habe ich aber gesehen, wie ein Impuls durch die Gruppe ging. Deshalb versuche ich, andere im Freundeskreis mit ähnlichen Aktionen zu inspirieren und zu motivieren. Ich fühle mich durch die Challenge auch sattelfester im Argumentieren.»

Challenge vorbei – zurück in alte Muster?

Die Frage ist nun, wie lange das Umdenken und gewisse Verhaltensänderungen anhalten. Immerhin gaben 77 Prozent an, dass sie Massnahmen auch über die Challenge hinaus umsetzen wollen. Zu den genannten Massnahmen gehören beispielsweise:

«ab und zu vegan kochen», «genauer auf die Herkunft und Nachhaltigkeit der Nah-

rungrsmittel achten», «öfter klimafreundlich» oder «mehr unverpackte und mehr regionale Produkte in der Saison kaufen.»

Das Challenge-Team hat knapp sechs Monate später nachgefragt. Fast 80 Prozent der Antwortenden gaben an, dass sie zahlreiche ihnen durch die Aktionen bewusst gemachte Handlungen weiter durchgeführt haben. Einiges davon wird heute öfter getan als vor der Challenge. Dazu gehört unter anderem, auf abgefülltes Wasser zu verzichten, mehr Früchte und Gemüse zu essen oder auf Produkte mit wirksamen Labels zu achten. Ausserdem wird häufiger vegetarisch gegessen und stärker darauf geachtet, saisonales Obst und Gemüse zu kaufen. Weitere Kommentare lauten:

«Ich achte bewusster auf die verschiedenen Bio-Label, weil ich während der Challenge im virtuellen Supermarkt gelernt habe, dass es Unterschiede gibt.»

«Gewisse Konsummuster sind mir durch die Challenge bewusster geworden, und ich achte heute zum Beispiel mehr darauf, wie oft ich rotes Fleisch konsumiere.»

Die Challenge wirkt und ist nachahmenswert

Die dreiwöchige Challenge lieferte viele Anregungen, Antworten sowie Wissenswertes rund um die Ernährung. Es entstanden angeregte Diskussionen, die auch über die Arbeit hinaus in die Familie oder den Freundeskreis reichten.

Die Erfahrungen zeigen, es lohnt sich und zeigt Wirkung, eine solche Challenge verwaltungstern, firmenintern – oder übergreifend – anzupacken. Neben der Erkenntnis, dass schon kleine Änderungen im Ernährungsverhalten Grosses bewirken können, hat es auch sehr viel Spass gemacht und die Lust sowie Neugier geweckt, Neues auszuprobieren!

