

Alimentana-Partneranlass

# Die richtige Ernährung und Verantwortung im Diskurs

**Brisante Thematik am traditionellen Partneranlass der Ebikonener Alimentana Sista-Holding in Rüschlikon: Gibt es die richtige Ernährung? Welche Verantwortung trägt dabei der Lebensmittel-Detailhandel? Dass die Voten und Diskussionen mitunter hohe Wellen schlugen, war Podiumsteilnehmer Othmar Keller vom siegreichen Alinghi-Team gerade recht.**

Schon der Einstieg in die Podiumsdiskussion zeigte, wie kontrovers das Thema wahrgenommen und interpretiert wird. Die von Gastgeber Ernest Abouchar, CEO der Alimentana Sista-Holding, präsentierte WHO-Zahlen zur weltweit dramatisch angestiegenen Fettleibigkeit bei Jugendlichen liess Uwe Pollmer, Deutschlands wohl renommiertester und streitbarster Ernährungswissenschaftler, nicht gelten. «Das sind doch bloss Normen!», konterte der Bestsellerautor und wissenschaftliche Leiter des Europäischen Instituts für Lebensmittel- und Ernährungswissenschaften in Heidelberg, um wortgewaltig zu erläutern, wie Studienzahlen «beliebig manipuliert» werden könnten. «Man ändert einfach die Definitionen.» Die Erfahrungen der letzten 50 Jahre in der Ernährungswissenschaft zeige, dass Experten immer wieder und mit gleich bleibender Inbrunst genau das Gegenteil von dem erzählen, was sie vorher vertreten hätten. «Wir müssen mit der Übernahme von so

genannten Fakten sehr vorsichtig sein», empfahl Pollmer in seinem deftigen Plädoyer für einen «vernünftigen Umgang mit dem Essen». Zahlen, Statistiken, Studien und Gegenstudien trügen viel mehr zur Verwirrung denn zur Aufklärung bei. «Ob ein Kind übergewichtig ist, ist doch nicht durch Multiplizieren von ein paar Zahlen herauszufinden», polterte Pollmer.

## Gesunder Menschenverstand

Ganz anderer Meinung war der renommierte Fitness-Spezialist und Ernährungsberater Othmar Keller. Er kümmert sich um die Kondition der Schweizer Fussball-Nationalmannschaft und gehörte in gleicher Mission zum siegreichen Alinghi-Team. Wenn er im Hallenbad beim Aqua-Jogging feststelle, dass von einer 20-köpfigen Schulklasse mindestens 5 Kinder stark übergewichtig seien, dann mache es ihm Angst. «Gesundheit ist unser höchstes Gut. Auch ich muss mich immer wieder dazu bewegen, gesundheitsbewusst zu leben und

kann nicht einfach essen, was mir gefällt.» Das sei schlussendlich keine wissenschaftliche Angelegenheit, sondern gesunder Menschenverstand. Den habe es auch auf der Alinghi mit ihrer Crew aus verschiedensten Regionen und Kulturen gebraucht. «Wir standen im permanenten

**«Glauben Sie nicht, dass der Körper so doof ist, wie ein Ernährungswissenschaftler!»**

Konflikt. Hätten wir den Neuseeländern jeden Tag Müesli statt der geliebten Eier mit Speck zum Frühstück serviert, hätten sie rebellierts», schmunzelte Keller. Am Schluss hätten aber alle ihre Ziele erreicht und konnten den America's Cup hochstemmen. Viel wichtiger als die Unterscheidung in richtige und falsche Ernährung sei dabei die optimale Kombination von Ernährung und Bewegung gewesen. «Ich bin überzeugt, dass bei vielen Übergewichtigen nicht die richtige Ernährung das Hauptproblem ist, sondern der Bewegungsmangel.»

Ganz anders tönte es aus Pollmers Ecke: «Weder Bewegung noch die vielen Diäten haben die erhoffte Wirkung gebracht. Glauben Sie nicht, dass der Körper so doof ist, wie ein Ernährungswissenschaftler! Wenn sich der Körper mehr bewegen müsse, verbrauche er nicht automatisch ▶



*Klarheit und engagierte Voten im Rüschlikoner Centre for global dialogue: Uwe Pollmer, Klaus Peter Rippe, Othmar Keller und Thomas Tobler (von links nach rechts).*

weniger Energie, sondern horte sie als Fettreserven. Am Anfang einer Diät nehme man zwar ab, aber nach einer Woche habe der Körper den Trick raus und steuere dagegen. Und weil der Körper aus dem Hungersnot gelernt habe, lege er sich nach jeder Diät zusätzliche Reserverpolster zu



