



# Jahresbericht

der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V.

# 2021







## Liebe Mitglieder, Förderinnen und Förderer der DGE, liebe Leserinnen und Leser,

auch 2021 war geprägt durch die Corona-Pandemie, die nach wie vor unser Arbeitsleben bestimmte. In der DGE haben wir gemeinsam die Herausforderungen flexibel und mit vielen kreativen Ideen gemeistert, verschiedene Projekte realisiert und auf den Weg gebracht.

So fand der Wissenschaftliche DGE-Kongress erstmals digital statt und war mit über 750 Teilnehmenden ein Veranstaltungshighlight im letzten Jahr. Auch das Wissenschaftliche Symposium, live aus dem Studio übertragen, verfolgten zahlreiche Zuschauer\*innen. Darüber hinaus haben wir unser Online-Fortbildungsangebot attraktiv ausgebaut. Corona beschäftigte uns 2021 aber nicht nur organisatorisch, sondern auch inhaltlich. Mit der Fachinformation zum Zusammenhang zwischen Vitamin D und COVID-19 gaben wir einen Überblick über die aktuelle Studienlage.

Eine zentrale Bedeutung in unserer Arbeit hatte weiterhin das Thema Nachhaltigkeit. Im Positionspapier zur nachhaltigeren Ernährung fügt die DGE der Zieldimension Gesundheit die Dimensionen Umwelt, Tierwohl und Soziales ausdrücklich hinzu. Das Referat Fortbildung hat im letzten Jahr nicht nur das Qualitätsteststat „Lernerorientierte Qualitätstestierung in der Aus-, Fort- und Weiterbildung“ (LQW) erfolgreich verlängert, sondern den optionalen Bereich Nachhaltigkeit zusätzlich zertifizieren lassen.

Unsere wissenschaftlichen Veröffentlichungen sind 2021 um die 6. Ergänzungslieferung zu den Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr für Ballaststoffe, Pantothen säure und Magnesium und die englische Zusammenfassung des 14. DGE-Ernährungsberichts erweitert worden. Zur Vermittlung

abgesicherter Aussagen für Ernährungsfachkräfte haben wir die 1. Ergänzungslieferung zu den Beratungsstandards mit fünf neuen, beraterrelevanten Themen veröffentlicht und das Nährwertberechnungsprogramm DGExpert praxisnah optimiert.

Und nicht zuletzt hat uns insbesondere in der zweiten Jahreshälfte der Umzug der Hauptgeschäftsstelle innerhalb Bonn in neue Räumlichkeiten „bewegt“. Inzwischen haben wir uns in der neuen Hauptgeschäftsstelle in der Godesberger Allee 136 gut eingelebt und freuen uns, wenn wir Sie bei einer unserer Fortbildungen hier begrüßen dürfen.

Wir bedanken uns sehr herzlich für den engagierten Einsatz der haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen der DGE sowie für die fachliche Begleitung und Unterstützung durch Zuwendungsgeber\*innen, Vertragspartner\*innen, Mitglieder und Förder\*innen. Auf die weitere gemeinsame Arbeit mit Ihnen freuen wir uns.

Viel Freude beim Blättern und Lesen!

Ihr\*e

Dr. Kiran Virmani  
Geschäftsführerin der DGE

Prof. Dr. Jakob Linseisen  
Präsident der DGE



# Inhalt

Vorwort	3
Fakten und Zahlen 2021	6
<b>1 Die DGE stellt sich vor</b>	<b>8</b>
Aufgaben und Ziele	8
Wir über uns	10
<b>2 Themenschwerpunkte 2021</b>	<b>22</b>
Nachhaltigere Ernährung	22
Vitamin D und COVID-19	25
DGE baut ihr Online-Fortbildungsangebot aus	27
<b>3 Nachhaltigkeit</b>	<b>28</b>
Nachhaltigkeit in den DGE-Qualitätsstandards	28
Aktivitäten der DGE im Bereich Nachhaltigkeit	30
<b>4 Wissenschaftliche Aktivitäten und Veröffentlichungen</b>	<b>32</b>
<b>5 Publikationen</b>	<b>38</b>
Fachmedien	38
DGE-MedienService in neuem Layout	43
DGE-Medien in verschiedenen Sprachen	44
... für unsere Mitglieder	45
<b>6 Presse- und Öffentlichkeitsarbeit</b>	<b>46</b>
Zielgruppenspezifische Kommunikation	46
Wissenschafts- und Journalistenpreise	57
Messen und Veranstaltungen	59
<b>7 Veranstaltungen, Seminare und Tagungen</b>	<b>60</b>
Wissenschaftlicher Kongress	60
Wissenschaftliches Symposium	63
Journalistenseminar	64
Fortbildungsveranstaltungen	65
<b>8 Qualitätssicherung</b>	<b>76</b>
Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung	76
Qualitätssicherung in der Gemeinschaftsverpflegung	79
Impressum	86

## Fakten und Zahlen

# 2021

6

### TEILNEHMENDE

am ersten Online-Kongress  
der DGE

>750



3



### NEUE IN FORM-PROJEKTE

in der Gemeinschaftsverpflegung

10

FIT  
KID



### JAHRE FIT-KID-LOGO

Elbkinder Vereinigung  
Hamburger Kitas gGmbH und  
Landeshauptstadt Wiesbaden

3 400



### FOLLOWER\*INNEN

auf Twitter @dge\_wissen

2



### NEUE

DGE-Ehrenmitglieder

### FOLLOWER\*INNEN

DGE seit April 2021  
aktiv auf LinkedIn

1 200



**15.****DGE-ERNÄHRUNGSBERICHT**

2 Forschungsvorhaben vergeben

**ABDRUCKGENEHMIGUNGEN**zur Dreidimensionalen  
DGE-Lebensmittelpyramide und  
zum DGE-Ernährungskreis erteilt

DGE-MITGLIEDER

**4 172****517****2.****RETESTIERUNG**der Lernerorientierten  
Qualitätstestierung in  
der Weiterbildung (LQW)**ONLINEANTEIL**  
der Veranstaltungen**98,8%****TEILNEHMER\*INNEN**

im Referat Fortbildung

**1275**



# Die DGE stellt sich vor

## Aufgaben und Ziele

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) ist seit ihrer Gründung 1953 die für Deutschland zuständige unabhängige wissenschaftliche Fachgesellschaft für alle ernährungsrelevanten Fragen. Sie stellt Forschungsbedarf fest und informiert Verbraucher\*innen, Multiplikator\*innen sowie Interessierte aus Politik, Wissenschaft, Wirtschaft und Medien über neue Erkenntnisse und Entwicklungen aus der ernährungswissenschaftlichen Forschung. Mit der Erarbeitung von Empfehlungen und Aussagen schafft die DGE eine wissenschaftliche Basis im Bereich Ernährung. Diese macht sie durch Publikationen und Veranstaltungen bekannt. Indem die DGE die Ernährungsaufklärung, -beratung und -bildung zur vollwertigen Ernährung fördert, sichert sie deren Qualität und trägt zur Gesundheit der Bevölkerung bei.

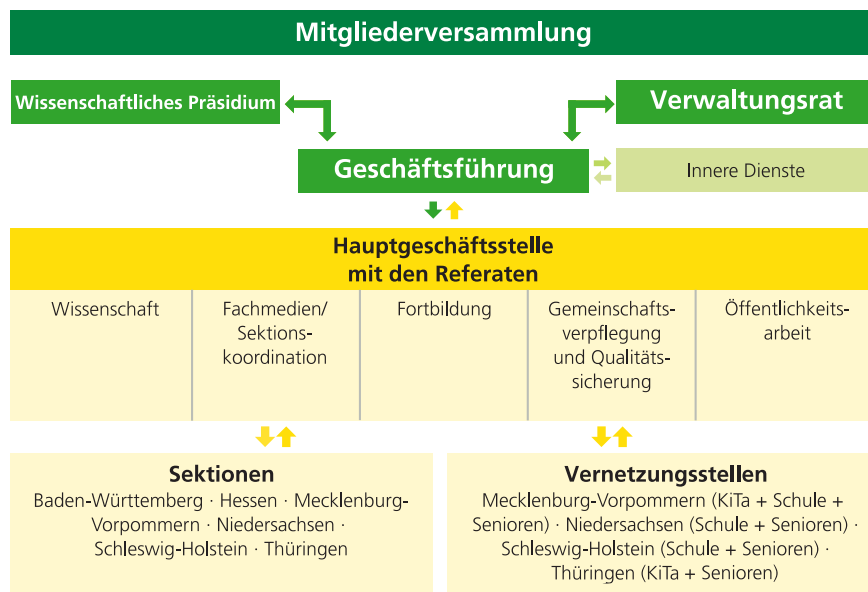
Ihre Ziele verwirklicht die DGE bundesweit, insbesondere durch die

- Publikation des DGE-Ernährungsberichts,
- Herausgabe der D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr,
- Herausgabe von DGE-Beratungsstandards, der fünf DGE-Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung, Leitlinien, Stellungnahmen und Positionen,
- Veröffentlichung weiterer Informationsmedien und wissenschaftlicher Publikationen, Erarbeitung von Curricula,
- Durchführung von wissenschaftlichen Tagungen, Seminaren und Lehrgängen.

Die Aktivitäten und Maßnahmen der DGE zielen auf Verhaltens- und Verhältnisprävention zur Gesundheitsförderung und -erhaltung ab und richten sich an alle Bevölkerungsgruppen. Die DGE konzentriert sich dabei auf die Vermittlung von Kompetenzen bei Multiplikator\*innen, ihre Empfehlungen erreichen darüber auch die Endverbraucher\*innen.

Als eingetragener gemeinnütziger Verein verfolgt die DGE ihre Ziele frei von wirtschaftlichen Interessen und politischen Einflüssen. Ihr oberstes Organ ist die Mitgliederversammlung.

### Organigramm der DGE







## Wir über uns

### Wissenschaftliches Präsidium

Ein wichtiges Gremium der DGE ist ein wissenschaftlich unabhängiges Präsidium mit Persönlichkeiten, die die Ernährungswissenschaft der Bundesrepublik Deutschland repräsentieren. Zusätzlich zu den elf gewählten Mitgliedern besteht es aus 27 kooptierten Mitgliedern, zwei Sektionsvertreter\*innen und einem ständigen Gast.

- Präsident

#### **Prof. Dr. Jakob Linseisen**

Lehrstuhl für Epidemiologie der Universität Augsburg, Universitätsklinikum Augsburg

- Vizepräsident\*innen

#### **Prof. Dr. Britta Renner**

Fachbereich Psychologie, Universität Konstanz

#### **Prof. Dr. Bernhard Watzl**

Institut für Physiologie und Biochemie der Ernährung, Max Rubner-Institut (MRI), Karlsruhe

### Verwaltungsrat

Der Verwaltungsrat überwacht die Geschäftsführung in fachlicher und administrativer Hinsicht, prüft den Jahresabschluss, bestellt die Geschäftsführung und genehmigt den Arbeitsplan der DGE.

- Vorsitzender des Verwaltungsrats

#### **Prof. Dr. Helmut Hesecker**

Institut für Ernährung, Konsum und Gesundheit, Universität Paderborn

- stellvertretende Vorsitzende

#### **Prof. Dr. Britta Renner**



Präsident und Geschäftsführerin der DGE,  
Prof. Dr. Jakob Linseisen und  
Dr. Kiran Virmani



## Umzug in ein neues Gebäude

Für die DGE war 2021 Bewegung angesagt. Mit dem Umzug in ein neues Gebäude in der Godesberger Allee – ein wenig näher Richtung Innenstadt – finden alle Beschäftigten in Bonn nun unter einem Dach zusammen. Bislang gab es zwei Standorte in der Godesberger Allee 18 und der Südstraße, die jedoch nicht mehr genug Platz boten. Das neue Gebäude in der Godesberger Allee 136 hat neben Büro- und Besprechungsräumen großzügige Räumlichkeiten für das Fortbildungsangebot der DGE.

## Hauptgeschäftsstelle

Für die DGE sind 128 Mitarbeitende in Voll- oder Teilzeit tätig: 96 in der Hauptgeschäftsstelle in Bonn, davon 14 Mitarbeitende im Projekt IN FORM in der Gemeinschaftsverpflegung, 11 Mitarbeitende in den Projekten Diet-Body-Brain (DietBB), Geprüfte IN FORM-Rezepte und Start Low. Hinzu kommen 16 Mitarbeitende in den rechtlich unselbstständigen Sektionen der DGE sowie deren Projekten und 16 in den rechtlich unselbstständigen Vernetzungsstellen (inkl. Verbundprojekte).

Die Hauptgeschäftsstelle gliedert sich in fünf Fachreferate mit den Aufgabenfeldern Wissenschaft, Fachmedien/Sektionskoordination, Fortbildung, Öffentlichkeitsarbeit sowie Gemeinschaftsverpflegung und Qualitätssicherung inklusive der vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) geförderten Projekte „IN FORM in der Gemeinschaftsverpflegung“. Seit 2015 gehört auch das Projekt „DietBB“ sowie das Projekt „Geprüfte IN FORM-Rezepte“ zur DGE.

Die „Inneren Dienste“ stellen die Abwicklung der administrativen und finanziellen Belange der DGE sicher. Geschäftsführerin ist Dr. Kiran Virmani.

**Die DGE beteiligt sich aktiv an vom BMEL bzw. dem Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) geförderten Projekten im Bereich Ernährung. Die Laufzeiten der Projekte variieren.**

## IN FORM-Projekte der DGE

IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom BMEL und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert. Ziel des Nationalen Aktionsplans IN FORM ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten in Deutschland nachhaltig zu verbessern sowie die Alltagsstrukturen im Bereich der Ernährung und Bewegung zu stärken. Die DGE setzt sich aktiv mit vier bei ihr angesiedelten Projekten für die Ziele von IN FORM ein.

→ [www.in-form.de](http://www.in-form.de)

### IN FORM in der Gemeinschaftsverpflegung

Das DGE-Projekt „IN FORM in der Gemeinschaftsverpflegung“ unterstützt mit den DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Kitas, Schulen, Betrieben, Kliniken sowie mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen Verpflegungsverantwortliche bei der Gestaltung einer gesundheitsfördernden und nachhaltigen Verpflegung. Zusätzliche Orientierung bieten lebenswelt-spezifische Fachinformationen zu ausgewogener Verpflegung, Rahmenbedingungen und Hintergründen, die auf den Internetseiten zu jeder Lebenswelt abrufbar sind. Hier finden Verantwortliche und Interessierte auch Praxisbeispiele und Rezeptdatenbanken. Am 1. Oktober 2021 starteten mit einer Laufzeit von drei Jahren im Rahmen von „IN FORM in der Gemeinschaftsverpflegung“ drei Projekte mit folgenden Schwerpunkten:

#### **1. Gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung von Kindern und Jugendlichen mit dem Schwerpunkt Angebot eines gesunden Frühstücks in Kita und Grundschule**

Das IN FORM-Projekt zielt darauf ab, eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung in den

Lebenswelten Kindertagespflege, Kita und Schule zu etablieren. Insbesondere soll die Ausgabe eines gesundheitsfördernden und nachhaltigen Frühstücks in Kitas und Grundschulen im Fokus stehen. Das Projekt analysiert das Verpflegungsangebot bei Tageseltern sowie die Vollverpflegung in Kitas und erarbeitet entsprechende Empfehlungen.

#### **2. Nachhaltige Verpflegungskonzepte in der kommunalen und betrieblichen Gemeinschaftsverpflegung**

Im Zentrum dieses IN FORM-Projektes steht die Entwicklung eines Tools zur Bewertung der Nachhaltigkeit von Rezepten, zunächst für die Lebenswelt Betriebe, später auch für weitere Lebenswelten. Einen weiteren Schwerpunkt stellt die Umsetzung des DGE-Qualitätsstandards als Maßnahme der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGM) dar. Ernährungs- und Küchenfachkräfte sowie BGM-Koordinator\*innen sollen in diesem dreijährigen Projekt zur Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards qualifiziert werden.

#### **3. Verpflegung ausgewählter vulnerabler Bevölkerungsgruppen**

Das Projekt befasst sich mit der Verpflegung ausgewählter vulnerabler Bevölkerungsgruppen wie Patient\*innen und Senior\*innen und erstmals auch Erwachsenen mit Behinderung in Werkstätten, die besondere Anforderungen an ihr Mahlzeitenangebot stellen. Handlungsempfehlungen und Umsetzungshilfen sollen dabei unterstützen, dass die vulnerablen Gruppen, die zumeist eine Vollverpflegung erhalten, eine ebenso gesundheitsfördernde und nachhaltige wie auch genussvolle, bedürfnisgerechte Wahl haben.



### Start Low

Die DGE führt gemeinsam mit der Hochschule Albstadt-Sigmaringen und dem Unternehmen Pro Care Management das Projekt „Start Low“ durch. Im Mittelpunkt steht die Frage, wie Standardrezepturen für die Kita-Verpflegung so verändert werden können, dass zwar weniger Salz, Zucker und Fett eingesetzt werden, zugleich aber der Geschmack nicht leidet. Mit welchen Maßnahmen Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung hierbei unterstützt werden können, soll im Projekt erarbeitet werden. In 2021 wurden Befragungen von Speiseanbietern und Kindertageseinrichtungen durchgeführt. Das Projekt wird im Auftrag des BMEL durchgeführt. Die vorgesehene Projektlaufzeit endet im Oktober 2023.



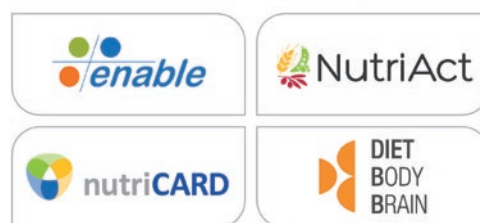
### Geprüfte IN FORM-Rezepte

Mit dem Projekt „Geprüfte IN FORM-Rezepte“ gibt die DGE Verbraucher\*innen eine Orientierungshilfe, um auf einen Blick ein ausgewogenes Rezept bzw. Gericht zu erkennen. Dafür haben IN FORM und DGE einen Kriterienkatalog und das Logo „Empfohlen von IN FORM“ entwickelt. Damit zeichnen sie leckere und gesundheitsfördernde Vorschläge von bekannten Rezeptanbietern aus. Zusätzlich zeigen begleitende Ernährungstipps, warum die Rezepte und Gerichte empfehlenswert sind. Die Begleittexte beinhalten Hinweise, wie Gerichte durch Veränderungen der Zutaten oder der Zubereitung ernährungsphysiologisch günstiger werden.

→ [www.inform-rezepte.de](http://www.inform-rezepte.de)

### Kompetenzcluster der Ernährungsforschung

Die DGE hat seit der zweiten Förderphase (2018) die Öffentlichkeitsarbeit für alle clusterübergreifenden Aktivitäten der vier Kompetenzcluster der Ernährungsforschung – DietBB, *enable*, nutriCARD



und NutriAct – übernommen. Dazu gehörte 2021 auch die Kommunikation und Mitwirkung bei der Organisation einer internationalen Cross-Cluster Konferenz vom 17. bis 19. Mai für Angehörige der Kompetenzcluster, Wissenschaftler\*innen und Interessierte inkl. einer Pressekonferenz. Vorgestellt wurden die wichtigsten Ergebnisse der gemeinsamen Forschungsaktivitäten. Vorträge und eine Podiumsdiskussion thematisierten die Zusammenarbeit und Erfolge der Kompetenzcluster, aber auch zukünftige Herausforderungen der Ernährungsforschung.

### Diet-Body-Brain (DietBB)

Seit 2015 forscht die DGE mit einem eigenen Projekt bei „Diet-Body-Brain (DietBB) – von der Epidemiologie zu evidenzbasierter Kommunikation“. Damit ist sie eine von 17 Akteur\*innen eines vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) initiierten Kompetenzclusters der Ernährungsforschung. In der ersten Förderphase hat die DGE die Bekanntheit der lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen in der deutschen Bevölkerung evaluiert. Basierend auf den gewonnenen Erkenntnissen untersucht sie in der zweiten Förderphase Kommunikationsstrategien, die dazu dienen, die lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen an spezifische Zielgruppen verhaltenswirksam zu vermitteln. So wurden die 10 Regeln der DGE auf Instagram an junge Erwachsene kommuniziert. Es soll die Effektivität der Kommunikation von Empfehlungen erforscht und verbessert werden, um den Gesundheitsstatus der Bevölkerung und die Prävention zu fördern (s. Seite 36).

## Sektionen

In den Bundesländern Baden-Württemberg (BW), Hessen (HE), Mecklenburg-Vorpommern (MV), Niedersachsen (NI), Schleswig-Holstein (SH) und Thüringen (TH) ist die DGE durch Sektionen vertreten. Zwei Sektionen, Hessen und Baden-Württemberg, agieren rechtlich selbstständig.

Die Sektionen nehmen landesspezifische Interessen wahr und verbreiten die Erkenntnisse der Ernährungswissenschaft und die Empfehlungen der DGE in regionalen Netzwerken. Sie fördern die Ernährungsaufklärung und leisten Beratung sowie Informations- und Öffentlichkeitsarbeit.

Die Sektionen führen Fortbildungsveranstaltungen wie Fachtagungen und Seminare für Multiplikator\*innen und Fachkräfte aus den Bereichen Ernährung, Bildung, Gesundheit, Prävention und Politik durch. Sie präsentieren sich regelmäßig auf regionalen Veranstaltungen und veröffentlichen in lokalen Medien Beiträge zu ernährungsrelevanten Themen sowie zu ihren Aktivitäten. Die Sektionen initiieren regionale Projekte und koordinieren die Aktivitäten von im Ernährungsbereich tätigen Institutionen und Organisationen.

### Die DGE-Sektionen in sechs Bundesländern



# Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung sowie Seniorenernährung

DGE-Jahresbericht 2021 15

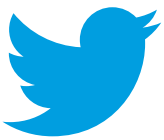


Als eine Maßnahme des Nationalen Aktionsplans IN FORM hat das BMEL gemeinsam mit den Bundesländern Vernetzungsstellen eingerichtet. Diese unterstützen bundesweit Schulen – in einigen Ländern auch Kitas – bei der Entwicklung und Qualitätsverbesserung eines ausgewogenen Verpflegungsangebotes. Sie stellen Informationen zur Verfügung, organisieren Veranstaltungen und sorgen dafür, dass Akteur\*innen bei der Planung, dem Aufbau und der Optimierung einer adäquaten Gemeinschaftsverpflegung unterstützt und zusammengeführt werden.

Seit 2020 sind die DGE-Vernetzungsstellen Seniorenernährung in Niedersachsen, Mecklenburg-Vorpommern und Schleswig-Holstein aktiv, seit 2021 auch in Thüringen. Ihre Aufgabe ist es, eine bedarfs- und bedürfnisgerechte Ernährung älterer Menschen zu fördern (s. auch Seite 74).

