

## Daten und Fakten zu Ernährungsarmut in Deutschland

**Globaler Kontext:** Als Folge von wirtschafts-, kriegs-, klima- und pandemiebedingter Engpässe, Inflation und Vertreibung wächst die Zahl der Hungernden global an. Laut Welternährungsorganisation (FAO) litten im Jahr 2022 rund 30 % der Weltbevölkerung an mäßiger bis starker Ernährungsunsicherheit (2,4 Milliarden Menschen), davon waren etwa 900 Millionen stark betroffen (11,3 Prozent der der Weltbevölkerung).<sup>1</sup> Ungefähr 9,2 % der Weltbevölkerung litt an Hunger (zwischen 691 und 783 Millionen Menschen).

*Definitionen der Begriffe Hunger, Ernährungsunsicherheit und Ernährungsarmut finden Sie am Ende des Dokuments.*

**Kontext Deutschland:** Als reiches Land, steht Deutschland im internationalen Vergleich erst einmal gut da, weist aber im europäischen und insbesondere westeuropäischen Vergleich deutliche Schwächen auf.<sup>2</sup> Zudem sind die Datenlagen in Bezug auf Ernährungsarmut vergleichsweise schlecht.

Der wissenschaftliche Beirat des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft weist in umfänglichen Expertisen darauf hin, dass Ernährungsarmut auch in Deutschland ein relevantes Problem ist.<sup>3</sup> Ein **Rechtsgutachten** im Auftrag der Partei „Die Linke“ befindet, „dass die Regelsätze des Bürgergelds mit dem Recht auf eine angemessene Ernährung nach Art. 11 Abs. 1 UN-Sozialpakt nicht vereinbar sind.“<sup>4</sup>

### Daten für Deutschland:

**Laut Eurostat Umfrage konnten sich im Jahr 2023 rund 13,1 % der deutschen Bevölkerung nicht wenigstens jeden 2. Tag eine vollwertige Mahlzeit leisten. Gegenüber 2021 ist der Anteil um 2,6 Prozentpunkte angestiegen. Betroffen sind insbesondere Haushalt in Armut. Bezogen auf armutsgefährdete Haushalte belief sich die Zahl auf fast 30% (27,6 Prozent gegenüber 22,2 Prozent 2021)<sup>5</sup> Damit liegt Deutschland auf Platz 5 des Negativrankings in der EU.**

---

<sup>1</sup> FAO ( <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/620611b1-fd72-4b98-aead-9216f4af5ddd/content> )

<sup>2</sup> Euronews (2023) People in the EU unable to afford a proper meal on the rise – Eurostat <https://www.euronews.com/my-europe/2023/07/10/people-in-the-eu-unable-to-afford-a-proper-meal-on-the-rise-eurostat>

<sup>3</sup> WBAE (2020) Politik für eine nachhaltigere Ernährung: Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten, 21.08.2020, insbesondere S. 99ff., [https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/\\_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.html](https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/wbae-gutachten-nachhaltige-ernaehrung.html)

WBAE (2023): Ernährungsarmut unter Pandemiebedingungen. Stellungnahme. Berlin. [https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/\\_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/ernaehrungsarmut-pandemie.pdf](https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ministerium/Beiraete/agrarpolitik/ernaehrungsarmut-pandemie.pdf)

<sup>4</sup> Rechtsgutachten der Rechtsanwälte Günther (30.11.2023), in Auftrag gegeben von Die Linke <https://www.linksfraktion.de/themen/nachrichten/detail/rechtsgutachten-bestaetigt-hoehoe-des-buergergeldes-verstoest-gegen-menschenrecht-auf-angemessene-ernaehrung/>

<sup>5</sup> Eurostat (2023) Inability to afford a meal with meat, chicken, fish (or vegetarian equivalent) every second day - EU-SILC survey [https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ilc\\_mdes03/default/table?lang=en](https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/ilc_mdes03/default/table?lang=en)

Im gleichen Jahr, waren laut Statistischem Bundesamt **6,9 % der Bevölkerung oder 5,7 Millionen Menschen in Deutschland von erheblicher materieller und sozialer Entbehrung betroffen**, bei einer Armutsquote von 16,6%.<sup>6</sup> Demnach waren diese Haushalte nicht in der Lage grundlegende Bedarfe zu finanzieren, sie waren etwa „nicht in der Lage, ihre Rechnungen für Miete, Hypotheken oder Versorgungsleistungen zu bezahlen, eine einwöchige Urlaubsreise zu finanzieren, abgewohnte Möbel zu ersetzen oder einmal im Monat im Freundeskreis oder mit der Familie etwas essen oder trinken zu gehen.“

Im Jahr 2021 waren laut FAO-Daten rund **1,4% der Bevölkerung in Deutschland von schwerer Ernährungsunsicherheit betroffen**, also rund 1,2 Millionen Menschen.<sup>7</sup> Laut FAO haben Menschen, die von schwerer Ernährungsunsicherheit betroffen sind, kaum oder keine Lebensmittel und haben im Extremfall tagelang nichts gegessen. Sie hungern – zumindest zeitweise. Zählt man auch die moderat Betroffenen hinzu, also die, welche Qualität und/oder Quantität ihrer Nahrungsmittel einschränken, sind es laut FAO mindestens 3,8% der Bevölkerung. Diese Basisdaten können zwar als grober Vergleichswert für den internationalen Vergleich gelten, reichen aber nicht als ausreichende Bestandsaufnahme von Ernährungsarmut in Deutschland und Europa. Denn karitative Angebote hierzulande mildern die Spitzen der akuten Ernährungsunsicherheit ab.

