



# Armut als Ernährungsrisiko in Baden-Württemberg<sup>1</sup>

## Das Wichtigste in Kürze

- Materielle Ernährungsarmut liegt vor, wenn Menschen ihren Nahrungsmittelbedarf quantitativ nicht decken können und/oder die verfügbaren Lebensmittel ernährungsphysiologischen und hygienischen Standards nicht entsprechen. 2021 konnte sich ein Zehntel der Bevölkerung in Baden-Württemberg (10,1 %) und in Deutschland (10,5 %) nicht jeden zweiten Tag eine Mahlzeit mit Fleisch, Geflügel oder Fisch oder eine hochwertige vegetarische Mahlzeit leisten. Armutsgefährdete Personen sind überdurchschnittlich (Baden-Württemberg: 25,4 %, Deutschland: 22,5 %), aber nicht automatisch, ernährungsarm.
- Essen und die Art und Weise wie wir uns ernähren, ist auch ein grundlegender Mechanismus sozialer Teilhabe. Unter sozialer Ernährungsarmut versteht man, dass Betroffenen die Teilhabe an gemeinschaftlichen Zusammenkünften, die mit Mahlzeiten verbunden sind (beispielsweise Restaurantbesuche), nicht oder nur eingeschränkt möglich ist. Die Ergebnisse dieses Reports zeigen, dass materielle Ernährungsarmut und Armutsgefährdung die ernährungsbezogene soziale Teilhabe in Baden-Württemberg einschränken.
- Ernährungsarmut kann zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen beitragen, die ernährungsbedingt oder zumindest teilweise ernährungsbedingt sind. Die Unterversorgung mit Nährstoffen führt zunächst zu unspezifischen und diffusen Symptomen („hidden hunger“) und langfristig zu diversen Krankheiten.
- Der Report macht deutlich, dass es auch in einem vergleichsweise wohlhabenden Land wie Baden-Württemberg Ernährungsarmut gibt und zeigt Handlungsansätze zur Prävention und Bekämpfung von Ernährungsarmut auf. Dazu gehören die Berücksichtigung der Kosten einer gesundheitsfördernden Ernährung bei einer Anpassung des Regelsatzes des Bürgergeldes innerhalb der Systematik der Ermittlung des Regelbedarfs über die Einkommens- und Verbrauchsstichprobe (EVS), präventive Angebote (bspw. Eltern- und Familienbildung, Information von Fachkräften) oder zielgruppenspezifischen Maßnahmen für Kinder, Jugendliche, ältere Menschen (bspw. kostenfreie Mittagessen in Kindertageseinrichtungen und Schulen).
- Lösungsansätze sollten auch die sozialen Folgen von Ernährungsarmut adressieren und soziale Ausgrenzung bspw. durch subventionierte und/oder gemeinschaftsfördernde gemeinsame Mahlzeiten verringern. Zudem sollte der Zugang zu kostenlosen oder reduzierten Essensangeboten nicht stigmatisierend sein.

---

1 Der GesellschaftsReport entstand unter Beteiligung des Ministeriums für Soziales, Gesundheit und Integration und des Ministeriums für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz.

- Zudem bedarf es einer regelmäßigen und umfassenden Erfassung von Ernährungsarmut, um differenzierte Aussagen über ihr Ausmaß sowie die Ursachen und Folgen ihrer unterschiedlichen Aspekte zu ermöglichen und die Effektivität von Maßnahmen zur Reduktion von Ernährungsarmut zu überprüfen.

## 1. Einleitung

Ernährung befriedigt zunächst das menschliche Grundbedürfnis nach der Aufnahme von Nährstoffen und Energie. Materielle Ernährungsarmut liegt dementsprechend vor, wenn Menschen ihren Nahrungsmittelbedarf quantitativ nicht decken und/oder die verfügbaren Lebensmittel nicht ernährungsphysiologischen und hygienischen Standards entsprechen (Biesalski 2021, Setznagel 2020, Feichtinger 1996). Ernährung ist zugleich aber auch eine soziale Handlung, die durch die Familie erlernt und die Gesellschaft beeinflusst wird (Brombach 2011). Sie erfüllt soziale, kulturelle, psychische, ökonomische und zeitliche Funktionen (Feichtinger 1996). Für Menschen, die sich nicht ausgewogen ernähren können, ist somit nicht nur ihre Gesundheit gefährdet (WBAE 2020). Auch ihre Möglichkeiten der sozialen Teilhabe an gemeinschaftlichen Zusammenkünften, die mit Mahlzeiten verbunden sind, können eingeschränkt sein (soziale Ernährungsarmut) (Feichtinger 1996).

Infolge des russischen Angriffskrieges gegen die Ukraine sind die Preise für Nahrungsmittel und alkoholfreie Getränke im Vergleich zum Vorjahr so stark gestiegen wie in keiner anderen Ausgabenkategorie. Im März 2023 kosteten in Baden-Württemberg Nahrungsmittel (sowie alkoholfreie Getränke) 21,5 % mehr als noch im März 2022.<sup>2</sup> Die Preise von Fleisch und Fleischwaren (18,2 %) sowie Fisch, Fischwaren und Meeresfrüchten (18,9 %) sind um knapp ein Fünftel gestiegen. Noch teurer sind Brot und Getreideerzeugnisse (25,1 %), Gemüse (27,8 %) sowie Molkereiprodukte und Eier (33,1 %) geworden<sup>3</sup>. Dabei zeigt eine Analyse der Einkommens- und Verbraucherstichprobe (EVS) für Baden-Württemberg, dass bereits im Jahr 2018 die unteren 10 % der Einkommensverteilung (unteres Dezil) den überwiegenden Teil ihres verfügbaren Budgets für Nahrungsmittel (14 %) und Wohnen (38 %) ausgaben; die oberen 10 % (oberes Dezil) nur 10 % für Nahrungsmittel und 24 % für Wohnen (Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration 2022)<sup>4</sup>. Dies verdeutlicht, dass Menschen mit niedrigem Einkommen wenig finanziellen Spielraum haben, um die anhaltende Verteuerung für Nahrungsmittel und weitere Güter des Grundbedarfs zu kompensieren. Zudem sparen sie in Reaktion auf finanzielle Notlagen mehr an ihrer Ernährung als andere Einkommensgruppen (Yildiz 2014). Damit dürfte Ernährungsarmut aktuell immer mehr Menschen in Baden-Württemberg betreffen, aber insbesondere Menschen mit geringem Einkommen und überschuldete Personen.

Vor diesem Hintergrund beleuchtet der GesellschaftsReport BW zunächst das Ausmaß von Ernährungsarmut in Baden-Württemberg und geht der Frage nach, inwiefern Einkommensarmut ein Ernährungsrisiko darstellt. Der Fokus des Reports liegt auf den Auswirkungen materieller Ernährungsarmut auf ernährungsbezogene soziale Teilhabe (soziale Ernährungsarmut) und Gesundheit. Somit können anhand des Reports potenzielle Stellschrauben sichtbar werden, um die Wirkungsketten zu unterbrechen. Beispiele guter Praxis zeigen, wie dies gelingen kann.

---

2 Siehe [https://www.statistik-bw.de/Service/Veroeff/Statistische\\_Berichte/411523003.pdf](https://www.statistik-bw.de/Service/Veroeff/Statistische_Berichte/411523003.pdf) Download vom 19.04.2022.

3 Die Preise für Obst sind im Vergleich dazu nur um 4,8 % gestiegen.

4 Siehe die Kurzanalyse 01/2022 des Ministeriums für Soziales, Integration und Gesundheit zum Thema „Anhaltende Teuerung der Lebensmittel- und Energiepreise: Wer ist besonders betroffen in Baden-Württemberg?“ unter: [https://www.gesellschaftsmonitoring-bw.de/wp-content/uploads/2022/12/Kurzanalyse-1\\_2022-Modul-Armut-Reichtum.pdf](https://www.gesellschaftsmonitoring-bw.de/wp-content/uploads/2022/12/Kurzanalyse-1_2022-Modul-Armut-Reichtum.pdf) Download vom 10.05.2023.

## 2. Ausmaß und Ursachen von Ernährungsarmut in Baden-Württemberg

Im Folgenden liegt der Fokus zunächst auf dem Ausmaß von Ernährungsarmut. Anschließend wird betrachtet, inwiefern Armut ein Ernährungsrisiko darstellt.

Inwiefern können Menschen in Baden-Württemberg ihren Bedarf an Energie und Nährstoffen nicht decken? Und inwiefern haben sie keinen Zugang zu Lebensmitteln, die ernährungsphysiologischen und hygienischen Standards entsprechen? Diese Fragen nach dem Ausmaß materieller Ernährungsarmut sind nur schwer zu beantworten, da eine regelmäßige und detaillierte Erfassung von materieller Ernährungsarmut in Baden-Württemberg als auch Deutschland insgesamt nicht vorliegt. Zudem erlauben die vorhandenen Daten es nicht, materielle Ernährungsarmut umfassend abzubilden (mit Blick auf zum Beispiel Zugang und Dauer des Zugangs zu Lebensmitteln, Qualität sowie Quantität der verfügbaren Lebensmittel) (O'Connor et al. 2016). Jedoch ist es mit den im Folgenden verwendeten Daten der Europäischen Gemeinschaftsstatistik über Einkommen und Lebensbedingungen (Mikrozensus, Unterstichprobe EU-SILC) möglich, die Frage nach dem Ausmaß materieller Ernährungsarmut in Baden-Württemberg bezüglich einzelner Aspekte näher zu betrachten.

So kann bei einer Verneinung der Aussage, dass eine Person sich „[j]eden zweiten Tag eine Mahlzeit mit Fleisch, Geflügel oder Fisch oder eine hochwertige vegetarische Mahlzeit“ finanziell leisten kann, davon ausgegangen werden, dass deren Zugang zu Nahrungsmitteln eingeschränkt ist (Mikrozensus, Unterstichprobe EU-SILC). 2021 konnte sich demnach ein Zehntel der Bevölkerung in Baden-Württemberg (10,1 %) und in Deutschland (10,5 %) nicht jeden zweiten Tag eine Mahlzeit mit Fleisch, Geflügel oder Fisch oder eine hochwertige vegetarische Mahlzeit leisten (*siehe Abbildung 1*), Mikrozensus, Unterstichprobe EU-SILC).

Sind einkommensarme Personen in Baden-Württemberg stärker von Ernährungsarmut betroffen als die Gesamtbevölkerung? Personen, deren Einkommen weniger als 60 % des Median-Nettoäquivalenzeinkommens beträgt, gelten als armutsgefährdet. 2021 traf dies nach Auswertungen des Mikrozensus auf 16,4 %<sup>5</sup> der Bürgerinnen und Bürger in Baden-Württemberg zu.<sup>6</sup> Nach Ergebnissen der EU-SILC 2021 war ein Viertel (25,4 %) der armutsgefährdeten Bevölkerung in Baden-Württemberg nach eigenen Angaben nicht dazu in der Lage, sich jeden zweiten Tag eine Mahlzeit mit Fleisch, Fisch und Geflügel oder eine hochwertige vegetarische Mahlzeit zu leisten (Mikrozensus, Unterstichprobe EU-SILC). Bundesweit waren 22,5 % der Armutsgefährdeten davon betroffen. Im Vergleich zur Gesamtbevölkerung sind Armutsgefährdete in Baden-Württemberg und Deutschland damit überdurchschnittlich häufig von Ernährungsarmut betroffen (*siehe Abbildung 1*).