*Müsse er einen einzigen Merksatz mitnehmen, dass dieser, meine Alimentana CEO Ernest Abouchar schmunzelnd: Gib weniger auf Studien – is bewusster und mit Vergnügen.*

und der Gewichtsverlust werde überkompensiert. «Solange wir die grundsätzlichen Systeme in unserem Körper nicht verstehen, sind wir nicht in der Lage, die Menschen zu beeinflussen.» In den USA lebe permanent ein Drittel der Bevölkerung auf Diät. «Hätten die riesigen Aufklärungskampagnen für mehr Bewegung oder weniger Fett wirklich funktioniert, dann hätten die Amerikaner sich in der Zwischenzeit in Luft aufgelöst! So sei es nicht verwunderlich, dass sich in den USA auch bei offiziellen Stellen die Einsicht breit mache, dass die Zunahme von Fettleibigkeit eine Folge ihrer massiven Low-Fat-Kampagnen gewesen sei. Die Idee einer gesunden Ernährung sei zu essen, was

einem bekomme und der Handel habe für den korrekten Umgang mit den Produkten zu sorgen, Punkt.

## Verantwortung des Detailhandels

Welche Verantwortung dem Detailhandel bei der richtigen Ernährung zufalle, wollte Podiumsleiter Klaus Peter Rippe, Ethikprofessor in Zürich und Karlsruhe, von Detailhandelsberater Thomas Tobler wissen. «Der Umgang mit Lebensmitteln verbindet sich automatisch mit viel Verantwortung. Sie zu übernehmen, liegt im ureigenen Interesse des Handels», sagte der im In- und Ausland tätige Detailhandelsexperte. «Wenn der Konsument unsicher ist oder an der Unbedenklichkeit von Lebensmitteln zweifelt, reagiert er äusserst sensibel, nachtragend und spielt seine stärkste Trumpfkarte aus, die Verweigerung.» Das Vertrauen der Kunden könne nur über kundennahes, gesellschaftlich verantwortungsvolles Handeln aufgebaut werden. Ebenso klar sei, dass nur wirtschaftlich erfolgreiche Unternehmen nachhaltig wirksame Beiträge zu einer genügend guten Gesundheitsvorsorge leisten können. «Der Detaillist bewegt sich in einem Spannungsfeld von Lebensmitteln und Genussmitteln, Ernährung und Emotionen. Will er wirtschaftlich erfolgreich sein, hat er das ganze Spektrum abzudecken, sonst wird er als unkompetent betrachtet und gemieden.»

## Intelligentes Monitoring

Ein modernes Lebensmittelsortiment, so Tobler weiter, erfülle mit Sicherheit alle Bedürfnisse der Alinghi-Crew. Mit dem genau gleichen Sortiment könne man sich aber auch ungesund ernähren. Es sei primär keine Frage der Richtigkeit der Sortimente, sondern der Auswahl durch den Kunden selber. «Hier hilft der Handel mit Informationen und Deklarationen. Er kann den Kunden aber nicht vorschreiben, was sie einzukaufen haben.» Sich bewusst ernähren, heisse eben auch, Eigenverantwortung für eine ausgewogene, massvolle

Ernährung zu übernehmen und sich dafür zu interessieren. Hier liege ein wichtiger Ansatzpunkt für den Detailhandel. Er müsse alles daran setzen, den Kunden und seine wirklichen Bedürfnisse noch besser zu verstehen, von ihm zu lernen und ihn bei der für ihn richtigen Auswahl zu unterstützen. Das schaffe der Detailhandel nicht im Alleingang. «Deshalb müssen sich alle am Wertschöpfungsprozess Beteiligten finden, um über ein intelligentes Monitoring wirklich nützliche Informationen auszutauschen, statt Verantwortungen hin und her zu schieben.» In dieses Miteinander schloss Tobler den veränderungsbereiten Konsumenten ebenso ein, wie die Händler, Produzenten und Lieferanten, die Wissenschaftler, Politiker, Behörden, Medien und Konsumentenschützer. «Gesundheitsvorsorge und Lebensmittelsicherheit müssen über Partikularinteressen wie Ideologien, Parolen, Abo- und Mitgliederzahlen und andere Partikularinteressen gestellt werden.» In dieses Miteinander schloss Goethe's Zeitgenosse Georg Christoph Lichtenberg trefflich formuliert: «Es wird nichts so sehr verfochten wie von jenen, die ihr Brot davon haben!»

[www.alimentana.ch](http://www.alimentana.ch)  
[www.das-eule.de/](http://www.das-eule.de/)  
[www.tobler-tobler.ch](http://www.tobler-tobler.ch)

## Kurzporträt

Die Alimentana Sista Holding (ASH) mit den Töchtern Alimentana Shops AG (100%) und Alvi-Shop SA (50%) gehört zur Hofer Gruppe, Ebikon (Besitz Familie Hofer). Ihre 26 Läden (Aperto/Stop&Shop/Mam's/Easy Shopping) stehen schweizweit an Hochfrequenzorten (Bahnhof/Airport/Autobahn) und bieten an 365 Tagen ein qualitativ hoch stehendes Convenience-Angebot (Frische/Spezialitäten/Food-/Nonfood-Produkte) des täglichen Bedarfs. ASH publiziert keine Zahlen.