Die Basis für die Arbeit der Vernetzungsstellen bilden die entsprechenden drei DGE-Qualitätsstandards, die die DGE im Auftrag des BMEL erarbeitet hat: „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“, „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ und der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit ‚Essen auf Rädern‘ und in Senioreneinrichtungen“.

## Mitglieder/Fachgruppen



### DGE-Mitglieder

Im Dezember 2021 waren insgesamt 4 172 Mitglieder registriert. Jede am Thema Ernährung interessierte Person kann Mitglied werden. Auch Verbände, Firmen und Wirtschaftsverbände haben eine Mitgliedschaft bei der DGE. Mitglieder können sich z. B. in DGE-Fachgruppen engagieren, sich inhaltlich sowie fachlich austauschen und den Dialog mit anderen Interessierten, Kolleg\*innen und Fachexpert\*innen nutzen. Der Besuch von DGE-Veranstaltungen ist zudem vergünstigt.

### DGE-Fachgruppen seit über 10 Jahren aktiv

Die DGE-Fachgruppen bieten Wissenschaftler\*innen, wissenschaftlichem Nachwuchs, Expert\*innen und erfahrenen Praktiker\*innen eine Plattform zum gegenseitigen Austausch. Damit möchte die DGE einen stärkeren Wissenstransfer in die Arbeit der Fachgesellschaft ermöglichen, die Anbindung der Mitglieder intensivieren und den inhaltlichen Austausch mit Wissenschaftler\*innen verbessern sowie die fachbezogene Arbeit vertiefen. Die Fachgruppen haben unterschiedliche Themenschwerpunkte in den Bereichen „Wissenschaft“ und „Ernährung in der Praxis“:

- Early Career Scientists
- Epidemiologie
- Ernährungsberatung
- Ernährungsbildung
- Ernährungsmedizin
- Ernährungsverhaltensforschung
- Gemeinschaftsverpflegung
- Lebensmittelwissenschaft
- Physiologie und Biochemie der Ernährung
- Public Health Nutrition

### DGE-Fachgruppe Early Career Scientists für den wissenschaftlichen Nachwuchs: Science Slam, Seminare und Social Media

Die „Early Career Scientists“ (ECS) vertreten unabhängig von den verschiedenen Disziplinen der anderen neun DGE-Fachgruppen die Interessen und Belange von Wissenschaftler\*innen am Anfang ihrer Karriere wie Studierenden, wissenschaftlichen Mitarbeiter\*innen und PostDocs. Die DGE-Fachgruppe fördert den Austausch und die Vernetzung von ECS im In- und Ausland und bietet eine Plattform für die Karriereentwicklung. Im Jahr 2021 veranstaltete sie ihren zweiten Science Slam während des DGE-Kongresses. Tim Ritzheim, Dr. Nicole Jankovic, Svenja Bögeholz, Michaela Bucher und Theresa Werfel präsentierten den Teilnehmenden online das eigene Forschungsgebiet. Um die Zahl der erfolgreichen Abstracts von ECS beim nächsten DGE-Kongress zu erhöhen, wurde im September ein gut besuchtes Seminar mit Prof. Dr. Anna Kipp von der Friedrich-Schiller-Universität Jena und Prof. Dr. Jan Frank von der Universität Hohenheim mit dem Titel „How to write a convincing abstract“ angeboten. Zum Jahresende veranstaltete die ECS-Gruppe ein wissenschaftliches Seminar mit Dr. Kevin Hall vom National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). Die 40 interessierten Teilnehmer\*innen lernten die aktuelle Forschung von Dr. Hall zur Nahrungsenergieaufnahme kennen.

**Die DGE-Fachgruppe teilt für ECS relevante Inhalte auf ihrem eigenen Twitteraccount @DGE\_ECS und neu auf LinkedIn.**



## DGE-Finanzhaushalt

Die DGE hatte 2021 Gesamtausgaben von 10,35 Mio. Euro.

Die Finanzierung erfolgt mit rund einem Viertel durch Einnahmen aus Gebühren für Schriften und Medien, Honoraren für Beratungen, Zertifizierungen im Bereich der Gemeinschaftsverpflegung, Teilnahmegebühren zu Veranstaltungen und Mitgliedsbeiträgen. Zu etwa drei Vierteln wird die DGE mit öffentlichen Mitteln von Bund und Ländern gefördert.

In 2021 erhielt die Hauptgeschäftsstelle eine Bundesförderung in Höhe von 4,86 Mio. Euro (Quote 71 %). Die IN FORM-Projekte im Bereich Gemeinschaftsverpflegung wurden mit 0,95 Mio. Euro vom Bund gefördert. Zudem gab es weitere acht Bundesprojekte mit insgesamt 0,71 Mio. Euro Förderung:

- Geprüfte IN FORM-Rezepte: Gesund genießen und als Nachfolgeprojekt Geprüfte IN FORM-Rezepte: Vom Einkauf zum Esstisch
- Start Low – Teilprojekt A
- Kompetenzcluster der Ernährungsforschung Diet-Body-Brain (DietBB)
- Verbundprojekte (Schleswig-Holstein, Niedersachsen und Mecklenburg-Vorpommern)
- Das Praxiskochbuch für die Gemeinschaftsverpflegung

Die Sektionen erhielten, abhängig vom jeweiligen Bundesland, Förderungen von insgesamt über 0,32 Mio. Euro. Die Vernetzungsstellen Schul- und Kitaverpflegung wurden mit 0,56 Mio. Euro von den Ländern gemeinsam gefördert.

Bei den Vernetzungsstellen Seniorenernährung gibt es eine Kofinanzierung zwischen dem Bund und den Ländern mit einer Zuwendungssumme in Höhe von insgesamt 0,36 Mio. Euro.



## Nationale und internationale Netzwerkarbeit

### Die DGE engagiert sich seit über 20 Jahren für 5 am Tag

Der Verein 5 am Tag e.V. setzt sich dafür ein, dass die Menschen in Deutschland mehr Gemüse und Obst essen. Mit Informationen, Hintergrundwissen, Tipps und Ideen zeigt er, warum der Verzehr von Gemüse und Obst in der täglichen Ernährung eine wichtige Rolle spielt. Der gemeinnützige Verein wurde von der DGE, der Deutschen Krebsgesellschaft, Krankenkassen, Ministerien, Stiftungen und Vertreter\*innen der Obst- und Gemüsebranche gegründet. DGE-Geschäftsführerin Dr. Kiran Virmani ist als Mitglied des Vorstandes aktiv.

Seit 2002 existiert die gleichlautende Kampagne, die von der Europäischen Union (EU) und teilweise dem BMEL finanziell gefördert wird. Im Januar 2019 startete eine neue EU geförderte Kampagne mit einer Laufzeit von drei Jahren. „Snack 5“ greift den Trend zur Snackification – dem bevorzugten Verzehr kleiner Mahlzeiten und Snacks – auf und stellt Zwischenmahlzeiten und Außer-Haus-Verzehr in Schulen, Betrieben oder unterwegs in den

Mittelpunkt. Sie wirbt für den stärkeren Verzehr von Gemüse und Obst als Zwischenmahlzeit. Die DGE ist aktiv an der Kampagne beteiligt.

→ [www.5amtag.de](http://www.5amtag.de)

→ [www.snack-5.eu](http://www.snack-5.eu)

### Europen 5 a day Online-Symposium

Anlässlich des Internationalen Jahres für Obst und Gemüse 2021 der UN lud der 5 am Tag e.V. gemeinsam mit der AMA – AgrarMarkt Austria am 23. September 2021 zum Europäischen 5 am Tag-Symposium ein. Unter dem Motto „Obst und Gemüse in der Ernährung: Was leisten Wissenschaft, Politik und Wirtschaft?“ ging es auf der ganztägigen Onlineveranstaltung um gesundheitsfördernde und präventive Effekte von Gemüse und Obst und aktuelle Trends im Ernährungsverhalten.

Dr. Kiran Virmani sprach über die gesundheitlichen Effekte von Gemüse und Obst in der Prävention von chronischen Erkrankungen. Prof. Ulrike Arens-Azevêdo, Mitglied im Wissenschaftlichen Präsidium der DGE, zeigte anhand von Beispielen aus der Praxis und den DGE-Qualitätsstandards, wie eine gesundheitsfördernde Lebensmittelauswahl in Kantinen, Schulen, Pflegeheimen, beispielsweise durch Nudging, gefördert werden kann.



### DGE korporatives Mitglied beim VDOE

Seit 2020 ist die DGE korporatives Mitglied beim Berufsverband Oecotrophologie e. V. (VDOE). Ziel ist es, mit der Mitgliedschaft die berufspolitischen und fachlichen Schnittstellen zwischen der DGE und dem VDOE aufzuzeigen. Zudem präsentiert sich die DGE im Berufsverband als attraktive Arbeitgeberin für Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaftler\*innen, Oecotropholog\*innen sowie Diätassistent\*innen.

### Koordinierungskreis Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung und Ernährungsbildung

Die Bereiche „Ernährungsberatung“ und „Ernährungsbildung“ haben sich in den letzten Jahrzehnten umfassend weiterentwickelt. Ernährungsberatung und -bildung werden heute von vielen unterschiedlichen Berufsgruppen angeboten. Der Koordinierungskreis „Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung und Ernährungsbildung“ hat eine Rahmenvereinbarung für die qualifizierte Ernährungsberatung und die Ernährungstherapie sowie für die Ernährungsbildung erarbeitet. Ziel ist es, Verbraucher\*innen unterschiedliche Qualifikationen von Ernährungsfachkräften transparent zu machen. Dr. Kiran Virmani, Geschäftsführerin der DGE, ist Sprecherin des Koordinierungskreises.



### DGE als Expertin beim Food-EPI

Die DGE ist eine von 55 deutschlandweiten Expert\*innen aus Wissenschaft, Zivilgesellschaft, Politik und Verwaltung, die sich am Food Environment Policy Index (Food-EPI) beteiligten. Ziel war es, die politischen Rahmenbedingungen von Ernährung in Deutschland mit einem standardisierten Verfahren zu erfassen und mit internationalen Best Practices zu vergleichen, um auf dieser Grundlage Reformempfehlungen zu entwickeln. Der Food-EPI-Ergebnisbericht benennt die Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards als eine aussichtsreiche Maßnahme zur Reformierung der deutschen Ernährungspolitik.

## Internationale Vernetzung

### Gemeinsame D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr

Die Fachgesellschaften für Ernährung in Deutschland, Österreich und der Schweiz geben seit über 20 Jahren gemeinsam die D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr heraus. Sie benennen die Mengen an Nährstoffen sowie Ballaststoffen, Energie und Wasser, die in einer bedarfsgerechten Ernährung des gesunden Menschen enthalten sein sollten. Die Referenzwerte berücksichtigen nutritive und wenn möglich auch präventive Aspekte und zielen darauf ab, bei nahezu allen gesunden Menschen der Bevölkerung eine angemessene Nährstoffzufuhr zu gewährleisten. Damit bilden sie die Basis für die praktische Umsetzung einer vollwertigen Ernährung.

Eine weitere langjährige Kooperation mit der Österreichischen und der Schweizerischen Fachgesellschaft für Ernährung besteht in der Durchführung der Dreiländertagung. Sie wird alle vier Jahre im Wechsel organisiert.

### DGE in der FENS und beim IUNS-Kongress aktiv

Prof. Dr. Jakob Linseisen, Präsident der DGE, wurde im Oktober 2019 als Vice-Secretary des Boards der Federation of European Nutrition Societies (FENS) gewählt und steht im regelmäßigen Austausch mit den anderen Mitgliedern des FENS-Boards. Präsidiumsmitglieder der DGE wurden für den kommenden FENS-Kongress 2023 als Scientific Committee Members nominiert.

Die DGE richtet auf den Kongressen der International Union of Nutritional Sciences (IUNS) jeweils

eine Session zu einem fachspezifischen Thema der Ernährungswissenschaften aus. Für den International Congress of Nutrition 2020 reichte sie das Symposium „Update on Dietary Recommendations and Guidelines of the German Nutrition Society“ ein. Die Veranstaltung wurde aufgrund der COVID-19-Pandemie auf den 6. bis 11. Dezember 2022 verschoben.

### Mit der FAO vernetzt

Die DGE steht mit der Food and Agriculture Organization (FAO) zu den Food-Based Dietary Guidelines (FBDG) im Austausch. Auf der Website der FAO gibt es eine Zusammenstellung der FBDG verschiedener Länder. Die DGE präsentiert die 10 Regeln zur vollwertigen Ernährung, den DGE-Ernährungskreis und die Dreidimensionale DGE-Lebensmittelpyramide.

→ [www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/](http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/en/)

### Politik gegen Hunger – DGE mit Expertise im Bereich Kita- und Schulverpflegung

Die seit 2001 vom BMEL organisierten „Politik gegen Hunger“-Konferenzen fokussieren auf die Verwirklichung des Menschenrechts auf angemessene Nahrung. Die 13. Veranstaltung fand vom 23. bis 25. Juni 2021 online statt und hatte gesunde und nachhaltige Schulernährung weltweit zum Thema.

Im Rahmen der Arbeitsgruppen der Konferenz brachte das DGE-Referat Gemeinschaftsverpflegung seine Expertise im Bereich der Kita- und Schulverpflegung ein.

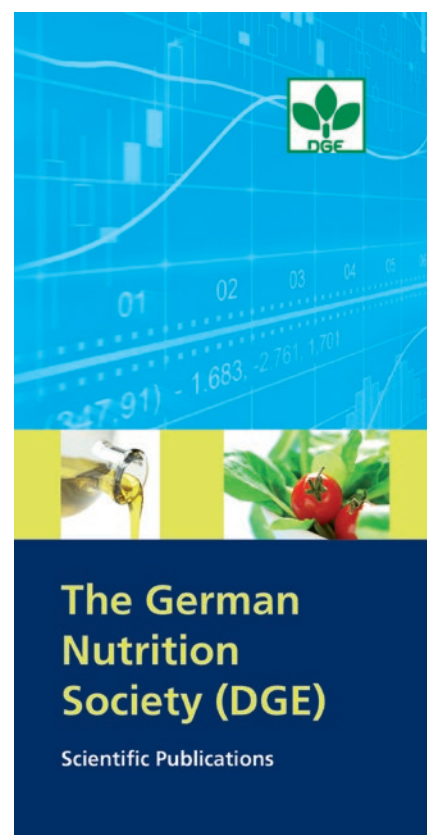


# Internationale Publikationen

Die DGE hat den Anspruch, ihre grundlegenden wissenschaftlichen Arbeiten auch international bekannt und verfügbar zu machen und damit zur internationalen wissenschaftlichen Diskussion in Ernährungsfragen beizutragen. 2021 sind die englische Kurzfassung des 14. DGE-Ernährungsberichts und die DGE-Qualitätsstandards in englischer Sprache erschienen (s. Seite 44).

Neben der Ernährungs Umschau als nationales wissenschaftliches Organ sind die Annals of Nutrition and Metabolism das internationale, englischsprachige Publikationsorgan der DGE. Darüber hinaus nutzt die DGE weitere internationale Journale und eigene Publikationswege zur Veröffentlichung wissenschaftlicher Beiträge (s. Kapitel 4).

**Alle englischsprachigen  
Veröffentlichungen unter  
→ [www.dge.de/en](http://www.dge.de/en)**



# 2

# Themenschwerpunkte 2021

22

## Nachhaltigere Ernährung

**Auch 2021 hatte das Thema Nachhaltigkeit eine zentrale Bedeutung in der Arbeit der DGE.**

Durch den hohen Anteil der Ernährung an den weltweiten Treibhausgasemissionen mit 25-30 %, ist es dringend geboten, die Ernährungsweise so zu gestalten, dass nicht unnötig Ressourcen verbraucht werden. Es reicht nicht aus, Ernährungsempfehlungen nur an gesundheitsfördernden Aspekten auszurichten. Daher berücksichtigt die DGE zukünftig stärker die Dimensionen Umwelt, Soziales und Tierwohl in ihren Empfehlungen und Aktivitäten.

### DGE-Positionspapier zur nachhaltigeren Ernährung

Die DGE fordert und fördert eine nachhaltigere Ernährung – etwa durch die Umstellung auf mehr pflanzliche Lebensmittel – in all ihren Dimensionen und Facetten. Dies ist die Kernaussage des Posi-

tionspapiers zur nachhaltigeren Ernährung, das die DGE anlässlich des digitalen Nationalen Dialogs „Wege zu nachhaltigen Ernährungssystemen“ im Juni 2021 veröffentlichte.

Gemäß dem Auftrag der DGE und ihrer Expertise stand und steht die Dimension Gesundheit bei ihren Aktivitäten im Vordergrund. Eine vollwertige Ernährung nach den Empfehlungen der DGE ist abwechslungsreich und betont den Verzehr von Lebensmitteln pflanzlichen Ursprungs. Sie stellt den ausreichenden Bedarf an essenziellen Nährstoffen sicher und verhindert sowohl eine Unterversorgung als auch eine Überversorgung. Damit trägt sie zur Prävention ernährungsmitbedingter Krankheiten bei. Im Positionspapier fügt die DGE der Zieldimension Gesundheit die Dimensionen Umwelt, Tierwohl und Soziales explizit hinzu.

**Ziele einer nachhaltigeren Ernährung gemäß des Wissenschaftlichen Beirats für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE)**

#### GESUNDHEIT

Eine gesundheitsfördernde Ernährung, die zu einer höheren Lebenserwartung, mehr gesunden Lebensjahren und mehr Wohlbefinden für alle beiträgt.

#### TIERWOHL

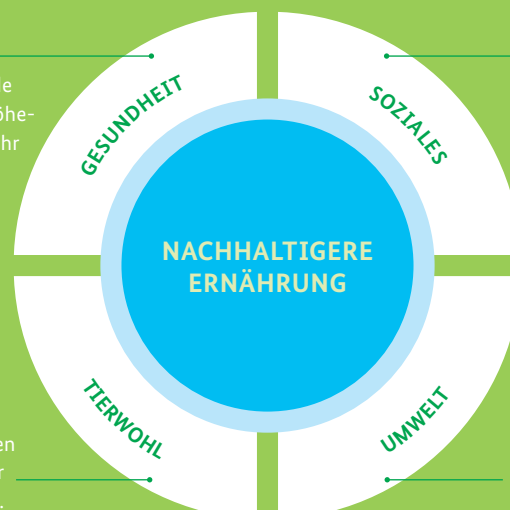
Eine Ernährung, die mehr Tierwohl unterstützt und damit den sich wandelnden ethischen Ansprüchen der Gesellschaft gerecht wird.

#### SOZIALES

Eine Ernährung, die soziale Mindeststandards entlang von Wertschöpfungsketten gewährleistet.

#### UMWELT

Eine umwelt- und klimaschützende Ernährung, die zu den mittel- und langfristigen Nachhaltigkeitszielen Deutschlands passt.





### Das Positionspapier ist in Deutsch und Englisch in der Ernährungs Umschau erschienen.

Renner B, Arens-Azevêdo U, Watzl B, Richter M, Virmani K, Linseisen J for the German Nutrition Society (DGE): DGE position statement on a more sustainable diet. Ernährungs Umschau 2021; 68(7): 144–54.



Damit Verbraucher\*innen eine nachhaltigere Ernährung realisieren können, ist die Gestaltung fairer Ernährungsumgebungen – von der Exposition bis zum Konsum und Entsorgung – zentral. Allen Menschen soll, ungeachtet ihrer ökonomischen und sozialen Situation, gleichermaßen der Zugang zu gesünderen und nachhaltigeren Angeboten und mehr Teilhabe ermöglicht werden.

In ihrem Positionspapier orientiert sich die DGE an den Ausführungen im Gutachten des Wissenschaftlichen Beirats für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) beim BMEL. Die Darstellungen zur nachhaltigeren

Ernährung des Gutachtens richten sich am aktuellen Wissens- und Erkenntnisstand aus. Sie markieren einen Weg hin zu einer nachhaltigeren Ernährung. Das Positionspapier stellt eine gemeinsame Basis des Verständnisses einer nachhaltigeren Ernährung sicher und ermöglicht den verschiedenen Bereichen der Ernährungswissenschaft eine differenzierte Weiterentwicklung aus deren spezifischen Blickwinkeln. Für die zukünftige Arbeit der DGE soll das Positionspapier Orientierung geben und zugleich Verpflichtung sein.





## Vitamin D und COVID-19

**Im Februar 2021 veröffentlichte die DGE eine Fachinformation zum Zusammenhang zwischen der Vitamin-D-Zufuhr bzw. dem Vitamin-D-Status und dem Risiko für eine SARS-CoV-2-Infektion sowie der Schwere des Verlaufs einer COVID-19-Erkrankung.**

### Ein Überblick über die aktuelle Studienlage

Da Vitamin D neben seinen zentralen Funktionen für die Knochengesundheit auch regulatorische Effekte auf das Immunsystem hat, wird intensiv über den Nutzen von Vitamin D in der Prävention und Behandlung von COVID-19-Erkrankungen diskutiert. Einige Berichte in den digitalen Medien suggerieren, dass die Einnahme von Vitamin-D-Präparaten, teilweise auch in hohen Dosen, vor einer Infektion mit SARS-CoV-2 sowie dem Ausbruch einer COVID-19-Erkrankung und einem schweren Verlauf schützen kann. Um einen Überblick über die bislang veröffentlichten wissenschaftlichen Studien (Stand: 11. Januar 2021) zu geben, veröffentlichte die DGE eine Fachinformation (s. Seite 35). Dafür sichtete und ordnete die DGE die Ergebnisse folgender Studientypen:

- ökologische Studien mit aggregierten Daten zum Zusammenhang zwischen dem Breitengrad/Vitamin-D-Serumspiegel und der SARS-CoV-2-Infektions- bzw. COVID-19-Mortalitätsrate in verschiedenen Ländern
- Beobachtungsstudien zum Zusammenhang zwischen dem Vitamin-D-Status und dem SARS-CoV-2-Infektionsrisiko
- Beobachtungsstudien zum Zusammenhang zwischen dem Vitamin-D-Status und der Krankheitsschwere von COVID-19

- Beobachtungsstudien und randomisierte kontrollierte Interventionsstudien zur Wirksamkeit einer Vitamin-D-Supplementation auf den COVID-19-Verlauf
- Systematische Übersichtsarbeiten und Metaanalysen zu den oben genannten Studientypen

Die in diese Fachinformation eingeschlossenen Studien lassen einen möglichen Zusammenhang zwischen einem niedrigen Vitamin-D-Serumspiegel und einem erhöhten Risiko für eine SARS-CoV-2-Infektion bzw. für einen schweren COVID-19-Verlauf vermuten. Zudem geben sie Hinweise auf eine mögliche vorteilhafte Wirksamkeit einer Vitamin-D-Supplementation auf eine COVID-19-Erkrankung. Allerdings reichen die derzeitigen Ergebnisse nicht aus, um eine eindeutige Ursache-Wirkungs-Beziehung nachzuweisen. Gründe hierfür liegen unter anderem in Studiendesign und -durchführung: häufig querschnittliches sowie retrospektives Studiendesign, fehlende Adjustierung für wichtige Risikofaktoren (v. a. Diabetes mellitus oder Adipositas), ungleichmäßige Verteilung von Vorerkrankungen zwischen den Vergleichsgruppen sowie fehlende Messung des Vitamin-D-Status.