---

5 Armutsgefährdung ist hier gemessen am Landesmedian, also auf Basis des mittleren Äquivalenzeinkommens von Baden-Württemberg.

6 Vergleiche auch Gesellschaftsmonitoring BW, <https://www.gesellschaftsmonitoring-bw.de/themenfelder/armut-und-reichtum/armut-armutsgefaehrdung/#toggle-id-2> Download vom 20.04.2023.

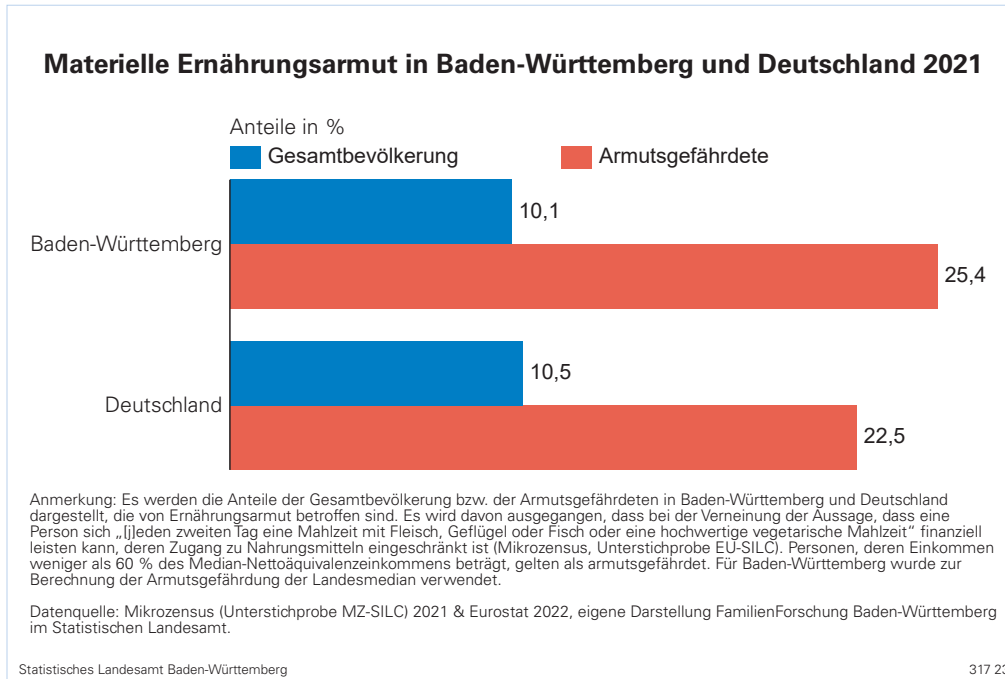


Abbildung 1:  
Materielle  
Ernährungsarmut in  
Baden-Württemberg und  
Deutschland 2021

Doch auch dann, wenn quantitativ der Nahrungsmittelbedarf abgedeckt wird, kann materielle Ernährungsarmut insofern vorliegen, dass die Ernährung nach den physiologischen und hygienischen Standards qualitativ nicht bedarfsdeckend ist (Setznagel 2020). Von Ernährungsarmut Betroffene verzichten mitunter auf gesundheitsfördernde Lebensmittel, wie zum Beispiel Obst und Gemüse, die im Vergleich zu nährstoffarmen und energiedichten Lebensmitteln teuer sind (Rücker 2022, Lewalter und Beermann 2021, Klärner et al. 2015). 2017 waren es in Baden-Württemberg den EU-SILC-Daten zufolge 10,1 % der Bevölkerung, die weniger als einmal pro Woche Obst oder Gemüse verzehrten (Mikrozensus, Unterstichprobe EU-SILC).

In einem relativ reichen Land wie Deutschland kann darüber hinaus nur in wenigen Fällen von einer faktischen Ernährungsunsicherheit gesprochen werden. Dennoch konnte laut der Welternährungsorganisation der Vereinten Nationen 2022 auch hierzulande bei 3,5 % der Bevölkerung von einer moderaten Ernährungsunsicherheit gesprochen werden (FAO 2022). Das bedeutet, dass diese Personen in den letzten 4 Wochen eine karitative Essensausgabe aufgesucht haben, in der letzten Woche hungrig waren und nicht gegessen haben oder nicht in der Lage waren, sich in der letzten Woche gesund zu ernähren (UN Global Food Insecurity Experience Scale).

Aussagen zum Ernährungsverhalten bei 11- bis 15-jährigen Jugendlichen lassen schließlich die bundesweiten Daten der Studie „Health Behaviour in School-aged Children“ 2017/2018 zu. Knapp ein Drittel der Jungen in Deutschland aßen mindestens einmal täglich Obst. Bei den Mädchen waren es 42,1 % (HBSC-Studienverbund Deutschland 2020a). Der Gemüsekonsum fiel 2017/2018 insgesamt bei Jugendlichen geringer als der Obstkonsum aus. Nur rund 30 % der Mädchen und ein Fünftel der Jungen konsumieren wenigstens einmal pro Tag Gemüse (HBSC-Studienverbund Deutschland 2020b).

Bezüglich des Ernährungsverhaltens von Kindern und Jugendlichen spielt ihr Frühstücksverhalten eine wichtige Rolle (Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren 2015). Das Ausfallen des Frühstücks kann die Entwicklung von Übergewicht und Adipositas verstärken

und sich unmittelbar auf die Aufmerksamkeit und Leistungen in der Schule auswirken (HBSC-Studienverbund Deutschland 2020c). Ein regelmäßiges Frühstück nahmen 2017/2018 bundesweit an Schultagen nur 51 % der Mädchen und 59 % der Jungen ein. In Familien mit niedrigem sozioökonomischem Status<sup>7</sup> frühstückten lediglich 39 % der Mädchen und 46 % der Jungen täglich. Insgesamt sank der Anteil der Jugendlichen, die an Schultagen frühstückten, mit zunehmendem Alter.

#### *Welche Faktoren beeinflussen materielle Ernährungsarmut?*

Weiter oben wurde gezeigt, dass Armutsgefährdete überdurchschnittlich von Ernährungsarmut betroffen sind. Die bisherigen Studien machen allerdings deutlich, dass Ernährungsarmut nicht allein auf Einkommensarmut zurückgeführt werden kann (O'Connor 2016). Um zu beurteilen, inwiefern Einkommensarmut in Baden-Württemberg ein Ernährungsrisiko darstellt, werden in den folgenden statistischen Auswertungen deshalb weitere in der wissenschaftlichen Forschung diskutierte potenzielle Gründe für Ernährungsarmut einbezogen. Dazu zählen: Geschlecht, Alter, Migrationshintergrund, Bildungsniveau, subjektiver Gesundheitszustand, die Quelle des überwiegenden Lebensunterhalts, das Vorhandensein eines PKW im Haushalt, der subjektive Gesundheitsstatus, Kinder im Haushalt (ja/nein) und Kinderreichtum (drei oder mehr Kinder im Haushalt).

Berücksichtigt man diese Einflussfaktoren, bekräftigt sich der Zusammenhang, dass Einkommensarmut zu einer höheren Wahrscheinlichkeit von Ernährungsarmut in Baden-Württemberg beiträgt (*siehe Abbildung 2*): Der Blick auf die statistisch signifikanten Effekte zeigt, dass das Risiko für Ernährungsarmut am stärksten durch Einkommensarmut bestimmt wird (Mikrozensus, Unterstichprobe EU-SILC). Dieses Ergebnis findet sich auch in bundesweiten Studien wieder (Lewalter und Beermann 2021, Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft [WBAE] 2020).

Die Resultate zeigen darüber hinaus aber auch, dass neben der Einkommensarmut auch andere Faktoren, die mit der finanziellen Lage der Personen in Zusammenhang stehen, zur Ernährungsarmut beitragen. So sind erstens Personen, die für ihren Lebensunterhalt überwiegend auf öffentliche Transferleistungen angewiesen sind, überdurchschnittlich von Ernährungsarmut betroffen (30,1 %) (Mikrozensus, Unterstichprobe EU-SILC). Sie haben eine höhere Wahrscheinlichkeit, dass sie sich nicht jeden zweiten Tag eine angemessene Mahlzeit leisten können, als Personen, die ihr Leben auf Basis eines Erwerbseinkommens bestreiten (*siehe Infobox 1*) (Mikrozensus, Unterstichprobe EU-SILC). Deutschlandweite Studien kommen ebenfalls zu dem Ergebnis, dass Empfängerinnen und Empfänger von sozialen Mindestleistungen überproportional von Ernährungsarmut betroffen sind (Pfeiffer et al. 2011, Christoph 2008). Qualitative Befragungen zeigen, dass Haushalte, die Arbeitslosengeld II beziehen, in Deutschland vor allem am Monatsende von Ernährungsarmut betroffen sind (Ritter et al. 2016, Pfeiffer et al. 2011).

---

7 In der zugrundeliegenden Studie wird der sozioökonomische Status der Schülerinnen und Schüler anhand des Schultyps sowie des Wohlstands ihrer Familie gemessen. Der familiäre Wohlstand wird anhand eines Index gemessen (Family Affluence Scale, FAS), der erfasst, ob das Kind über ein eigenes Zimmer verfügt, im Haushalt Badezimmer, Geschirrspülmaschine, Computer und Auto(s) verfügbar sind und die Anzahl der Familienurlaube (HBSC-Studienverbund 2020d).



