

Ernährungspolitische Positionen des Paritätischen Gesamtverbandes

Warum uns das Thema etwas angeht

Ernährung ist ein Querschnittsthema. Hier verbinden sich gesundheits- und sozialpolitische mit ökologischen Aufgaben. Klimagerechtigkeit, Teilhabe für alle und breitenwirksame Prävention sind Ziele, die sich aus unserem Wertekanon ergeben.

Ernährung betrifft uns auch praktisch. Viele Mitgliedsorganisationen in der Sozialen Arbeit bieten Gemeinschaftsverpflegung an. Unter unserem Dach versammeln sich Organisationen der Selbsthilfe, die auf die Probleme von Menschen mit chronischen Erkrankungen wie Zöliakie, Diabetes oder Rheuma hinweisen. Einrichtungen, wie Schuldner- und Sozialberatungen oder Familienzentren sind damit konfrontiert, dass ihren Klient*innen das Geld für gesunde Ernährung fehlt. In der Wohlfahrtspflege gibt es verschiedene Initiativen zur Abmilderung von Ernährungsarmut wie die Tafeln oder Wärmestuben. Zudem wollen viele soziale Einrichtungen und Dienste ihren Beitrag zum Klimaschutz leisten. In einem partizipativen Projekt hat der Paritätische Gesamtverband ermittelt, dass die Umstellung in der Gemeinschaftsverpflegung dafür ein wichtiger Hebel ist.



Impressum:

Hrsg: Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband - Gesamtverband e. V. | Tempelhofer Damm 156 | 12099 Berlin

V.i.S.d.P.: Dr. Joachim Rock | www.paritaet.org | Telefon: 030 24636-0

Autor: Benjamin Wagner-Andrae, Referent für Gesundheitspolitik und Bevölkerungsschutz | gesundheit@paritaet.org

Grafik: j-mel- AdobeStock

Berlin, April 2026

1. Problembeschreibung

Gesundheitliche Auswirkungen: Ernährungsrelevante weit verbreitete Krankheiten, wie z. B. Diabetes Typ II und Adipositas, führen zu gesundheitlichen und sozialen Einschränkungen für die Betroffenen. Chronische Erkrankungen, wie beispielsweise Multiple Sklerose, Rheuma und Zöliakie, gehen häufig mit spezifischen Anforderungen an die Ernährung einher. Gleichzeitig sind Menschen mit chronischen Erkrankungen besonders häufig armutsgefährdet. Durch die unzureichende Eindämmung dieser Erkrankungen entstehen zudem jedes Jahr volkswirtschaftliche Kosten in Milliardenhöhe.

Ernährungsarmut: Vielen Menschen reicht ihr Einkommen nicht, um eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Ernährungsweise zu finanzieren.

Folgen für die Umwelt: Die Entscheidungen, welche Lebensmittel wie produziert werden, beeinflussen Klima- und Naturschutz. Besonders durch die Tierhaltung zur Erzeugung von Fleisch und milchhaltigen Produkten entstehen klimaschädliche Emissionen. In Deutschland landen pro Jahr 10,8 Millionen Tonnen Lebensmittel im Müll. Mit dieser Lebensmittelverschwendung sind Emissionen und Ressourcenverbrauch verbunden.

Hürden für eine klimagesunde Gemeinschaftsverpflegung: Täglich werden 17 Millionen Menschen in Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung versorgt. Dies ist eine Gelegenheit, zu einer (klima-)gesunden Ernährung beizutragen. Bei der Umstellung zu einer (klima-)gesunden Verpflegung, die sich an den Ernährungsempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) oder der Planetary Health Diet orientiert, gibt es jedoch Hürden, wie fehlende Refinanzierung und niedrige Tagessätze in stationären Einrichtungen.