In bisherigen wissenschaftlichen Studien zu anderen Endpunkten als COVID-19 konnte insbesondere bei Personen mit einem adäquaten Vitamin-D-Status ( $25[\text{OH}]\text{D} \geq 50 \text{ nmol/l}$  im Serum) nicht nachgewiesen werden, dass eine Vitamin-D-Supplementation einen diesbezüglichen Zusatznutzen hat. Unter der Voraussetzung, dass ein kausaler Zusammenhang besteht, hätte jedoch ein adäquater Vitamin-D-Status einen präventiven Effekt auf das Risiko einer SARS-CoV-2-Infektion bzw. eines schweren COVID-19-Verlaufs.

Die DGE betont in der Fachinformation, dass für die Stärkung des Immunsystems und die Erhaltung der allgemeinen Gesundheit eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung im Freien von wesentlicher Bedeutung sind. Dabei spielt nicht nur ein einzelner Nährstoff wie Vitamin D eine Rolle, sondern eine grundsätzlich ausreichende Energie- und Nährstoffversorgung ist hierbei wichtig.

## FAZIT

Die Rolle von Vitamin D für ein funktionierendes Immunsystem ist unstrittig. Anhand der vorliegenden Studienergebnisse kann jedoch keine pauschale Empfehlung für eine Vitamin-D-Supplementation gegeben werden, um einer SARS-CoV-2-Infektion vorzubeugen oder den Schweregrad einer COVID-19-Erkrankung zu verringern. Hierfür sind weitere Studien, insbesondere randomisierte kontrollierte Interventionsstudien, notwendig. Aussagen anderer Fachinstitutionen wie des Bundesinstituts für Risikobewertung (BfR) oder des Robert Koch-Instituts (RKI) stützen diese Schlussfolgerung. Grundsätzlich empfiehlt die DGE eine adäquate Versorgung mit

Vitamin D am besten durch insbesondere die körpereigene Bildung durch Sonnenbestrahlung und über die Ernährung zu erreichen. Wenn das nicht ausreicht, sollten täglich Vitamin-D-Präparate in Höhe des Referenzwertes ( $20 \mu\text{g}/\text{Tag}$ ) eingenommen werden. Höhere Dosierungen sollten nur unter ärztlicher Kontrolle und unter Berücksichtigung des individuellen Vitamin-D-Status erfolgen. Eine andauernde Überdosierung mit Vitamin-D-Präparaten ( $>100 \mu\text{g}/\text{Tag}$ ) ist unbedingt zu vermeiden, da sie zu unerwünschten Nebenwirkungen wie Nierensteinen, Nierenverkalkungen sowie Störungen des Herz-Kreislauf-Systems führen kann.



Auch die 19  
IN FORM-Seminare  
fanden als Online-  
Seminare statt.

## DGE baut ihr Online- Fortbildungsangebot aus

DGE-Jahresbericht 2021 27

Unter dem Motto „Mit Abstand die besten Fortbildungen“ haben die DGE, ihre Sektionen und Vernetzungsstellen in der COVID-19-Pandemie ihre Fortbildungsangebote verstärkt digitalisiert. Teilnehmende hatten die Möglichkeit, sich in zahlreichen Online-Veranstaltungen weiterzubilden.

So fand der Wissenschaftliche Kongress erstmals in einem digitalen Format statt. Vom 17. bis 19. Februar 2021 diskutierten Wissenschaftler\*innen und Ernährungsfachkräfte zum Zusammenhang zwischen Ernährung, individueller Gesundheit und gesellschaftlicher Verantwortung. Auf der Veranstaltungsplattform konnten die über 750 Teilnehmenden Vorträge, Posterpräsentationen und Minisymposien online verfolgen und mit Kolleg\*innen ins Gespräch kommen. Auch das Wissenschaftliche Symposium am 29. September 2021 zum Thema „Ernährung und Mikrobiom“ im Rahmen der 5. Bonner Ernährungstage fand in einem hybriden Format statt. Aus den Rheinland-Studios Troisdorf präsentierte die DGE das Programm mit nationalen und internationalen Expert\*innen. Über 400 Teilnehmende sahen den Live-Stream und nutzten die Gelegenheit, sich über den aktuellen Stand der Forschung zu informieren.

Das Referat Fortbildung führte von 59 Veranstaltungen 55 online durch. Außerdem wurden drei Selbstlernaufgaben angeboten. Diese konnten zeitlich flexibel bearbeitet werden. Da 2021 nur ein Seminar in Präsenz stattfand, betrug der Anteil der Teilnehmenden an online durchgeführten Lehrgängen und Seminaren 98,8 %.



**Prof. Dr. Dirk Haller gibt eine Einführung in das Thema zum Wissenschaftlichen Symposium.**

Die Sektionen und Vernetzungsstellen bauten ebenfalls ihr digitales Angebot an Veranstaltungen und Seminaren aus.

### Neues Anmeldetool

Darüber hinaus stellte die DGE ihr bisheriges Anmeldeverfahren um. Interessierte können sich online zu den gewünschten Seminaren registrieren und erforderliche Nachweise hochladen, was den Anmeldeprozess deutlich vereinfacht.

# 3 Nachhaltigkeit

28

## Nachhaltigkeit in den DGE-Qualitätsstandards



Vor dem Hintergrund, dass sich fast 17 Mio. Menschen täglich in Deutschland außer Haus verpflegen, kommt dem Bereich der Gemeinschaftsverpflegung (GV) für die Umsetzung einer gesundheitsfördernden und nachhaltigen Verpflegung eine wichtige Bedeutung zu. Damit besteht die Chance, viele Menschen zu erreichen und sie über vielfältige und abwechslungsreiche Mahlzeiten für eine vollwertige Ernährung zu sensibilisieren.

Das DGE-Projekt „IN FORM in der Gemeinschaftsverpflegung“ gibt im Auftrag des BMEL die DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Kitas, Schulen, Betrieben und Kliniken sowie für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen heraus. Sie lassen sich nicht nur als bewährtes Instrument zur Entwicklung der Verpflegungsqualität einsetzen, sie liefern auch zahlreiche Anhaltspunkte, um eine klimagerechte Verpflegung zu gestalten. Diese und weitere Aspekte zum Querschnittsthema Nachhaltigkeit zogen sich wie ein roter Faden durch die Tweets der DGE-Social-Media-Redaktion 2021.



### DGE bietet Zusatzzertifizierung „Nachhaltige Verpflegung“ an

Zertifizierte DGE-Logopartner\*innen können sich für eine nachhaltige Verpflegung auszeichnen lassen.



**NACHHALTIGE  
VERPFLEGUNG**



Einen guten Überblick über eine nachhaltigere Ernährung und die Aktivitäten der DGE in diesem Bereich unter  
 → [www.dge.de/ernaehrungspraxis/nachhaltige-ernaehrung](http://www.dge.de/ernaehrungspraxis/nachhaltige-ernaehrung)

## DGE unterstützt Reduzierung von Lebensmittelabfällen in der Außer-Haus-Verpflegung

Die deutsche Regierung verpflichtete sich 2019 mit der Nationalen Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung erneut dem Ziel der Vereinten Nationen, bis 2030 die Lebensmittelverschwendung pro Kopf auf Einzelhandels- und Verbraucherebene zu halbieren. Dafür unterzeichneten im März 2020 Bundesernährungsministerin Julia Klöckner und Präsident\*innen bzw. Vorsitzende von sieben Dachverbänden der Land- und Ernährungswirtschaft, des Handels, des Lebensmittelhandwerks und der Gastronomie eine Grundsatzvereinbarung zur Reduzierung von Lebensmittelabfällen in der Außer-Haus-Verpflegung“ unterzeichnete die DGE im April 2021. Dadurch sollen Lebensmittelabfälle in der Außer-Haus-Verpflegung in Deutschland wirksam reduziert und der mit der Produktion, Verarbeitung und dem Konsum von Lebensmitteln verbundene Ressourceneinsatz effizienter und nachhaltiger gestaltet werden.

## DGE bei der Aktion zur Nachhaltigkeit in Bonn „Bonn4future – Wir fürs Klima“

Ausgehend von dem in 2019 im Rat der Stadt Bonn beschlossenen Ziel, Bonn bis 2035 klimaneutral zu gestalten, wurde 2020 das Mitwirkungsverfahren „Bonn4Future – Wir fürs Klima“ ins Leben gerufen. Durch Beteiligung verschiedenster Akteur\*innen wie Bürger\*innen, Politik und Stadtverwaltung soll eine gute Verständigung über die besten Ideen und Wege, wie Bonn klimaneutral,

lebenswert und fair werden kann, erreicht werden. Beim „1. Bonner Klimaforum – Zukunftsbilder für eine klimaneutrale Stadt“ am 10. und 11. September 2021 im Schauspielhaus Bad Godesberg war die DGE aktiv dabei. Es ging um die Frage, wie die Stadt aussieht, wenn sie 2035 klimaneutral ist. Zu den diskutierten Grundsatzfragen zählten:

- Erneuerbare Energien oder Reduktion – Was führt zu Klimaneutralität? Oder beides zusammen?
- Was bedeutet klimaneutral? Heißt klimaneutral, es soll der CO<sub>2</sub>-Ausstoß vor Ort reduziert werden oder auch die Bilanz der konsumierten Produkte (importierte Nahrung etc.)?
- Wie kommen wir bloß von dem hohen Verbrauch runter?
- Wie viel Prozent Einfluss hat die Temperatur im Haus, der einzelne Flug, das Fleisch auf dem Teller?

Entstanden sind insgesamt 230 Zukunftsbauusteine zu 11 Themenbereichen. Diese wird die Stadt Bonn in einen Klimaplan einfließen lassen, der Handlungspfade und Meilensteine sowie zeitnah umzusetzende Maßnahmen festlegen wird.

→ [beteiligung.bonn4future.de/de](http://beteiligung.bonn4future.de/de)





### Qualitätstestat im Referat Fortbildung erfolgreich verlängert – Optionaler Bereich Nachhaltigkeit zusätzlich zertifiziert

Das Referat Fortbildung hat das Testat „Lernerorientierte Qualitätstestierung in der Weiterbildung“ (LQW) bis Ende August 2025 erfolgreich verlängert. Die DGE verfügt damit seit 2013 über ein in der beruflichen Fort- und Weiterbildung anerkanntes Gütesiegel. Dadurch sind DGE-Fortbildungen in zahlreichen Bundesländern als Bildungsurlaub anerkannt und werden durch Prämiengutscheine oder Bildungsschecks gefördert.

Das Gutachten testiert elf geprüfte Qualitätsbereiche sowie den optionalen Bereich Nachhaltigkeit und bescheinigt die hohe Qualität der DGE-Fortbildungen. Dies verdeutlicht, dass Nachhaltigkeit nicht nur ein inhaltliches Thema für die DGE ist, sondern dass sie zunehmend auch strukturell in der Organisation verankert wird. Als Indikatoren werden beispielsweise Ideen zu Nachhaltigkeitsaspekten für Unterrichtsinhalte gesammelt, beim Einkauf noch stärker fair gehandelte und/oder Bioprodukte für die Pausenverpflegung berücksichtigt oder auf ein energieeffizientes Datenmanagement geachtet.

**Zu folgenden Themengebieten stehen Aufgaben und Links zur Verfügung, die selbstständig bearbeitet werden:**

- DGE-Positionspapier zur nachhaltigeren Ernährung
- Ziele für eine nachhaltige Entwicklung – Sustainable Development Goals (SDGs)
- Ökologische Folgen des Fleischkonsums
- Virtuelles Wasser
- Chancen und Risiken alternativer Proteinquellen
- Nachhaltigkeitsbewertung von Soja
- Beispiele für Nachhaltigkeitslabels
- Fallbeispiel für die Ernährungsberatung bzw. für die Gemeinschaftsverpflegung

### DGE-Selbstlernaufgaben zum Thema „Nachhaltigere Ernährung“

Nachhaltigkeit als gesamtgesellschaftliche Aufgabe ist in den letzten Jahren in den Fokus des öffentlichen Diskurses gerückt. Damit ist auch das Bewusstsein für das große Potenzial der Ernährung zur nachhaltigeren Gestaltung des Lebensstils gestiegen. In diesem Kontext kommt Ernährungsfachkräften eine zentrale Funktion zu. Neben dem Gesundheitsaspekt sind die drei weiteren Zieldimensionen – Soziales, Tierwohl und Umwelt – im Rahmen einer klimafreundlichen Ernährung zu beachten.

In den Selbstlernaufgaben greift die DGE ausgewählte Aspekte einer nachhaltigeren Ernährung auf. Durch zahlreiche Internetquellen und -texte kann sich jede Ernährungsfachkraft mit aktuellen Themen und Fragestellungen befassen und die eigene Haltung reflektieren. Die Bearbeitung eines Fallbeispiels bietet Gelegenheit, neue Ansatzpunkte und Motivation für mehr Nachhaltigkeit im beruflichen und privaten Umfeld zu entwickeln.

➔ [www.dge.de/va/seminare](http://www.dge.de/va/seminare)

# 4

## Wissenschaftliche Aktivitäten und Veröffentlichungen

32

### 6. Ergänzungslieferung zu den Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr

Die DGE hat gemeinsam mit den Ernährungsgesellschaften aus Österreich und der Schweiz die Referenzwerte für die Ballaststoff-, Magnesium- und Pantothen säurezufuhr überarbeitet. Im November 2021 erschienen die aktualisierten Kapitel als 6. Ergänzungslieferung zur Loseblattsammlung. Für alle drei Nährstoffe sind ausgewählte, praxisbezogene Fragen und Antworten sowie die geänderten Referenzwerttabellen kostenfrei im Internet zugänglich.

→ [www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte](http://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte)



**NEU**

#### beim Referenzwert für die Magnesiumzufuhr:

- Ableitung als Schätzwert für eine angemessene Zufuhr anhand der durchschnittlichen Magnesiumzufuhr der Bevölkerung.
- Der Schätzwert für Erwachsene im Alter von 19 bis über 65 Jahre liegt bei 350 mg/Tag für Männer und 300 mg/Tag für Frauen.

**NEU**

#### beim Referenzwert für die Ballaststoffzufuhr:

- Aktuelle primärpräventive Erkenntnisse bestätigen den bisher gültigen Richtwert für Ballaststoffe für Erwachsene von mindestens 30 g pro Tag.
- Das entspricht einer Ballaststoffdichte von mindestens 14,6 g/1 000 kcal pro Tag (3,5 g/MJ pro Tag).
- Für Kinder und Jugendliche ist derzeit kein Richtwert ableitbar; ausgehend vom Wert für Erwachsene ist auch bei diesen Altersgruppen eine Ballaststoffdichte von mindestens 14,6 g/1 000 kcal pro Tag anzustreben.

**NEU**

#### beim Referenzwert für die Pantothen säurezufuhr:

- Ableitung als Schätzwert für eine angemessene Zufuhr anhand der durchschnittlichen Pantothen säurezufuhr der Bevölkerung.
- Der Schätzwert für Kinder ab 10 Jahren und Erwachsene im Alter von 19 bis über 65 Jahre liegt bei 5 mg/Tag.





**Magnesium**

**Pantothensäure**

**Ballaststoffe**

## Neue Filterfunktion für die D-A-CH-Referenzwerte



Seit Sommer 2021 stehen die D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr individuell zusammenstellbar auf der DGE-Webseite zur Verfügung. Möglich macht das eine neue Filterfunktion. Insbesondere Fachkräfte in der Ernährungsberatung und Diätassistenz, Studierende oder Wissenschaftler\*innen können damit gezielt Referenzwerte nach verschiedenen Kriterien filtern, suchen und für ausgewählte Zielgruppen anzeigen lassen. Alle Werte sind im Anschluss bequem als PDF- oder Excel-Datei herunterladbar.

Mit der neuen Funktion können Nutzer\*innen Geschlecht sowie Energie, energieliefernde Nährstoffe, Vitamine, Mineralstoffe oder Wasser auswählen und sich die Werte für Menschen in bestimmten Altersgruppen oder Lebenssituationen, wie Schwangerschaft oder Stillzeit, berechnen lassen. Auf einen Blick sehen sie damit beispielsweise gleich mehrere Nährstoffe, wie z.B. die

fettlöslichen Vitamine für Schwangere, übersichtlich in einer Tabelle angeordnet. Zusätzlich werden Bemerkungen sowie passende Links zu weiterführenden Fragen und Antworten (FAQs) angezeigt.

→ [www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/tool](http://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/tool)

**Referenzwerttabelle**

In dieser Tabelle finden Sie die auf Ihre Filtersuche angepassten Daten. Im zweiten Teil der tabellarischen Darstellung sind die Fußnoten (FN) angehängt, die ebenfalls zu den jeweiligen Nährstoffen genannt werden.

**Schwangere (1. Trimester)**

Nährstoff	Referenzwert	Einheit	Bemerkung	Kategorie	FAQ
	Weiblich				
Vitamin A <sup>d</sup>	800	µg-RAE/Tag		⊗	📄
Vitamin D <sup>a,kl</sup>	20	µg/Tag	bei fehlender endogener Synthese	⊗	📄
Vitamin E <sup>d</sup>	13	mg/Tag		⊗	
Vitamin K	60	µg/Tag		⊗	
Thiamin	1,0	mg/Tag		⊗	📄

# Zusammenhang von Vitamin D und COVID-19

DGE-Jahresbericht 2021 35



Die DGE hat die Fachinformation „Zum Zusammenhang zwischen der Vitamin-D-Zufuhr bzw. dem Vitamin-D-Status und dem Risiko für eine SARS-CoV-2-Infektion sowie der Schwere des Verlaufs einer COVID-19-Erkrankung – ein Überblick über die aktuelle Studienlage“ erarbeitet (s. auch Themenschwerpunkt Seite 25). Diese wurde am 4. Februar 2021 auf der DGE-Webseite veröffentlicht, mit dem Ziel, einen Überblick über die bislang veröffentlichten wissenschaftlichen Studien zu geben. Die Fachinformation zeigt auf, dass die aktuelle Studienlage tatsächlich einen

potenziellen Zusammenhang zwischen einem niedrigen Vitamin-D-Serumspiegel und einem erhöhten Risiko für eine SARS-CoV-2-Infektion bzw. für einen schweren COVID-19-Verlauf vermuten lässt und zudem Hinweise auf eine mögliche vorteilhafte Wirksamkeit einer Vitamin-D-Supplementation auf eine COVID-19-Erkrankung gibt. Jedoch reichen die Ergebnisse der eingeschlossenen Studien nicht aus, um eine eindeutige Ursache-Wirkungs-Beziehung nachzuweisen. Daher kann pauschal keine Empfehlung für eine Vitamin-D-Supplementation gegeben werden.

## Die 10 Regeln auf Instagram

### Evaluation von zwei Ernährungs-kommunikationsmaßnahmen zu den offiziell gültigen Ernährungsempfehlungen in Deutschland – eine Pilotstudie

Für das Kompetenzcluster der Ernährungsfor-schung „Diet-Body-Brain – von der Epidemio-logie zu evidenzbasierter Kommunikation“ führte die DGE von November 2020 bis Januar 2021 eine Pilotstudie durch, in der die 10 Regeln der DGE auf Instagram an junge Erwachsene (18 bis 24 Jahre) vermittelt wurden. Unter dem #dge10regeln stellte sie den Studienteilnehmen-den die 10 Regeln mit Stories und je einem Post interaktiv vor.

Die Studie verglich die Wirkung der Kommunika-tion einer Social Media Influencerin mit der eigen-en Kommunikationsmaßnahme. Untersucht wurden das Ernährungsverhalten, das Ernäh-rungswissen, die Motivation zur Verhaltensände-rung sowie die ernährungsspezifische Selbstwirk-samkeitserwartung. Im Jahr 2021 lag der Fokus auf der Auswertung der erhobenen Daten.



#### Dt. Gesellschaft f. Ernährung

#### 10 Regeln für eine vollwertige Ernährung



? welche + wie viele Lebensmittel werden empfohlen?

🔍 weitere Infos über [dge.de/10regeln](http://dge.de/10regeln)

#dge10regeln

[www.dge.de/impressum/](http://www.dge.de/impressum/)

Abonniert ▾

Nachricht



Regel 10



Regel 9



Regel 8



Regel 7



Regel 6



## Posterpräsentation bei der NUTRITION 2021 der American Society for Nutrition

DGE-Jahresbericht 2021 37

### Deriving Sustainable Food-Based Dietary Guidelines for Germany via Multi-dimensional Optimization: Insights to Operationalise the Diet-Health Dimension (Schäfer et al., CDN 2021)

Erste Ergebnisse zur Methodik des Optimierungsmodells, das die Ableitung der neuen Generation lebensmittelbezogener Ernährungsempfehlungen unterstützen wird, wurden im Juni 2021 bei der jährlichen Konferenz der American Society for

Nutrition vorgestellt. Poster und Abstract beschreiben beispielhaft, wie Lebensmittel-Gesundheitsrelationen als Variable neben der Beachtung der Ernährungsgewohnheiten und ökologischer Aspekte in das Modell eingehen und wie sie sich auf die Ergebnisse des Modells auswirken können. Von diesem Zwischenstand ausgehend wurde die Methodik seither weiterentwickelt. Die Veröffentlichung neuer Ergebnisse ist geplant.