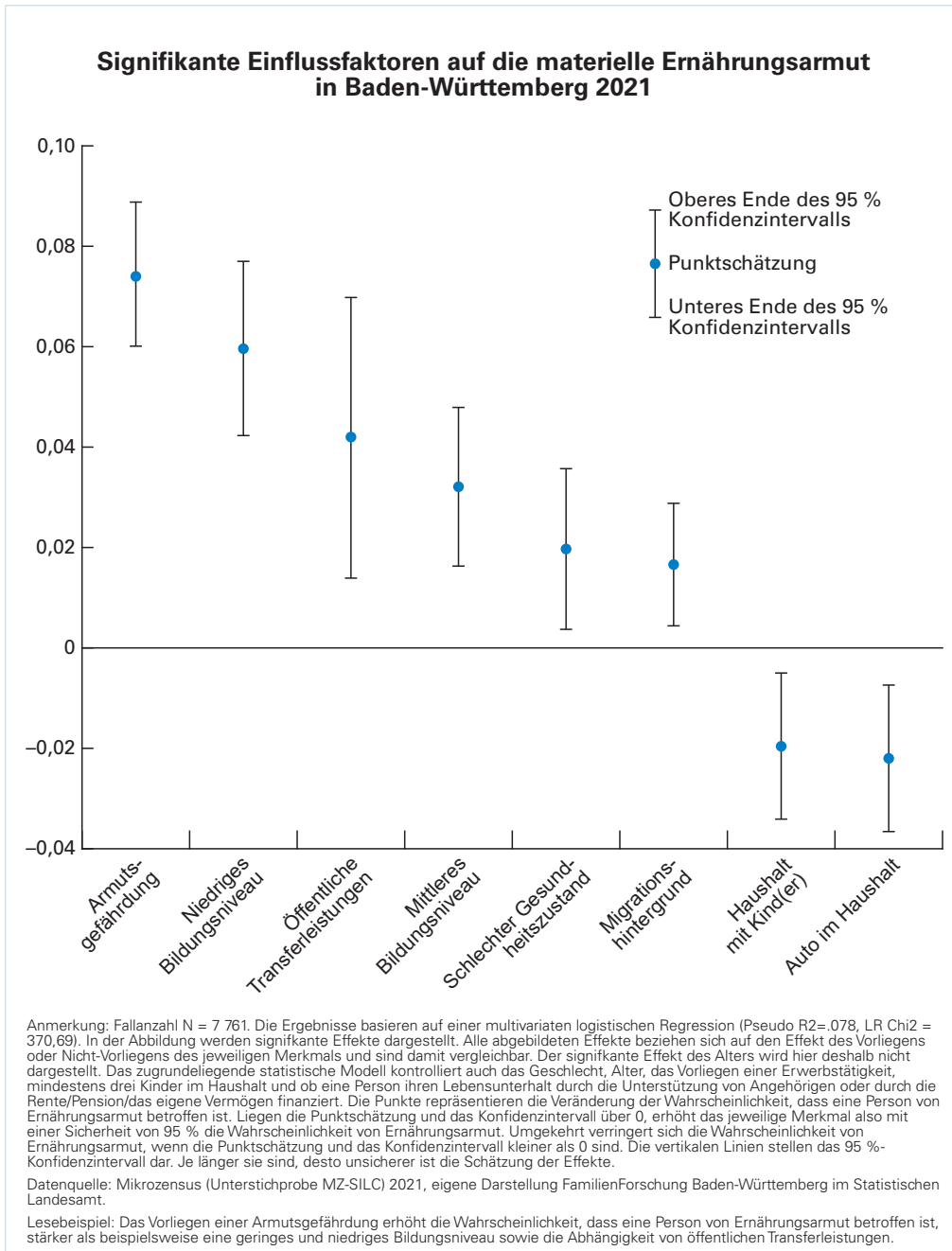


Abbildung 2:  
Signifikante Einflussfaktoren  
auf die materielle  
Ernährungsarmut in Baden-  
Württemberg 2021

Zweitens weist die Forschungsliteratur daraufhin, dass das Fehlen von Mobilitätsressourcen den Zugang zu Lebensmitteln einschränken kann. So kann dadurch das Erreichen von Lebensmittelgeschäften in den Stadtrandgebieten, die qualitativ hochwertige, aber preislich erschwingliche Nahrungsmittel anbieten, erschwert werden (Lewalter und Beermann 2021, Dowler und O’Connor 2012). Die EU-SILC-Daten für Baden-Württemberg bestätigen, dass das Fehlen eines PKW im Haushalt neben der Armutsgefährdung einen eigenständigen Effekt auf Ernährungsarmut hat. Personen, die keinen PKW im Haushalt zur Verfügung haben, haben ein höheres Risiko, von Ernährungsarmut betroffen zu sein.

Gleichzeitig zeigen die Ergebnisse, dass Ernährungsarmut nicht nur aus finanziellen Einschränkungen und materiellen Ressourcen resultiert. Mit der Höhe des Bildungsgrades und zunehmend besserer Gesundheit sinkt auch das Risiko von materieller Ernährungsarmut (Mikrozensus, Unter-





## **Sozialleistungen und Ernährung: Wie viel kostet eine gesunde Ernährung und inwiefern sind diese Kosten in den Sozialleistungen berücksichtigt?**

Gesundheitsfördernde Ernährungsmuster weisen einen hohen Anteil an frischem Gemüse, nicht verarbeiteten Nahrungsmitteln und einen reduzierten Anteil an Zucker auf (Kabisch et al. 2021).<sup>1</sup> Die Kosten dafür fallen höher aus als für eine durchschnittliche Ernährung (Kabisch et al. 2021, Thiele 2014, Rao et al. 2013). Gerade Obst, Gemüse, Salate und Fleischprodukte fallen ins Gewicht (Kabisch et al. 2021). Mit Ausnahme einer vegetarischen Ernährung, sind gesundheitsfördernde Ernährungsmuster mit 20 % bis 60 % Mehrausgaben für einen Haushalt mit zwei Erwachsenen und zwei Kindern verbunden als die durchschnittliche Ernährung (Kabisch et al. 2021).

Die Kosten für eine gesunde Ernährung werden in den Sozialleistungen kaum berücksichtigt, wie bundesweite Studien zeigen (Kabisch et al. 2021, WBAE 2020, Thiele 2014). Sowohl für das Arbeitslosengeld II (ALG II; bis Dezember 2022) als auch für das seit Januar 2023 geltende Bürgergeld, wird die Höhe des Regelsatzes auf der Basis der durchschnittlichen Konsumausgaben der unteren 20 % der Einkommensverteilung der Haushalte berechnet (LPB 2023). Seit dem ersten Januar 2023 ersetzt das Bürgergeld das Arbeitslosengeld II. Für Nahrung und alkoholfreie Getränke sind für eine erwachsene Person 174,19 Euro pro Monat vorgesehen (ebd.), das entspricht 5,81 Euro pro Tag. Für Kinder sind die Tagessätze gestaffelt nach ihrem Alter. Nach den Berechnungen von Kabisch et al. (2021) liegen die monatlichen Kosten für die günstigste gesunde Ernährungsweise (vegetarisch) für einen erwachsenen Mann bei 195,49 Euro und für eine Frau bei 152,05 Euro. Für eine Paarfamilie mit zwei Kindern variieren die monatlichen Kosten einer gesunden Ernährung abhängig von der konkreten Ernährungsweise zwischen 652 Euro (vegetarische Ernährung) und 1 121 Euro (Ernährung mit hohem Fettgehalt, moderaten Anteil von Kohlenhydrat und Fleisch). Biesalski (2021) folgert auf Basis von Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, dass auf Basis der ALG II Regelsätze die Kosten für eine gesunde Ernährung für Kinder nicht decken.

Auch für das Bürgergeld, das eine Erhöhung des Regelsatzes um 53 Euro beinhaltet (LPB 2023), wird erwartet, dass es nicht für eine gesunde Ernährung ausreicht (Grabka und Schupp 2022). Erstens basiert es auf der gleichen Berechnungsgrundlage (siehe oben). Zweitens sind die Lebensmittelkosten inflationsbedingt infolge des russischen Angriffskriegs auf die Ukraine stark gestiegen. Die Finanzierung der Mehraufwendungen für ein kostenloses Mittagessen in Kindertagesstätten, Kindertagespflege und Schule, die mit dem Bildungspaket eingeführt wurde, trägt zu einer besseren Versorgung betroffener Kinder und Jugendlichen bei. Allerdings zeigen Hohoff et al. (2022), dass auch bei Berücksichtigung eines kostenlosen Essens an Kindertagesstätten und Schulen, eine gesunde Ernährung von Kindern ab 10 Jahren für ALG II-Empfängerinnen und Empfänger nicht mehr finanzierbar ist (siehe auch Kersting und Clausen 2007).

<sup>1</sup> Beratungsstellen der Liga der freien Wohlfahrtspflege gem. § 305 InsO. Ohne Anspruch auf Vollständigkeit.

stichprobe EU-SILC). Darüber hinaus zeigen Studien, dass Kenntnisse über Ernährung, Gesundheitskompetenz sowie das individuelle Gesundheitsbewusstsein für das Ernährungsverhalten von Bedeutung sind und damit, inwiefern dieses bedarfsdeckend ist (Setznagel 2020, WBAE 2020,

O'Connor et al. 2016). Haushalte mit Kindern haben ein geringeres Ernährungsarmutsrisiko als Haushalte ohne Kinder (Mikrozensus, Unterstichprobe EU-SILC). Bisherige Studien weisen darauf hin, dass Alleinstehende und Alleinerziehende häufiger von materieller Ernährungsarmut betroffen sind (Lewalter und Beermann 2021).<sup>8</sup>

In Baden-Württemberg gibt es unterschiedliche Maßnahmen und Projekte zur Reduktion von Ernährungsarmut. Wie betroffene Familien unterstützt werden können, wird anhand des folgenden Praxisbeispiels verdeutlicht.

### **Praxisbeispiel: Kochkurse im Präventionsnetzwerk gegen Kinderarmut in Schorndorf**

*Das Präventionsnetzwerk in Schorndorf bietet mit seinen Kochkursen „Günstig und doch gesund“ ein niedrighschwelliges und zugleich effektvolles Angebot für Familien, die auf ihr Haushaltsbudget achten müssen. Der Kochkurs berücksichtigt die unterschiedlichen Ernährungsbedarfe von Kindern und Jugendlichen und ist in drei Altersklassen unterteilt (Familien mit Kindern zwischen 2 bis 5 Jahren bzw. 6 bis 12 Jahren sowie Familien mit Jugendlichen ab 12 Jahren). Den Familien und ihren Kindern wird in zwei bis drei Terminen gezeigt, wie sie mit wenig Geld leckere und zugleich gesunde Mahlzeiten zubereiten können. Alle Familien erhalten kleine Geschenke, wie ein Rezeptbuch, Brot- und Gemüseboxen oder Bambusschneidebretter. Eine Besonderheit des Kurses ist die Teilnahme von Vertreterinnen und Vertretern beispielsweise des Jobcenters oder der Frühen Hilfen (unter anderem auch ProFamilia). Auf diese Weise werden ganz nebenbei Einzelgespräche und somit eine individuelle Beratung und Förderung möglich. Die Kochkurse finden im örtlichen Familienzentrum oder aber auch in der Freiluftküche des Stadtparks statt. Die Bewerbung des Angebots erfolgt über Flyer und Plakate in Kindertagesstätten, Schulen und dem öffentlichen Raum oder auch über die direkte Ansprache. Das Angebot wird von Ehrenamtlichen vorbereitet und durchgeführt. Eine Kinderbetreuung wird angeboten. Besonders erfreulich ist, dass auch Eltern mit Armutserfahrung als Ehrenamtliche für den Kurs gewonnen werden konnten. Aus Sicht der Verantwortlichen trugen bisher folgende Faktoren zum Erfolg des Kurses und zur nachhaltigen positiven Wirkung auf Familien mit Armutserfahrung bei:*

- *Erstens hat es sich bewährt, den Familien einfache Rezepte und Tipps für gesunde Ernährung zu vermitteln, die sie in ihren Alltag integrieren können (zum Beispiel Kindern aufgeschnittenes Obst anbieten).*
- *Zweitens helfen die informelle Atmosphäre und der direkte Kontakt zu Ansprechpersonen von Jobcenter und Frühen Hilfen, Hemmschwellen ab- und Vertrauen aufzubauen. So gewinnen Familien und Jugendliche das Zutrauen, sich auch im Bedarfsfall Unterstützung zu suchen sowie ihre Verwandten und Bekannten auf Angebote und Hilfen aufmerksam zu machen.*

*Das Jobcenter hat infolge der Kurse auch selbst eine Initiative gestartet, um aktiv Familien darüber zu informieren, welche Hilfen (beispielsweise kostenloses Mittagessen an Kinderbetreuungseinrichtungen und Schulen) sie beantragen können.*

---

<sup>8</sup> Aufgrund der geringen Fallanzahl können Alleinerziehende anhand der EU-SILC-Daten nicht separat betrachtet werden.