**Aktuell haben die Tafeln in Deutschland 1,6 bis 2 Millionen Nutzer:innen! Seit dem Kriegsbeginn in der Ukraine melden fast alle Tafeln steigende Zahlen, durchschnittlich werden 50% mehr Nutzer:innen (in Berlin und bei anderen Tafeln sogar 100%) versorgt. Viele Tafeln sind an ihrer Kapazitätsgrenze und geben Lebensmittel nur noch vierzehntägig aus oder müssen rationieren.**<sup>8</sup>

Quantitativ und / oder qualitativ unzureichende Ernährung ist vielfach mit Einkommensarmut verbunden. Bereits eine moderate Ernährungsunsicherheit kann sich dauerhaft auf den Gesundheitszustand von Betroffenen auswirken. Es gibt aber auch Faktoren, die nicht armutsbedingt zu einer Mangel- oder Fehlernährung mit gesundheitlichen Folgeschäden führen können, etwa bei ungesunden Ernährungsmustern, bei fehlendem Zugang zu adäquaten Küchen oder Einkaufsmöglichkeiten, oder durch eine inadäquate Versorgung in Alters- und Pflegeeinrichtung etc. So beziffert die Ernährungsstrategie der Bundesregierung die direkten Gesundheitskosten einer zu hohen Aufnahme von Zucker, Salz und gesättigten Fettsäuren im Jahr 2008 beispielsweise auf 16,8 Milliarden Euro, also rund sieben Prozent der gesamten Behandlungskosten in Deutschland, sowie die gesamtgesellschaftlichen Kosten von Adipositas auf etwa 63 Milliarden Euro pro Jahr.<sup>9</sup>

---

<sup>6</sup> Destatis (2024) Pressemitteilung Nr. 147 vom 10. April 2024

[https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2024/04/PD24\\_147\\_63.html](https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2024/04/PD24_147_63.html)

<sup>7</sup> FAO (2015-2021) Prevalence of severe food insecurity in the population (%) – Germany, aufgerufen am 9. Mai 2024 <https://data.worldbank.org/indicator/SN.ITK.SVFI.ZS?end=2021&locations=DE&start=2015&view=chart>

<sup>8</sup> Tafel Deutschland (2024) 30 Jahre Tafeln in Deutschland. Aktuelle Zahlen und Fakten zu Tafel-Kund:innen und Herausforderungen. [https://www.tafel.de/fileadmin/media/Presse/Hintergrundinformationen/2024-01-26\\_Faktenblaetter\\_TU23\\_aktualisiert.pdf](https://www.tafel.de/fileadmin/media/Presse/Hintergrundinformationen/2024-01-26_Faktenblaetter_TU23_aktualisiert.pdf)

<sup>9</sup> BMEL (2024) Gutes Essen für Deutschland - Ernährungsstrategie der Bundesregierung <https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/ernaehrungsstrategie.html>

### **Kinder, Jugendliche und alte Menschen sind in besonderem Maße von Armut betroffen:**

Etwa ein Fünftel (20,7%) der unter 18-Jährigen waren 2023 von Armut bedroht.<sup>10</sup> Die Mehrheit dieser Kinder lebt oftmals über einen langen Zeitraum (> 3 Jahre) in Armut. Außerdem ist beinahe jede fünfte Person ab 65 Jahren von Altersarmut betroffen. Diese Armutsbetroffenheit spiegelt sich auch bei den Nutzer:innen der Tafeln: Senior:innen machen rund ein Viertel aller Tafel-Kund:innen (ca. 24%); Kinder und Jugendliche ca. 28%.

Der Wissenschaftliche Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) bestätigt<sup>11</sup>: „Gerade die Pandemie mit den Schließungen von Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung und folgender sozialer Isolation haben deutlich gemacht, wie wichtig Kommensalität – gemeinsames Essen als sozial verbindendes Element – ist. Ergänzend zur materiellen kann auch die soziale Ernährungsarmut durch nicht-staatliche Angebote adressiert werden, die es von staatlicher Seite zu fördern gilt.“ In Anbetracht der gemeinsamen Verantwortung, die das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft zusammen mit den zuständigen Ministerien der Länder und mit den Kommunen für die Ernährungssicherung der Bevölkerung tragen, empfiehlt der Wissenschaftliche Beirat des Ministeriums (WBAE) u.a.:

- Notfallpläne für Kita- und Schulschließungen bzw. eine Not- und Ferienbetreuung, inkl. der Bereitstellung von warmen Mahlzeiten oder Lebensmittelpaketen für Kinder die auf eine öffentliche Versorgungsstruktur angewiesen sind; und
- den Aufbau einer Informationsplattform, in der Verantwortliche des Bunds, der Länder und Kommunen Informationen darüber austauschen, welche Maßnahmen zur Krisenvorsorge für von Ernährungsarmut betroffene Gruppen getroffen wurden; welche finanziellen und verwaltungstechnischen Herausforderungen dabei auftraten; und welche Maßnahmen während einer Krise zur Ernährungssicherung vulnerabler Gruppen umgesetzt werden.