## Abstracts zum 58. Wissenschaftlichen Kongress der DGE

Der 58. Wissenschaftliche Kongress der DGE vom 17. bis 19. Februar 2021 in Kooperation mit dem Institut für Ernährungswissenschaften der Friedrich-Schiller-Universität Jena griff das Thema des im Vorjahr abgesagten Kongresses nochmals auf: „Ernährung heute – individuelle Gesundheit und gesellschaftliche Verantwortung“. Der dazugehörige Abstractband umfasst die 102 Kurzfassungen von Vorträgen und Postern zur erstmals digital durchgeführten Veranstaltung. Abstractband „Proceedings of the German Nutrition Society, Volume 27 (2021)“ unter [→ www.dge.de/wk58](http://www.dge.de/wk58) oder im DGE-MedienService



# 5 Publikationen

38

## Fachmedien

### 1. Ergänzungslieferung der DGE-Beratungsstandards

Mit den DGE-Beratungsstandards erhalten Multiplikator\*innen der Ernährungswissenschaft kompaktes Wissen zu 69 Themen basierend auf aktuell wissenschaftlich gesicherten Erkenntnissen. Die 1. Ergänzungslieferung erweitert die Standards um fünf neue beratungsrelevante Themen:

- Planetary Health Diet
- Nicht alkoholische Fettlebererkrankung
- Laborparameter bei Mangelernährung
- Ernährungstherapie bei Krebs und
- Onlineernährungsberatung.

Die Ergänzungslieferung ist einzeln bestellbar oder liegt dem Ordner beim Kauf kostenfrei bei.

→ [www.dge-medien-service.de/dge-beratungsstandards.html](http://www.dge-medien-service.de/dge-beratungsstandards.html)



### DGE-Infothek „Angepasste Vollkost“

Die angepasste Vollkost ist eine vollwertige Ernährung, die eine ausreichende Versorgung mit Nährstoffen sicherstellt und den Kalorienbedarf deckt. Sie ersetzt im Leitfaden „Ernährungstherapie in Klinik und Praxis“ (LEKuP) die frühere Bezeichnung „leichte Vollkost“. Der neue Begriff unterstreicht die größere Bedeutung auf die Anpassung der Kost an die individuell oft unterschiedliche Verträglichkeit von Lebensmitteln. Die Broschüre zeigt, wie diese Lebensmittel und Speisen ermittelt werden können und informiert über die Lebensmittelauswahl entsprechend der DGE-Empfehlungen für eine ausgewogene Ernährung. Tipps für die Praxis runden die Broschüre ab. Für Ernährungsfachkräfte sind die Infotheken ein ideales Medium zur Weitergabe an Klient\*innen.



**Die DGE-Infotheken beschreiben kurz und verständlich die wichtigsten Fakten zu diätetischen Themen und geben praktische Tipps. Sie eignen sich für die Beratung von Klient\*innen und für interessierte Verbraucher\*innen. Die Infotheken gehören zur Produktlinie der DGE-Beratungsstandards.**



### DGE-Infothek „Essen und Trinken bei Lebensmittelallergien“

Die DGE-Infothek „Essen und Trinken bei Lebensmittelallergien“ ist in neuer Gestaltung erschienen. Auslöser von Lebensmittelallergien im Jugend- und Erwachsenenalter sind vielfältig und stellen die rund 4 % Betroffenen vor eine Herausforderung bei der Lebensmittelauswahl, denn eine generelle Allergiediät gibt es nicht. Die Ernährung muss individuell an die Allergieauslöser und die Bedürfnisse des Einzelnen angepasst werden. Ausgehend von der Definition, der Symptomatik, den Ursachen und der Diagnostik von Lebensmittelallergien informiert die Broschüre über die häufigsten Allergien im Jugend- und Erwachsenenalter. Hierzu gehören pollenassoziierte Lebensmittelallergien sowie Allergien gegenüber Nüssen, Erdnüssen, Soja, Lupinen sowie Fisch, Krebs- und Weichtieren. Betroffene erhalten Tipps zur Lebensmittelauswahl sowie zum Lebensmitteleinkauf. Adressen von Ernährungsfachkräften und zu weiterführenden Informationen sind ebenfalls enthalten.

### DGE-Infothek „Essen und Trinken während der Krebstherapie“

Die DGE hat die Broschüre „Essen und Trinken während der Krebstherapie“ in aktualisierter Auflage und neuer Gestaltung veröffentlicht.

Mit einer gezielten Lebensmittelauswahl und Zubereitung der Speisen kann eine Vielzahl der tumor- und therapiebedingten Beschwerden vermindert und so der Behandlungsverlauf und die Lebensqualität verbessert werden. Die DGE-Infothek geht auf verschiedene Begleitscheinungen, wie z. B. Appetitlosigkeit, Geruchs- und Geschmacksveränderungen, Übelkeit, Erbrechen, Kau- und Schluckbeschwerden sowie ungewollten Gewichtsverlust, ein und gibt zahlreiche Tipps für die Praxis. Ebenso liefert die Broschüre Antworten auf wichtige Fragen, wie z. B. zu sogenannten Krebsdiäten, zu Nahrungsergänzungsmitteln, dem Einsatz von Zusatznahrung und künstlicher Ernährung sowie zur Ernährung nach der Krebstherapie.





### Projekte zum Medienpaket „Ernährungstherapie bei Diabetes mellitus“

In Kooperation mit dem Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) sind zum Medienpaket „Ernährungstherapie bei Diabetes mellitus. Beratung bei nicht-insulinpflichtigem Diabetes mellitus Typ 2.“ verschiedene Materialien für Ernährungsfachkräfte für die kultursensible Beratung von türkisch-sprachigen Menschen zum kostenfreien Download erschienen. Der Beratungsleitfaden beinhaltet einen kurzen Überblick über die türkische Küche und ihre Tradition. Weitere Themen sind Übergewicht und Energiezufuhr, Mahlzeitenstruktur, Portionsgrößen, Feste und Feiern, Ramadan, soziale Faktoren, religiöse Aspekte, Sprachkenntnisse und Schreibfähigkeiten, Urlaub sowie die Vorbereitung auf das Beratungsgespräch. Eine Übersicht türkischer Lebensmittel und Speisen bietet einen Einblick in die vielfältige Esskultur.

Zusätzlich helfen Fotokarten mit Lebensmitteln, die besonders in der türkischen Küche Verwendung finden, die Beratungsinhalte zu vermitteln. Zudem wurden die Patient\*inneninformationen für das Medienpaket aktualisiert.

### DGE-BZfE-Präventionsprogramm „Diabetes mellitus Typ 2 – ohne mich“

Auf Basis des Medienpakets ist unter der Leitung des DGE-Referats Fachmedien und Sektionskoordination ein Kurskonzept für die Prävention in der Einzelberatung erstellt und von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) 2020 zertifiziert worden. Im Oktober 2021 führte das Referat Fortbildung die erste Kursleitungsschulung zum DGE-BZfE-Präventionsprogramm „Diabetes mellitus Typ 2 – ohne mich“ in Form eines eintägigen Online-Seminars durch, im November 2021 fand aufgrund der großen Nachfrage eine zweite Schulung statt. Pandemiebedingt galt die Vorgabe der ZPP, dass nur Präsenzschulungen anerkennungsfähig sind, nicht.

Mit der Kursleitungsschulung wird die laut Leitfaden Prävention geforderte „Einweisung ins Programm“ nachgewiesen. Damit wird den Klient\*innen der Einzelberatung die anteilige Kostenübernahme ihrer gesetzlichen Krankenkasse ermöglicht.

### DGE-Infolyer in Leichter Sprache

Die Flyer „Hülsenfrüchte – versteckte Vielfalt entdecken“, „Gemüse und Obst – Genießen Sie bunt“ und „Ballaststoffe – wertvoll für Ihre Gesundheit“ hat die DGE in Zusammenarbeit mit Special Olympics Deutschland e.V. in Leichte Sprache übersetzt. Die Informationen stehen auf dem Informationsportal von Special Olympics zur Verfügung:

→ [gesundheitsleichtverstehen.de/uebersicht-gesundheit/ernaehrung/](https://gesundheitsleichtverstehen.de/uebersicht-gesundheit/ernaehrung/)



## Neukonzeption von drei Medien für die Schulverpflegung

Das Projekt „IN FORM in der Gemeinschaftsverpflegung“ hat für die Lebenswelt Schule drei Broschüren aus der Reihe DGE-Praxiswissen inhaltlich und optisch überarbeitet, die seit dem 3. Quartal 2021 zur Verfügung stehen. Dabei wurden die Broschüren nicht nur an den neuen „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ angepasst, sondern auch aktualisiert, auf Wesentliches reduziert oder mit neuen Schwerpunkten ergänzt. Verweise zu weiterführenden Informationen auf der Internetseite ergänzen das Praxiswissen. Die Broschüren „DGE-Praxiswissen: Hygiene – Gesundheit der Tischgäste sichern“ und „DGE-Praxiswissen: HACCP – Gesundheitliche Gefahren durch Lebensmittel identifizieren, bewerten und beherrschen“ bieten Verpflegungsverantwortlichen praxisnahe Tipps, wie sie eine hygienisch einwandfreie Verpflegung anbieten können. „DGE-Praxiswissen: Trinken in der Schule – geeignete Durstlöscher in den Schulalltag integrieren“ unterstützt dabei, ein gesundheitsförderndes Trinkverhalten der Schüler\*innen zu fördern. Die Broschüren stehen zum Download auf der Internetseite zur Verfügung und sind über den DGE-MedienService zu beziehen.

→ [www.schuleplusessen.de](http://www.schuleplusessen.de)

Weitere ausführliche Informationen sowie eine kostenfreie Demoversion für 30 Tage unter:

→ [www.dgexpert.de](http://www.dgexpert.de)



## DGExpert – Das Nährwertberechnungsprogramm der DGE praxisnah optimiert

2021 erschien Version 2.0 des Nährwertberechnungsprogrammes DGExpert, das sowohl in der Ernährungsberatung als auch in der Gemeinschaftsverpflegung einsetzbar ist. In die neue Version des Programms flossen Rückmeldungen und Wünsche von Anwendenden ein, sodass DGExpert neben technischen Optimierungen mit zahlreichen praxisnahen Verbesserungen punktet. Für die unterschiedlichen Aufgaben in der Ernährungsberatung und in der Gemeinschaftsverpflegung stehen zwei Programmversionen zur Verfügung.

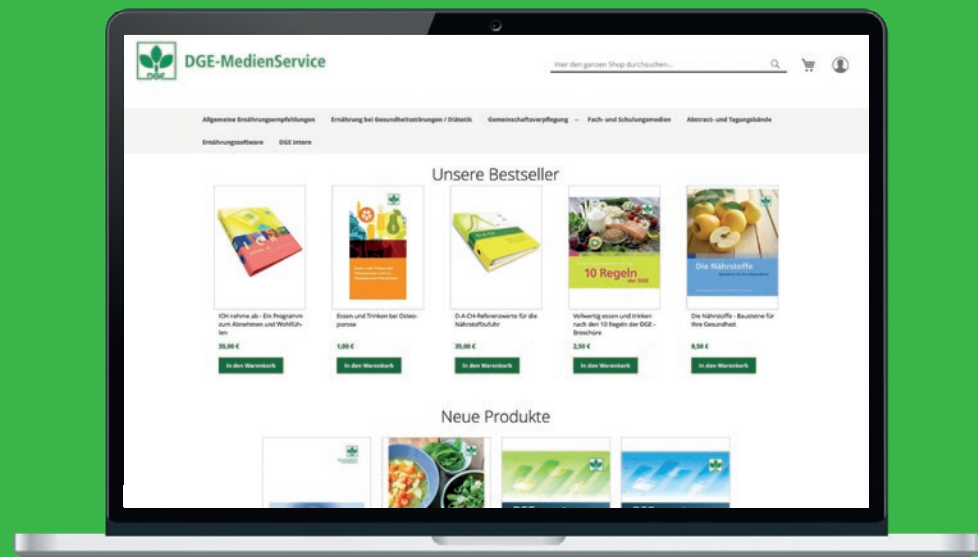
Schwerpunkte dieses Upgrades sind die Umstellung der Datenbank, Verbesserung der Bedienung, Performancesteigerung und neue Features wie:

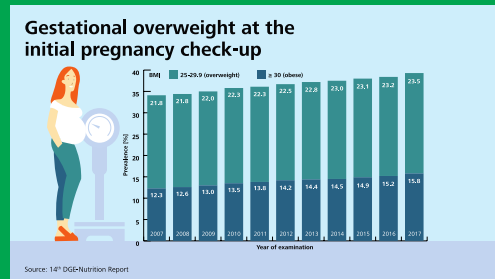
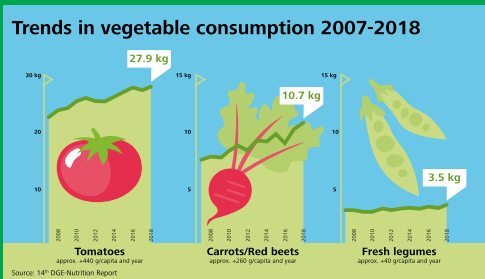
- Vollständige Excel- und Word-Unterstützung (neben OpenOffice)
- Neue Rezepteingabe mit Berechnung der Gewichtsänderungen bei der Zubereitung
- Zuordnungsvorschläge zwischen Rohwaren und zubereiteten Lebensmitteln
- Einkaufslisten auf Basis der Zutateneingabe der neuen Rezepteingabe
- Erweiterung des Parameterverlaufs: Gesamtdiagramm, Einzeldiagramme, Auswahl der Parameter für ein Schema oder individuell
- Erweiterung des Sitzungsprotokolls: mehrere Sitzungsprotokolle in einem Tab öffnen
- Gegenüberstellung der Parameterwerte zu verschiedenen Zeitpunkten

## Schnell und unkompliziert bestellen

Mit moderner Gestaltung und komplett überarbeitet präsentiert sich seit Herbst 2021 der DGE-Medienservice. Schnell und unkompliziert können Kund\*innen im Shop die verschiedenen Medien von den Infoblättern zu den 10 Regeln über die Broschüren zu diätetischen Themen bis hin zum Ernährungsbericht oder den DGE-Beratungsstandards bestellen. Neu ist, dass dazu kein Benutzerkonto benötigt wird, sondern auch mit einem Gastzugang ein Kauf abgeschlossen werden kann. Neuerscheinungen und die Bestseller werden auf der Startseite angezeigt. Durch das responsive Design sind auch Bestellungen über Tablet und Smartphone einfach zu handhaben.

→ [www.dge-medien-service.de](http://www.dge-medien-service.de)





## DGE-Medien in verschiedenen Sprachen

### 10 Regeln in Polnisch und Spanisch

Kurz und prägnant fassen die 10 Regeln der DGE praktische Empfehlungen für eine optimale Lebensmittelauswahl zusammen und geben Verbraucher\*innen einfache Verhaltensregeln an die Hand. Neben ernährungsphysiologischen Kriterien berücksichtigen sie auch präventive sowie nachhaltige Aspekte. Dabei lassen die Empfehlungen Platz für individuellen Spielraum.

Die bisherigen Übersetzungen der 10 Regeln der DGE ins Englische, Französische, Russische, Türkische, Arabische und Persische wurden 2021 um eine polnische und spanische Fassung ergänzt. Zudem gibt es, wie auch für Türkisch, Russisch, Arabisch und Persisch, eine bilinguale Fassung Deutsch-Polnisch. Diese soll die Beratung von polnischsprachigen Klient\*innen erleichtern.

Die DGE stellt die Infoblätter zum kostenlosen Download zur Verfügung:

→ [www.dge.de/10regeln](http://www.dge.de/10regeln)

### 14<sup>th</sup> DGE-Nutrition Report – Summary

2021 veröffentlichte die DGE die englische Kurzfassung des 14. DGE-Ernährungsberichts „14<sup>th</sup> DGE-Nutrition Report – Summary“. Auf 29 Seiten gibt der DGE-Nutrition Report eine Zusammenfassung der jeweiligen Kapitel in englischer Sprache und stellt die Kernaussagen für die internationale Leserschaft dar.

Kostenloser Download unter:

→ [www.dge.de/en/nutrition-reports](http://www.dge.de/en/nutrition-reports)

### DGE Quality Standard for Meals

Seit Herbst 2021 stehen die DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Kitas, Schulen, Betrieben, Kliniken sowie mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen auch in englischer Sprache zur Verfügung. Sie geben Fachkräften weltweit Anregungen zur Gestaltung einer zukunftsfähigen Verpflegung und können in anderen Ländern als Vorbild dienen. Die englischen Broschüren stehen unter folgenden Titeln auf den Internetseiten der fünf Lebenswelten und der DGE kostenfrei zur Verfügung:

- DGE Quality Standard for Meals in Daycare Centers
- DGE Quality Standard for Meals in Schools
- DGE Quality Standard for Meals in Companies
- DGE Quality Standard for Meals in Clinics
- DGE Quality Standard for Catering with „Meals on Wheels“ and in Residential Homes for the Elderly



Mitglied  
werden!

Profitieren  
Mitbestimmen  
Mitreden

## ... für unsere Mitglieder

DGE-Jahresbericht 2021 45



### DGEWissen – das Wissenschaftsmagazin der DGE

Das alle zwei Monate erscheinende Magazin informiert über aktuelle Erkenntnisse aus der Ernährungswissenschaft und -praxis. Es richtet sich an Multiplikator\*innen, Studierende, Diätschüler\*innen und Verbraucher\*innen, die sich für wissenschaftlich fundierte Neuigkeiten aus dem Ernährungsbereich interessieren. In DGEWissen werden Beratungsmaterialien und Stellungnahmen der DGE publiziert, genauso wie Fragen aus Ernährungsmedizin und Diätetik beantwortet. Das Heft weist zudem auf ausgewählte, neue Fachliteratur und Medien hin und ordnet sie ein. In jeder Ausgabe steht ein aktuelles Thema im Mittelpunkt und wird aus fachlicher Perspektive beleuchtet, in 2021 waren dies der 14. DGE-Ernährungsbericht, Lebensmittelallergien, das Kongressthema „Ernährung heute – individuelle Gesundheit und gesellschaftliche Verantwortung“, Ernährung im Alter, Mikrobiom und Ernährung sowie Verhaltens-/Verhältnisprävention.

Mitglieder der Fachgesellschaft erhalten DGEWissen kostenfrei als Supplement zur Fachzeitschrift Ernährungs Umschau. Nichtmitglieder können es über den DGE-MedienService abonnieren.

→ [www.dge.de/dgewissen](http://www.dge.de/dgewissen)

### Ernährungs Umschau

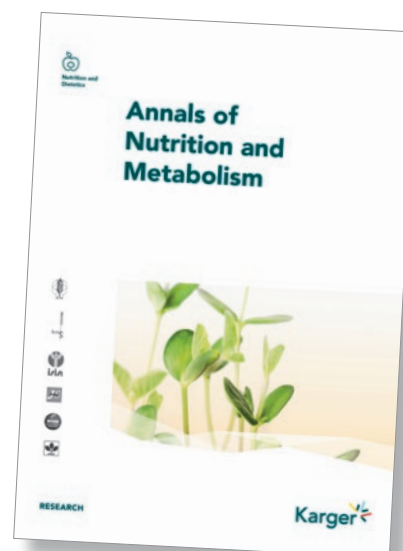
Die Fachzeitschrift für Ernährungsfachkräfte und Wissenschaftler\*innen gibt monatlich einen Überblick zu neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen und deren Bedeutung für die berufliche Praxis.

DGE-Mitglieder erhalten die Ernährungs Umschau als Organ der DGE sowie alle zwei Monate DGEWissen als Beilage. Auf den zweiseitigen Mitteilungen der DGE stellt die Fachgesellschaft neue Publikationen oder Projekte vor, kündigt Veranstaltungen der DGE, ihrer Sektionen und Vernetzungsstellen an oder berichtet über die Tagungen und Kongresse. Darüber hinaus werden Personalien und Ausschreibungen veröffentlicht.



### Annals of Nutrition and Metabolism

Das monatlich erscheinende Fachmagazin Annals of Nutrition and Metabolism ist das englischsprachige Organ der DGE. Mitglieder können die Online-Ausgabe kostenfrei lesen.



# 6 Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

46

## Zielgruppenspezifische Kommunikation

Die DGE kommuniziert ihre Stellungnahmen, Veröffentlichungen, Medien und Maßnahmen zielgruppenspezifisch über ihren Internetauftritt, Presseinformationen und Nachrichten, die Herausgabe des DGE-Newsletters und DGE-Blogs sowie über ihre Social-Media-Kanäle Twitter und seit 2021 auch LinkedIn.

Darüber hinaus umfasst die Öffentlichkeitsarbeit der DGE die Beantwortung von Journalist\*innenanfragen, Interviews im Radio, Fernsehen oder Podcasts zu ernährungsrelevanten Themen sowie die Präsentation der DGE, ihrer Projekte und Medien durch Messe- und Veranstaltungsteilnahmen.

### Internetauftritt

Auf der DGE-Internetseite finden Interessierte die Ernährungsempfehlungen der DGE wie die 10 Regeln – verfügbar in verschiedenen Sprachen – und den DGE-Ernährungskreis, Infos zur Ernährung unterschiedlicher Bevölkerungsgruppen sowie die D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr mit Daten zu den einzelnen Makro- und Mikronährstoffen. Darüber hinaus gibt es Informationen zur Verpflegung in der Gemeinschaftsverpflegung, zu den DGE-Qualitätsstandards und zum Nährwertberechnungsprogramm DGEExpert. Interessierte sehen das Angebot der DGE zu Fortbildungen und Veranstaltungen wie Seminaren, Kongressen und Tagungen. Auch die Sektionen, Vernetzungsstellen und Projekte

präsentieren sich auf der DGE-Internetseite. Eine Übersicht qualifizierter Ernährungsberater\*innen/ DGE und Kursleiter\*innen für „ICH nehme ab“ sowie Informationen zur Mitgliedschaft ergänzen die vielfältigen Informationen.

2021 verzeichnete die Internetseite der DGE durchschnittlich 498 000 Besuche (Visits) pro Monat bzw. rund 6 Mio. Besuche im gesamten Jahr.

### IN FORM in der GV

Mit seinen verschiedenen Lebenswelten präsentiert IN FORM in der Gemeinschaftsverpflegung auf fünf eigenen Internetseiten Fachinformationen und Medien zur Optimierung der Verpflegungsqualität in unterschiedlichen Einrichtungen, von der Kita bis zur Senioreneinrichtung. Verantwortliche, Praktiker\*innen, Multiplikator\*innen und Interessierte finden beispielsweise Informationen und Materialien zu den DGE-Qualitätsstandards sowie zur Gestaltung einer gesundheitsfördernden Verpflegung. Praktische Unterstützung bieten Rezeptdatenbanken, ein Online-Speiseplancheck, Aktionswochen und Hinweise zu Fortbildungen in der GV.