### 3. Auswirkungen von Ernährungsarmut

Hat man wenig Einkommen, kann man eine gesunde Ernährung über eine kürzere Zeitstrecke eventuell auch über finanzielle Rücklagen, soziale Netzwerke und eine effiziente Verwendung vorhandener Ressourcen sicherstellen (WBAE 2020). Langfristig aber fehlen einkommensarmen Personen diese Möglichkeiten.

Liegt Ernährungsarmut vor, ist es von besonderem Interesse, welche Strategien Betroffene entwickeln, um mit ihrer Situation umzugehen. Wissenschaftliche Studien identifizieren fünf unterschiedliche Bewältigungsstrategien materieller Ernährungsarmut (Pfeiffer et al. 2011):

(1) Reduktion der Mahlzeiten und der Nahrungsmiteleinäufe oder Verzicht auf persönlich präferierte Lebensmittel bis hin zu ganzen Mahlzeiten (Setznagel 2020, O'Connor et al. 2016): Eltern, die auf diese Weise mit ihrer Situation umgehen, versuchen häufig ihre Kinder möglichst gesund zu ernähren und stellen ihre eigene Ernährung hinten an (Feichtinger 1996).

(2) Verringerung des Konsums qualitativ hochwertiger Lebensmittel, um mit finanziellen Einschränkungen umzugehen.

(3) Aneignung von Kenntnissen zur ressourceneffizienten Zubereitung von Mahlzeiten und Ernährung.

(4) Inanspruchnahme der Hilfe von Verwandten und Bekannten (soziales Netzwerk).

(5) Inanspruchnahme vorhandener Hilfsangebote.

Gerade die Reduktion des Umfangs der Mahlzeiten und der Qualität der Lebensmittel zur Bewältigung materieller Ernährungsarmut führen häufig dazu, dass die Menschen sich einseitiger ernähren (WBAE 2020). Sie konsumieren häufiger schnell satt machende und günstige Nahrungsmittel und verzehren seltener qualitativ hochwertige und gesundheitsfördernde Lebensmittel, die weniger schnell sättigend sind (WBAE 2020, Klärner et al. 2015, Yildiz 2014). Hintergrund dieser Bewältigungsstrategie ist, dass es einfacher ist, bei den Ernährungsausgaben zu sparen als bei fixen Ausgaben (zum Beispiel Miete), um anderen Bedürfnissen (soziale Anerkennung, kulturelle Teilhabe usw.) gerecht werden zu können (Klärner et al. 2015). Nach einer deutschlandweiten Auswertung der EU-SILC-Daten von 2016 verzichteten 9 % der unteren 10 % der Einkommensverteilung auf frisches Obst und Gemüse und 31 % von ihnen kauften weniger oder billigeres Fleisch, da sie das Geld anderweitig benötigten (Eurofound 2017).

Die Reduktion der Quantität und Qualität der Ernährung können erhebliche soziale und gesundheitliche Auswirkungen auf die betroffenen Menschen haben, was im Folgenden näher betrachtet wird.

### *Ernährungsarmut und ernährungsbezogene soziale Teilhabe*

Ernährungsarmut hat neben einer materiellen auch eine soziale Dimension (Lewalter und Beer-  
mann 2021, Feichtinger 1996): Ernährung trägt zur Sozialisation bei, ist identitätsstiftend und  
fördert soziale Bindungen (WBAE 2023, Pfeiffer 2009). Essen und die Art und Weise, wie wir  
uns ernähren ist deshalb auch ein grundlegender Mechanismus sozialer Teilhabe (Pfeiffer 2009).  
Unter sozialer Ernährungsarmut versteht man, dass Betroffenen die Teilhabe an gemeinschaftli-  
chen Zusammenkünften, die mit Mahlzeiten verbunden sind (beispielsweise Restaurantbesuche,  
andere Menschen zum Essen einzuladen etc.), nicht oder nur eingeschränkt möglich ist (WBAE  
2023, 2020, Biesalski 2021, Feichtinger 1996). Gemeinsame Mahlzeiten tragen dabei auch zum  
psychischen Wohlbefinden der Beteiligten bei (WBAE 2023).

Eine differenzierte Erfassung ernährungsbezogener sozialer Teilhabe ist auf Basis der vorhande-  
nen Daten nicht möglich. Aufgrund dessen lässt sich das genaue Ausmaß sozialer Ernährungs-  
armut in Baden-Württemberg, wie auch in Deutschland, nicht bestimmen. Jedoch ist die Erfassung  
einzelner Aspekte sozialer Ernährungsarmut möglich. So bedeutet nach Setznagel (2020) soziale  
Ernährungsarmut für die meisten Betroffenen, dass sie nicht auswärts, also zum Beispiel in einem  
Restaurant, essen gehen können. Diese Einschränkung nehmen sie auch als besonders negativ  
wahr (Yildiz 2014). Die Möglichkeit, auswärts zu essen, wird deshalb in der Forschung als ein Indi-  
kator ernährungsbezogener Teilhabe verwendet (Setznagel 2020, Pfeiffer et al. 2015, Ritter et al.  
2016). Die Auswertung des Sozioökonomischen Panels 2019 (SOEP) bestätigt, dass Armutsge-  
fährdung in Baden-Württemberg die Wahrscheinlichkeit, auswärts essen zu gehen, verringert.<sup>9</sup>

Anhand der EU-SILC-Daten von 2021 kann des Weiteren als Indikator für ernährungsbezo-  
gene soziale Teilhabe betrachtet werden, inwiefern Personen sich mit Freunden und Verwand-  
ten zu gemeinsamen Mahlzeiten treffen. 2021 verneinte ein Drittel (33,2 %) der Bevölkerung in  
Baden-Württemberg die Aussage „Ich treffe mich wenigstens einmal im Monat mit Freundinnen  
und Freunden oder Verwandten, um gemeinsam etwas zu trinken oder zu essen“. Das bedeu-  
tet nicht, dass damit auch ein Drittel der Bevölkerung von sozialer Ernährungsarmut betroffen ist.  
Menschen können oder wollen aufgrund unterschiedlicher Gründe sich nicht mit Freundinnen und  
Freunden oder Verwandten gemeinsam etwas essen oder trinken.<sup>10</sup> Aufgrund dessen wird im Fol-  
genden unter Berücksichtigung weiterer Einflussfaktoren betrachtet, inwiefern materielle Ernäh-  
rungsarmut dazu führt, dass Personen in ihrer sozialen Teilhabe eingeschränkt sind.

Die Ergebnisse zeigen, dass das Vorliegen materieller Ernährungsarmut die Wahrscheinlichkeit,  
sich nicht mindestens einmal pro Monat mit anderen zum Essen oder Trinken zu treffen, am  
stärksten verringert (*siehe Abbildung 3*). Ebenso erhöht das Vorliegen einer Armutsgefährdung die  
Wahrscheinlichkeit, sich nicht wenigstens einmal im Monat mit Freundinnen und Freunden oder  
Verwandten zu treffen, um gemeinsam etwas zu essen oder zu trinken.

---

9 Dabei wurde unter anderen kontrolliert, inwiefern sich die Befragten allgemein mit Freundinnen und Freunden,  
Bekanntem und Nachbarinnen und Nachbarn treffen.

10 Aufgrund geringer Fallanzahlen kann anhand der EU-SILC-Daten von 2021 nicht differenziert werden, ob die  
Befragten aus finanziellen oder anderen Gründen nicht mit Freundinnen und Freunden oder Verwandten gemein-  
sam etwas essen oder trinken.

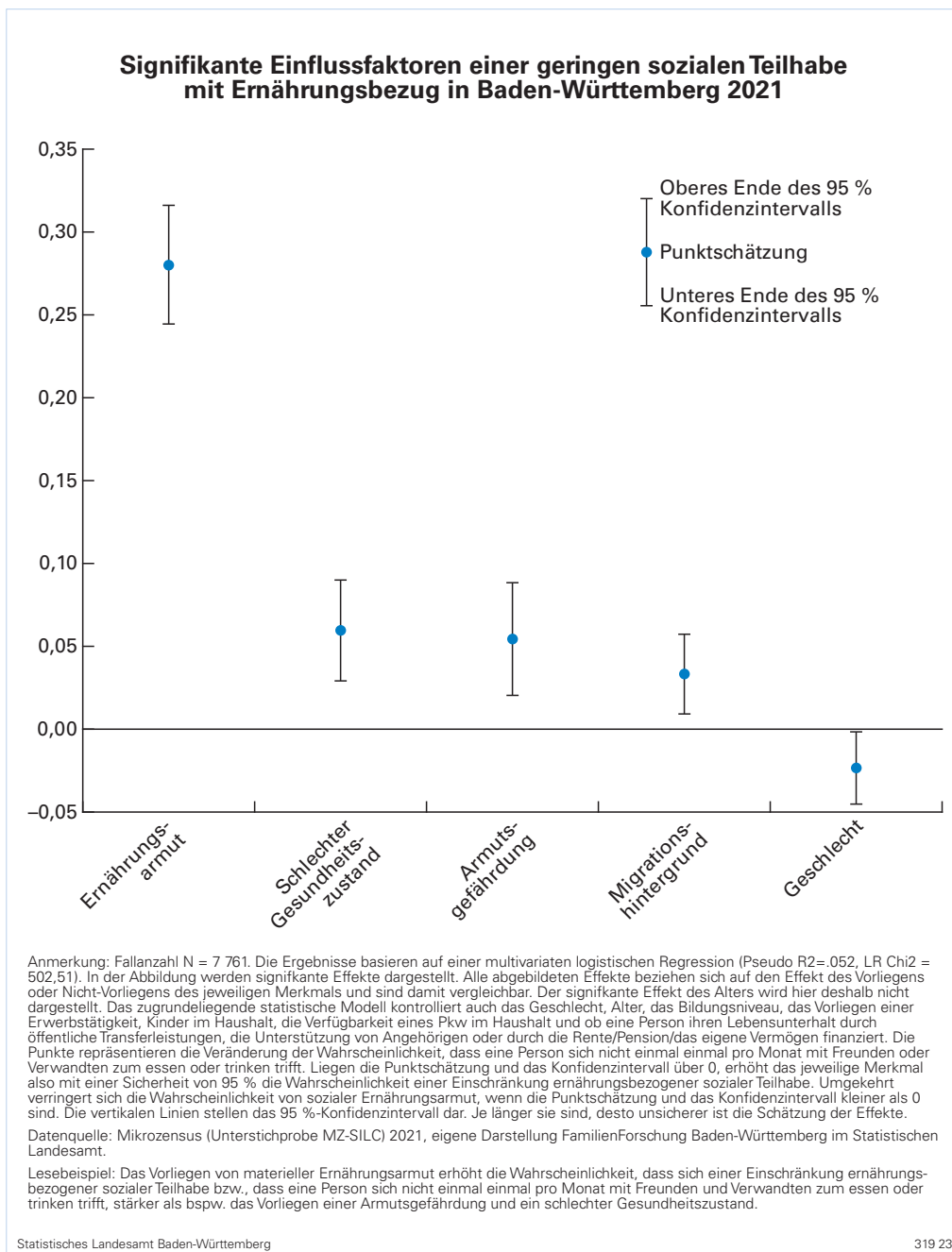


Abbildung 3: Signifikante Einflussfaktoren einer geringen sozialen Teilhabe mit Ernährungsbezug in Baden-Württemberg 2021

Insgesamt schränken materielle Ernährungsarmut und Armutsgefährdung auch die ernährungsbezogene soziale Teilhabe ein. Daneben sind auch weitere Personenmerkmale entscheidend dafür, ob sich Personen regelmäßig mit Freunden oder Verwandten zum gemeinsamen Essen treffen oder nicht (*siehe Abbildung 3*). Gesundheitliche Beeinträchtigungen können die Möglichkeit ernährungsbezogener soziale Teilhabe für Betroffene einschränken (Mattukat und Thyrolf 2014).