2. Grundlegende Ziele

Als Paritätischer Gesamtverband sprechen wir uns für eine umfassende und nachhaltige Ernährungspolitik aus. Was Menschen wie essen, ist durch gesellschaftliche Bedingungen geprägt. Ernährungspolitik darf sich daher nicht in Appellen an Einzelne erschöpfen, so wichtig auch die Entscheidungen der einzelnen sind. Wir sehen vielmehr die Politik in der Verantwortung, eine Ernährungswende zu organisieren und nachhaltig auszugestalten. Die Ernährungswende schafft die Voraussetzungen dafür, dass sich alle (klima-)gesund ernähren können. Die DGE und die Planetary Health Diet beschreiben Standards für gesellschaftlich erwünschte Ernährungsweisen. Die Finanzierung dieser Ernährungsweisen ist allen Menschen zu ermöglichen. Ziel ist eine bedarfsgerechte und gesundheitsfördernde Ernährung für alle, die die Teilhabe stärkt und die planetaren Grenzen berücksichtigt.



3. Lösungsvorschläge

Prävention und Gesundheitsförderung: Vorsorge im Bereich Ernährung sollte auf die Reduzierung von weit verbreiteten Krankheiten abzielen und dabei verhältnispräventiven Ansätzen folgen. Verhältnisprävention zielt darauf ab, die Rahmenbedingungen und die Ernährungsumgebung zu verbessern. Dazu gehören u. a.:

- die Stärkung von Handlungsfähigkeiten rund um Ernährung, u. a. durch zielgruppenspezifische Angebote und Verankerung in Lehrplänen,
- Die Förderung von gesunden Konsumententscheidungen durch Kampagnen, Qualitätssiegel, Bildungsangebote und Nudging. Nudging meint eine Methode, wonach gewünschte Entscheidungen attraktiver präsentiert werden, ungewünschte hingegen weniger ins Auge fallen, ohne die grundsätzliche Wahlfreiheit einzuschränken sowie
- Entstigmatisierung und niedrigschwellige Beratung bei ernährungsbedingten Erkrankungen, einschließlich Essstörungen.

Bedarfe bei chronischen Erkrankungen decken: Um soziale Gerechtigkeit und Teilhabe zu sichern, braucht es einen adäquaten Ausgleich finanzieller Mehraufwendungen bei chronischen Erkrankungen.

- Laut Heilmittelrichtlinie des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) wird Ernährungstherapie nur bei wenigen Erkrankungen vollumfänglich erstattet. Um soziale Ungleichheit bei chronischen Erkrankungen zu verringern, ist eine verlässliche Kostenübernahme für therapeutisch notwendige diätetische Ernährung, für Ernährungstherapie durch die Krankenversicherungen sowie im AsylbLG erforderlich.
- Krankheitsbedingte diätetische Ernährung muss im Rahmen des Einkommenssteuergesetzes als außergewöhnliche Belastung anerkannt werden.

Sozialen Ausgleich stärken: Generell helfen armutsfeste Renten, Sozialleistungen und Löhne sowie Mieter*innenschutz bei der Vermeidung von (Ernährungs-)Armut.

- Insbesondere die Grundsicherungsleistungen (SGB XII, SGB II, AsylbLG) müssen eine angemessene und klimagesunde Ernährung ermöglichen. Das Ermittlungsverfahren für die Regelbedarfe wird dem nicht gerecht. Es bedarf deshalb einer Ergänzung durch eine Ex-Post-Prüfung (Bedarfs-TÜV), ob die ermittelten Sätze bedarfsgerechte Ernährung ermöglichen.
- Personen im AsylbLG-Bezug sind durch reduzierte Leistungen in den ersten 36 Monaten, das Sachleistungsprinzip in Unterkünften und restriktive Bezahlkarten besonders von Ernährungsarmut betroffen. Es bedarf daher der Gleichstellung mit dem SGB XII und der Abschaffung des Sachleistungsprinzips.
- Eine vollwertige, beitragsfreie Mittagsverpflegung in Kitas und Schulen für alle sehen wir als wichtigen Bestandteil des Bildungssystems. Kurzfristig ist zumindest zu garan-



tieren, dass die Kostenübernahme für alle Familien mit Anspruch auf das Bildungs- und Teilhabepaket verlässlich organisiert wird. Das gilt auch für die kostenfreie Bereitstellung von Spezialkost aufgrund chronischer Erkrankungen. Bis zur Erreichung der Beitragsfreiheit ist als Zwischenschritt zumindest sicherzustellen, dass die Verpflegung erschwinglich ist und niemanden finanziell überfordert.