- [www.fitkid-aktion.de](http://www.fitkid-aktion.de)
- [www.schuleplusessen.de](http://www.schuleplusessen.de)
- [www.jobundfit.de](http://www.jobundfit.de)
- [www.station-ernaehrung.de](http://www.station-ernaehrung.de)
- [www.fitimalter-dge.de](http://www.fitimalter-dge.de)





The image features a hand holding a smartphone at the bottom. Overlaid on the phone and the background are several white line-art icons: a person with a plus sign, a heart, a speech bubble, a thumbs-up, an envelope with a '2' notification, and a mail icon. The background also contains faint data charts, including a line graph with values like 1,8, 1,2, 121, 25,10, 84, 15,3, 5,18, 218, 21,4, 39,7, 25, 28, and a bar chart with values like 100, 25, 61, 41, 28. Text elements include 'Social' in large white font, 'Media' in large white font, 'internet' in smaller white font, 'network' in white font, and 'mail' in white font. The overall color palette is green and blue.

# Social

# Media

internet

network

mail

## Social-Media-Aktivitäten



### DGE auf Twitter: interdisziplinär, verständlich und nahbar

Der Twitterkanal der DGE @dge\_wissen vermittelt Informationen aus der wissenschaftlichen Arbeit der DGE, bietet Einblicke in die Abläufe und Strukturen und zeigt Menschen, die in den interdisziplinär aufgestellten Ernährungswissenschaften aktiv sind. Auf Twitter liefert die DGE Fakten zu ernährungswissenschaftlichen Themen sowohl aus der Ernährungspraxis und GV als auch Infor-

mationen über Veranstaltungen u. a. zur beruflichen Qualifizierung.

Zu den Zielgruppen von @dge\_wissen zählen Medienvertreter\*innen, Institutionen aus dem Bereich Wissenschaft, Universitäten, Verbände, Ministerien sowie politische Parteien, vorrangig aus dem Ernährungs- und Gesundheitsbereich, Ernährungsfachkräfte und Verbraucher\*innen. Die Zahl der Follower\*innen lag Ende 2021 bei 3 400 (Vorjahr: 2 400).

### Themensetzung\* @dge\_wissen 2020

DGE-Ernährungsempfehlungen

15%

Nachhaltigkeit

14%

Ernährungswissen

29%

Veranstaltungen

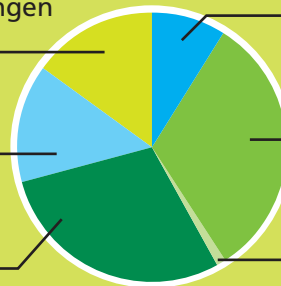
9%

Wissenschaft

32%

Ernährungspraxis

1%



\* Themensetzung entspricht der Keyword-Auswertung der Beiträge aus dem SoMe-Contentplan 2021





## DGE präsentiert sich auf LinkedIn

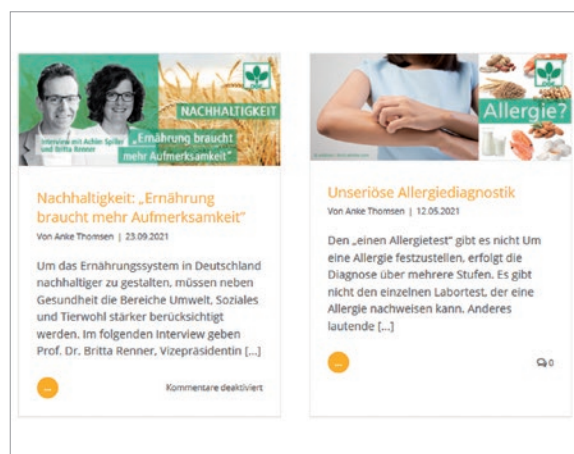
Die DGE startete im April 2021 auf dem weltweit größten Berufsnetzwerk LinkedIn und setzt im Schnitt einmal wöchentlich einen Blogpost ab. Die Zahl der Follower\*innen lag nach 8 Monaten bei 1 200. Der Fokus liegt zum einem auf der Vernetzung mit Wissenschaftler\*innen und Ernährungsfachkräften sowie auf der Ankündigung von Veranstaltungen. Zum anderen positioniert sich die DGE als potenzielle Arbeitgeberin. Die Aktivitäten auf LinkedIn sollen 2022 weiter ausgebaut werden.

## DGE-Blog: Einblick in die Praxis der Ernährungswissenschaften

2021 sind auf DGE-Blog insgesamt vier Blogbeiträge erschienen. Zu Wort kamen sowohl Wissenschaftler\*innen als auch Mitarbeitende der DGE mit aktuellen Themen.

- Vegan, vegetarisch oder Mischkost: VeChi-Youth-Studie untersucht Ernährungsweisen von Heranwachsenden und zeigt Forschungsbedarf auf
- Unseriöse Allergiediagnostik
- Nachhaltigkeit: „Ernährung braucht mehr Aufmerksamkeit“
- Diabetes mellitus Typ 2 und das Mikrobiom – Erkenntnisse aus der interdisziplinären Forschung

→ [www.dge.de/blog](http://www.dge.de/blog)





## Öffentlichkeitsarbeit im Projekt „Geprüfte IN FORM-Rezepte“

Das Projekt „Geprüfte IN FORM-Rezepte“ hat das Ziel, Verbraucher\*innen zum Kochen von leckeren und gesunden Rezepten zu motivieren. Das Logo „Empfohlen von IN FORM in Kooperation mit der DGE“ zeichnet Rezepte, die sich für eine ausgewogene Ernährung eignen, aus. So bietet die DGE in Zusammenarbeit mit IN FORM für Verbraucher\*innen eine Orientierungshilfe, um ausgewogene Rezepte schnell und einfach zu erkennen.

Das Projekt ist im November 2021 in die neue Laufzeit „Vom Einkauf zum Esstisch“ gestartet. Zu den Schwerpunkten zählen diesmal auch die beim Kochen vorgelagerten Bereiche wie Mahlzeitenplanung, Lebensmittelauswahl und die Verbindung mit einer nachhaltigen Ernährungsweise. Neue Zielgruppen sind Senior\*innen und einkommensschwache Familien.

### Internetpräsenz

Seit 2019 ist das Projekt mit einer eigenen Webseite vertreten. Diese verfügt über eine umfangreiche Rezeptdatenbank, in der Inte-

ressierte ausgezeichnete Rezepte für Frühstück, Hauptgerichte, Desserts oder zu saisonalen Themen finden können. Außerdem informiert die Internetseite eingehend über die Kriterien der Rezeptprüfung und Kooperationspartner\*innen des Projekts.

→ [www.inform-rezepte.de](http://www.inform-rezepte.de)

### Social-Media-Aktivitäten

Die zertifizierten Kochrezepte der Kooperationspartner\*innen und Ernährungsinformationen verbreitet „Geprüfte IN FORM-Rezepte“ über die Social-Media-Plattformen Facebook, Instagram und Pinterest.

Im Laufe des Jahres konnten die Reichweiten auf allen Kanälen erhöht werden: Auf dem Facebook-Kanal verfolgen inzwischen über 13 700 Follower\*innen das Projekt.

Die Abonnent\*innenzahl des Instagram-Kanals stieg bis zum Jahresende auf rund 4 700 Internetnutzer\*innen an. Auch auf Pinterest lassen sich die Follower\*innen von den Rezeptbildern des Projekts inspirieren.





## DGE-Newsletter

Der Newsletter informiert über aktuelle und wissenschaftliche Themen der DGE. Er bietet Interessent\*innen die Möglichkeit, sich über neue Erkenntnisse aus dem Bereich der Ernährungswissenschaft sowie über Publikationen und Veranstaltungen der DGE auf dem Laufenden zu halten. 2021 erhielten die über 12 500 Abonent\*innen insgesamt sieben Newsletter.

## DGE-Newsletter für die Wissenschaftskommunikation

Dieser Newsletter richtet sich an wissenschaftliche Einrichtungen und Forschungsinstitutionen und informiert beispielweise über aktuelle wissenschaftliche Veröffentlichungen und Bewertungen von Studien. In 2021 wurden Meldungen zu folgenden Themen ausgesendet:

- Neue Förderbekanntmachung: Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) schreibt Forschungsvorhaben über Ernährungssituation armutsgefährdeter Familien aus
- Ernährung heute – individuelle Gesundheit und gesellschaftliche Verantwortung
- DGE verleiht Hans Adolf Krebs-Preis
- DGE ehrt Dr. Eva Leschik-Bonnet und Prof. Dr. Michael Krawinkel
- 15. DGE-Ernährungsbericht – BMEL schreibt Forschungsvorhaben zu Systemgastronomie aus
- Grundlagenforschung, Ernährungsberater-App und neue Lebensmittel
- Deutliche Forderung zur Verstetigung der durch die Kompetenzcluster geschaffenen Netzwerkstrukturen

## Newsletter der Kompetenzcluster der Ernährungsforschung

Seit 2020 informiert der clusterübergreifende Newsletter der Kompetenzcluster der Ernährungsforschung (s. Seite 13) in seinen verschiedenen Rubriken wie „Ausgewählte Forschungsprojekte“ oder „Kurzgefasst aus den Clustern“ über Neuigkeiten und Wissenswertes aus den BMBF-geförderten Clustern.



→ [www.dge.de/presse/newsletterarchiv](http://www.dge.de/presse/newsletterarchiv)

## Presseanfragen und -informationen

Die Themennachfrage durch die Medien unterliegt u. a. der Saison sowie Trends, die vielfach produktbezogen durch Hersteller\*innen, Handel oder Influencer\*innen gesetzt werden. Sie liefern Hinweise darauf, welche Themen in Redaktionen und bei Verbraucher\*innen und somit bei Ernährungsfachkräften eine Rolle spielen. Diese decken sich zwar nicht immer mit den Kernthemen, die die DGE publiziert. Dennoch gibt es Schnittstellen und die DGE kann hier gezielt ihre Kompetenz als wissenschaftliche Fachgesellschaft einsetzen.

**Zu den meist gefragten Themen zählten:**

Sekundäre Pflanzenstoffe

**Zucker und Süßstoffe**

Fragen und Interviews zu aktuellen DGE-Medien

**Warenkunde und Verzehr**

**DGE-Ernährungsempfehlungen**

**Vitamine** Vegetarische und vegane Ernährung

**Diäten, Fasten, Abnehmen**

Pflanzliche Ersatzprodukte

**Corona und Ernährung**

**Immunsystem stärken**

**Nachhaltige Ernährung**

**Mineralstoffe**

### Presse-Hotline: Beantwortung von Presseanfragen

2021 beantworteten die Mitarbeiter\*innen

**793** Presseanfragen,

davon:

**389** Anfragen der Fach- und Publikums-  
presse

**71** Anfragen von TV-Redaktionen

**69** Anfragen von Hörfunkredaktionen

**107** Anfragen von Internetredaktionen  
und Gesundheitsportalen

**157** Sonstige Anfragen von Institutionen,  
Organisationen, Krankenkassen,  
Verlagen, Firmen, Agenturen, Fragen  
zu Veranstaltungen sowie Wissen-  
schafts- und Journalistenpreisen

Die Sektionen und Vernetzungsstellen leisteten auch 2021 wieder erfolgreiche regionale Presse- und Öffentlichkeitsarbeit zu den von ihnen durchgeführten Maßnahmen. Sie veröffentlichten Pressemeldungen sowie Newsletter und gaben Interviews.

## Podcasts

Zunehmend kommen auch Anfragen zum Medienformat Podcast in der Pressestelle an. Dieses bietet die Möglichkeit, Expert\*innen der DGE zu Wort kommen zu lassen und die Positionen der Fachgesellschaft umfangreicher darzustellen.

Beispiele aus dem Jahr 2021 sind:

- Podcast „Wortwechsel“ Deutschlandradio Kultur Low Carb, Paleo, Intervallfasten? Was denn nun? Und stimmt es, dass Currywurst vor Alzheimer schützt, wie es neulich zu lesen war? Beim Thema Ernährung prasseln viele unterschiedliche Meinungen und Schlagzeilen auf Verbraucher\*innen ein. Wie es dennoch ganz einfach gelingt, sich gesundheitsfördernd zu ernähren, mit Genuss zu essen und welche

Absender\*innen, Quellen und Aussagen dauerhaft glaubwürdig sind, darüber gab DGE-Geschäftsführerin Dr. Kiran Virmani gemeinsam mit weiteren Expert\*innen im Podcast Antworten.

- Podcast „MDR JUMP Elternabend“ zum Thema „Vegane Ernährung bei Kindern – Gesund oder gefährlich?“ Nicht nur in den Medien und im Supermarkt, auch am Familientisch spielt veganes Essen immer häufiger eine Rolle. Eltern fragen sich berechtigterweise, ob und wie sie ihre Kinder ohne Fleisch und ohne Milchprodukte ernähren sollten, können und dürfen. Auf diese Fragen hat Dr. Margrit Richter, Referat Wissenschaft der DGE, im Podcast praxisnahe Antworten gegeben und fundierte Fakten geliefert.



The screenshot shows a podcast player interface for 'MDR JUMP Elternabend'. At the top, there is a green header with the 'JUMP' logo and a search icon. Below the header, a red play button icon is visible next to the text 'MDR JUMP Elternabend mit Naira Sanna und Timo Cisse'. The main content area features a photograph of a young child with pigtails, wearing a red tank top, holding two red tomatoes over their eyes. Below the photo, a red play button icon is followed by the text '32 min'. The title of the podcast is 'Vegane Ernährung bei Kindern – Gesund, oder gefährlich?'. Below the title, there is a quote: '„Mama, Papa - ich ess kein Fleisch mehr. Ab jetzt!“'. The text continues: 'Nur wenige Themen werden innerhalb Familien und unter Eltern so kontrovers diskutiert, wie das um die Ernährung. Mit Fleisch, ohne Fleisch oder gänzlicher Verzicht auf tierische Produkte? Ist es überhaupt erlaubt, Kinder fleischlos zu ernähren? Warum Ernährungsexpertin Dr. Margrit Richter die vegane Ernährung bei Kindern eher kritisch sieht, gibt's im neuen Elternabend Podcast!'. At the bottom, it says 'MDR JUMP Di 19.10.2021 18:00 Uhr | 31:48 min' and includes social media icons for YouTube and Instagram.

## Presseinformationen

Zusätzlich zu den Presseinformationen der DGE erstellt die Öffentlichkeitsarbeit der DGE Kurznachrichten. Diese werden auf der DGE-Internetseite veröffentlicht und themenspezifisch ggf. an einen definierten Verteiler ausgesendet. Insgesamt gab es 68 Meldungen:

- 36 DGE-Presseinformationen zu aktuellen wissenschaftlichen, saisonalen und verbraucher-nahen Themen
- 32 DGE-Nachrichten, als Internet-Kurzmeldungen zu aktuellen Themen, besonderen Ereignissen, Aktionen, neuen Medien oder Kooperationen

Eine Übersicht der Presseveröffentlichungen unter  
→ [www.dge.de/presse/pressearchiv](http://www.dge.de/presse/pressearchiv)

Aufgrund der hohen Medienanfrage zu High-Protein-Produkten hat die DGE eine Presseinformation mit dem Titel „High-Protein-Produkte sind überflüssig“ herausgegeben. Die Meldung vereinte ein Trendthema mit den wissenschaftlich basierten Aussagen der DGE, bezog klar Stellung und lieferte konkrete Tipps. Zeitlich wurde die Meldung zum Start der Lebensmittelmesse anuga platziert.

## Medienberichterstattung

Die Auswertung basiert auf den zugesendeten Belegen (348) und erfolgt über das beauftragte Online-Medienreporting (12 208), inkl. Social Media. Insgesamt gab es 12 556 Berichte (Vorjahr 9 971), in denen die DGE erwähnt wurde. Die DGE erzielte rund 6,5 Mrd. Seitenaufrufe (Visits) bei den Internetpublikationen, 25 Mio. Seitenaufrufe (Pagelmpressions) und eine Gesamtreichweite von 26,2 Mrd.

### Die Top Ten der häufigsten Abdrucke im Printbereich 2021:

1. Ernährungsempfehlungen allgemein und gesundheitsfördernde Ernährung
2. DGE-Medien
3. DGE-Presseinformationen
4. Lebensmittel-/Warenkundethemen
5. IN FORM in der GV/DGE-Qualitätsstandards
6. Abnehmen, Diäten, Fasten
7. Vitamin D/Vitamin D und COVID-19
8. Trinken/Trinkempfehlungen
9. 14. DGE-Ernährungsbericht
10. Säuglings- und Kinderernährung inkl. Schwangerschaft und Stillzeit



# Redaktionskooperationen Expert\*inneninterviews

DGE-Jahresbericht 2021 55

Mit verschiedenen Redaktionen werden Kooperationen vereinbart, mit einigen Redaktionen gibt es eine kontinuierliche Zusammenarbeit. Das DGE-Presseteam steht für Expert\*innenstatements bereit oder stellt ausführliche Informationen für Sonderberichte zu Ernährungs- und Warenkunde-themen sowie zur Beantwortung von Leser\*innenfragen zur Verfügung.

## Redaktion Focus Gesundheit

Die DGE stellt der Redaktion Focus Gesundheit, Burda Verlag, zu ausgewählten Lebensmitteln 4-6 gesundheitliche Fakten von der DGE zusammen. Die Redaktion setzt diese grafisch um und postet ca. 14-tägig einen sogenannten „Food-Check“ auf ihrem Social-Media-Kanal facebook und verlinkt hier zu „Geprüfte INFORM-Rezepte“.

## Redaktion t-online

Mit der Redaktion t-online pflegt die DGE eine kontinuierliche Zusammenarbeit. PR-Referentin Silke Restemeyer steht als Expertin zu verschiedenen Themen aus dem Ernährungsbereich zur Verfügung. 2021 wurden vier Beiträge zu den Themen Superfood/Aroniasaft, Gewichtszunahme in den Wechseljahren, Vitamine und Mineralstoffe sowie Lagerung von Gemüse und Obst erstellt.

**FOCUS Fit & Gesund** Gerade eben · 🌐

In Stücke geschnitten und mit Zucker gekocht, zu Kompott, Konfitüre oder auch zu Obstwein oder Obstsaft verarbeitet - es ist Rhabarber Saison! 🍷 Lest mehr zum Blattgemüse im #Foodcheck

**FOCUS GESUNDHEIT**  
#Foodcheck  
**Rhabarber**

- Kalorienarm: 20 kcal/100g
- Abführende Wirkung
- Liefert Vitamin C, Kalium, Calcium
- Im Kühlschrank wenige Tage haltbar  
Am besten in ein feuchtes Tuch wickeln
- Saison von April bis Ende Juni
- Hoher Gehalt an Oxalsäure

Quelle: Deutsche Gesellschaft für Ernährung



### Fachzeitschrift „VerpflegungsManagement“ (VM)

Seit 2004 besteht eine gut etablierte Zusammenarbeit mit der Zeitschrift VM. In den insgesamt 10 Ausgaben pro Jahr veröffentlicht die Redaktion jeweils einen Fachbeitrag der DGE. Die Zeitschrift spricht schwerpunktmäßig die Zielgruppen stationäre Senioreneinrichtungen, Essen auf Rädern, Krankenhäuser, Rehabilitationskliniken sowie Betreutes Leben an. So können die Lebenswelten aus dem Care-Bereich besonders gut erreicht werden. Im Jahr 2021 sind u. a. folgende Beiträge erschienen: DGE-Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung neu aufgelegt, DGE aktualisiert Referenzwerte (Vitamin A und Biotin), 58. Wissenschaftlicher Kongress der DGE, DGE-Positionspapier – vier Dimensionen nachhaltiger Ernährung.

- Das Referat informierte Studierende der Fachhochschule Fulda im 2. Semester in einer Projektwoche zum Thema Ernährungskommunikation aus Sicht der DGE. Bei der virtuellen Veranstaltung stellte die DGE ihre Öffentlichkeitsarbeit sowie neue und zielgruppengerechte Medien vor.
- Anlässlich der Aktivitäten zum 30-jährigen Bestehen der Dr. Rainer Wild-Stiftung erstellte die DGE ein Interview mit ihrer Geschäftsführerin Dr. Kiran Virmani, das sowohl in Print, als auch online parallel zum Symposium der Stiftung veröffentlicht wurde.



Dr. Yanislava Karusheva,  
Preisträgerin des  
Hans Adolf Krebs-Preises 2021 der DGE



## Wissenschafts- und Journalistenpreise

DGE-Jahresbericht 2021 57

**Mit dem Wissenschaftspreis ehrt die DGE herausragende junge Wissenschaftler\*innen für ihre wegweisenden Forschungsarbeiten im Bereich der Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaften.**

### Hans Adolf Krebs-Preis 2021

Im vergangenen Jahr zeichnete die DGE die Medizinerin Dr. Yanislava Karusheva vom Deutschen Diabetes Zentrum Düsseldorf (DDZ) aus. Sie nahm den mit 5 000 EUR dotierten Preis von Prof. Dr. Bernhard Watzl, Vizepräsident der DGE, anlässlich des 58. Wissenschaftlichen Kongresses der DGE entgegen.

Die Medizinerin erhielt die Auszeichnung für ihre hervorragende, im American Journal of Clinical Nutrition im November 2019 erschienene, Originalarbeit zum Thema „Short-term dietary reduction of branched-chain amino acids reduces meal-induced insulin secretion and modifies microbiome composition in type 2 diabetes: a randomized controlled crossover trial“. In ihrer Arbeit befasste sich Dr. Karusheva mit der Rolle der verzweigt-kettigen Aminosäuren Valin, Leucin und Isoleucin bei Diabetespatient\*innen. Darin beschrieb sie, wie die Reduktion der verzweigt-kettigen Aminosäuren in der Nahrung zwar die Insulinwirkung erhöht, aber die Insulinfreisetzung nach der

Mahlzeit senkt und die Mitochondrienfunktion im Fettgewebe verbesserte. Die Ergebnisse können als Basis für weitere, längerfristig angelegte Interventionsstudien dienen, die Ansätze für die Diabetesbehandlung mittels Lebensstilinterventionen entwickeln.

Dr. Karusheva ist die 13. Wissenschaftlerin, die den Hans Adolf Krebs-Preis erhält. Seit 1981 verleiht die DGE den Preis, der 2021 mit Förderung des BMEL vergeben wurde.

### Journalisten-Preis 2021

Die Jury zeichnete insbesondere wissenschaftlich fundierte, originelle und zielgruppengerechte Arbeiten aus, die sie aus den insgesamt 63 Bewerbungen auswählte.

Die Preisverleihung fand auf dem hybriden Wissenschaftlichen Symposium der DGE am 29. September 2021 statt. DGE-Präsidiumsmitglied Dagmar von Cramm überreichte die Auszeichnung in fünf Medienkategorien.

Dagmar von Cramm (DGE-Präsidium, 2.v.l.) zeichnete die Preisträger\*innen 2021 aus (v.l.n.r.): Annette Sabersky (ÖKO-Test), Dr. Kristin Becker & Markus Sambale (Tagesschau, ARD-Audiothek), Nadine Zeller (Badische Zeitung), Elena Münker (safe-space rbb), Simonetta Zieger (ÖKO-TEST), Axel Bach (WDR Quarks & Co.)