Studien weisen darauf hin, dass sich Frauen und Männer in ihrem Ernährungsverhalten sowie ihren Einstellungen zu Ernährung unterscheiden (Setzwein 2004). Nach Setznagel (2020) könnte dies daran liegen, dass Frauen im Vergleich zu Männern den Gemeinschaftsaspekt von Ernährung stärker präferieren (Setznagel 2020). So haben Frauen eine etwas höhere Wahrscheinlichkeit als Männer, sich mindestens einmal im Monat mit Freundinnen, Freunden oder Verwandten zu treffen, um gemeinsam etwas zu essen oder zu trinken (Mikrozensus, Unterstichprobe EU-SILC).

### *Ernährungsarmut und Gesundheitszustand*

Die Ernährung ist eine der wichtigsten Determinanten von physischer und psychischer Gesundheit (WBAE 2020, Li et al. 2018). Materielle und soziale Ernährungsarmut können damit zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen, die ernährungsbedingt oder zumindest mit ernährungsbedingt sind, beitragen (WBAE 2020).

Ernährungsarmut kann für Betroffene erstens dadurch zu gesundheitlichen Problemen führen, weil sie Gesundheitsausgaben reduzieren, um ihre Ernährung sicherzustellen (Maynard et al. 2018). Materielle Ernährungsarmut schränkt zweitens die Möglichkeit Betroffener ein, sich gesundheitsfördernd zu ernähren. Forschungsergebnisse zeigen, dass die Kosten von Lebensmitteln einer der wichtigsten Gründe für die Kaufentscheidung für Betroffene sind (Darmon und Drewnowski 2015). Einkommensarme nennen explizit finanzielle Einschränkungen, warum sie sich nicht gesünder ernähren und auf Obst und Gemüse verzichten (Darmon und Drewnowski 2015). Sie greifen anstatt dessen verstärkt auf billige Nahrungsmittel mit einem hohen Energiegehalt und einem hohen Anteil von Zucker und Salz zurück (Setznagel 2020, O'Connor et al. 2016, Cook und Frank 2008). Diese Bewältigungsstrategie kann über eine Mangelernährung und damit einhergehend fehlenden Nährstoffen zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen (Darmon und Drewnowski 2015). Für sozioökonomisch benachteiligte Menschen wurde entsprechend gezeigt, dass sie wenig Kohlenhydrate und Vitamine – insbesondere Vitamin D, E, Eisen, Folsäure und Jod – zu sich nehmen und gleichzeitig zu viel Energie, gesättigte Fettsäuren und Cholesterin verzehren (Setznagel 2020, Biesalski 2013).

Typische Symptome von Mangelernährung, die nur bei einem langfristigen schweren Mangel an Nährstoffen auftreten, sind in Deutschland eher selten (Biesalski 2021, 2013). Die Unterversorgung mit Nährstoffen führt zunächst bei den Betroffenen zu unspezifischen und diffusen Symptomen („hidden hunger“) (Biesalski 2021). Sie kann aber langfristig diverse Krankheiten (mit-) verursachen: Schwächung des Immunsystems, Bluthochdruck, Stoffwechselerkrankungen und Herz-Kreislauf-Krankheiten (WBAE 2020, Gundersen und Ziliak 2015, Biesalski 2013). Darüber hinaus kann die einseitige Ernährung von Lebensmitteln mit einem hohen Energie-, Zucker- und Fettgehalt zu weiteren Gesundheitsfolgen, wie Diabetes, Übergewicht und Adipositas, beitragen (Brown et al. 2019). Adipositas wiederum erhöht das Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko sowie die Wahrscheinlichkeit von Bluthochdruck, Diabetes und Krebs (WBAE 2020).

Materielle Ernährungsarmut beeinträchtigt die Gesundheit aller Altersgruppen (Cook und Frank 2008). Allerdings variieren die Folgen mit dem Alter. Bei unter 3-jährigen Kindern kann bereits ein kurzfristiger Nährstoffmangel und/oder eine Unterernährung zu langfristigen Beeinträchtigungen ihrer Entwicklung führen (Chilton et al. 2007). Das Fehlen von Nährstoffen beeinträchtigt sowohl die körperliche Entwicklung (Wachstumsverzögerung, Beeinträchtigung des Immunsystems, Übergewicht, Adipositas und Unterversorgung mit Mikronährstoffen) als auch die kognitive Entwicklung (Beeinträchtigung der kognitiven Leistungen und des Gehirns, Sprach- und Sprechstörungen) der Kleinkinder (Hoebel et al. 2022, Biesalski 2021, Lewalter und Beermann 2021, Cook und Frank 2008). Sozioökonomisch benachteiligte Kinder sind doppelt betroffen: Sie sind überdurchschnittlich übergewichtig bzw. adipös und leiden unter einem Nährstoffmangel (Hoebel et al. 2022, Biesalski 2021). Die physischen und kognitiven Beeinträchtigungen sind zum Teil irre-



versibel und können langfristig auch den Bildungsweg der betroffenen Kinder beeinträchtigen (Chilton et al. 2007).

Jugendliche haben im Vergleich zu Erwachsenen einen höheren Energiebedarf (Kersting und Clausen 2007). Mit dem Alter sinkt der Energiebedarf, bei annähernd gleichbleibendem Nährstoffbedarf (WBAE 2020). Aufgrund dessen steigt bei älteren Menschen das Risiko, dass eine unzureichende Qualität der Lebensmittel zu Mangelernährung führt (WBAE 2020). Bei ernährungsarmen älteren Menschen wird dementsprechend ein schlechterer allgemeiner Gesundheitszustand als bei ernährungsarmen Erwachsenen festgestellt (Gundersen und Ziliak 2015). Im internationalen Vergleich wird die durchschnittliche Lebenserwartung bei der Geburt als Indikator für die Gesundheit in einem Land herangezogen. Die durchschnittliche Lebenserwartung von Mädchen lag 2021 in Deutschland bei 83,3 Jahren und von Jungen bei 80,8 Jahren (Eurostat 2023).<sup>11</sup> Dass Deutschland eine geringere durchschnittliche Lebenserwartung als beispielsweise Frankreich (Mädchen: 85,5 Jahre, Jungen, 82,4) und Spanien (Mädchen: 86,2, Jungen: 83,3) aufweist, wird mitunter auf unterschiedliche Ernährungsmuster (geringerer Obst- und Gemüsekonsum) zurückgeführt (Eurostat 2023, WBAE 2020). Ernährungsarmut kann, wie auch Armut allgemein, die Lebenserwartung stark verkürzen (WBAE 2020, Asseln 2018).

Ernährung ist auch wichtig für das psychische Wohlbefinden (Setznagel 2020). Die Einschränkung der Teilhabe an sozialen Aspekten der Ernährung (soziale Ernährungsarmut) kann mit sozialer Ausgrenzung bis hin zu sozialer Isolation verbunden sein (Setznagel 2020, WBAE 2020). Diese Folgen können wiederum zu psychischen Problemen, wie einem geringeren Selbstwertgefühl, Essstörungen, Depressionen sowie bei Kindern auch Verhaltensauffälligkeiten führen (Setznagel 2020, Maynard et al. 2018, Gundersen und Ziliak 2015). Schließlich können die psychischen Belastungen die physische Gesundheit ernährungsarmer Menschen beeinträchtigen (WBAE 2020).

Die EU-SILC Daten von 2021 bestätigen einen Zusammenhang zwischen Ernährungsarmut und dem subjektiven Gesundheitszustand in Baden-Württemberg. Von materieller Ernährungsarmut betroffene Personen beschreiben ihren Gesundheitszustand häufiger als schlechter.<sup>12</sup> Einkommensarme Personen mit einem Haushaltsnettoeinkommen, das weniger als 60 % des mittleren Nettoäquivalenzeinkommens beträgt, gaben ebenfalls mit einer höheren Wahrscheinlichkeit einen schlechten Gesundheitszustand an als Besserverdienende.

Insgesamt gehen Einkommensarmut und Ernährungsarmut nicht notwendigerweise mit einer schlechteren Gesundheit einher. Abhängig von der Bewältigungsstrategie können erhebliche Gesundheitsauswirkungen entstehen. Armut erschwert eine gesunde Ernährung (WBAE 2023). (Ernährungs-)Bildung kann über Fertigkeiten und Kenntnisse zu einer gesundheitsfördernden Ernährung beitragen (Darmon und Drewnowski 2015, Brombach 2011). Schließlich unterschei-

---

11 In Baden-Württemberg hatten Mädchen Jahren 2018 bis 2020 bei ihrer Geburt eine durchschnittliche Lebenserwartung von 84,2 Jahre und Jungen eine durchschnittliche Lebenserwartung von 79,9 Jahren. Siehe: Gesellschaftsmonitoring Baden-Württemberg. Durchschnittliche Lebenserwartung Neugeborener. URL: <https://www.gesellschaftsmonitoring-bw.de/themenfelder/demografie/bevoelkerungsstand/#toggle-id-7> Download vom 03.05.2023.

12 Die Analyse basiert auf dem Fragebogen-Item „Wie ist Ihr Gesundheitszustand im Allgemeinen?“ Die Befragten konnten angeben: sehr gut, gut, mittelmäßig, schlecht oder sehr schlecht. Aufgrund der Fallanzahl wird das Vorliegen oder Nicht-Vorliegen eines (sehr) schlechten Gesundheitszustand analysiert.





den sich Frauen und Männer in ihrem gesundheitsrelevanten Ernährungsverhalten (Brombach 2011). Frauen ernähren sich gesundheitsorientierter und konsumieren mehr Obst, Gemüse, Milchprodukte, Vollkorn- und Diätlebensmittel (Mensink et al. 2017, Brombach 2011). Männer konsumieren dagegen häufiger Fleisch und Alkohol (Brombach 2011).

## **Exkurs: Interview mit einer von Ernährungsarmut betroffenen Person**

Von Ernährungsarmut betroffene Personen gehen unterschiedlich mit ihrer Situation um. Das folgende Interview mit einer betroffenen Person verdeutlicht die Negativspirale zwischen zu wenig Einkommen und den Schwierigkeiten, sich gesund zu ernähren.

