



Gutes und Gesundes im Korb und im Lebensmittelführer Essen: (v.l.) Prof. Anne Schlüter und Elke Timm (beide VHS) sowie Elke Scheffe und Susanne Wiegel von der Initiative „Transition Town - Stadt im Wandel“.

FOTO: T

# Gut und gesund essen in der Stadt

Die Initiative „Transition Town - Essen im Wandel“ hat zusammen mit der VHS einen regionalen Lebensmittelführer herausgebracht

Von Thorsten Schabelon

Es ist ein besonderes Bildungsprojekt, das die Initiative „Transition Town - Essen im Wandel“ und die Volkshochschule gemeinsam initiiert haben: Ihr neuer Lebensmittelführer „Gutes Essen in Essen“ bietet eine Übersicht über lokale, saisonale, fair gehandelte und ökologische Ernährungsangebote in der gesamten Stadt.

Die Idee, entsprechende Angebote aufzulisten, ist nicht neu. Allerdings stammt der letzte entsprechende „Einkaufsführer Essen“ aus dem Jahr 2002. „Der ist längst vergriffen und seitdem hat sich eine Menge getan. Vegan war damals beispielsweise kaum ein Thema“, weiß Susanne Wiegel. Sie und Elke Scheffe, die sich gemeinsam bei der Initiative „Transition Town - Essen im Wandel“ engagieren, haben den alternativen Führer gemeinsam erstellt. So wie die Stadt und die Ge-



**„Die Menschen wollen sich engagieren und nah dran sein an grünen Produkten.“**

Susanne Wiegel, Transition Town

sellschaft im Wandel sind, ist es auch die Ernährung. Die Bürger konsumieren, sofern sie es sich leisten können, bewusster. „Und genau diesen Prozess wollen wir mit unserem Lebensmittelführer „nachhaltig begleiten, idealerweise beeinflussen und einen Wandel bewirken“, erklärt Susanne Wiegel.

Der Lebensmittelführer im Taschenformat bietet auf den ersten der 32 Seiten eine Einführung in

das Thema „Gesunde Ernährung“. Hier erklären die Macher auch, nach welchen Kriterien sie Anbieter ausgewählt haben: Dass eine Bio-Bäcker-Kette ebenso fehlt wie Bio-Supermärkte hat Gründe: „Hier werden in der Regel keine regionalen Produkte angeboten. Außerdem unterwerfen sich diese nicht inhabergeführten Ketten dem Preisdruck“, erklärt Ernährungsberaterin Elke Scheffe.

Für sie und ihre Mitstreiter waren fünf Kriterien entscheidend: Ökologisch erzeugt, aus der Region, saisonal verkauft, fair gehandelt und handwerklich statt industriell hergestellt. Die Unternehmer, die diese Vorgaben erfüllen, sind in die Rubriken Bauernhöfe/Hofläden, Marktstände, Bäcker, Fleischereien, Weltläden sowie Restaurants und Gemeinschaftsgärten gegliedert. Unübersehbar ist ein Nord-Süd-Gefälle: Märkte, Höfe und Restaurants sind nördlich der

A40 Mangelware. Zumindest bei den bald acht Gemeinschaftsgärten tut sich inzwischen was mit Anlagen in Katernberg, Frohnhausen und Altendorf. „Da bemerken wir eine wachsende Nachfrage. Die Menschen wollen sich engagieren und wieder ganz nah dran sein an den grünen Produkten. Und wir wollen ein entsprechendes Engagement aufzeigen und damit unterstützen“, erklärt Susanne Wiegel. Das gilt auch für die Volkshochschule, deren Förderverein die Erstellung des Lebensmittelführers unterstützt hat. „Es ist ein Vorzeigeprojekt, das in der Erwachsenenbildung kreative Impulse setzt“, loben Vereinsvorsitzende Prof. Anne Schlüter und die stellvertretende VHS-Direktorin Elke Timm.

**i** Die Broschüre gibt es kostenlos bei der VHS und in Bürgerämtern und im Internet unter [www.vhs-essen.de/cushy/gutesessen.pdf](http://www.vhs-essen.de/cushy/gutesessen.pdf)