**Mit dem Journalisten-Preis prämierte die DGE bereits zum 32. Mal die besten journalistischen Arbeiten zu aktuellen Ernährungsthemen.**

### Tages- und Wochenzeitungen

Artikel „Lob auf die Familientafel“ von Nadine Zeller in der Badischen Zeitung vom 2. Mai 2020. Der praxisorientierte Beitrag zeigt, dass Familienmahlzeiten nicht nur in Zeiten von Pandemie und Homeschooling sinnvoll sind.

### Publikumszeitschriften

Serviceartikel „Volle Kraft voraus“ von Annette Sabersky in der März-Ausgabe 2020 der Zeitschrift ÖKO-TEST. Der informative und sachlich fundierte Beitrag berichtet über die vielfältigen gesundheitlichen Vorteile von Vollkornprodukten und ist damit ein Plädoyer für eines der weltweit wichtigsten Grundnahrungsmittel.

Beitrag „Gold oder Gift – Streit ums Speiseöl“ von Simonetta Zieger in der November-Ausgabe 2020 der Zeitschrift ÖKO-TEST. Der umfassende und spannende Artikel greift die Diskussion um Fette und Speiseöle auf.

### Hörfunk/Podcast

Zukunfts-Podcast „Mal angenommen, wir werfen kein Essen mehr weg“ von Dr. Kristin Becker und Markus Sambale der Tagesschau in der ARD-Audiothek vom 17. Dezember 2020. In ihrem Podcast fragen sie, wie es wäre, wenn wir ab sofort keine Lebensmittel mehr verschwenden würden, ob wir dann alle Foodsharing machen und wie sich das auf unseren Alltag, die Umwelt und die Wirtschaft auswirken könnte.

### Fernsehen

Reportage „Vitamine – wie viel brauchen wir wirklich?“ des Quarks-Teams mit Wobbeke Klare, Axel Bach, Katharina Adick, Sonja Legisa, Carsten Linder, Ilka aus der Mark, Larissa Richter, Antje Maly-Samiralow, Mike Schaefer, Jan Voelkel, Azuma Satter und Edith Dietrich im WDR-Fernsehen vom 18. August 2020. Ein fundierter, ansprechender Beitrag zur Frage des Bedarfs an Vitaminen, ihrer Funktionen, ausreichender Versorgung, Mangelsymptomen und Folgen sowie Risikogruppen.

### Internet/Social Media

Miniclip „Billig Bowl“ vom Redaktionsteam safespace beim rbb Ariane Böhm, Elena Munker, Susanne Faß und die Hosts Saphira, Säli, Lea, Rosa und Whitney auf TikTok vom 21. September 2020. Sie zeigen in ihrem originellen und modernen Kurzclip wie Superfood auch regional und günstig geht.

**Mehr Informationen zu den Preisträger\*innen 2021 und den ausgezeichneten Arbeiten**  
 → [www.dge.de/presse/journalisten-preis](http://www.dge.de/presse/journalisten-preis)

v.l.n.r.: Mathias Möbius, Gesine Roß,  
Minister Dr. Till Backhaus am Stand der  
DGE-Sektion Mecklenburg-Vorpommern,  
der Vernetzungsstellen Kita- und Schul-  
verpflegung und der Vernetzungsstelle  
Seniorenernährung

## Messen und Veranstaltungen



59

Die Auswirkungen der Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie hatten auch 2021 Einfluss auf die Branchen-Veranstaltungen. Wiederum fielen Veranstaltungen aus oder die Ausrichtenden änderten ihr Konzept in Online-Formate. Somit standen auch die DGE sowie ihre Sektionen und Vernetzungsstellen vor der Herausforderung, dass die Öffentlichkeitsarbeit auf Messen und Ausstellungen nicht wie gewohnt stattfinden konnte.

### **63. VDD-Kongress „Ernährungstherapie und Prävention – patientennah – auch digital“**

Auf dem diesjährigen digitalen Kongress des Verbands der Diätassistenten – Deutscher Bundesverband e.V. (VDD) vom 22. bis 24. April 2021 war die DGE mit einem Vortrag vertreten. Eva Hoffmann vom Projekt „IN FORM in der GV“ informierte zum Thema „Verpflegung nach DGE-Qualitätsstandards – gesundheitsfördernd und nachhaltig“.

### **Dreiländertagung „Ernährung 2021“**

Auf der digitalen Dreiländertagung „Ernährung 2021“ vom 24. bis 26. Juni 2021 präsentierte sich die DGE in der Industrieausstellung mit einem virtuellen Stand. Die Fachgesellschaft zeigte in einem Kurzfilm aktuelle Medien, ging mit den Kongresseteilnehmenden in den Dialog und bot kostenfreie Downloads sowie einen Sonderbestellschein mit Rabatten für ausgewählte Medien an. Der Kongress „Ernährung: Evidenz gefunden?!“ war eine gemeinsame Veranstaltung der Gesellschaft

für Klinische Ernährung Schweiz (GESKES), des Schweizerischen Verbandes der Ernährungsberater/innen (SVDE), der Arbeitsgemeinschaft klinische Ernährung Österreich (AKE) und der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM). Am virtuellen Ausstellungsstand informierte die DGE mit einem weiteren Film und Medien auch über die DGE-Qualitätsstandards.

### **ALTENPFLEGE 2021**

Zu Fachvorträgen und Diskussionen rund um eine genussvolle, gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung älterer Menschen lud der Bereich „Fit im Alter – Gesund essen, besser leben“ vom Projekt „IN FORM in der GV“ anlässlich der Branchenleitmesse ALTENPFLEGE 2021 ein. Diese fand erstmalig digital statt und öffnete die virtuellen Tore vom 6. bis 8. Juli 2021. Im Mittelpunkt der DGE-Aktivitäten stand der Dialog zur Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit und über den neuen DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen.

### **Mecklenburger**

#### **Landwirtschaftsausstellung (MeLa)**

Die DGE-Sektion Mecklenburg-Vorpommern und die Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung sowie Seniorenernährung präsentierten sich vom 6. bis 19. September 2021 auf der MeLa in Mühlengiez.

### **5. Tagung der Ernährungs Umschau**

Auf der Online-Tagung der Ernährungs Umschau „Zusammen arbeiten: kooperieren, positionieren, profitieren!“ am 29. Oktober 2021 präsentierte sich die DGE.

# 7 Veranstaltungen, Seminare und Tagungen

60

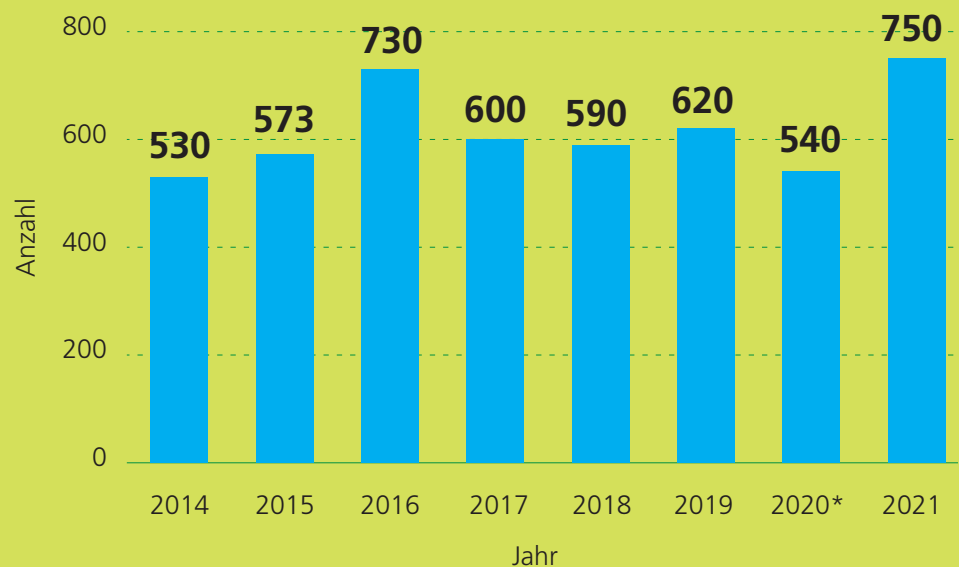
## Wissenschaftlicher Kongress

**Nachdem der 57. Wissenschaftliche Kongress im Vorjahr aufgrund der COVID-19-Pandemie ausfallen musste, lud die DGE 2021 erstmals zum Online-Kongress ein. Über 750 Teilnehmende waren online dabei.**

In Kooperation mit dem Institut für Ernährungswissenschaften der Friedrich-Schiller-Universität Jena stand vom 17. bis 19. März 2021 nochmals das Thema aus 2020 „Ernährung heute – individuelle Gesundheit und gesellschaftliche Verantwortung“ im Fokus. Die Teilnehmenden verfolgten die Vorträge und Posterpräsentationen auf der Veranstaltungsplattform und nutzten auch online die Gelegenheit zum regen Austausch mit den

Referierenden. In 40 Vorträgen und 62 Postern präsentierten junge Wissenschaftler\*innen ihre Arbeiten und Forschungsergebnisse. Minisymposien, davon neun Minisymposien der DGE-Fachgruppen, je ein Symposium der DGE, der Kompetenzcluster der Ernährungsforschung, zum Diabetes-Manual für die Beratungspraxis und zum Thema Nachhaltigkeit ergänzten das vielseitige Programm des 58. Wissenschaftlichen Kongresses.

**Entwicklung der Anzahl der Teilnehmenden an DGE-Kongressen von 2014 bis 2021**



\*Stand der Anmeldungen am 5. März 2020, Kongress abgesagt aufgrund der COVID-19-Pandemie

ging es:  
ZEIT



an  
**14**  
VERANSTALTUNGEN  
je 2-4 STUNDEN

FÜR

bedarfs- und bedürfnisgerechte  
sowie nachhaltige → ERNÄHRUNG  
FÜR SENIOR:INNEN

UND SO KAM ES AH:



**WOW!**  
ICH BIN  
BEEINDRUCKT!  
Vielen Dank für  
die vielen KIFFE  
UND TRICKS.

Wenn FACHWISSEN  
AUF KREATIVITÄT TRIFFT ...  
IST LECKER-FANTASTISCH  
möglich!

Vielen Dank  
für die TOLLEN  
PRAXISTIPPS!  
Das war eine  
SUPER  
VERANSTALTUNG!

DAS WAR DIE **BESTE**  
**ONLINE-VERANSTALTUNG**,  
die ich mitgemacht habe.  
Vielen Dank

ICH BIN JETZT SCHON ein **FAN**,  
und werde die  
VERNETZUNGSSTELLE  
'SENIORENERNÄHRUNG'  
weiterempfehlen!



**BEWERTUNG: 4,6**

Die Fachgruppen-sprecher\*innen engagierten sich wieder im Kongresskomitee, gestalteten das wissenschaftliche Programm mit und begutachteten die eingereichten Abstracts. Zum Kongress organisierten sie folgende Minisymposien:

- **FG Early Career Scientists:** Science Slam – in 7 Minuten Forschung verständlich und unterhaltsam präsentiert
- **FG Epidemiologie:** Neue Entwicklungen in den Methoden der Ernährungserhebung
- **FG Ernährungsberatung und Ernährungsverhaltensforschung Teil 1+2:** Unite and divide: Was bedeutet Ernährung für uns heute?
- **FG Ernährungsbildung:** Ernährungsbildung stärkt Nachhaltige Entwicklung
- **FG Ernährungsmedizin:** Sarkopenie: Ist Muskel wichtiger als Fett?
- **FG Gemeinschaftsverpflegung:** Chancengleichheit auf dem Teller – schmeckt denn das? Der Berliner Weg in der Schulverpflegung
- **FG Lebensmittelwissenschaft:** 100 Jahre plus und noch kein Ende – Die Maillard-Reaktion: Alterung und guter Geruch?
- **FG Physiologie und Biochemie der Ernährung:** Fütterungsstudien in Modellorganismen
- **FG Public Health Nutrition:** Stillförderung in Deutschland?! Status und Herausforderungen

### Ehrenmitgliedschaften

Für ihre langjährigen und nachhaltigen Verdienste hat die DGE Dr. Eva Leschik-Bonnet und Prof. Dr. Michael Krawinkel mit einer Ehrenmitgliedschaft ausgezeichnet. Mit der Verleihung würdigt die DGE-Mitgliederversammlung besondere Persönlichkeiten mit hervorragender Expertise und

58. Wissenschaftlicher Kongress  
der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V.

**Plenarvorträge**  
Personalisierte Ernährung: Sachstand und Perspektiven | Hannelore Daniel  
Von der Ampel bis zum Stoppschild: Welche Evidenz gibt es für regulatorische Maßnahmen? | Peter von Phillipsborn  
The importance of the human diet for a sustainable world | Alexander Popp

Wissenschaftliche Leitung  
Prof. Dr. Stefan Lorkowski  
Prof. Dr. Anna Kipp  
Prof. Dr. Lars-Oliver Klotz  
Institut für Ernährungswissenschaften

**Ernährung heute –**  
Individuelle Gesundheit und gesellschaftliche Verantwortung

17. – 19. Februar 2021 / Online-Tagung

FRIEDRICH-SCHILLER-UNIVERSITÄT JENA  
www.dge.de

außergewöhnlichem Engagement. DGE-Präsident Prof. Jakob Linseisen „überreichte“ die Urkunde beim Online-Kongress.

### Posterpreise

Prof. Dr. Stefan Lorkowski, Wissenschaftlicher Leiter des DGE-Kongresses, zeichnete gemeinsam mit Stella Glogowski, Redaktion Ernährungs Umschau, insgesamt fünf Posterpreise aus. Die prämierten Arbeiten überzeugten sowohl im experimentellen Ansatz der Studie und der Relevanz der Ergebnisse als auch in der Gestaltung.

Die drei DGE-Posterpreisträger\*innen waren:

- **Theresa Jeremias**, Universität Hohenheim „Snack consumption of Syrian refugee children aged 6 to 23 months living in Greater Beirut, Lebanon“
- **Linda Tschanz**, ETH Zürich „Characterisation of meat consumption in Switzerland across sociodemographic, lifestyle and anthropometric groups-results from the National Nutrition Survey menuCH“
- **Martin Schubert**, Friedrich-Schiller-Universität Jena „Der langkettige Vitamin-E-Metabolit  $\alpha$ -13'-COOH unterdrückt die Expression und Sekretion des Chemokins CCL2/MCP1 und moduliert MAP-Kinase- und NF $\kappa$ B-Signalwege in Makrophagen“

Die Ernährungs Umschau verlieh zwei weitere Posterpreise.



Prof. Dr. Dirk Haller eröffnet die Tagung mit einem Einführungsvortrag zur Mikrobiomforschung.

## Wissenschaftliches Symposium

DGE-Jahresbericht 2021 63

### 5. Bonner Ernährungstage mit dem Wissenschaftlichen Symposium „Ernährung und Mikrobiom“

Das Wissenschaftliche Symposium zum Thema Ernährung und Mikrobiom fand am 29. September 2021 im Rahmen der 5. Bonner Ernährungstage, die die DGE gemeinsam mit dem BZfE veranstaltete, statt. Erstmals in einem hybriden Format begrüßten die Moderatoren der Tagung, Prof. Dr. Dirk Haller von der TU München und Prof. Dr. Thomas Bosch von der Christian-Albrechts-Universität (CAU) zu Kiel, die Zuschauer\*innen am Bildschirm aus den RheinlandStudios in Troisdorf. Über den Stand der Forschung, den Einfluss der Ernährung auf die Mikrobiota und den Zusammenhang zwischen Erkrankungen und mikrobiellem Ökosystem informierten nationale und internationale Expert\*innen die über 400 Teilnehmenden in deutsch- und englischsprachigen Vorträgen.

Eine Einführung in das Thema und den derzeitigen Forschungsstand gab Prof. Dr. Dirk Haller. Trotz der stetig steigenden Anzahl an Publikationen und einem starken medialen Interesse steht die Mikrobiomforschung laut Haller noch am Anfang. Er machte darauf aufmerksam, dass viele Faktoren die Zusammensetzung des Mikrobioms beeinflussen können, wie etwa die regionale Herkunft von Personen, aber auch die Ernährungsweise sowie Tages- und Nachtzeiten.

Seit etwa einem Jahrzehnt ist die Forschung verstärkt dem Mikrobiom und genetischen Analysen von Mikroorganismen auf der Spur. Auch wenn die Studienergebnisse der letzten Jahre zeigen konnten, dass das Darmmikrobiom wichtig für die Gesunderhaltung des Menschen ist, wirkt

sein Einfluss auf das Immunsystem und Stoffwechselkrankheiten noch viele Forschungsfragen auf.

Klar scheint bisher, dass eine möglichst große Diversität der Darmbakterien und eine hohe Zufuhr an Ballaststoffen die Darmgesundheit positiv beeinflussen kann. Umgekehrt wurde bei bestimmten Erkrankungen eine eingeschränkte Bakteriendiversität beobachtet.

International forschen hierzu interdisziplinäre Teams von Wissenschaftler\*innen, um ein funktionelles Verständnis der Mikroben-Wirt-Interaktionen in Gesundheit und Krankheit zu erlangen.



**Abschlussdiskussion der Experten (v.l.n.r.): Andre Franke (CAU Kiel) zugeschaltet per Video, Dirk Haller (TU München), Thomas Bosch (CAU Kiel) und Thomas Clavel (RWTH Aachen)**

Die Herausforderung der nächsten Jahre liegt laut Expert\*innen darin, verschiedene Disziplinen in die Mikrobiomforschung miteinzubeziehen. In zukünftigen Studien müssen möglichst präzise Daten erhoben werden, um Interaktionen mit dem Wirt genauer zu erfassen. Zudem ist eine stärkere Standardisierung der Daten notwendig, um die Vergleichbarkeit von Studienergebnissen zu erhöhen.

Insgesamt 18 Wissenschaftsjournalist\*innen aus Verlagen und Redaktionen sowie freie Journalist\*innen nahmen online teil.



## Journalistenseminar

Das Journalisten-seminar am 28. Januar 2021 stellte die Ergebnisse des 14. DGE-Ernährungsberichts vor.

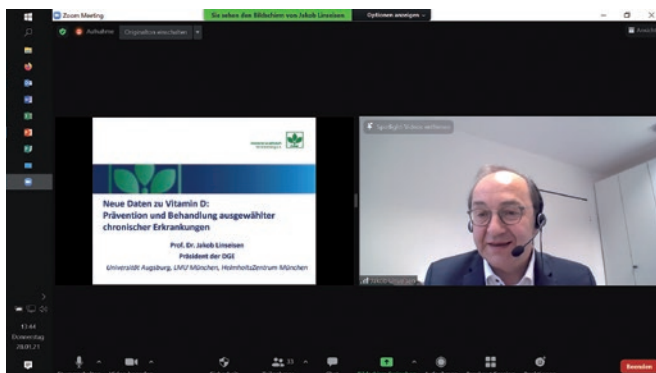
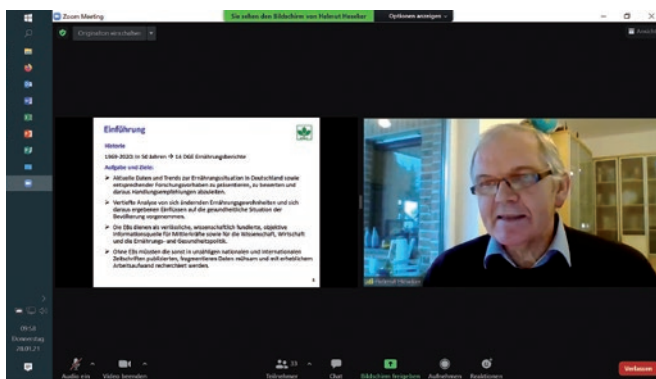
### „Ernährungssituation in Deutschland – wo stehen wir?“

Die Veranstaltung informierte zunächst über aktuelle Entwicklungen im Lebensmittelverbrauch sowie das Thema Übergewicht mit besonderem Fokus auf Schwangere. Die Referent\*innen stellten außerdem die Ergebnisse aus zwei Studien vor, die sich mit der Nährstoffversorgung von Kindern und Jugendlichen beschäftigten. Die Ergebnisse aus der Ernährungsstudie EsKiMo II zeigten die Nährstoffversorgung und Rahmenbedingungen des Ernährungsverhaltens bei Kindern und

Jugendlichen, und die VeChi-Youth-Studie „Vegetarische und vegane Ernährung bei Kindern und Jugendlichen“ untersuchte den Einfluss verschiedener Ernährungsformen auf die Nährstoffversorgung dieser Bevölkerungsgruppe.

Inwieweit Prävention chronischer Erkrankungen durch Ernährung möglich ist, war ebenfalls Thema des Seminars: Welchen Einfluss hat der Gemüse-, Obst- und Fleischverzehr auf das Risiko für ausgewählte ernährungsmitbedingte Erkrankungen? Ein Umbrella-Review untersuchte den Zusammenhang des Verzehrs von Gemüse, Obst, rotem und weißem Fleisch sowie Fleischerzeugnissen mit dem Risiko für Schlaganfall, koronare Herzerkrankung, Diabetes mellitus Typ 2 sowie Dickdarm- und Brustkrebs. Auch die Rolle von Vitamin D bei der Prävention und Behandlung ausgewählter extra-skelettaler Erkrankungen beleuchteten die Referent\*innen im Seminar. Anhand der Ergebnisse eines Umbrella-Reviews im 14. DGE-Ernährungsbericht wurde der aktuelle Wissensstand über die mögliche Rolle von Vitamin D bei der Prävention und Behandlung von Atemwegserkrankungen aufgezeigt.

**Prof. Dr. Helmut Hesecker und DGE-Präsident Prof. Dr. Jakob Linseisen in ihren Vorträgen zum 14. DGE-Ernährungsbericht und zur Rolle von Vitamin D**



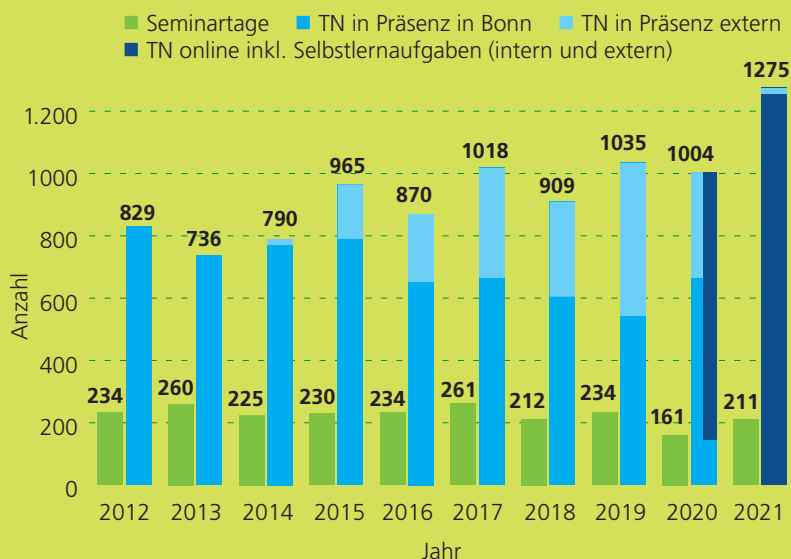


# Fortbildungsveranstaltungen

Die DGE, ihre Sektionen und Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung sowie Seniorenernährung bieten deutschlandweit berufliche Fort- und Weiterbildungen für Ernährungsfachkräfte an.