Klimagesunde Gemeinschaftsverpflegung: Eine Umstellung nach mindestens DGE-Standards oder weitreichender nach Planetary Health Diet¹¹ ist ein wichtiger Beitrag zum Klimaschutz und zur Prävention von ernährungsbedingten Erkrankungen. Zentrale Aspekte beider Ernährungsempfehlungen sind die Reduktion tierischer Produkte und ein höherer Verzehr von Gemüse, pflanzlichen Proteinen aus Hülsenfrüchten und Nüssen. Diese Umstellung erfordert Ressourcen. Deshalb fordern wir hier von der Politik die kostendeckende Absicherung der Refinanzierung der Mehrkosten für Leistungserbringer. Die Umstellung sollte durch beitragsfreie Prozessbegleitung von mindestens sechs Monaten durch externe Berater*innen über staatliche Förderung unterstützt werden. Angebote zur Deckung besonderer Ernährungsbedarfe aufgrund von Unverträglichkeiten sollten verbindlich bereitgestellt und refinanziert werden.

Durch Selbstbedienung, eigenständige Portionierung oder Auswahl können Lebensmittelabfälle und damit Entsorgungskosten in der Gemeinschaftsverpflegung reduziert werden.

Integration in Soziale Arbeit: Fachkräfte in der Sozialen Arbeit gestalten Ernährungsumgebungen. Essen ist mehr als Nahrungsaufnahme. Gemeinsame Mahlzeiten fördern das soziale Miteinander. Essgewohnheiten werden durch gemeinschaftliches Essen geprägt. Esssituationen können als Rahmen für pädagogische Interventionen genutzt werden. Ernährung mit ihren Auswirkungen auf die eigene und planetare Gesundheit sowie Kenntnisse über spezielle Ernährungsanforderungen sollten auch in die Curricula für die Bildung von Fachkräften und in die fachliche Arbeit bewusst integriert werden.

Steuern über Steuern: Preise können Lenkungswirkung entfalten. So führte die Einführung der Zuckersteuer in Großbritannien zu einer Reduktion beim Konsum zuckerhaltiger Lebensmittel und einem Rückgang von Diabeteserkrankungen. Daher fordern wir, nachweislich (klima-)gesunde Lebensmittel, wie pflanzliche unverarbeitete Lebensmittel mit einer niedrigeren Mehrwertsteuer zu versehen oder den Fleischkonsum und zuckerhaltige Getränke durch einen höheren Steuersatz teurer zu machen.

Bei der Mehrwertsteuerreform ist die Verstärkung sozialer Ungleichheit zu vermeiden. Dies sollte durch eine Kombination aus niedrigeren Steuern auf gesunde und klimafreundliche Lebensmittel sowie höheren Steuern auf gesundheitsschädliche, stark verarbeitete Produkte, Getränke mit hohem Zucker- oder Fettgehalt und Lebensmittel mit einer schlechten CO₂-Bilanz erfolgen. Zudem sollte die Steuerregelung mit Maßnahmen zur Umverteilung verbunden werden.

Wenn Lebensmittelhersteller oder der Einzelhandel Lebensmittel unentgeltlich an gemeinnützige Organisationen abgeben, darf keine Umsatzsteuer anfallen.



Regulierung von Produktion und Vertrieb: Angesichts der Auswirkungen von Ernährung auf die Gesellschaft unterstützen wir folgende Ansätze zur Regulation:

- Verpflichtung des Lebensmittelhandels zur Einführung des Nutri Scores,
- Einführung eines wirksamen Kinder-Lebensmittel-Werbe-Gesetzes (einschließlich Verbot platzierungsbezogener Anreize wie „Quengelware“ direkt an der Kasse),
- Erleichterung von Lebensmittelspenden von Supermärkten an soziale Einrichtungen durch Überarbeitung rechtlicher Vorgaben z. B. Haftungsfragen und Vergaberecht und
- Maßnahmen zur Unterbindung von Spekulation mit Lebensmitteln sowie
- stärkere Anwendung der kartellrechtlichen Instrumente, um Preisabsprachen und das Ausnutzen einer marktbeherrschenden Stellung von einzelnen Discontnern zu unterbinden.