### **Definitionen:**

**Hunger:** Laut Definition der Vereinten Nationen hungert ein Mensch, wenn er weniger zu essen hat, als er täglich braucht, um sein Körpergewicht zu erhalten und zugleich leichte Arbeit zu verrichten.

**Chronische oder akute Nahrungsunsicherheit/Ernährungsunsicherheit:** Laut FAO, ist eine Person von Ernährungsunsicherheit betroffen, wenn sie keinen regelmäßigen Zugang zu ausreichend sicheren und nahrhaften Lebensmitteln hat, um ein normales Wachstum und eine normale Entwicklung sowie ein aktives und gesundes Leben zu führen. Menschen, die von mäßiger Nahrungsunsicherheit betroffen sind, haben die Qualität und/oder Quantität ihrer Nahrungsmittel reduziert und können sich aufgrund von Geldmangel oder anderen Ressourcen nicht ausreichend mit Nahrungsmitteln versorgen. Eine mäßige Ernährungsunsicherheit kann das Risiko von Mangel- und Unterernährung erhöhen, inkl. sogenanntes „Stunting“ (Unterentwicklung) bei Kindern, Mikronährstoffmangel oder

---

<sup>10</sup> <https://www.statistikportal.de/de/sbe/ergebnisse/einkommen-armutsgefaehrdung-und-soziale-lebensbedingungen/armutsgefaehrdung-und>

<sup>11</sup> *Ibid.* 3

Fettleibigkeit bei Erwachsenen. Menschen, die von schwerer Ernährungsunsicherheit betroffen sind, haben kaum oder keine Lebensmittel und haben im Extremfall tagelang nichts gegessen. Sie hungern.

**Ernährungsarmut:** Der Begriff Ernährungsarmut umschließt prinzipiell sowohl eine armutsbedingte als auch anderweitig begründbare Fehl- und Mangelernährung, wobei die Ursachen überwiegend im finanziellen oder strukturellen Mangel verortet sind. So können beispielsweise auch lange Wege, ein Überangebot ungesunder Nahrungsmittel oder fehlende Küchen zum Beispiel in Flüchtlingsunterkünften oder Pflegeeinrichtungen zu Fehl- und Mangelernährung führen.

Bei armutsbedingter Mangel- oder Fehlernährung unterscheidet man für gewöhnlich in:

- **materieller Ernährungsarmut:** wenn Menschen finanziellen Mittel fehlen, um sich qualitativ oder quantitativ ausreichend ernähren zu können; und
- **soziale Ernährungsarmut:** wenn Menschen durch einen Mangel an finanziellen Mitteln von der sozialen Teilhabe, z. B. durch gemeinsame Mahlzeiten, Festivitäten oder Café-Besuche, ausgeschlossen sind.

**Recht auf Nahrung:** Das Recht auf Nahrung ist als Teil des Rechts auf einen angemessenen Lebensstandard in zahlreichen Menschenrechtsverträgen verankert. Sein Ursprung liegt in Artikel 25 der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte von 1948. Zudem heißt es im Artikel 11 (1) des Internationalen Pakt über wirtschaftliche, soziale und kulturelle Rechte: „Die Vertragsstaaten erkennen das Recht eines jeden auf einen angemessenen Lebensstandard für sich und seine Familie an, einschließlich ausreichender Ernährung, Bekleidung und Unterbringung, sowie auf eine stetige Verbesserung der Lebensbedingungen.“

Staaten sind u.a. auch in der Pflicht: „Strategien und Pläne, die Indikatoren, Benchmarks und zeitgebundenen Ziele zu erarbeiten, die eine Evaluierung der Umsetzung des Rechts auf angemessene Nahrung dienlich sind“.<sup>12</sup> Die Bundesregierung hat es versäumt dieser Pflicht nachzukommen und im Kontext der Ernährungsstrategie, die zur Umsetzung des Rechts auf angemessene Nahrung notwendigen Ziele und Maßnahmen verbindlich zu verankern. Es braucht einen Aktionsplan gegen Ernährungsarmut mit einem effektiven Monitoring/Benchmarking mit dem Ziel eine quantitativ wie qualitativ ausreichende Ernährung für alle Menschen in Deutschland zu gewährleisten. Vordringlich scheint dabei eine empirisch valide Berechnung der Kosten für eine gesundheitsförderliche Ernährung. Diese Ausgaben müssen durch eine entsprechende Anpassung der Regelsätze auch für Grundsicherungsbeziehenden finanzierbar sein.

---

<sup>12</sup> United Nations High Commissioner for Human Rights (2010) Fact Sheet No. 34: The Right to Food <https://www.ohchr.org/sites/default/files/Documents/Publications/FactSheet34en.pdf>