### **Was bedeutet Ihre finanzielle Situation für Ihre Ernährung?**

*Ich denke, es ist für Alleinerziehende bestimmt schwieriger als für mich als alleinlebende Person. Ich bin als Alleinstehender in keiner Notsituation und komme zurecht. Aber ich bin schon sehr eingeschränkt in meiner eigenen Ernährung. Das betrifft insbesondere die Menge der Lebensmittel, die ich zur Verfügung habe. Ich kaufe weniger als ich eigentlich gerne würde. Bestimmte Sachen kann ich halt nicht so häufig kaufen. Auch ist finanziell nicht alles, was man gerne hätte, möglich. Ich merke schon die angezogenen Preise im Supermarkt. Ich achte auf Angebote, aber aufgrund meiner finanziellen Situation muss ich immer wieder auf Nahrungsmittel, die ich gerne kaufen würde, komplett verzichten. Ich versuche mich möglichst gesund zu ernähren. Aber hier musste ich mich auch schon vor dem Anstieg der Preise einschränken. So greife ich auf billigere Lebensmittel zurück und kaufe zum Beispiel weniger Mandarinen als ich gerne würde. Am Monatsende ist generell weniger möglich.*

### **Wie versuchen Sie trotz Ihrer Armutssituation Ihre Ernährung sicherzustellen und wie gehen Sie mit den aktuellen Preissteigerungen um?**

*Die Arbeit bei der Tafel und die Möglichkeit bei der Tafel einzukaufen, hilft mir hier sehr viel, mit meiner finanziellen Lage zurechtzukommen. Ich könnte mir ohne das Angebot der Tafel nicht vorstellen, wie es gehen sollte. Es wäre für mich nicht möglich. Zusätzlich achte ich auf Angebote in den Supermärkten.*

*Der Anstieg der Preise hat dazu geführt, dass ich mich noch mehr einschränken muss und noch mehr auf Angebote achten muss. Leider muss ich aufgrund der Inflation auch häufig auf gesunde Lebensmittel, wie beispielsweise Gemüse, verzichten. Ich sehe auch bei unseren Kunden in der Tafel, dass sie aufgrund der aktuellen Situation auf Lebensmittel verzichten. Der Krieg in der Ukraine und die Inflation haben dazu geführt, dass viel mehr Kunden kommen. Dabei sind auch Kunden wieder zu uns zurückgekommen, die eine Zeitlang nicht mehr auf die Tafel angewiesen waren.*

### **Welche Folgen haben die Einschränkungen, die Sie bei der Ernährung erleben, für ihre soziale Teilhabe?**

*Ich muss auf Freizeitaktivitäten weitgehend verzichten, um mit meinen finanziellen Mitteln zurechtzukommen. Mit anderen gemeinsam auswärts essen zu gehen, ist ausgeschlossen. Durch meine*

*Mitarbeit in der Tafel habe ich den Austausch mit meinen Kolleginnen und Kollegen. Wir treffen uns auch manchmal am Wochenende und setzen uns zusammen. Es ist ein guter Zusammenhalt. Ich habe hier mein soziales Umfeld und kann mich bei Schwierigkeiten an meine Freunde und Kollegen wenden. Ich habe auch den Kontakt zu den Kundinnen und Kunden. Ohne diese sozialen Kontakte, denke ich, wäre es sehr schlimm. Ich hätte kein soziales Umfeld mehr. Viele unserer Kunden sind davon betroffen und fragen uns, ob sie auch bei uns mitarbeiten können. Die Mitarbeit in der Tafel gibt Halt, es hilft unseren Kunden und ist ökologisch sinnvoll. Ich habe schon erlebt, dass Kunden und ehemalige Kollegen, die nicht mehr eine regelmäßige Struktur durch Arbeit oder die Mitarbeit in der Tafel haben, gesundheitlich stark abgebaut haben. Man sieht es ihnen richtig an. Umgekehrt entwickeln sie sich auch gut, wenn sie durch Arbeit wieder eine Struktur und Austausch mit den Kollegen bekommen.*

### **Was ist wichtig, um die Situation zu verbessern?**

*Ich bräuchte mehr finanzielle Mittel, um mich besser ernähren zu können. Es ist auch wichtig, die Bildung und soziale Teilhabe zu fördern. Es hängt alles zusammen. Armut und Einschränkungen bei der Ernährung führen zu weniger sozialer Teilhabe und einer schlechteren physischen und psychischen Gesundheit. Es ist ein Kreislauf.*

## **4. Schlussbetrachtung**

Auch in einem vergleichsweise wohlhabenden Land wie Baden-Württemberg gibt es Ernährungsarmut: Ein Zehntel der Bevölkerung in Baden-Württemberg (10,1 %) kann sich aus finanziellen Gründen nicht jeden zweiten Tag eine Mahlzeit mit Fleisch, Geflügel oder Fisch oder eine hochwertige vegetarische Mahlzeit leisten (EU-SILC 2021). Die Resultate des GesellschaftsReports BW zeigen, dass Armutsgefährdung neben weiteren Faktoren zu Ernährungsarmut in Baden-Württemberg beiträgt. Armutsgefährdete Personen sind überdurchschnittlich, aber nicht automatisch, ernährungsarm (WBAE 2023). Nach den hier ausgewerteten Daten erhöht Einkommensarmut das Ernährungsrisiko allerdings am stärksten. Für eine Verbesserung des Zugangs zu einer gesunden Ernährung wird deshalb die Anpassung des Regelsatzes des Bürgergeldes als notwendig betrachtet (WBAE 2023, MLR 2022). Hierfür müssten die Kosten einer gesundheitsfördernden Ernährung bei der Bedarfsermittlung berücksichtigt werden (WBAE 2020). Internationale Beispiele zeigen, dass bereits eine moderate Erhöhung der finanziellen Leistungen zu einer gesunden Ernährung beitragen kann (Biesalski 2013). Die Pandemie hat des Weiteren gezeigt, dass flexible und dezentrale Angebote notwendig sind, um auch in Notsituationen die Ernährungssicherheit der Bevölkerung angehen zu können (WBAE 2023). Ein Beispiel hierfür ist das Projekt „supptimal“ der Bürgerstiftung Stuttgart. Dieses Projekt versorgt Betroffene durch eine flexible und dezentrale Essensausgabe in den verschiedenen Stadtbezirken mit einer warmen Mahlzeit<sup>13</sup>. Durch das Angebot der Essensausgabe für alle Bürgerinnen und Bürger soll zudem die Aufmerksamkeit der Bevölkerung auf die Situation ernährungsarmer Menschen gelenkt werden und zum Engagement angeregt werden.

---

<sup>13</sup> Siehe auch [https://www.buergerstiftung-stuttgart.de/supp\\_optimal](https://www.buergerstiftung-stuttgart.de/supp_optimal) Download vom 09.05.2023.

Auch das Fehlen von Bildung sowie Ernährungs- und Gesundheitskompetenzen sind für das Vorliegen von Ernährungsarmut von Bedeutung. Hier können präventive Maßnahmen (beispielsweise Eltern- und Familienbildung, Information von Fachkräften) zur Vermeidung von Ernährungsarmut beitragen. In Baden-Württemberg informiert beispielsweise die Landesinitiative BeKi (Bewusste Kinderernährung) Eltern, Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Pflegepersonen in der Kindertagespflege und Lehrkräfte über Kinderernährung.<sup>14</sup> Das Programm „Fit im Alltag – zusammen kochen und essen“ fördert Angebote zu Ernährung und Hauswirtschaft mit Familien und jungen Erwachsenen in schwierigen Lebenslagen.<sup>15</sup>

Angesichts der spezifischen gesundheitlichen Auswirkungen von Ernährungsarmut auf unterschiedliche Altersgruppen sind zielgruppenspezifische Maßnahmen (für Kinder, Jugendliche, ältere Menschen etc.) wichtig. Kostenfreie Mittagessen in Kindertageseinrichtungen und Schulen können sicherstellen, dass von Ernährungsarmut betroffene Kinder wenigstens einmal täglich Zugang zu einer gesundheitsfördernden Mahlzeit haben, Eltern finanziell entlasten und sich langfristig auch positiv auf den Bildungsweg der Kinder auswirken (NQZ 2023). Hierfür wäre die schrittweise Einführung einer qualitativ hochwertigen und beitragsfreien Kita- und Schulverpflegung notwendig (WBAE 2023, 2020). Vereine wie „Brotzeit“ und „Frühstück für Kinder“ organisieren aktuell mithilfe von Spenden ein kostenloses gesundheitsförderndes Frühstück, das auch das Gemeinschaftsgefühl und die Integration der Kinder unterschiedlicher Herkunft fördern soll.<sup>16</sup>

Um betroffenen älteren Menschen zu helfen, sollten Pflegerinnen und Pfleger sowie Ärztinnen und Ärzte in Bezug auf das Thema Mangelernährung sensibilisiert werden (WBAE 2020). Hier unterstützt beispielsweise das Landeszentrum für Ernährung Baden-Württemberg eine gesunde und qualitativ hochwertige Verpflegung der Seniorinnen und Senioren in Pflegeeinrichtungen sowie die Verbesserung der Ernährung von älteren Menschen, die sich zu Hause selbst versorgen oder von Angehörigen versorgt werden.<sup>17</sup> Zur Unterstützung älterer Menschen organisieren Kommunen des Weiteren ehrenamtliche „Kümmerer“, die älteren Menschen bei der Beschaffung von Lebensmitteln und Mahlzeiten helfen (WBAE 2020). Von Kommunen, Vereinen oder Unternehmen organisierte dezentrale gemeinsame Mittagstische für ältere Menschen oder für gemischte Altersgruppen wirken ebenfalls einer einseitigen Ernährung entgegen (WBAE 2020, BAGSO 2017). Ein Fahrdienst sowie die Betreuung der Teilnehmenden erleichtern die Teilnahme von älteren Menschen.

Der Report hat ebenfalls gezeigt, dass materielle Ernährungsarmut häufig auch mit Einschränkungen der sozialen Teilhabe einhergeht. Deshalb sollten Angebote geschaffen, gestärkt und ausgebaut werden, die die soziale Funktion von Ernährung in den Vordergrund rücken (WBAE 2023, Yildiz 2014, Setznagel 2010). Praxisbeispiele zeigen, wie Angebote gestaltet werden können, die

---

14 Siehe <https://landeszentrum-bw.de/Lde/bilden/Landesinitiative+BeKi> Download vom 21.04.2023. In Karlsruhe bringt der Verein Junior Slow Karlsruhe Kindern interaktiv eine gesunde Ernährung und Zubereitung von Mahlzeiten nahe. Siehe <https://www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/praxisdatenbank/detailseite/fit-im-alltag-zusammen-kochen-und-essen/> Download vom 21.04.2023.

15 Siehe <https://www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/praxisdatenbank/detailseite/fit-im-alltag-zusammen-kochen-und-essen/> Download vom 08.05.2023.

16 Siehe <https://www.brotzeitfuerkinder.com/die-geschichte-von-brotzeit/> und <https://fruehstueckfuerkinder.de/> Download vom 21.04.2023.

