
Internationaler Tag gegen Lebensmittelverschwendung

Mo, 29.09.2025 - 10:34

Es ist Zeit, Maßnahmen zu ergreifen

Längst nicht alle Lebensmittel, die erzeugt werden, landen auf den Tellern der Menschen: enorme Mengen landen Jahr für Jahr in der Tonne. Am Internationalen Tag gegen Lebensmittelverschwendung informiert die Verbraucherzentrale Südtirol über die globale Dimension der Verschwendung und über eigene Informations- und Bildungsangebote.

Anlässlich des Internationalen Tages gegen Lebensmittelverschwendung (International Day of Awareness of Food Loss and Waste) am 29. September mangelt es weder an Fakten noch an klaren Worten. Dass weiterhin enorme Mengen an Lebensmitteln statt auf dem Teller in der Tonne landen, sei laut UNEP, dem Umweltprogramm der Vereinten Nationen, ein Marktversagen, ein Versagen der Umweltpolitik und ein Versagen gegenüber all jenen Menschen, die weltweit von Hunger und chronischer Mangelernährung betroffen sind:

- Schätzungsweise **13 Prozent** der globalen Lebensmittelproduktion gingen 2021 entlang der Lieferkette, genauer gesagt, nach der Ernte und vor dem Erreichen der Verkaufsregale, verloren (= **Lebensmittelverluste**, Quelle: FAO 2023).
- Weitere geschätzte 1,05 Milliarden Tonnen Lebensmittel wurden in Haushalten, der Außer-Haus-Verpflegung und im Einzelhandel entsorgt (= **Lebensmittelabfälle**). Dies entsprach einem Anteil von **19 Prozent** an den verfügbaren Lebensmitteln und einem Marktverlust von mehr als 1.000 Milliarden US-Dollar. Für **60 Prozent dieser Lebensmittelabfälle** sind Haushalte weltweit verantwortlich (Quelle: UNEP 2024).
- Jeder elfte Mensch (783 Millionen Menschen) weltweit litt 2023 an **Hunger**. 150 Millionen Kinder unter fünf Jahren litten unter Wachstums- und Entwicklungsstörungen aufgrund chronischer Unter- bzw. Mangelernährung (FAO et al. 2024).

- Schätzungsweise 8 bis 10 Prozent der weltweiten **Treibhausgasemissionen** sind durch Lebensmittelverluste und Lebensmittelabfälle verursacht (IPCC 2019).

All dies, obwohl die Internationale Gemeinschaft sich im Rahmen der **UN-Ziele für Nachhaltige Entwicklung** (Sustainable Development Goals) bereits 2015 dazu verpflichtet hat, **bis 2030 die Lebensmittelabfälle** (pro Person und Jahr) im Einzelhandel und in den Haushalten zu **halbieren**, die Lebensmittelverluste in den Lieferketten zu reduzieren sowie den Hunger zu beenden.

Zehn Jahre nach der Verabschiedung der Nachhaltigkeitsziele mahnen die Vereinten Nationen **größere und stärkere Bemühungen aller Beteiligten** ein. Sowohl die Bürger und Bürgerinnen als auch alle anderen Akteure entlang der Lieferketten müssten dringend Maßnahmen ergreifen, die Politik müsse förderliche Rahmenbedingungen schaffen, um Verhaltensänderungen anzustoßen. Denn die Verringerung der Lebensmittelverluste und -abfälle sei eine der kostengünstigsten Möglichkeiten, um eine bessere globale **Ernährungssicherheit** zu erreichen, und die kostengünstigste und am besten umsetzbare **Klimamaßnahme** schlechthin. Auch der Verbrauch von Fläche, Wasser und Energie werde dadurch gesenkt.