Wir sehen die politischen Entscheidungsträger*innen in der Verantwortung, Maßnahmen gegen Ernährungsarmut und für klimagesunde Ernährung entschlossen zu ergreifen. Die Ernährungswende ist ein wichtiger Beitrag zur Bekämpfung von Armut, zur Förderung von Gesundheit sowie zum Schutz von Klima und Umwelt.

Anregungen für die eigene Praxis

Was heißt es nun, die verschiedenen Aspekte rund um das Thema Ernährung in die eigene Praxis zu integrieren? Hier einige Ideen:

Ernährungsbildung in Kitas, Schulen, Familien- und Nachbarschaftszentren sowie in Senior*inneneinrichtungen kann helfen, über die Zusammenhänge zwischen Ernährung und Gesundheit, aber auch zwischen Klima- und Naturschutz und Ernährung zu sensibilisieren. Dies kann durch Gespräche, gemeinsames Kochen oder Ausflüge zu einem landwirtschaftlichen Betrieb erfahrbar gemacht werden.

Kochkurse zu klimagesunder Ernährung sowie gesundem Essen mit geringem Budget für verschiedene Altersgruppen können Angebote sein, die auch positive nachhaltige Auswirkung auf die Gesundheit der Teilnehmenden haben können. Daran anknüpfend kann Aufklärung über Einkaufs-Fallen (z. B. durch Materialien der Verbraucherzentrale¹⁾) Menschen für bewusste Kaufentscheidungen stärken.

Auf Einrichtungsebene, besonders wenn Verpflegung angeboten wird, ist eine **klimagesunde Umstellung der Gemeinschaftsverpflegung** ein wichtiger Schritt in Richtung planetarer Gesundheit. Hierfür bietet das Paritätische Kochbuch einen Überblick über verschiedene Stellschrauben sowie erprobte Rezepte aus Paritätischen Mitgliedsorganisationen.



Auf Verbandsebene gilt es, sich für eine **Unterstützung dieses Umstellungsprozesses** stark zu machen. Für die regionale Versorgung von Einrichtungen können Pilotprojekte hilfreich sein, etwa zum **Aufbau regionaler Einkaufsstrukturen**, um Chancen und Hürden zu identifizieren. Hierzu können auch Kooperationen und/oder Rahmenverträge mit ökologischen Anbietern oder konkreten Höfen sowie solidarischen Landwirtschaftsbetrieben ausgetestet werden.

In Einrichtungen können **Foodsharing-Verteiler** aufgestellt und gespendete Lebensmittel kostenlos weitergegeben werden – hier scheinen besonders Nachbarschaftszentren geeignet.

Die **Soziale Landwirtschaft** und ihr Beitrag zur Ernährungswende sollte sichtbar gemacht und gestärkt werden. Um hier auch politisch aktiv werden zu können, erscheint es sinnvoll, eine Ist-Stand Analyse zu bestehenden strukturellen Hürden mit Expert*innen aus der Sozialen Landwirtschaft durchzuführen und mögliche Lösungsansätze und politische Forderungen zu erarbeiten.

Die **vielfältigen kreativen Praxisprojekte** innerhalb des Paritätischen sollten sichtbar gemacht werden, sodass sie andere inspirieren und voneinander gelernt werden kann.

Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit, Rezepte aus dem Paritätischen **Kochbuch für klimagesundes Kochen** auszuprobieren und zu genießen. Wir können das nach einem Selbsttest nur empfehlen und wünschen: Guten Appetit!²

Endnoten

1 Verbraucherzentrale (2025): Einkaufsfallen im Supermarkt – diese Tricks sollen zum Kauf verführen, online unter: https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/vertraege-reklamation/werbung/einkaufsfallen-im-supermarkt-diese-tricks-sollen-zum-kauf-verfuehren-48915?utm_source=chatgpt.com

2 Der Paritätische Wohlfahrtsverband – Gesamtverband e. V., /KLUG (2024): Klimagesund Kochen und Genießen. Rezepte, Infos und Tipps für soziale Einrichtungen, online unter: <https://cloud.paritaet.org/s/Ti3J6y7FKYJT9M8?dir=/&openfile=true>