17 Siehe: <https://landeszentrum-bw.de/Lde/Startseite/vernetzen/senioren>

sowohl zu einer gesunden Ernährung beitragen als auch die sozialen Folgen von Ernährungsarmut adressieren:

- In Heilbronn bringen beispielsweise die FUNFOOD-Mittagsessensboxen Familien eine gesunde Ernährung näher und fördern über das gemeinsame Kochen gleichzeitig gemeinschaftliches Essen.
- Quartiersbezogene Ansätze (soziale Treffpunkte ohne Konsumzwang oder soziale Restaurants und Bürgercafés) zielen darauf ab, soziale Ausgrenzung über subventionierte und/oder gemeinschaftsfinanzierte Mahlzeiten zu verringern (WBAE 2023). In sozialen Restaurants, wie den Cafés des „Social Café Meals“-Programm in Australien, werden neben dem normalen Angebot auch subventionierte Mahlzeiten für Bedürftige angeboten. Bürgercafés, wie die sogenannten „Restaurants des Herzens“ in Frankreich und den Niederlanden<sup>18</sup>, bieten regelmäßig eine günstige gemeinschaftsfinanzierte gemeinsame mehrgängige Mahlzeit an, die im Quartier auch sozial integrativ wirken soll. Um Angebote von Bürgercafés zu unterstützen, können Kommunen Räumlichkeiten anbieten und die Infrastruktur hierfür ausbauen (WBAE 2023). Des Weiteren bietet es sich an, die Projekte, die besonders zur sozialen Teilhabe Betroffener beitragen, auszuzeichnen. (WBAE 2023).
- „Urban Gardening“-Projekte, also das gemeinschaftliche Gärtnern auf öffentlichen Plätzen, schaffen Begegnungsflächen und wirken über die Selbstversorgung mit beispielsweise Gemüse einer Mangelernährung entgegen.<sup>19</sup>

Bei Maßnahmen gegen Ernährungsarmut ist zu berücksichtigen, dass es bei der Ernährung auch das psychische Wohlbefinden betroffen ist (Setznagel 2020). Lösungsansätze sollten keine weiteren Einschränkungen für Betroffene (zum Beispiel bezüglich der Auswahl der Lebensmittel) implizieren (Yildiz 2014). Vielmehr sollten die Maßnahmen Betroffenen Wahlmöglichkeiten eröffnen, so dass individuelle Präferenzen und Unverträglichkeiten berücksichtigt werden können. Eine Herausforderung besteht darin, Angebote so zu gestalten, dass sie nicht als stigmatisierend und beschämend wahrgenommen werden. Im Vordergrund sollte nicht die Bedürftigkeit stehen, sondern die Person als Kundin oder Kunde (WBAE 2023). Ein Beispiel hierfür ist die Vernetzung von digitalen Angeboten in Form von „digitalen Ökosystemen“. Über digitale Plattformen können Betroffene darüber informiert werden, zu welchem Zeitpunkt wo (kostenlose) Lebensmittel zur Verfügung stehen. Diese können dann beispielsweise in Supermärkten oder Take-away-Angeboten abgeholt werden. Dadurch wird die Gefahr der sozialen Ausgrenzung deutlich verringert, da die Betroffenen dieselben Lebensmittel und Mahlzeiten erhalten wie zahlende Kundinnen und Kunden (WBAE 2023). Projekte, die gemeinschaftlich zusammen mit ernährungsarmen Personen organisiert werden, haben sich langfristig als wirksamer erwiesen als Projekte, die nicht beteiligungsorientiert angelegt waren (Hoebel et al. 2022).

---

18 In Deutschland wurden in Anlehnung an diese Konzepte ähnliche Angebote entwickelt. Ein Beispiel hierfür ist das Café des Herzens und das Restaurant des Herzens in Erfurt. Siehe <https://stadtmision-erfurt.de/cafe-und-restaurant-des-herzens> Download vom 09.05.2023.

19 Siehe auch das Projekt „VitaCity“ der Humboldt Universität zu Berlin unter [https://www.agrar.hu-berlin.de/de/institut/departments/dntw/oekophysiologie/Projekte/vita\\_city](https://www.agrar.hu-berlin.de/de/institut/departments/dntw/oekophysiologie/Projekte/vita_city) Download vom 09.05.2023.

Insgesamt unterstreichen die Ergebnisse die Relevanz der wissenschaftlichen, politischen und gesellschaftlichen Auseinandersetzung mit Ernährungsarmut. Hierfür bedarf es einer regelmäßigen und umfassenden Erfassung von Ernährungsarmut, um differenzierte Aussagen über ihr Ausmaß sowie die Ursachen und Folgen ihrer unterschiedlichen Aspekte zu ermöglichen (WBAE 2023). Die Etablierung eines Monitorings würde zudem eine Evaluation der Effektivität von Maßnahmen zur Reduktion von Ernährungsarmut erlauben (WBAE 2023).

## 5. Literatur

Asseln, Nina (2018): Todesfälle von Wohnungslosen in Hamburg – Entwicklung von 2007 bis 2015. Dissertation zur Erlangung des Grades eines Doktors der Zahnmedizin an der Medizinischen Fakultät der Universität Hamburg. Universitätsklinikum Hamburg – Eppendorf. Institut für Rechtsmedizin. URL: <https://ediss.sub.uni-hamburg.de/bitstream/ediss/7826/1/Dissertation.pdf> Download vom 03.05.2023.

Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO) (2017): Mittagstisch-Angebote für ältere Menschen erfolgreich organisieren. IN FORM Leitfaden-Mittagstisch. URL: [https://www.demenzundkommune-bw.de/fileadmin/AGBW\\_Medien/DeKo\\_DiQ/Dokumente/Teilhabe/Broschuere\\_BAGSO-Broschuere-Mittagstisch\\_erfolgreich\\_\\_organisieren.pdf](https://www.demenzundkommune-bw.de/fileadmin/AGBW_Medien/DeKo_DiQ/Dokumente/Teilhabe/Broschuere_BAGSO-Broschuere-Mittagstisch_erfolgreich__organisieren.pdf) Download vom 03.05.2023.

Biesalski, Hans Konrad (2013): Hidden Hunger in the Developed World. In: Eggersdorfer, Manfred, Klaus Kraemer, Marie Ruel, Marc van Ameringen, Hans Konrad Biesalski, Martin Bloem, Junshi Chen, Asma Lateef und Venkatesh Manmar (Hrsg.): The road to good nutrition. A global perspective. Basel: Karger.

Biesalski, Hans Konrad (2021): Ernährungsarmut bei Kindern – Ursache, Folgen, COVID-19. Aktuelle Ernährungsmedizin 46, S. 317–332.

Brombach, Christine (2011): Soziale Dimensionen des Ernährungsverhaltens. Ernährungssoziologische Forschung. Ernährungs Umschau 6, S. 318–324.

Brown, Alison G.M., Esposito, Layla E., Fisher, Rachel A., Nicastro, Holly L., Tabor, Derrick C. und Jenelle R. Walker (2019): Food insecurity and obesity: research gaps, opportunities, and challenges. In: Transnational Behavioral Medicine 9(5), S. 980–987.

Chilton, Mariana, Michelle Chyatte und Jennifer Breaux (2007): The negative effects of poverty and food insecurity on child development. Indian Journal of Medical Research 126, S. 262–272.

Christoph, Bernhard (2008). Was fehlt bei Hartz IV? Zum Lebensstandard der Empfänger von Leistungen nach SGB II. Informationsdienst Soziale Indikatoren 40, S. 7–10.

Cook, John T. und Deborah A. Frank (2008): Food Security, Poverty, and Human Development in the United States. In: New York Academy of Sciences 1136, S. 193–209.

Darmon, Nicole und Adam Drewnowski (2015): Contribution of food prices and diet cost to disparities in diet quality and health: a systematic review and analysis. In: Nutrition Reviews 73(10), S. 643–660.

Dowler, Elizabeth und Deirdre O'Connor (2012): Rights based approaches to addressing food poverty and food insecurity in Ireland and UK. In: Social Science & Medicine 74(1), S. 44–51.



Eurofound (2017): European Quality of Life Survey 2016. Quality of life, quality of public services, and quality of society. Luxembourg: Publications Office of the European Union.

Eurostat (2023): Mortality and Life Expectancy Statistics. URL: [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Mortality\\_and\\_life\\_expectancy\\_statistics#Life\\_expectancy\\_at\\_birth](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Mortality_and_life_expectancy_statistics#Life_expectancy_at_birth) Download vom 03.05.2023.

Feichtinger, Elfriede (1996): Armut und Ernährung: Literaturanalyse unter besonderer Berücksichtigung der Konsequenzen für Ernährungs- und Gesundheitsstatus und der Ernährungsweise in der Armut, WZB Discussion Paper, No. P 96–202, Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung (WZB), Berlin

Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) (2022): 2022. The state of food security and nutrition in the world. Repurposing food and agricultural policies to make healthy diets more affordable. Rom: Food and Agriculture Organization of the United Nations. URL: <https://www.fao.org/3/cc0639en/cc0639en.pdf> Download vom 20.03.2023.

Grabka, Markus M. und Jürgen Schupp (2022): Etwa 1,1 Millionen Menschen in Deutschland besuchen Tafeln – vor allem Alleinerziehende und Getrenntlebende überdurchschnittlich häufig. URL: DIW Wochenbericht 39, [https://doi.org/10.18723/diw\\_wb:2022-39-1](https://doi.org/10.18723/diw_wb:2022-39-1) Download vom 14.03.2023.

Gundersen, Craig und James P. Ziliak (2015): Food insecurity and health outcomes. Health Affairs 34(119), S. 1830–1839.

HBSC-Studienverbund Deutschland (2020a): Studie Health Behaviour in School-aged Children – Faktenblatt „Obstkonsum von Kindern und Jugendlichen“. URL: [http://hbsc-germany.de/wp-content/uploads/2020/03/Obstkonsum\\_2018\\_final-05.02.2020.pdf](http://hbsc-germany.de/wp-content/uploads/2020/03/Obstkonsum_2018_final-05.02.2020.pdf) Download vom 18.04.2023.

HBSC-Studienverbund Deutschland (2020b): Studie Health Behaviour in School-aged Children – Faktenblatt „Gemüsekonsum von Kindern und Jugendlichen“. URL: [http://hbsc-germany.de/wp-content/uploads/2020/03/Gem%C3%BCsekonsum\\_2018\\_final-05.02.2020.pdf](http://hbsc-germany.de/wp-content/uploads/2020/03/Gem%C3%BCsekonsum_2018_final-05.02.2020.pdf) Download vom 18.04.2023.

HBSC-Studienverbund Deutschland (2020c): Studie Health Behaviour in School-aged Children – Faktenblatt „Häufigkeit des Frühstückes von Kindern und Jugendlichen“. URL: [https://www.gbe-bund.de/pdf/faktenbl\\_fruehstueck\\_2013\\_14.pdf](https://www.gbe-bund.de/pdf/faktenbl_fruehstueck_2013_14.pdf) Download vom 18.04.2023.

HBSC-Studienverbund Deutschland (2020d): Methodik der HBSC-Studie. Eckdaten der HBSC-Studie – Faktenblatt zur Studie „Health Behaviour in School-aged Children 2017/18. URL: [https://www.gbe-bund.de/pdf/faktenbl\\_methodik\\_2017\\_18.pdf](https://www.gbe-bund.de/pdf/faktenbl_methodik_2017_18.pdf) Download vom 18.04.2023.

Hoebel, Jens, Julia Waldhauer, Miriam Blume, und Anja Schienkiewitz (2022): Sozioökonomischer Status, Übergewicht und Adipositas im Kinder- und Jugendalter. In: Deutsches Ärzteblatt 119 (49).



Hohoff, Eva, Helena Zahn, Stine Weder, Morwenna Fischer, Alfred Längler, Andreas Michalsen, Markus Keller und Ute Alexy (2022): Food costs for vegetarian, vegan and omnivore child nutrition: is a sustainable diet feasible with Hartz IV? *Ernährungs Umschau International* 9, S. 136–140.