„Im eigenen Haushalt lassen sich mit einfachen Maßnahmen Lebensmittelüberschüsse, die später entsorgt werden, vermeiden“, weiß Silke Raffener, die Ernährungsexpertin der Verbraucherzentrale Südtirol (VZS). Die Verbraucherzentrale rät:

Lebensmittel bedarfsgerecht einkaufen

- Werfen Sie einen Blick in Kühlschrank und Vorratsschrank und erstellen Sie dann eine Einkaufsliste mit den Lebensmitteln, die Sie tatsächlich benötigen.
- Bleiben Sie nicht länger als notwendig im Supermarkt, halten Sie sich beim Einkauf an Ihre Einkaufsliste und vermeiden Sie Impulskäufe.
- Ignorieren Sie Aktionsangebote – außer Sie benötigen das Produkt wirklich in der angebotenen Menge.

Lebensmittel optimal lagern

- Räumen Sie gekühlte, tiefgekühlte und verderbliche Lebensmittel sofort nach dem Einkauf in den Kühl- bzw. Gefrierschrank.
- Produkte mit der kürzeren Haltbarkeit gehören im Kühlschrank und auch in der Speisekammer nach vorne, damit sie rascher verbraucht werden. Produkte mit der längeren Haltbarkeit werden weiter hinten eingeräumt.
- Nach dem Öffnen gehören angebrochene Packungen und Konserven in den Kühlschrank.
- Verpackungen, Behälter oder Abdeckungen schützen Lebensmittel vor dem Austrocknen, vor geschmacklichen Veränderungen, vor Feuchtigkeit und vor Schädlingen.

- Haben Sie einmal zu viel eingekauft, können Sie die überschüssige Menge einfrieren.

Lebensmittel verwenden statt verschwenden

- Konsumieren Sie Lebensmittel mit einem Verbrauchsdatum („zu verbrauchen bis“ – „da consumarsi entro“) immer vor Ablauf dieser Frist. Nach Ablauf der Frist sollten diese Lebensmittel nicht mehr gegessen bzw. getrunken werden.
- Lebensmittel mit einem Mindesthaltbarkeitsdatum („mindestens haltbar bis“ – „da consumarsi preferibilmente entro“) sind in der Regel auch nach Ablauf der Frist noch genießbar, wenn sie ungeöffnet sind und korrekt gelagert wurden. Was gut aussieht, gut riecht und gut schmeckt, kann bedenkenlos gegessen werden.
- Kochen Sie nur so viel, wie tatsächlich gegessen wird, und servieren Sie kleinere Portionen, damit auf den Tellern nichts übrig bleibt.
- Haben Sie trotzdem einmal zu viel gekocht, können Sie die überschüssige Menge einfrieren.
- Bewahren Sie Speisereste gekühlt auf und verbrauchen Sie sie innerhalb von wenigen Tagen.

Der beliebte **Ratgeber „Mit Resten zum Besten – Rezepte und Tipps für weniger Lebensmittelabfälle“** der Verbraucherzentrale Südtirol zeigt, wie man aus überschüssigen und übrig gebliebenen Lebensmitteln und Speisen neue Gerichte zubereiten kann, und informiert über den bedarfsgerechten Einkauf und die optimale Lagerung von Lebensmitteln. Der Ratgeber ist am Hauptsitz und in den Außenstellen der VZS sowie an den Haltestellen des Verbrauchermobils **kostenlos** erhältlich.

Für **Schulklassen und Jugendgruppen** ab 13 Jahren bietet die VZS in Zusammenarbeit mit dem Bayerischen Kompetenzzentrum für Ernährung ab sofort das **interaktive Spiel „Mission Zero Waste: Zeitreise gegen die Lebensmittelverschwendung“** (in deutscher Sprache) an. Ähnlich einem Escape Room¹, sind bei diesem mobilen „Escape Game“ in einem vorgegebenen Zeitrahmen Rätsel zu lösen, Hinweise zu finden und Aufgaben zu erledigen. Spielerisch erfahren die Jugendlichen Hintergründe, Lösungsansätze und wie sie selbst aktiv werden können, um die Menge der Lebensmittelabfälle zu verringern.

¹ Ein interaktives Spiel in speziell ausgestatteten Räumen, in dessen Verlauf eine kleine Gruppe gemeinsam Rätsel löst, um eine Aufgabe erfolgreich zu bewältigen