



KICK-OFF FÜR EINE NACHHALTIGE KÜCHE



WORUM GEHT ES?

Eine umweltgerechtere Essensgestaltung in (teil-)stationären Pflegeeinrichtungen spart CO₂ und reduziert Lebensmittelverschwendung. Zudem profitieren auch die Gäste bzw. Bewohner*innen von gesunden und nachhaltigen Mahlzeiten. Eine Veränderung der Verpflegung hin zu einer nachhaltigen Küche ist ein großes Projekt, für das Du Mitstreiter*innen brauchst und viele Menschen ins Boot holen musst. Ein Start kann ein erstes Treffen mit verantwortlichen Mitarbeiter*innen aus Hauswirtschaft und Küche sein, in welchem ihr euer Anliegen erklärt und vielleicht schon gemeinsam nach ersten Ansätzen zur Umsetzung sucht.

ZIELE, DIE ICH ERREICHEN KANN

- Bewusstsein schaffen, warum nachhaltigere Ernährung in Pflegeeinrichtungen wichtig ist
- Interesse und Offenheit wecken
- Gemeinsam überlegen, welche Chancen und Vorteile eine nachhaltigere Verpflegung bringt
- Austausch anstoßen: Welche Erfahrungen hat die Küche schon? Welche Ideen gibt es bereits?
- Zusammenarbeit festigen: Pflege und Küche ziehen an einem Strang, um die Bewohner*innen bestmöglich zu versorgen.

WAS BRAUCHE ICH?

- Grundwissen über nachhaltige Ernährung
- Offenheit für Austausch mit der Küche
- Konkrete kleine Ideen/Beispiele für erste Schritte

WER KANN MICH UNTERSTÜTZEN?

Hauswirtschaftspersonal

Kolleg*innen im Team

Leitungspersonal

ggf. externe Stellen (z.B. Ernährungsberater*innen, Umweltinitiativen)





NACHHALTIGE KÜCHE

SCHRITT FÜR SCHRITT



1

MINI-ZIEL FESTLEGEN

Informiere Dich zum Thema nachhaltige Verpflegung und zur Planetary Health Diet, sodass Du sattelfest bist. Entscheide Dich danach für einen kleinen, machbaren Start, z.B. „ein vegetarisches Gericht pro Woche“ oder „mehr saisonales Gemüse einplanen“.



2

MITSTREITER*INNEN GEWINNEN

Sprich ein oder zwei Kolleg*innen an, die Lust haben, den Weg gemeinsam zu gehen. Gemeinsam macht es mehr Spaß und ihr könnt euch gegenseitig motivieren.

3

RÜCKENDECKUNG SICHERN

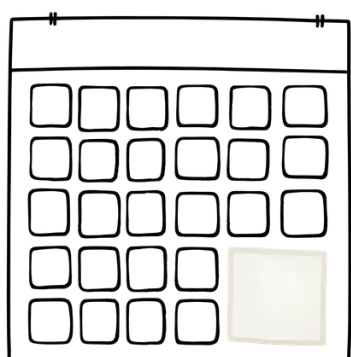
Informiere kurz die Wohnbereichs-, Einrichtungs- oder Pflegedienstleitung, z.B. so: „Wir planen ein 30-minütiges Kick-off mit der Küche zum Thema nachhaltigere Verpflegung.“



4

KICK-OFF MIT DER KÜCHE PLANEN

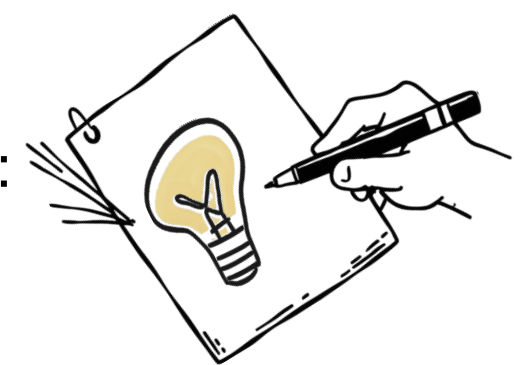
Vereinbare einen Termin mit der Küche. Formuliere die Einladung freundlich und konkret:
Nenne das Ziel, die Dauer von 30 Minuten und eine kleine Agenda wie „Warum → Ideen → Nächster Schritt“.
Lade die Küchenleitung und ggf. das Kochteam ein.



5

KICK-OFF VORBEREITEN

Bereite 2–3 kurze Punkte vor, die du vorstellen möchtest: den Nutzen (z.B. für das Wohl der Bewohner*innen und Gäste, weniger Reste, mehr Nachhaltigkeit), 1–2 Beobachtungen (z.B. Tellerreste) und 2–3 Vorschläge (z.B. Veggie-Tag, saisonale Produkte, bedarfsgerechte Portionen, weniger Einweg). Es geht nicht um einen perfekten Plan, sondern um erste Ideen.



6

KICK-OFF DURCHFÜHREN

Führe das Meeting wertschätzend und konkret. Höre genau zu und betone die Expertise der Küche.

Legt gemeinsam ein kleines Pilotprojekt fest und notiert:

- Was wird umgesetzt, wer ist verantwortlich und ab wann?
- Legt ein Zielergebnis fest (z.B. 4 Veggie-Tage in 4 Wochen)

Vereinbart am Ende einen Nachfolgetermin in 2 bis 4 Wochen.