Das Referat Fortbildung führte 2021 insgesamt 59 Veranstaltungen durch, u. a. den Zertifikatslehrgang Ernährungsberater\*in/DGE (EB/DGE) in der Form „Kombi“, „Präsenz“ sowie „Intensiv“. Der Lehrgang Verpflegungsmanager\*in/DGE (VM/DGE) fand in sieben Modulen mit einem Prüfungstermin statt.

## Entwicklung der Anzahl der Teilnehmer\*innen (TN) und Seminartage pro Jahr von 2012 bis 2021



32 Seminare gab es zur Erweiterung des Fachwissens und neun Seminare zur Steigerung der Beratungskompetenz, außerdem drei Selbstlernaufgaben. Das Fortbildungsangebot beinhaltete Fachseminare zu 21 Themen sowie Methodenseminare zu sieben Themen.

Seit 2012 lag die Anzahl der Teilnehmenden zwischen 700 und rund 1 000, 2021 wurde mit 1 275 Teilnehmenden ein neuer Höchststand erreicht (s. Abb.). Dies ist u. a. auf die Selbstlernaufgaben zurückzuführen. Da 2021 nur ein Seminar in Präsenz stattfand, betrug der Anteil der Teilnehmenden an online durchgeführten Lehrgängen und Seminaren 98,8 %. In 2020 betrug dieser Anteil 68,6 %.

Die Auswertung der Berufsgruppen zeigt für das komplette Fortbildungsangebot der letzten 10 Jahre, dass der Anteil von Diätassistent\*innen und Studienabsolvent\*innen von 2014 bis 2019 etwa gleich groß war. Ab 2020 verschob sich das Verhältnis, und der Anteil der Diätassistent\*innen sank um etwa 10 % auf 34 %. Mit 37 % blieb dieser Anteil in 2021 auf einem vergleichbar niedrigen Niveau. Bei der Interpretation ist allerdings zu beachten, dass der höhere Bildungsabschluss berücksichtigt wird, sodass Diätassistent\*innen, die auch über ein Studium verfügen, nicht als Diätassistent\*in gezählt werden.

## Neue Seminarthemen 2021:

- Ernährungsberatung für Menschen mit geistiger Behinderung – Basiswissen und methodisches Vorgehen
- Kursleitungsschulung „Diabetes mellitus Typ 2 – Ohne mich!“ Das DGE-BZfE-Präventionsprogramm zur Vermeidung von Mangel- und Fehlernährung
- Motivational Interviewing (MI) am Beispiel Diabetesberatung – Behandlungsmotivation schaffen
- Ernährungsberatung 2.0 – flexibel und sicher online beraten
- JETZT sichtbar werden – nutze Instagram für Dein Business als Ernährungsfachkraft
- Osteoporose und Nierenerkrankungen aus ernährungsmedizinischer Sicht
- Lebensmittelkennzeichnung in der Gemeinschaftsverpflegung
- Lebensmittelhygiene in der Gemeinschaftsverpflegung
- Infektionshygiene in der Gemeinschaftsverpflegung



### DGE-Programm „ICH nehme ab“

Das Programm „ICH nehme ab“ verbindet ernährungsphysiologische und -psychologische Aspekte mit Bewegung und Entspannung.

Es besteht aus einem 12-Schritte-Programm mit vielen praxisorientierten Informationen. Das 2020 erfolgreich rezertifizierte Kurskonzept „ICH nehme ab“ (INA) ermöglicht Teilnehmenden, die Kostenübernahme der gesetzlichen Krankenkasse zu nutzen. Für die Durchführung von Präventionskursen sind bisher über 1 500 Kursleiter\*innen qualifiziert worden, davon sind 800 auf unserer Webseite gelistet.

→ [www.dge.de/service/ina-kursleiter](http://www.dge.de/service/ina-kursleiter)

#### Digitales Anmelde-Tool

2021 löste eine Online-Anmeldung das aufwendigere Verfahren über Formulare in Form von PDF-Dokumenten ab. Interessierte können alle Angaben direkt im Anmeldeprozess eintragen und erforderliche Unterlagen hochladen. So kann Zeit und Papier eingespart werden. Der geringere Papier-einsatz stellt einen Beitrag zur Ressourcenschonung dar.

### IN FORM-Seminare für die Gemeinschaftsverpflegung als digitales Angebot

Auch in 2021 nahm die Corona-Pandemie Einfluss auf die Durchführung von IN FORM-Seminaren. Sie erforderte die Einstellung der Reisetätigkeit der

Referent\*innen, wodurch ein Seminarangebot in Präsenz auch mit dem eingeführten Hygiene- und Infektionsschutzkonzept nicht mehr infrage kam. Die Neuauflage der DGE-Qualitätsstandards in 2020, die Basis der IN FORM-Seminare sind, machte außerdem eine inhaltliche Überarbeitung notwendig.

Daher wurden Anfang 2021 die fünf Seminare für Küchenfachkräfte der Lebenswelten Kita, Schule, Betrieb, Klinik und Senioreneinrichtung aktualisiert und organisatorisch so angepasst, dass sie nun auch digital angeboten werden konnten. Das Seminarangebot stieß bei Einrichtungen der GV wie öffentlichen Anbietern auf großes Interesse, so dass im Berichtsjahr 19 Online-Seminare durchgeführt werden konnten. Besonders gefragt waren die Seminare zur Betriebs- und Kitaverpflegung.

Die im November 2020 veröffentlichten Neuauflagen der DGE-Qualitätsstandards zogen eine große Resonanz und zahlreiche Vortragsanfragen aus dem gesamten Bundesgebiet nach sich. Im Projektzeitraum von Januar bis September 2021 waren die Mitarbeiter\*innen von „IN FORM in der GV“ in 40 Fachveranstaltungen sowie sechs digitalen Messen bzw. Kongresse eingebunden, auf denen sie die DGE-Qualitätsstandards mit ihren zentralen Änderungen und Neuerungen vorstellten und Fragen dazu im Chat beantworteten.

Die Veranstaltungsteilnahme war damit im Jahr 2021 überdurchschnittlich hoch.

Die Sektionen und Vernetzungsstellen der DGE führten verschiedene Veranstaltungen wie Ernährungsfachtagungen, Seminare und Workshops zu unterschiedlichen Themen durch. Diese fanden überwiegend online statt. Nachfolgend eine Auswahl der Veranstaltungen:

## Sektion Baden-Württemberg der DGE

- 20. DGE-BW-Forum „Nachhaltig und regional essen“, online
- 28. Ernährungsfachtagung der DGE-BW „Darmgesundheit: ausgewählte Aspekte“, online
- „Vorbeugen mit Genuss: Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen durch angepasste Ernährung“, online

## Sektion Hessen der DGE

- „Ist nachhaltigere Ernährung möglich?“ in Kooperation mit dem LandFrauenVerband Hessen e. V., online
- „Zukunft schmeckt! Nachhaltig essen in Hessen“ in Kooperation mit dem LandFrauenVerband Hessen e. V., Friedrichsdorf
- Themenbezogene Qualifizierungsmaßnahmen (z. B. Essen und Trinken bei Demenz) und strukturgebende Themen zur Etablierung eines Ernährungsteams in Senioreneinrichtungen zur Verhinderung von Mangelernährung in Kooperation mit den Pflegekassen der AOK und der BAHN-BKK, online und in Präsenz in Hessen

## DGE-Sektion Mecklenburg-Vorpommern

- 2. Digitale Ernährungsfachtagung: „Immunsystem und Ernährung – Was ist möglich?“
- Online-Seminar „Fruktose & Polyole – Zuckerreduktion geht anders!“
- Online-Seminar „Ernährungsberatung 2.0 – flexibel und sicher online beraten“
- Online-Seminar „Einkaufstraining – praxisnahes Instrument in der Ernährungsberatung“
- Online-Seminar „Podcasts gut sprechen und moderieren“

## DGE-Sektion Niedersachsen

- 25. Ernährungsforum „Krebs – Ernährung – Bewegung“, online
- 8. Niedersächsisches Forum gesundheitlicher Verbraucherschutz „FIT-LECKER-BEDENKENLOS“!? Zentrale Aspekte bei der Versorgung im Alter, online
- Aktionstag „Gemüsereste – das Salz in der Suppe“ im Rahmen der bundesweiten Aktionswoche „Deutschland rettet Lebensmittel“ 2021 (s. Seite 68)
- Online-Fachtag „Ernährung in der Kindertagespflege“
- Aktionstag „Lieblingsspeisen optimieren“ zum bundesweit 1. Tag der Seniorenernährung, online



Am Aktionstag wurde Albin Schadzek vom „17:30 SAT.1 REGIONAL“-Team interviewt.

### Aktionstag „Gemüsereste – das Salz in der Suppe“ beim Niedersächsischen Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz

Anlässlich der bundesweiten Aktionswoche „Deutschland rettet Lebensmittel“ fand am 6. Oktober 2021 der gemeinsame Aktionstag „Gemüsereste – das Salz in der Suppe“ mit dem Küchenleiter der DGE-zertifizierten Betriebsgastroonomie im Niedersächsischen Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz, Albin Schadzek, und der DGE-Sektion Niedersachsen statt. In der Woche zuvor wurden die Tellerreste der Tischgäste gemessen und für alle sichtbar dokumentiert. Am Aktionstag selbst konnten alle Tischgäste die Gemüsebrühe probieren, die die Kantine aus Gemüseresten aufgesetzt und als Grundlage für Soßen und Suppen verwendet hat. Als Give-away konnte sich jede\*r ein kleines Glas Gemüsebrühe zum Ausprobieren mit entsprechenden geprüften IN FORM-Rezepten mitnehmen.



### Niedersachsens Ernährungsstrategie

Wie kann eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Ernährung für und mit Niedersachsen erreicht werden? Mit dieser Fragestellung beauftragte das Niedersächsische Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz das Zentrum für Ernährung und Hauswirtschaft (ZEHN), das gemeinsam mit 27 Institutionen die niedersächsische Ernährungsstrategie erarbeitete. Mit dabei war die



# UNSER REZEPT FÜR DIE ZUKUNFT

NIEDERSACHSENS  
ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

DGE-Sektion Niedersachsen. Ihre Leiterin, Dörthe Hennemann, betonte: „Die lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen (FBDG) der DGE und die DGE-Qualitätsstandards fördern eine nachhaltige Ernährung und bauen somit auf das Fundament einer fairen Ernährungsumgebung auf! Die DGE-Sektion Niedersachsen wird auch in Zukunft darin aktiv das Land unterstützen.“ Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen arbeitet ebenfalls aktiv an der Ernährungsstrategie mit.

Die Strategie hat das Ziel, eine gesundheitsfördernde und nachhaltigere Ernährung in Niedersachsen zu stärken. Dabei setzt sie unter dem Motto „Unser Rezept für die Zukunft!“ sowohl beim Verhalten jedes Einzelnen an als auch in der Alltagsumgebung. Dabei ist ganz klar: „Der Wert der Lebensmittel und der Menschen, die sie mit ihrer täglichen Arbeit erzeugen und vermarkten, spielt eine wesentliche Rolle“, sagte Barbara Otte-Kinast, die niedersächsische Ministerin für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz bei der Vorstellung der niedersächsischen Ernährungsstrategie.

→ [www.zehn-niedersachsen.de](http://www.zehn-niedersachsen.de)

Die Ernährungsstrategie fokussiert auf die folgenden **fünf Handlungsfelder**:

- Gemeinschaftsverpflegung
- Ernährungsbildung
- Regionalität und Saisonalität
- Lebensmittelverschwendung
- Lebensmittelwertschätzung

## DGE-Sektion Schleswig-Holstein

- 21. Ernährungsfachtagung: „Zukunftsfähige Ernährung: Denken – Planen – Umsetzen!“, online
- Online-Seminar „Der dünne Darm – Zentrum der Verdauung“, 6 Termine
- Online-Seminar 3. Kieler GastroSpecial: „Leitlinien und Gastro Rückblick 2021“

## DGE-Sektion Thüringen

- 28. Ernährungsfachtagung „Lebensmittel im Fokus – Produktion, Inhaltsstoffe, Wirkungen und mehr“, online
- Lebensweltbezogene DGE-Sektionsprojekte mit 69 Veranstaltungen:
  - „Pause is(s)t köstlich“
  - „Der junge Gourmet“
  - „Ernährung, Umwelt, Zahngesundheit und Bewegung in Kitas“
  - „Regionale Produkte – Beitrag zu einer vollwertigen Ernährung“

## Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung

Die Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung Mecklenburg-Vorpommern, die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen, die Koordinierungsstelle Kita-Verpflegung Schleswig-Holstein, die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Schleswig-Holstein sowie die Vernetzungsstelle Kita-Verpflegung Thüringen haben das Ziel, das Verpflegungsangebot in Kita und Schule weiterzuentwickeln und zu verbessern sowie Akteur\*innen in den jeweiligen Bereichen zu beraten, zu informieren und miteinander zu vernetzen. Als Basis für ihre Arbeit dienen der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ und der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“. Nachfolgend einige Beispiele aus dem umfangreichen Angebot der Vernetzungsstellen:

### Vernetzungsstelle Kitaverpflegung Mecklenburg-Vorpommern

- Zahlreiche Online-Seminare zum neuen „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ sowie zum „Allergenmanagement“
- Tag der Kitaverpflegung mit einem Speiseplancheck
- 12. Aktionstag zur Kita- und Schulverpflegung in Mecklenburg-Vorpommern mit dem Schwerpunktthema „Nachhaltigkeit“
- Aktionswoche zur Lebensmittelwertschätzung: Workshops mit dem Titel „Kann man das Obst noch essen?“ sensibilisierten Kita-Kinder für das Thema der Lebensmittelwertschätzung.
- Offene Austauschtreffen für Speiseanbieter



### Vernetzungsstelle Schulverpflegung Mecklenburg-Vorpommern

- Vorstellung und Bekanntmachung des überarbeiteten „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“
- Online-Seminare in Kooperation mit der Vernetzungsstelle Kitaverpflegung
- 12. Aktionstag zur Kita- und Schulverpflegung in Mecklenburg-Vorpommern mit dem Schwerpunktthema „Nachhaltigkeit“
- Seminare zu „Veränderungen anstoßen und im Team umsetzen – so geht’s!“ sowie „Mensa – Nutzung und Gestaltung in ganztätig arbeitenden Schulen“
- Vier offene Austauschtreffen für Speiseanbieter
- Speiseplancheck für Schulen und Speiseanbieter zum Tag der Schulverpflegung
- Aktion „Check die Tellerreste – Messen von Speiseabfällen in Schulen“ zur Woche der Lebensmittelwertschätzung



### Vernetzungsstelle Schulverpflegung Niedersachsen

Die wichtigsten Themen im Bereich der Schulverpflegung waren:

- „Verpflegungsqualität beginnt bei der Ausschreibung – Vergabe in der Schulverpflegung“
- „Corona und Schulverpflegung“
- „Der neue DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen (Basis-Wissen, Anwendung in der Praxis, Zertifizierung und Leistungsbeschreibung)“
- „Klimagesunde Schulverpflegung“
- „Schulverpflegung – mehr pflanzenbasierte Vielfalt genießen“



Darüber hinaus erreichten die Vernetzungsstelle u. a. Fragen zur Erstellung eines Mensakonzeptes, Optimierung des Verpflegungsangebotes auf Grundlage des „DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Schulen“, Erstellung von Leistungsbeschreibungen für die Schulverpflegung, Küchen- und Mensaplanung und zur klimagesunden Schulmensa.

Den „Tag der Schulverpflegung“ am 23. September 2021 sowie die Aktionswoche „Deutschland rettet Lebensmittel“ vom 29. September bis 6. Oktober 2021 hatte die Vernetzungsstelle Niedersachsen unter das Motto „Klimagesunde Schulmensa“ gestellt und drei Veranstaltungen und Aktionen angeboten:

- „Was hat unser Schulessen mit dem Klima zu tun?“
- Schulaktion „Prima Klima in der Schulmensa – Verschwenden beenden!“
- Abschlussveranstaltung „Klimagesunde Schulverpflegung – pflanzenbasierte Vielfalt genießen“



### Koordinierungsstelle Kita-Verpflegung Schleswig-Holstein

Die Koordinierungsstelle Kita-Verpflegung steht für alle Träger und Kitas in Schleswig-Holstein sowie für Tagespflegepersonen als Ansprechpartnerin zur Verfügung. Besondere Aufmerksamkeit lag auf der Entwicklung des Essverhaltens und auf Aspekten der Ernährungspädagogik.

Erstmals wurde eine digitale Ernährungsberatung für schwangere Mitarbeiterinnen aus Kitas angeboten. Von der Beratung sollen die werdenden Mütter selbst profitieren und nach der Rückkehr in den Arbeitsalltag das neu erworbene Wissen weitergeben.

### Vernetzungsstelle Schulverpflegung Schleswig-Holstein

- Online-Veranstaltungen zum aktuellen „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ sowie zu „Nachhaltigen Aspekten der Schulverpflegung“
- Veranstaltungsreihe zur Qualitätsentwicklung von Schulverpflegung für Verantwortliche in der Verwaltung
- Der „Tag der Schulverpflegung“ wurde mit einem Aktionstag zur Aktionswoche „Deutschland rettet Lebensmittel“ kombiniert; es fanden zwei Online-Veranstaltungen zur Thematik der Lebensmittelreste in der Kita- und Schulverpflegung statt.
- Entwicklung eines Sensorik-Leitfadens mit dem Lebensmittelinstitut KIN e. V. (Neumünster) als Werkzeug für eine objektive Beurteilung von Speisen





**Die Vernetzungsstelle und die Sektion Thüringen präsentierten sich auf der Fachtagung Kita- und Schulverpflegung Sachsen im Rahmen der ISS GUT!**

### Vernetzungsstelle Kita-Verpflegung Thüringen

- Der Fokus lag auf der Verbreitung der Neuauflage des „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“. Dieser wurde postalisch an alle Thüringer Kitas und Kita-Träger versendet.
- Fachtag der Kita-Verpflegung Thüringen wurde online mit 100 Teilnehmer\*innen durchgeführt. Die vier angebotenen Workshops waren auf die jeweiligen Akteur\*innen abgestimmt und ergänzten thematisch den Impulsvortrag zur Essbeziehung und Esserziehung von Kindern.
- Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Thüringen bot in Kooperation mit der DGE-Sektion Thüringen erneut die Fortbildungsreihe „Gutes Essen für Kita & Schule“ für Speiseanbieter mit sechs Modulen an vier Terminen im digitalen Format an.
- Das IN FORM-Projekt „Das Praxiskochbuch für die Gemeinschaftsverpflegung: optimierte kindgerechte Rezepte für die Warmverpflegung durch Großküchen“, angesiedelt bei der Vernetzungsstelle, startete 2021. Ziel ist die Konzeption eines Praxiskochbuchs, das den Essensanbietern saisonale und regionaltypische Rezepte für die Mittagsverpflegung zur Verfügung stellt.

## Vernetzungsstellen Seniorenernährung



Ein Team für die Umsetzung des „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit ‚Essen auf Rädern‘ und in Senioreneinrichtungen“ in Mecklenburg-Vorpommern – Ministerin Stefanie Drese, Ministerium für Soziales, Gesundheit und Sport Mecklenburg-Vorpommern (MV) und Minister Dr. Till Backhaus, Ministerium für Klimaschutz, Landwirtschaft, ländliche Räume und Umwelt MV zur Einrichtung der Vernetzungsstelle Seniorenernährung Mecklenburg-Vorpommern

Die Vernetzungsstellen Seniorenernährung Mecklenburg-Vorpommern, Niedersachsen, Schleswig-Holstein und Thüringen haben zum Ziel, eine bedarfs- und bedürfnisgerechte Ernährung sowie die Verpflegung älterer Menschen zu fördern. Dazu gehört u. a. die Ernährungskompetenz von Senior\*innen, pflegenden Angehörigen und Verantwortlichen für die Verpflegung älterer Menschen zu stärken und die Qualität der Verpflegungsangebote in Senioreneinrichtungen und von „Essen auf Rädern“ zu verbessern. Fachliche Basis ist der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit ‚Essen auf Rädern‘ und in Senioreneinrichtungen“. Die Arbeitsschwerpunkte der vier Vernetzungsstellen lagen auf der Organisation, Durchführung sowie Nachbereitung von

Informations- und Weiterbildungsangeboten, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit sowie Netzwerktätigkeiten. Im Folgenden werden beispielhaft einige Aktivitäten genannt:

### Vernetzungsstelle Seniorenernährung Mecklenburg-Vorpommern

- Online-Veranstaltung „Aus zwei mach eins – Der überarbeitete „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit ‚Essen auf Rädern‘ und in Senioreneinrichtungen“
- Online-Seminare „Essen und Trinken bei Demenz“, „Essen und Trinken bei Diabetes mellitus Typ 2 im Alter“, „Essen und Trinken bei Fehl- und Mangelernährung – Die versteckten Stolpersteine der Seniorenernährung“
- Videodreh mit Ministerin Stefanie Drese und Minister Dr. Till Backhaus in Kooperation mit dem Ministerium für Soziales, Gesundheit und Sport Mecklenburg-Vorpommern und dem Ministerium für Klimaschutz, Landwirtschaft, ländliche Räume und Umwelt Mecklenburg-Vorpommern (MKLLU-MV). Beide betonten in der Aufzeichnung die Bedeutung der Arbeit der Vernetzungsstelle.

