

Gemüse auf Rezept

Gerechtigkeit — Gesundheit — Soziale Teilhabe



April 2025-April 2026



Finanziert von der
Europäischen Union



Projektvorstellung

"Gemüse auf Rezept" ist ein Projekt der sozialen Verschreibung (eng. social prescribing). Social Prescribing erweitert die klassische medizinische Versorgung um Verschreibungen, bei denen keine Medikamente, sondern gesundheitsfördernde, soziale Aktivitäten ärztlich verordnet und als "Rezept" ausgestellt werden.

Bei "Gemüse auf Rezept" können Patient*innen auf ärztliche Empfehlung hin eine vergünstigte Mitgliedschaft in einer Solidarischen Landwirtschaft (SoLaWi) erhalten und so wöchentliche Obst- und Gemüselieferungen beziehen. Damit ist "Gemüse auf Rezept" ein innovativer Ansatz, der medizinische Versorgung, Ernährungsgerechtigkeit und soziale Teilhabe stärkt. Hierbei profitieren insbesondere Patient*innen, die gesundheitliche und/oder psychische Probleme und weniger finanzielle Ressourcen haben.

Initiiert wurde das Programm durch den Ernährungsrat Berlin und Gesundheitskollektiv Berlin (Geko), in Zusammenarbeit mit der Humboldt-Universität zu Berlin. Das Obst und Gemüse kommt von vier Höfen der Solidarischen Landwirtschaft Ackerwesen im Osten von Berlin.



Implementierung

Seit April 2025 erhalten ein knappes Dutzend Patient*innen des Gesundheitskollektivs in Neukölln wöchentliche Obst- und Gemüselieferungen. Die Teilnehmenden organisieren die Abholstation selbst und haben die Möglichkeit, an begleitenden Aktivitäten rund um die Themen der gesunden und nachhaltigen Ernährung teilzunehmen. Das Programm läuft bis April 2026, mit Option auf Verlängerung.



Hintergrund

Der Zugang zu gesunder Nahrung wird oft als selbstverständlich wahrgenommen, ist aber aus unterschiedlichen Gründen für viele Menschen im Alltag nicht so leicht. Finanzielle und strukturelle Barrieren verstärken gesundheitliche und sozial Ungleichheit und erhöhen somit das Risiko ernährungsbedingter Erkrankungen. Mit "Gemüse auf Rezept" wollen wir das ändern, denn Gesundheit und angemessene Ernährung dürfen kein Luxus sein.



Ziel des Projektes

Mit "Gemüse auf Rezept" wollen wir den Zugang zu nachhaltiger und gesundheitsfördernder Ernährung für Menschen erleichtern, die sich dies sonst kaum leisten können. Insbesondere armutsgefährdete Patient*innen sollen durch die Mitgliedschaft in der Solidarischen Landwirtschaft (SoLaWi) leichter und zu einem leistbaren Preis an nachhaltig produziertes, regionales Obst und Gemüse kommen.

Zudem wollen wir einen Raum schaffen, in dem die Stimmen von armutserfahrenen Menschen ein Gehör finden und ihre Perspektiven in die Gestaltung von Maßnahmen gegen Ernährungsarmut einbezogen werden. Dies gilt auch für Menschen aus der migrantischen Community, deren Erfahrungen im aktuellen ernährungspolitischen Diskurs oft unberücksichtigt bleiben.

Wir dokumentieren die gemeinsamen Erfahrungen und möchten so zeigen, ob und wie Social Prescribing einen Beitrag zur Ernährungs- und Gesundheitsgerechtigkeit in Städten leisten kann. Diese Lernerfahrungen wollen wir weitergeben und nutzbar machen, um den Ansatz des Social Prescribings in Deutschland weiter voranzutreiben.



Kontakt

Amna Alhashemi
amna.alhashemi@ernaehrungsrat-berlin.de