

UMWELTMEDIZIN

Planetary Health Diet

Global denken, lokal handeln: Aber wie?

Sonja Schönberg, Bern

Die EAT-Lancet-Kommission hat im Januar 2019 die „Planetary Health Diet“ vorgestellt [3, 15] und schlägt damit einen allgemeingültigen Referenzrahmen für eine gesunde und umweltgerechte Ernährungsweise vor. Damit unterstreicht sie die kritische Rolle, die die Ernährung sowohl im Hinblick auf die menschliche Gesundheit als auch auf die ökologische Nachhaltigkeit spielt. Während mit der „Planetary Health Diet“ der quantitative Referenzrahmen für eine zukunftsverträgliche Ernährungsweise eindeutig definiert zu sein scheint, bedarf die Antwort auf die Frage nach konkreten Implementierungsmöglichkeiten im lokalen (land-)wirtschaftlichen und kulturellen Kontext der Gesellschaften, in denen wir in Deutschland, Österreich und der Schweiz leben, noch wesentlicher Übersetzungsarbeit – diese Punkte soll der vorliegende Artikel genauer beleuchten.

Klimakrise, Gesundheit und Ernährung

Die Art und Weise, wie wir uns ernähren, verbindet die menschliche Gesundheit und die Lebensgrundlagen gegenwärtiger und künftiger Generationen untrennbar miteinander. Beide waren noch nie in der Menschheitsgeschichte so sehr bedroht wie heute [15]. Die Nahrungsmittelproduktion wurde als wichtigster Treiber für globale Umweltveränderungen identifiziert. 40% aller Landflächen auf der Welt werden landwirtschaftlich genutzt. Die Landwirtschaft ist für 30% aller globalen Treibhausgasemissionen und 70% des weltweiten Frischwasserverbrauchs verantwortlich [15].

Lokale Ernährungssysteme und ihre heutzutage starke, globale Vernetzung sind höchst komplexe Funktionseinheiten. Sie unterliegen sowohl ökologischen als auch wirtschaftlichen, sozialen und politischen Interaktionen, über die der vorliegende Beitrag keinesfalls einen vollständigen Überblick geben kann. Er versteht sich vielmehr als offene Reflexion und Plädoyer für die Bestrebung, den differenzierten Diskurs nicht nur zwischen Ernährungswissenschaften,

Diätetik und (Ernährungs-) Medizin, sondern zudem mit Fachpersonen sowie Praktikerinnen und Praktikern der Landwirtschaft zu stärken. Wohlweislich der globalen Problematik richtet der Bericht den Fokus auf das lokale Umfeld in Deutschland, Österreich und der Schweiz und möchte damit einen Beitrag dazu leisten, Handlungsfähigkeit und Selbstwirksamkeitszuversicht zu stärken, wenn Fachpersonen und Individuen der Gesellschaft nachhaltige Ernährungssysteme vertreten und nutzen möchten.

Dabei wird der Frage nachgegangen, wie sich Gesundheitsfachpersonen für ganzheitlich nachhaltige und gesunde Ernährungsweisen im Sinne der lokalen Landwirtschaft einsetzen können.

Planetary Health und Nachhaltige Ernährung

„Planetary Health“ und „Planetary Health Diet“

Traditionell basiert die medizinische Wissenschaft auf Systemen innerhalb des menschlichen Körpers. „Planetary Health“ erweitert die Gesundheitsforschung um die externen, natürlichen Systeme, die die menschliche Gesundheit erhalten oder be-

drohen [11]. „Planetary Health“ eröffnet damit ein wissenschaftliches Feld, welches die Auswirkungen der durch den Menschen verursachten Störungen der natürlichen Systeme der Erde auf die menschliche Gesundheit beschreibt [9]. Ein Großteil der weltweiten Krankheitslast hängt mit Unterernährung zusammen, welche durch eine unzureichende Aufnahme von Energie, Mikronährstoffen oder bestimmten Lebensmittelgruppen wie Obst, Gemüse, hochwertigen Proteinlieferanten, Nüssen und Samen charakterisiert ist. Die weltweite Krankheitslast wird zugleich mit Fehlernährung in Verbindung gebracht, welche auf die übermäßige Aufnahme energiedichter und nährstoffarmer Nahrungsmittel zurückzuführen ist. Der weltweite Nahrungsmittelbedarf ist noch nie so schnell gestiegen und die biophysikalischen Bedingungen, die unserem globalen Nahrungsmittelproduktionssystem zugrunde liegen, haben sich noch nie so schnell verändert. Infolgedessen ist die menschliche Gesundheit enorm anfällig für Umweltveränderungen, welche auch den Zugang zu Nahrung beeinträchtigen [9].

Die 2019 von der EAT-Lancet-Kommission veröffentlichte „Planetary Health Diet“ ist das Resultat des ersten, umfas-

senden, wissenschaftlichen Berichts, der beschreibt, wie gesunde Ernährungsweisen aus nachhaltigen Nahrungsmittelsystemen für die projizierte Weltbevölkerung von 10 Milliarden Menschen im Jahr 2050 sichergestellt werden können [15]. Die „Planetary Health Diet“ soll als allgemeingültiger, quantitativer Referenzrahmen für eine gesunde und umweltgerechte Ernährungsweise dienen. Die Ernährungsweise ermöglicht eine Einsparung von rund 50% aller Emissionen und besteht vorrangig aus Obst und Gemüse, Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Nüssen und Fetten aus ungesättigten Fettsäuren. Fisch und Meeresfrüchte sowie Geflügel werden in sehr geringen Mengen vorgesehen und stärke- reiche Gemüsearten wie Kartoffeln und Maniok, Milchprodukte, rotes Fleisch,

Zucker und gesättigte Fette sollten eine untergeordnete Rolle in der Ernährung spielen (Abb. 1) [15].

