

Ernährungsrat im Rhein-Kreis Neuss



REGIONAL ESSEN! MACH MIT! EINE AKTION DES ERNÄHRUNGSRATES IM RHEIN-KREIS NEUSS 2022

Gemüse – Obst – Kartoffeln regional und saisonal einkaufen, zu leckeren Mahlzeiten verarbeiten und gemeinsam genießen – Trinkwasser aus dem Wasserhahn bevorzugen - in der Familie und in Kita und Schule - so lauteten die wesentlichen Aktivitäten der Aktion.

In der Woche vom 10. bis 17. September 2022 waren alle Menschen sowie Kitas und Schulen im Rhein-Kreis Neuss eingeladen, eine Woche lang Mahlzeiten mit saisonalem Gemüse und Obst sowie Kartoffeln aus der Region, gerne ökologisch erzeugt, zuzubereiten und zu genießen. Ihren Durst sollten sie hauptsächlich mit Trinkwasser stillen.

Kitas und Schulen wurden angeregt, für eine Woche zu den Mahlzeiten verstärkt saisonales Obst und Gemüse aus der Region einzusetzen und dabei mit ihren professionellen Speiseanbietern zu kooperieren. Parallel zu mehr nachhaltigen Mahlzeiten waren sie aufgefordert, Aktionen rund um Essen und Trinken durchzuführen.

Alle Menschen aus dem Rhein-Kreis Neuss für gesundes und nachhaltiges Essen und Trinken zu sensibilisieren und zu motivieren, nachhaltiges Ernährungshandeln anzustreben, war die Intension.

Ein Kurzfilm auf der Homepage und in den sozialen Medien gab einen ersten Einblick in die Aktion. Darüber hinaus wurde mittels Flyer und Infoständen die Aktion beworben und die Beteiligungsideen vorgestellt. Mit Unterstützung der kommunalen Fachbereiche Jugend und Schule erhielten Kitas und Schulen eine Einladung und gleichzeitig Informationen zur praktischen Durchführung sowie Vorschläge für Ernährungsbildungsaktionen.

Zahlreiche Rezepte, saisonale Speisepläne sowie Informationen wurden über die Homepage und Social Media zur Verfügung gestellt.



info@ernaehrungsrat-rkn.de
www.ernaehrungsrat-rkn.de

Der Ernährungsrat im Rhein-Kreis Neuss ist Mitglied von [neuss agenda 21](http://neussagenda21.de)



Die Menschen und ebenso die Kitas und Schulen begrüßten die Aktion des Ernährungsrates und wurden aktiv. Gerne machten sie sich auf den Weg und kauften regional erzeugte Lebensmittel ein, hatten Spaß an den Aktivitäten rund um **„REGIONAL ESSEN! MACH MIT!“**

Ausprobieren, Sinne schärfen für die Produktion und den Einkauf der Lebensmittel sowie die Chance landwirtschaftliche Betriebe im Umfeld kennenzulernen – für all das wurde die Aktion genutzt.

Eine Stimme aus dem Rhein-Kreis Neuss: „Wir fanden die Herausforderung, in der Woche nur mit regionalen Lebensmitteln zu kochen, nicht allzu kompliziert, da wir bereits seit einiger Zeit darauf achten. Und wir sind hier ja wirklich mit Landwirtschaft im Umkreis gesegnet. In Ballungsgebieten sieht das sicherlich anders aus.“

Einkaufen auf dem Wochenmarkt, anschließend gemeinsam kochen und essen – so wurde die Aktion in Kitas umgesetzt. Kinder brachten auch regionale Lebensmittel von zu Hause mit und es wurde anhand des Jahreskreislaufes besprochen, wann welche Obst- und Gemüsearten bei uns Saison haben.

In der Aktionswoche gab es jeden Tag neue Infos auf der Homepage und in den Social Media Kanälen. Beispielsweise zu Themen wie „Woran erkenne ich regionale Lebensmittel?“ oder „Wie können Kartoffeln lecker zubereitet werden?“

Essen und Trinken regional, saisonal und möglichst ökologisch – das ist im Rhein-Kreis Neuss angekommen und wird als ein wichtiger Aspekt für nachhaltiges Ernährungshandeln gesehen.

Alle Menschen sind aufgerufen mitzumachen und können tagtäglich einen Beitrag zum Klima- und Umweltschutz leisten. Dabei unterstützen sie gleichzeitig auch unsere regionale Landwirtschaft.

2022 war der Beginn – der Einstieg in ein aktionsorientiertes, kreisweites Engagement für zukunftsfähiges Essen und Trinken.

Im Jahre 2023 geht es weiter mit zahlreichen Aktionen – seien Sie gespannt!

Nehmen Sie gerne an unserer Aktion in 2023 teil! Zusammen können wir noch mehr Menschen begeistern!

Kontakt: regionalessen@ernaehrungsrat-rkn.de

www.ernaehrungsrat-rkn.de

Instagram: [ernaehrungsrat_rheinkreisneuss](https://www.instagram.com/ernaehrungsrat_rheinkreisneuss)

Facebook: Ernährungsrat im Rhein-Kreis Neuss

Februar 2023