Kabisch, Stefan, Sören Wenschuh, Palina Buccellato, Joachim Spranger und Andreas F.H. Pfeiffer (2021): Affordability of different isocaloric healthy diets in Germany – An assessment of food prices for seven distinct food patterns. In: *Nutrients* 13, S. 3037.

Kersting, Mathilde und Kerstin Clausen (2007): Wie teuer ist eine gesunde Ernährung für Kinder und Jugendliche. Die Lebensmittelkosten der Optimalen Mischkost als Referenz für sozialpolitische Regelleistungen. In: *Ernährungsumschau* 9, S. 508–513.

Klärner, Andreas, André Knabe, Rainer Land und Peter A. Berger (2015): Gesichter der Armut in der Stadt und im ländlichen Raum Mecklenburg-Vorpommerns – Ergebnisse eines qualitativen Forschungsprojekts. In: Berger, Peter A., Andreas Klärner, André Knabe, Marie Carnein, Hagen Fischer und Katja Prochatzki: *Gesichter der Armut in der Stadt und im ländlichen Raum Mecklenburg-Vorpommerns – Ergebnisse eines qualitativen Forschungsprojekts*. 25–90. URL: [https://www.researchgate.net/publication/281840689\\_Gesichter\\_der\\_Armut\\_in\\_der\\_Stadt\\_und\\_im\\_landlichen\\_Raum\\_Mecklenburg-Vorpommerns\\_-\\_Ergebnisse\\_eines\\_qualitativen\\_Forschungsprojekts](https://www.researchgate.net/publication/281840689_Gesichter_der_Armut_in_der_Stadt_und_im_landlichen_Raum_Mecklenburg-Vorpommerns_-_Ergebnisse_eines_qualitativen_Forschungsprojekts) Download vom 08.03.2023.

Lewalter, Rebecca und Ann-Cathrin Beermann (2021): Ernährungsarmut: In Deutschland (k)ein Thema? Policy Brief 12. Forum Ökologisch-Soziale Marktwirtschaft. URL: [https://foes.de/publikationen/2021/2021-11\\_FOES\\_Ernaehrungsarmut\\_Teil\\_1.pdf](https://foes.de/publikationen/2021/2021-11_FOES_Ernaehrungsarmut_Teil_1.pdf) Download vom 21.03.2023.

Li, Yangping, An Pan, Dong D. Wang, Xiaoran Liu, Klodian Dhana, Oscar H. Franco, Stephen Kaptoge, Emanuele Di Angelantonio, Meir Stampfer, Walter C. Willett and Frank B. Hu (2018): Impact of Healthy Lifestyle Factors on Life Expectancies in the US Population. *Circulation* 138, S. 345–355.

LPB (Landeszentrale für Politische Bildung) (2023): Regelsatz Bürgergeld (seit 1.1.2023). <https://www.lpb-bw.de/regelsatz-buergergeld> Download vom 10.03.2023.

Mattukat, Kerstin und A. Thyrolf (2014): Soziale Teilhabe und Alltagsaktivitäten von Patienten mit entzündlich-rheumatischen Erkrankungen. Unterstützung durch Selbsthilfe, Bewegungstherapie und neue Medien. *Zeitschrift für Rheumatologie* 73, S. 42–48.

Maynard, Merryn, Lesley Andrade, Sara Packull-McCormick, Christopher M. Perlman, Cesar Leos-Toro und Sharon I. Kirkpatrick (2018): Food Insecurity and Mental Health among Females in High-Income Countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.

Mensink, Gert B.M., Anja Schienkiewitz und Cornelia Lange (2017): Obstkonsum bei Erwachsenen in Deutschland. *Journal of Health Monitoring* 2(2), S. 45–51.

Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren Baden-Württemberg: Erster Armuts- und Reichtumsbericht Baden-Württemberg 2015. URL: [https://sozialministerium.baden-wuerttemberg.de/fileadmin/redaktion/m-sm/intern/downloads/Publikationen/AuR\\_Nov\\_2015.pdf](https://sozialministerium.baden-wuerttemberg.de/fileadmin/redaktion/m-sm/intern/downloads/Publikationen/AuR_Nov_2015.pdf) Download vom 18.04.2023.

Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz (2022): Ernährungsstrategie Baden-Württemberg – Weiterentwicklung 2022 URL: [https://mlr.baden-wuerttemberg.de/fileadmin/redaktion/m-mlr/intern/dateien/PDFs/Essen\\_und\\_Trinken/2022\\_Ern%C3%A4hrungsstrategie\\_Weiterentwicklung.pdf](https://mlr.baden-wuerttemberg.de/fileadmin/redaktion/m-mlr/intern/dateien/PDFs/Essen_und_Trinken/2022_Ern%C3%A4hrungsstrategie_Weiterentwicklung.pdf) Download vom 25.04.2023

Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration (2022): Anhaltende Teuerung der Lebensmittel- und Energiepreise: Wer ist besonders betroffen in Baden-Württemberg. Kurzanalyse 01/22. URL: [https://www.gesellschaftsmonitoring-bw.de/wp-content/uploads/2022/12/Kurzanalyse1\\_2022\\_ArmutReichtum.pdf](https://www.gesellschaftsmonitoring-bw.de/wp-content/uploads/2022/12/Kurzanalyse1_2022_ArmutReichtum.pdf) Download vom 03.04.2023.

Nationales Qualitätszentrum für Ernährung in Kita und Schule (NQZ) (2023): Relevanz der Kita- und Schulverpflegung für die Bekämpfung von Ernährungsarmut. URL: <https://www.nqz.de/service/aktuelles/relevanz-der-kita-und-schulverpflegung-fuer-die-bekaempfung-von-ernaehrungsarmut> Download vom 03.04.2023.

O'Connor, Niamh, Karim W. Farag und Richard N. Baines (2016): What is Food Poverty? A Conceptual Framework. *British Food Journal* 118(2), S. 429–449.

Pfeiffer, Sabine, Tobias Ritter und Andreas Hirseland (2011): Hunger and nutritional poverty in Germany: Quantitative and qualitative empirical insights. *Critical Public Health*, S. 1–12.

Pfeiffer, Sabine (2009): Hunger in der Überflussgesellschaft. Die gesellschaftliche (Nicht-) Bewältigung eines als überwunden geglaubten Phänomens. URL: <https://www.sabine-pfeiffer.de/files/downloads/Pfeiffer-Hunger-Ueberflussgesellschaft.pdf> Download vom 30.03.2023.

Rao, Mayuree, Ashkan Afshin, Gitanjali Singh und Dariush Mazaffarian (2013): Do healthier foods and diet patterns cost more than less healthy options? A systematic review and meta analysis. *BMJ Open* 3, S. 1–16.

Ritter, Tobias, Oestreicher, Elke, & Pfeiffer, Sabine (2016). Armutskonsum: Ernährungsarmut, Schulden und digitale Teilhabe. *Berichterstattung zur sozioökonomischen Entwicklung in Deutschland: Exklusive Teilhabe – ungenutzte Chancen; dritter Bericht* (S. 1–34). Bielefeld: W. Bertelsmann Verlag.

Rücker, Martin (2022): Deutschland: Mangelernährung als Bildungsrisiko. *Blätter für deutsche und internationale Politik* 4, S. 3–36.

Setznagel, Doris (2020): Ernährungsverhalten in Armut. *Soziales Kapital. Wissenschaftliches Journal österreichischer Fachschul-Studiengänge Soziale Arbeit* 23.

Setzwein, Monika (2004): Ernährung als Thema der Geschlechterforschung. In: Rückert-John, Jana: Gender und Ernährung. Hohenheimer Beiträge zu Gender und Ernährung. Stuttgart: Universität Hohenheim.

Statistisches Bundesamt (2023): Ausgewogene Ernährung: Gemüse im Jahr 2022 um 10,7 % teurer als im Vorjahr. Pressemitteilung Nr. N 002 vom 18. Januar 2023. URL: [https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2023/01/PD23\\_N002\\_413.html](https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2023/01/PD23_N002_413.html) Download vom 01.03.2023.

Thiele, Silke (2014): A new approach to specify additional social benefit rates for a wholesome diet in Germany. In: Ernährungs Umschau 61(2), S. 32–37.

Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichem Verbraucherschutz beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (WBAE) (2020): Politik für eine nachhaltigere Ernährung. Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten. Gutachten. URL: [https://www.bmel.de/DE/Ministerium/Organisation/Beiraete/\\_Texte/AgrVeroeffentlichungen.html](https://www.bmel.de/DE/Ministerium/Organisation/Beiraete/_Texte/AgrVeroeffentlichungen.html) Download vom 08.03.2023.

Wissenschaftlicher Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichem Verbraucherschutz beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (WBAE) (2023): Ernährungsarmut unter Pandemiebedingungen. Stellungnahme des Wissenschaftlichen Beirats für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft. URL: <https://www.bmel.de/DE/ministerium/organisation/beiraete/agr-veroeffentlichungen.html> Download vom 21.03.2023.

Yildiz, Juliane (2014): Auswirkungen eines verringerten Haushaltsbudgets auf den Lebensmittelkonsum. Eine empirische Untersuchung zu den finanziell bedingten Veränderungen am Lebensmitteleinkauf und beim Ernährungsverhalten. Dissertation. Gießen: Justus-Liebig-Universität. URL: [http://geb.uni-giessen.de/geb/volltexte/2015/11298/pdf/YildizJuliane\\_2014\\_12\\_19.pdf](http://geb.uni-giessen.de/geb/volltexte/2015/11298/pdf/YildizJuliane_2014_12_19.pdf) Download vom 08.03.2023.

## Impressum

Der GesellschaftsReport BW wird herausgegeben vom  
vom Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration  
Baden-Württemberg  
Else-Josenhans-Straße 6  
70173 Stuttgart  
Tel.: 0711 123-0  
Internet: <https://sozialministerium.baden-wuerttemberg.de/>

### **Autorinnen**

Dr. Stephanie Saleth, Stephanie Bundel und Dr. Romy Escher

### **Redaktion**

Regina Koch-Richter

### **Layout**

Andrea Mohr

### **Copyright-Hinweise**

© Statistisches Landesamt Baden-Württemberg, Stuttgart, 2023

### **Fotonachweis Titelbild**

Scusi / Fotolia

### **Verteilerhinweis**

Diese Informationsschrift wird von der Landesregierung in Baden-Württemberg im Rahmen ihrer verfassungsmäßigen Verpflichtung zur Unterrichtung der Öffentlichkeit herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von deren Kandidatinnen und Kandidaten oder Helferinnen und Helfern während eines Wahlkampfes zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für alle Wahlen.

**Missbräuchlich** ist insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel.

Untersagt ist auch die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die vorliegende Druckschrift nicht so verwendet werden, dass dies als Parteinahme des Herausgebers zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Diese Beschränkungen gelten unabhängig vom Vertriebsweg, also unabhängig davon, auf welchem Wege und in welcher Anzahl diese Informationsschrift dem Empfänger zugegangen ist.

**Erlaubt** ist es jedoch den Parteien, diese Informationsschrift zur Unterrichtung ihrer Mitglieder zu verwenden.