

## Laudatio

### **Stadt Genf: Recettes à quat'sous – ausgewogene Ernährung zum kleinen Budget**

In der Schweiz lag die Armutsquote im Jahr 2012 bei 7,7%. Diese Quote ist tendenziell höher bei ausländischen Staatsangehörigen (9,7% im Vergleich zu 7,1% bei Schweizerinnen und Schweizern) und signifikant höher bei im Ausland geborenen Personen (10,1% gegenüber 6,9% bei den in der Schweiz Geborenen).

So sind die Lebensbedingungen in der Schweiz je nach Haushaltsbudget unterschiedlich. Dies beeinflusst auch die Gesundheit der Menschen, was sich beispielsweise am Thema Übergewicht erkennen lässt. So sind Kinder von Eltern mit niedrigem Bildungsniveau oder tiefer beruflicher Stellung häufiger von Übergewicht und Fettleibigkeit betroffen als Kinder von Akademikerinnen und Akademikern sowie von höheren Angestellten. Der Unterschied zwischen den beiden Extremgruppen beträgt je nach Ort und Schulstufe rund das Fünffache. Der Bildungsstand scheint betreffend Ernährung den grössten Einfluss zu nehmen. Auf allen Schulstufen sind Schweizer Schülerinnen und Schüler seltener übergewichtig oder fettleibig als Kinder anderer Nationalitäten, wobei die Nationalität wiederum mit Faktoren wie Armut oder Bildungsstand einhergeht.

Im Jahr 2006 hat das Sozialamt der Stadt Genf das Projekt „les recettes à quat'sous“ ins Leben gerufen. Das Projekt will Familien oder Personen mit geringem Einkommen mit oder ohne Migrationshintergrund für eine ausgewogene Ernährung sensibilisieren und sie entsprechend bestärken.

Das Projekt ist so angelegt, dass Personen aus dem Kreis der Zielgruppen selbst zu Botschaftern bei einkommensschwachen Gruppen und damit zu Multiplikatoren für die Thematik werden. Diese sollen den betroffenen Personenkreis anschliessend in Workshops Wissen und Alltagstipps für eine ausgewogene Ernährung mit kleinem Budget vermitteln. Die Rekrutierung von Multiplikatoren direkt aus der Zielgruppe heraus und das daraus resultierende Peer-to-Peer System überzeugen. Die Kommunikation auf Augenhöhe zählt denn auch zu den Stärken des Projekts.

Die Projektverantwortlichen engagieren sich zusammen mit den Multiplikatoren dafür, dass sich möglichst viele Personen unabhängig ihres verfügbaren Budgets ausgewogen ernähren können. Die Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Organisationen, die nahe bei den

Zielgruppen sind, ist für das Gelingen von grosser Wichtigkeit. Darin liegt eine weitere Stärke von recettes à quat'sous. Es sind Organisationen wie beispielsweise Caritas ins Projekt involviert, welche die Umstände von Familien in prekären Lebenssituationen genauestens kennen. Diese Organisationen helfen mit, ein qualitativ hochstehendes Angebot zu gewährleisten, welches nicht nur aus Wissensvermittlung, sondern auch aus dem direkten Bezug und Anwenden im Alltag besteht.

Ausgewogen essen muss nicht teuer sein! Eine vom Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen in Auftrag gegebene Studie aus dem Jahr 2014 bestätigt dies.

Die Resultate der Studie „Kosten gesunder Ernährung“ zeigen, dass beim Einkauf der gesunde, ausgewogene Warenkorb nur wenig teurer ist als der ungesunde Warenkorb. Für einen Paarhaushalt belaufen sich die Kosten für einen gesunden Warenkorb auf rund 109 Franken pro Woche, während ein ungesunder Warenkorb rund 95 Franken kostet.

Welche Lebensmittel sind gesund, saisonal und günstig? Welche Lebensmittel sind eine preisgünstige Alternative zu Fleisch? Wie wählt man zwischen frischem, gefrorenem und Dosengemüse? Diesen und ähnlichen Fragen wird bei recettes à quat'sous nachgegangen. Die Workshop-Leitenden vermitteln nicht nur Basiswissen für eine Ernährung die ausgewogen und mit kleinem Budget erschwinglich ist. Sie vermitteln gleichzeitig die Vorzüge einer regionalen und saisonalen Ernährungsweise. Auf diese Aspekte wird im kantonalen Aktionsprogramm "Marchez et Mangez malin!" des Kantons Genf ein besonderes Augenmerk gelegt. Die Stadt Genf hat als Gemeinde mit ihrem Projekt eine Vorreiterrolle in dieser Thematik eingenommen. Somit war recettes à quat'sous eines der ersten Projekte im Rahmen der kantonalen Aktionsprogramme Gesundes Körpergewicht überhaupt, welches das Thema ausgewogene, regionale und saisonale Ernährung in Verbindung mit wenig Haushaltsbudget aufgenommen hat.

Die genannten Punkte haben die Jury überzeugt, dass es sich bei recettes à quat'sous der Stadt Genf um ein vorbildliches Projekt handelt, welches einen Preis verdient. Somit ist es mir eine Freude, im Namen der Jury der Stadt Genf für ihr Projekt und für den Preis „Gesunde Gemeinde, Gesunde Stadt 2015“ zu gratulieren.

Jvo Schneider

---

Jvo Schneider, Co-Leiter Team Ernährung und Bewegung, Gesundheitsförderung Schweiz