

### Essen und Trinken – eine Frage des Geldes?

Der Anteil der Nahrungsmittel an den Konsumausgaben schrumpft weiter. Ein immer geringerer Anteil unseres Einkommens muss für Essen und Trinken ausgegeben werden. Während in den 50-er Jahren etwa die Hälfte des Einkommens für Lebensmittel aufgewendet werden musste und der Anteil 1980 noch bei 16,7 Prozent lag, liegt er mittlerweile bei nur mehr 11,7 Prozent.

Von 1950 bis 2004 haben sich die Lebenshaltungskosten mehr als vervierfacht, die Verbraucherpreise für Nahrungs- und Genussmittel aber nur verdreifacht. Das dadurch bei der Ernährung eingesparte Geld kam der Steigerung des Lebensstandards zugute. Steigende Ausgaben für Wohnen, für Verkehr und Nachrichtenübermittlung sowie Kosten für „Sonstiges“ haben die Aufwendungen für Nahrungsmittel an die vierte Stelle der Haushaltsausgaben verdrängt und liegen damit nur knapp vor den Ausgaben für Freizeit, Unterhaltung und Kultur.

Essen und Trinken sind in Deutschland so billig wie in kaum einem anderen Land. Dass die Ausgaben für Nahrungsmittel trotz des zunehmenden Verarbeitungsgrades recht moderat im Vergleich zur allgemeinen Preisentwicklung gestiegen sind, ist nicht zuletzt eine Folge sinkender Erzeugerpreise für die Landwirte. Der Weizenpreis liegt beispielsweise zurzeit um ein Drittel unter dem Niveau von 1950. Von jedem Euro, der heute für Lebensmittel ausgegeben wird, erhalten die Landwirte im Durchschnitt nur noch 24 Cent.

Da zunehmende Verarbeitung von Lebensmitteln aber nicht unbedingt mit zunehmender Qualität bezüglich des Nährwertes einhergeht, erkaufen wir uns mit Fertigbilliglebensmitteln oft auch Fehl- und Überernährung. Die „Geiz-ist-geil-Mentalität“ der Deutschen führt im Ernährungsbereich dazu, dass Übergewicht – auch schon bei Kindern und Jugendlichen – sowie ernährungsabhängige Erkrankungen immer mehr zunehmen. Andererseits wissen wir alle, dass Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit in erheblichem Umfang von der Ernährungsweise abhängen. Das Argument, sich gesundes Essen und Trinken nicht leisten zu können, können wir Deutsche nicht für uns in Anspruch nehmen. Billige, jedoch nährstoffreiche Grundnahrungsmittel wie Getreide, Kartoffeln, Hülsenfrüchte, Milch sowie Gemüse und Obst nach saisonalen und regionalen Kriterien eingekauft kann sich jeder leisten, nur werden diese ursprünglichen Lebensmittel immer weniger in ihrer „Urform“ verzehrt. Sie werden in unserer Wohlstandsgesellschaft oft durch kalorienreiche und nährstoffarme Fertigvarianten ersetzt, mit denen wir unserem Körper nicht unbedingt einen Gefallen erweisen. Die Wertschätzung von hochwertigen, gesunden Lebensmitteln als Mittel zum Leben muss wieder mehr in unser Bewusstsein rücken, nur dann werden wir wieder bereit sein, mehr Geld für unsere Nahrung aufzuwenden. ...und dies natürlich im Hinblick auf unsere ganzheitliche Gesundheit, denn Gesundheit ist ein Geschenk, das sich jeder Verbraucher selber machen muss!

Nähere Informationen bei Jutta Semmler, Tel. 0871/79600 oder unter Tel. 08761/70688 oder unter [www.netzwerk-ernaehrung.de](http://www.netzwerk-ernaehrung.de).