



Hunger unterm Tannenbaum



Anfang des Jahres haben wir uns auf den Weg gemacht herauszufinden, ob Sie mit Ihrer Ernährung und dem Zugang zu gesunden Lebensmitteln im Falkenhagener Feld zufrieden sind. Wir, das sind der Ernährungsrat Berlin - eine Bürgerinitiative für gutes Essen - und Kolleginnen des Fachbereiches Ernährungspolitik der Humboldt Universität zu Berlin. Unser Ziel ist es herauszufinden, welche finanziellen und strukturellen Barrieren dazu führen, dass sich Menschen nicht bedarfsgerecht ernähren können. Einen Anstoß für die Umfrage lieferte u.a. der Brandbrief der Stadtteilkonferenz vor drei Jahren. Dort hieß es, "die Sorgen rund um das Thema 'Essen, Wohnen und Einkommen' prägen unseren Alltag".



133 Menschen aus dem Falkenhagener Feld beantworteten unseren Fragebogen. Zeitgleich führten wir die Umfrage auch im nördlichen Neukölln durch, um auf Unterschiede zwischen den Stadtteilen eingehen zu können. Da uns die Perspektiven armutserfahrener Menschen bei diesem Thema besonders wichtig sind, befragten wir auch Kunden der Berliner Tafel. Sie machen rund ein Fünftel der Antworten aus.

Von den Teilnehmenden im Falkenhagener Feld gaben 60% an, mit dem Lebensmittelangebot zufrieden oder sehr zufrieden zu sein, ähnlich viele wie in Neukölln. Allerdings empfand rund ein Viertel die Auswahl an gesunden Lebensmitteln im Falkenhagener Feld als unzureichend. In Neukölln hingegen bemängelten dies nur ca. 14%.

Leider können wir mit den erzielten Umfrageergebnissen noch keine Aussage darüber treffen,

wie verbreitet Ernährungsarmut ist. Wir können allerdings darlegen, was es bedeutet unter Ernährungsarmut zu leiden: So aßen 76% der Betroffenen nur eine eingeschränkte Auswahl an Lebensmitteln; 73% gaben an sich nicht gesund und ausgewogen ernähren zu können; 39% mussten Mahlzeiten auslassen und 15% gaben sogar an aus finanzieller Not teilweise ganze Tage lang nichts gegessen zu haben. Ungefähr ein Viertel der Betroffenen verzichtet oft oder sehr oft auf Nahrungsmittel, um andere Lebenshaltungskosten zu decken. 62% müssen oft oder sehr oft auf weniger nachhaltige Produkte zurückgreifen, als eigentlich gewünscht.

Wer sich gesunde, frische Lebensmittel nicht leisten kann oder an Orten des Lernens, der Pflege und Arbeit schlecht versorgt ist, wird in seinen Grundrechten verletzt. Ernährungsarmut grenzt aus und wirkt sich negativ auf die Gesundheit und die Umwelt aus. Das bestätigt sich durch unsere Ergebnisse.

Wir fordern daher eine Anpassung der Sozialleistungen, den Ausbau des beitragsfreien Kita- und Schulessens, sowie den Ausbau von Kiez-Kantinen und sozialen Angeboten.

Der Weg ist das Ziel

Das gilt umso mehr beim Klettern, das in Spandau der Verein "Kiezsport Berlin e. V." inklusiv für alle interessierten Erwachsenen in der Lynar Grundschule anbietet.

Spätestens seit 2020 Klettern als olympische Disziplin anerkannt wurde, hat es auch in Deutschland viele Anhänger gefunden. Und das hat seinen Grund: „In fast keinem Sport werden so viele Muskeln gleichzeitig benötigt wie beim Klettern“, erzählt Sascha, ausgebildeter Trainer und begeisterter Bergsteiger.

Das Ziel, hier in der Turnhalle an der Kletterwand zu klettern, ist jedoch ein anderes. „Beim Klettern gehst du immer bis an Deine Grenzen und manchmal noch darüber hinaus“, sagt Sascha. Die Teilnehmer stärken ihr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten oder gewinnen es zurück. Mit fachmännischer Seilsicherung, wie beim Bergsteigen, kann man sich hier gefahrlos ausprobieren. Und darüber hinaus vielleicht sogar entdecken, dass Klettern Spaß macht - nicht nur in der Turnhalle.

**Ort: Turnhalle Lynar Grundschule
Lutherstraße 19-20, 13585 Berlin**

**Jeden 1.+3. Samstag im Monat
um 11:30h nach vorheriger Anmeldung**

Eine Schnupperstunde kostet 10,- €

**Nach der Anmeldung gibt es
alle weiteren Informationen.
klettern@kiezsport-berlin.de**

**Info & Kontakt KiezSport Berlin e.V.,
Brunhildstraße 12, 10829 Berlin**

Katrin: 030 78958550



Bei den Trainern Sascha und Thorben steht vor jedem Ziel erst einmal ein Berg © B. Erdmann