### Vernetzungsstelle Seniorenernährung Niedersachsen

- Online-Seminar zum „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit ‚Essen auf Rädern‘ und in Senioreneinrichtungen“
- Fortbildungsreihen „Prävention von Mangelernährung“ sowie „Essen und Trinken bei Demenz“

## Online-Kochevent zum 1. Tag der Seniorenernährung Niedersachsen „Lieblingsspeisen optimieren“

v.l.n.r.: Nicole Eckelmann, Nicola Rosenau, Laura Kleinert, Selina Wachowiak, Herbert Thill, Louisa Schönebeck, Birgit Ellrott, Dr. Thomas Ellrott



- 1. Wissenschaftliche Fachtagung „Ernährung im Alter – alles anders?“
- Online-Tagung „Fit – lecker – bedenkenlos?! in Kooperation mit der DGE-Sektion Niedersachsen, der Ärztekammer Niedersachsen (Bezirksstelle Oldenburg) sowie dem Niedersächsischen Landesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit
- 2 Dialogforen zur Fragestellung „Essen und Trinken im Alter: Ein Thema mit vielen Dimensionen“ sowie zur „Netzwerkarbeit“
- Online-Kochevent zum 1. Tag der Seniorenernährung in Niedersachsen – dabei wurden Praxistipps mittels anschaulicher Rezeptkarten festgehalten

## Vernetzungsstelle Seniorenernährung Schleswig-Holstein

- Online-Seminar für Mitarbeitende aus Catering-Unternehmen und Senioreneinrichtungen zum „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit ‚Essen auf Rädern‘ und in Senioreneinrichtungen“
- „Essen in Gemeinschaft – aber bitte mit Mehr Wert“ Veranstaltung in Kooperation mit der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) mit anschließender Netzwerkarbeit an digitalen Cafétischen
- Monatliche Fortbildungsreihe mit 12 Themen rund um die Seniorenernährung. Zielgruppe sind Mitarbeitende von Senioreneinrichtungen sowie ambulanten Pflegediensten.
- Kooperationsvereinbarung mit dem Forum Pflegegesellschaft. Dieses Forum ist ein Zusammenschluss der in Schleswig-Holstein im Bereich der häuslichen und stationären Pflege tätigen Landesverbände der Leistungserbringer sowie einer Vertretung der staatlichen Altenpflegeschulen.
- Vernetzungen u. a. mit dem Universitätsklinikum Kiel, der Zahnärztekammer und der Alzheimer-Gesellschaft/Kompetenzzentrum Demenz in Schleswig-Holstein

in FORM

Veranstaltungen der Vernetzungsstelle Seniorenernährung

## Was wir 2021 bewegt haben:



# 8

# Qualitätssicherung

76

## Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung

Ernährungs-  
beraterin/DGE



Die Gültigkeit der DGE-Zertifikate Ernährungsberater\*in/DGE (EB/DGE), Verpflegungsmanger\*in/DGE (VM/DGE), Diätetisch geschulter Koch/DGE und Köchin/DGE sowie Diätetisch geschulte Fachkraft/DGE (DGK/DGE) ist an eine kontinuierliche Fort- und Weiterbildung gebunden. Regelmäßig ist ein bestimmter Umfang an Fortbildungen nachzuweisen.

Ernährungs-  
berater/DGE



Die Prüfung zur Verlängerung der DGE-Zertifikate erfolgt für EB/DGE und VM/DGE seit April 2018, für DGK/DGE seit 2020 über die „LLL-Datenbank zum lebenslangen Lernen“. Bis Ende 2021 waren knapp 1 600 Zertifikatsinhaber\*innen für das Internetportal registriert. Im Jahr 2021 wurden 232 Zertifikate für die Ernährungsberatung und Verpflegungsmanagement sowie 47 für Diätetisch geschulte Köch\*innen/DGE über dieses Online-Tool verlängert.

### Diätetisch geschulte Köch\*innen/DGE

Für den Lehrgang „Diätetisch geschulte Köch\*innen/DGE“ hat die DGE die Informationen für Lehrgangsanbieter\*innen umfangreich überarbeitet. Die wesentlichsten Änderungen beinhalten einen neuen Aufbau, inhaltliche Anpassungen des Curriculums und Nachweise für die Anerkennung als Einrichtung der Erwachsenenbildung. Die Lehrgangsanbieter\*innen wirkten an der Überarbeitung mit. In diesem Zuge wurde auch die Überprüfung des DGE-Diätkatalogs initiiert. Zu den zentralen Neuerungen zählt die Integration des Leitfadens für die praktische Ernährungstherapie in Klinik und Praxis (LEKuP).





## Ernährungsberater\*innen/DGE und Kursleiter\*innen für „ICH nehme ab“

Zum 31. Dezember 2021 präsentierten sich 733 Ernährungsberater\*innen/DGE sowie 800 Kursleiter\*innen für das DGE-Programm „ICH nehme ab“ auf der DGE-Internetseite. Interessierte Verbraucher\*innen können hier Anbieter\*innen einer durch die DGE qualifizierten Ernährungsberatung und von Gruppenberatungen für „ICH nehme ab“ in ihrer Nähe suchen.

## Mit der Online-Fortbildung der Ernährungs Umschau Punkte sammeln

Die Online-Fachartikel der Ernährungs Umschau sind Bestandteil des Punktesystems für die Qualitätssicherung der DGE-Zertifikate. Pro Jahr erscheinen sechs Artikel, deren Themen in Absprache zwischen der Redaktion der Fachzeitschrift und dem Referat Fortbildung festgelegt werden.

Die Themen 2021 waren:

- Ernährungstherapie bei angeborenen Stoffwechselerkrankungen. Teil 3: Störungen des Fettstoffwechsels
- Ernährung und Immunsystem. Einflüsse von Über- und Unterernährung, vegetarischer und veganer Ernährung
- Ernährungsstrategien im Sport
- Systemische Essberatung mit dem Konzept der Tischgespräche
- Diagnostik und Therapie der exokrinen Pankreasinsuffizienz
- Siegel und Labels zu Bio und Nachhaltigkeit

The screenshot shows the website of the Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE). The main heading is 'ICH nehme ab - Kursleiter'. Below the heading, there is a search bar and a list of postcodes (Postleitzonen) for finding qualified nutritionists. The list includes Postleitzonen 0 through 9, and Ausland. The page also features a sidebar with 'Aktuelles' and 'in form' sections.

**Vollwertiges Essen und Trinken hält fit, fördert Gesundheit und Wohlbefinden und beugt ernährungsmitbedingten Krankheiten vor. Zudem leistet es aufgrund des hohen Anteils an pflanzlichen Lebensmitteln einen wichtigen Beitrag zum Klima- und Umweltschutz. Mit einem ausgewogenen und nachhaltigen Verpflegungsangebot kann gerade die GV die Gesundheit der Bevölkerung unterstützen.**



Wissenschaftliche Grundlage für die Gestaltung einer vollwertigen Verpflegung sind die fünf DGE-Qualitätsstandards, die für die Lebenswelten Kita, Schule, Betriebe, Kliniken und stationäre Senioreneinrichtungen zusammen mit „Essen auf Rädern“ vorliegen. Die DGE-Qualitätsstandards sind zugleich die Grundlage für die DGE-Zertifizierungen in der Gemeinschaftsverpflegung, die seit 1996 durchgeführt werden.

Zentrales Element einer DGE-Zertifizierung ist ein Audit, das normalerweise vor Ort stattfindet. Bedingt durch die Corona-Pandemie ist dies seit Anfang des Jahres 2020 nur unter erschwerten Bedingungen bzw. gar nicht möglich gewesen. Das Audit beinhaltet schwerpunktmäßig die Überprüfung der Qualitätsbereiche Lebensmittelqualität und -häufigkeit sowie Speiseplanung und -herstellung. Die Einhaltung rechtlicher Rahmenbedingungen und Aspekte des Qualitätsmanagementsystems sind ebenfalls relevant. Mit einer bestandenen DGE-Zertifizierung dokumentieren Betriebe und Einrichtungen ihr Engagement für eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung ihrer Tischgäste. Neben zufriedenen

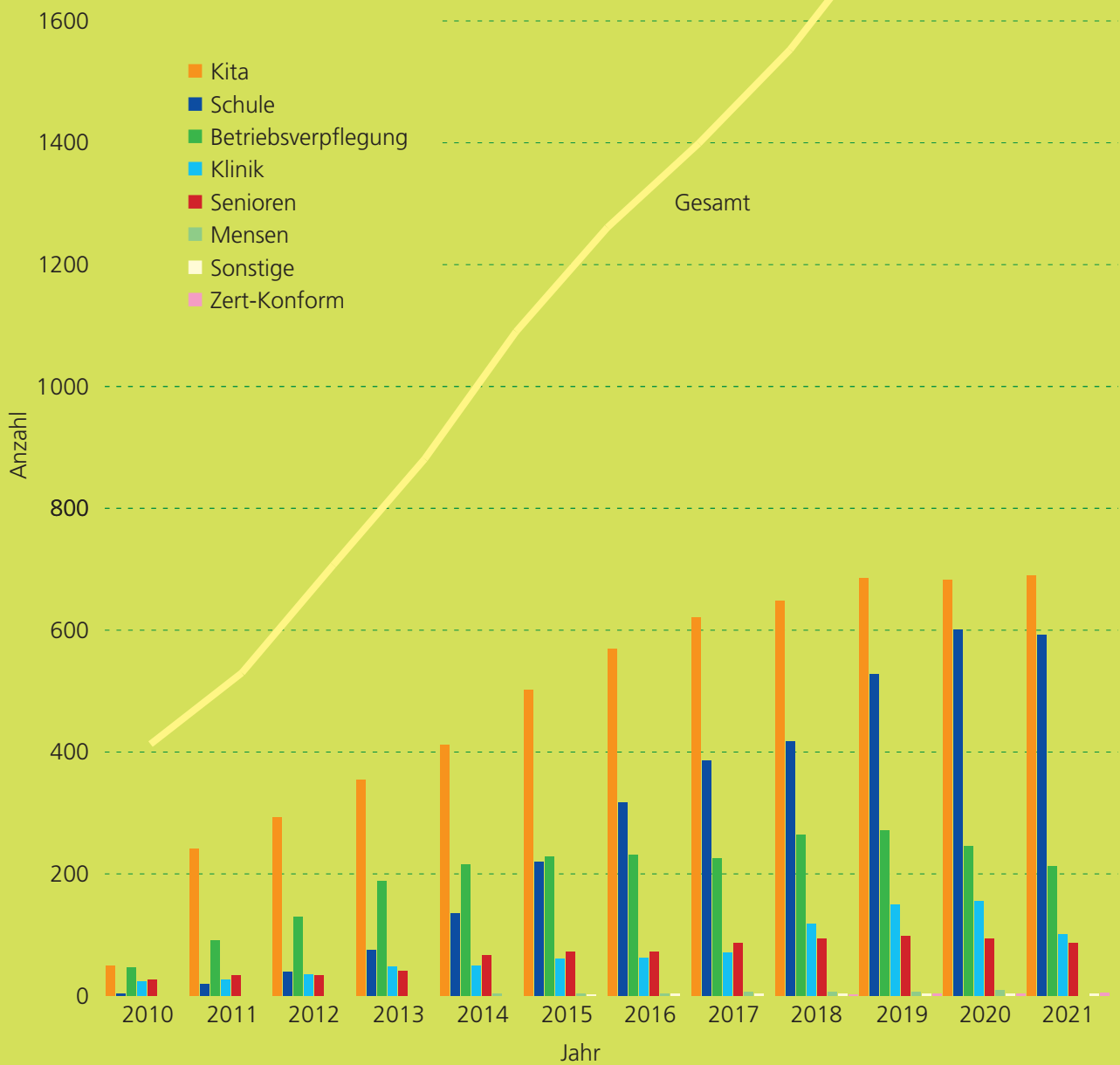
Gästen und einem Kompetenzgewinn für die Mitarbeitenden ist auch ein Image- sowie Wettbewerbsvorteil mit der Auszeichnung verbunden.

## Zertifizierungen in der Gemeinschaftsverpflegung

Seit 2010 ist der Anteil der zertifizierten Einrichtungen bzw. Betriebe linear um jeweils 10-15 % gestiegen. Im Jahr 2021 musste erstmals ein Rückgang von Zertifikatsinhaber\*innen verzeichnet werden, der vor allem durch die angespannte finanzielle Situation mit Einbruch bei der Anzahl der Tischgäste bedingt war. Die meisten Kündigungen kamen aus den Lebenswelten Kliniken und Betriebe.

Dennoch haben trotz der Pandemie 48 Caterer und 103 Einrichtungen sowie zwei Betriebe für die Komponentenzertifizierung den Prozess gestartet und einen Vertrag zur DGE-Zertifizierung abgeschlossen. Weitere 21 Caterer und 41 Einrichtungen haben erste Informationen zur Zertifizierung angefordert.

## Entwicklung der DGE-Zertifizierungen von 2010 bis 2021





Auf den Bereich  
„Education“  
entfallen rund  
75 % aller  
DGE-Zerti-  
fizierungen



### Zertifizierungen Kita

**690** Kitas sowie Caterer, die Kitas beliefern, sind von der DGE zertifiziert. Auf den Bereich „Kita“ entfallen somit knapp 41 % aller DGE-Zertifizierungen.



### Zertifizierungen Schule

Ende 2021 waren **593** Schulen sowie Caterer zertifiziert. Die Lebenswelt „Schule“ macht 35 % der DGE-Zertifizierungen aus.



### Zertifizierungen Betriebe

Seit 2021 zählen Mensen zur Betriebsverpflegung. **213** Betriebsrestaurants und Mensen von Hochschulen waren Inhaber eines DGE-Zertifikates.



### Zertifizierungen Kliniken

Unter dem Stichwort „Kliniken“ werden Krankenhäuser und Rehabilitationskliniken mit insgesamt **101** Zertifikaten zusammengefasst.



Gesund essen, besser leben.

### Zertifizierungen Senioreneinrichtungen und „Essen auf Rädern“

Im Seniorenbereich liefern **86** Betriebe ihren Tischgästen ein nachweislich gesundheitsförderndes und nachhaltiges Verpflegungsangebot.



Seit 2018 haben Caterer und Anbietende von Menükomponenten die Möglichkeit, einzelne Speisekomponenten von der DGE überprüfen und zertifizieren zu lassen. Derzeit sind **5** Produktionsstätten mit dem Logo „DGE-ZERT-KONFORM“ ausgezeichnet.

## Leitfäden zur DGE-Zertifizierung

Die „Leitfäden zur DGE-Zertifizierung“ sind seit langem ein unverzichtbares Instrument für die Vorbereitung auf den erfolgreichen Abschluss des Zertifizierungsverfahrens. Auch langjährig zertifizierte Betriebe bzw. Einrichtungen nutzen die Leitfäden als informatives Nachschlagewerk.

Die Aktualisierung der DGE-Qualitätsstandards machte eine Anpassung der Prüfpraxis und damit eine Weiterentwicklung der Leitfäden erforderlich. Neben der inhaltlichen Überarbeitung erfolgte eine professionelle grafische Gestaltung.

Dies erhöht die Lesefreundlichkeit, grafische Elemente erleichtern zudem das Auffinden zentraler Aspekte. Erstmals stehen sämtliche Leitfäden neben der Printversion auch online zur Verfügung. So wird eine größtmögliche Transparenz zum Zertifizierungsverfahren geschaffen.



unbedingt beachten



Tipps zur Speiseplanung, Speiseplangestaltung und zur Bewertung des Kriteriums im Audit



weiterführende Informationen; z. B. Internetlinks. Bei den Internetlinks ist jeweils der Pfad sowie die URL angegeben, ergänzt durch den QR-Code<sup>1</sup>.

In den blau unterlegten Kästen wird am Ende von jedem einzelnen Prüfkriterium erläutert, wie dessen Umsetzung im Audit nachgewiesen werden kann. Eingeleitet werden die Informationen immer mit den Worten: **Nachweis im Audit:**

## Leitfaden zur DGE-Zertifizierung „Verpflegung in Kitas“



Deutsche Gesellschaft  
für Ernährung e.V.

## Zusatzmodul: Frühstück und Zwischenverpflegung



Weitere Infos unter:  
[www.dge.de](http://www.dge.de)

Parallel zum „Leitfaden zur DGE-Zertifizierung für die Verpflegung in Kitas“ wurde das Zusatzmodul „Frühstück und Zwischenverpflegung“ neu erarbeitet. Kitas bzw. Caterer haben damit erstmals die Möglichkeit, neben der Mittagsverpflegung das erste und zweite Frühstück sowie die Zwischenverpflegung zusätzlich überprüfen und zertifizieren zu lassen. So kann das Gesamtangebot für die Kita gesundheitsfördernd und nachhaltig gestaltet und zertifiziert werden.



Logoübergabe durch DGE-Geschäftsführerin Dr. Kiran Virmani an die sechs ausgezeichneten Landeskantinen

## Modellprojekte zur DGE-Zertifizierung in Baden-Württemberg

Auch die seit 2015 stattfindenden Modellprojekte zur DGE- und Bio-Zertifizierung, initiiert vom Ministerium für Verbraucherschutz und Ländlichen Raum in Baden-Württemberg (MLR), wurden fortgeführt. Durchgeführt werden sie vom Landeszentrum für Ernährung (LEL); die DGE unterstützt das LEL dabei mit umfangreichen Betreuungsleistungen und Informationsveranstaltungen.

Das Modellprojekt „Gutes Essen in Landeskantinen“ konnte am 25. November 2021 erfolgreich abgeschlossen werden. Ziele des Projekts waren zum einen die Umsetzung des „DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Betrieben“, einschließlich der DGE-Zertifizierung, die Erhöhung

des Einsatzes an ökologisch erzeugten Lebensmitteln auf mindestens 20 % sowie die Durchführung einer Bio-Zertifizierung. Zum anderen sind die Erhöhung des Einsatzes an regionalen und fair gehandelten Lebensmitteln, die Vermeidung von Lebensmittelverschwendung und die Verbesserung der Kommunikation Ziele des Modellprojekts.

Im Rahmen der virtuellen Abschlussveranstaltung zeichnete DGE-Geschäftsführerin Dr. Kiran Virmani insgesamt sechs Landeskantinen aus. In ihrer Laudatio betonte sie: „Ich freue mich sehr, dass Sie sich der Herausforderung einer Zertifizierung durch die DGE gestellt haben. Mit dem JOB&FIT-Logo können Sie nun für alle sichtbar Ihr Engagement für die Gesundheit Ihrer Tischgäste und die hochwertige Speisequalität in Ihrem Betrieb zeigen.“ Für das Jahr 2022 sind weitere Projekte geplant.



## DGE-Fachberatungen und Gutachten für den Bereich der Gemeinschaftsverpflegung

Ziel der DGE-Fachberatung ist es, aktuelle Grundlagen und Anforderungen im Großküchenalltag umzusetzen. Die Fachberater\*innen betrachteten und prüften Aspekte der gesamten Prozesskette, angefangen von der Lebensmittelauswahl und -lagerung, über Speiseplanung, Produktion, Verteilung und Ausgabe. Die zentralen Aktivitäten setzen jedoch schon früher an. Einrichtungen, Unternehmen und Träger erhalten bereits bei der Definition der Verpflegungsleistung konkrete Unterstützung.

Ein Schwerpunkt war – wie in den Jahren zuvor – die Durchführung von Weiterbildungsangeboten. Die Web-Seminarreihe „Beschaffung von Schulverpflegung“ des Nationalen Qualitätszentrums für Ernährung in Kita und Schule (NQZ) informierte ausführlich über die korrekte Überführung des „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ in Vergabeunterlagen. Für JVA-Bediens-tete wurden Grundlagen- und Aufbauseminare zu den Schwerpunkten Hygiene sowie „Diätetik und Lebensmittelunverträglichkeiten“ konzipiert und durchgeführt.

Bei den Beratungen lag der Schwerpunkt im Bereich der Schulverpflegung. So wurden für eine Großstadt die Vergabeunterlagen für den Teilnahmewettbewerb finalisiert und die eingegangenen Angebote für die Verpflegung in neun Ganztagschulen bewertet. Die DGE beriet eine Gemeinde in Bezug auf die Wirtschaftlichkeit, die Prozesse sowie zu den vorhandenen Strukturen der Schulverpflegung. Eine mehrtägige Analyse vor Ort und das Verfassen eines entsprechenden Gutachtens wurden abgeschlossen.



# Impressum

## Jahresbericht 2021 der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V.

Herausgegeben von der  
Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE),  
Godesberger Allee 136, 53175 Bonn

Download des Jahresberichts unter  
→ [www.dge.de](http://www.dge.de) > Wir über uns > Die DGE

### Redaktion

Silke Restemeyer, Constanze Schoch  
Referat Öffentlichkeitsarbeit, DGE

### Bildnachweis

©DGE: S. 1, 3, 10-11, 27, 44, 63, 64  
©iStock.com/Olga Gillmeister: S. 6/7  
  
stock.adobe.com: ©Prostock-studio: S. 15,  
©zhu difeng: S. 17, ©Goffkein: S. 18,  
©metamorworks: S. 19, ©FourLeafLover: S. 20/21  
©Pixelbliss: S. 23, ©aamulya: S. 24, ©VectorMine:  
S. 25, ©nenetus (Fotomontage): S. 27, ©malp: S. 29,  
©Jenny Sturm: S. 30, ©Alrandir: S. 35,  
©Andrey Popov: S. 39, ©Africa Studio: S. 41,  
©VRD: S. 45, ©Production Perig: S. 47,  
©Sergey Ryzhov: S. 54, ©kasto: S. 56,  
©gpointstudio: S. 72, ©279photo: S. 72,  
©Kittiphan: S. 77, ©Robert Poorten: S. 84  
  
©LANUV\_C. Brinkmann: S. 9  
©Deutsches Diabetes Zentrum (DDZ): S. 57  
©Eugenia Brüser (DGE): S. 57  
©Max Rentner (LM-MV): S. 59, S. 74  
©Tanja Föhr i. A. der Vernetzungsstelle  
Seniorenernährung Niedersachsen: S. 61, 75  
©DGE-Sektion Niedersachsen: S. 68  
© ZEHN: S. 69  
© Vernetzungsstelle Schulverpflegung  
Niedersachsen/Maja Schültingkemper: S. 71  
©Beatrice Schletzke: S. 73  
©Vernetzungsstelle Seniorenernährung  
Niedersachsen/Maja Schültingkemper: S. 75.

## Gestaltung und Produktion

GDE | KOMMUNIKATION GESTALTEN  
[www.gde.de](http://www.gde.de)

Art.-Nr.: 992033

Nachdruck – auch auszugsweise – sowie jede  
Form der Vervielfältigung oder die Weitergabe mit  
Zusätzen, Aufdrucken oder Aufklebern nur mit  
ausdrücklicher Genehmigung durch den Heraus-  
geber gestattet.

© DGE Bonn, 2022



gedruckt auf LonaOffset  
Elementarchlorfrei gebleicht  
(ECF)  
Europäisches Umweltzeichen  
(EU Ecolabel)

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



[www.dge.de](http://www.dge.de)