Die Autorinnen und Autoren betonen mehrfach, dass es sich bei der „Planetary Health Diet“ um eine quantitative Modellierung einer umwelt- und gesundheitsverträglichen Ernährungsweise handelt, welche sich nicht für die direkte Implementierung in die Praxis eignet. Sie soll vielmehr als universeller, kultur- und produktionssystemübergreifender Rahmen dienen, innerhalb dessen Anpassungen gemäß den lokalen Gegebenheiten erfolgen können. Die in der „Planetary Health Diet“ empfohlenen Mengen von Fleisch und Milchprodukten sollten dabei allerdings nicht überschritten werden, da die Reduktion von Lebensmitteln

tierischen Ursprungs eine zentrale Rolle bzgl. der Stärkung der Gesundheit sowie der Nachhaltigkeit einnimmt [15].

Nachhaltige Ernährungsweisen – global und abstrakt

Die Anpassung der globalen Ernährungsempfehlungen gemäß der „Planetary Health Diet“ in lokale Kontexte bedarf einer grundsätzlichen Auseinandersetzung mit der Frage, wie nachhaltige Ernährungsweisen verstanden werden wollen.

Im vorliegenden Beitrag wird „Nachhaltige Ernährung“ im Sinne der Brundtland Kommission (1987) betrachtet, welche eine dauerhaft tragfähige, zukunftsbeständige und enkeltaugliche Entwicklung anstrebt:

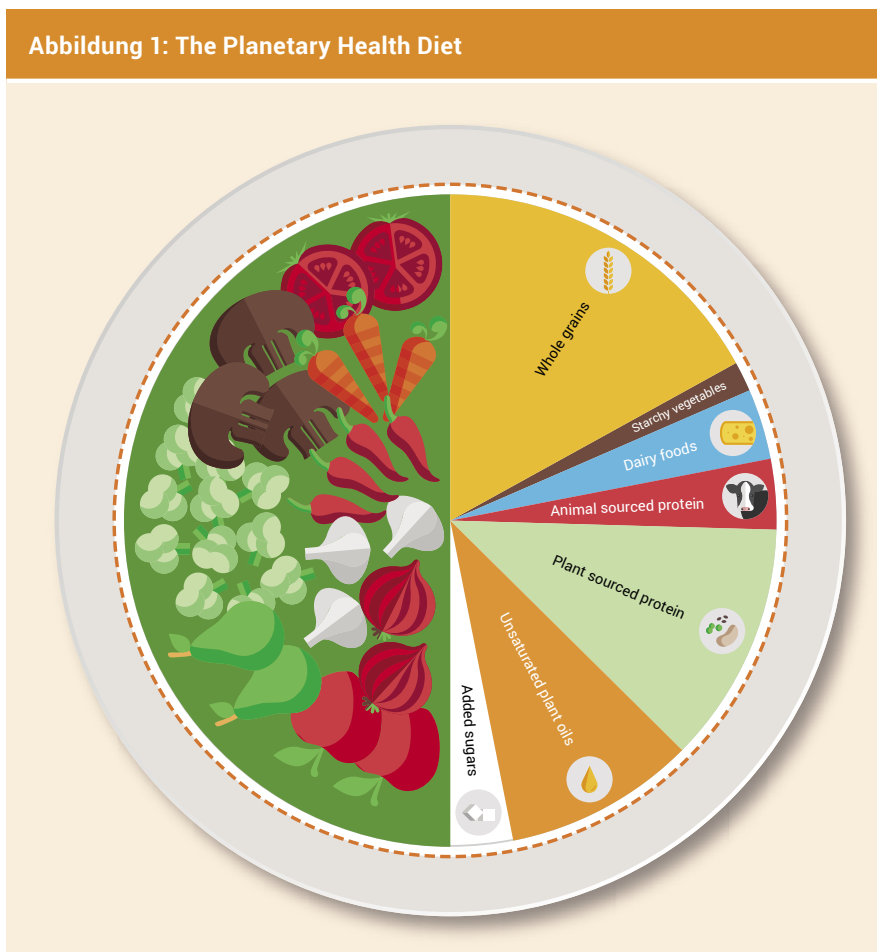
„Eine nachhaltige Entwicklung vermag die Bedürfnisse der heutigen Generation zu decken, ohne die Möglichkeiten künftiger Generationen zur Befriedigung ihrer eigenen Bedürfnisse zu beeinträchtigen.“ [4]

Zudem lehnt sich der Beitrag an das Verständnis der Welternährungsorganisation FAO von nachhaltiger Ernährung an:

„Nachhaltige Ernährung ist eine Ernährung mit geringen Umweltauswirkungen, die zur Lebensmittel- und Ernährungssicherheit und zu einem gesunden Leben für heutige und zukünftige Generationen beiträgt. Nachhaltige Ernährung ist schützend und respektvoll gegenüber der biologischen Vielfalt und den Ökosystemen, kulturell akzeptabel, zugänglich, wirtschaftlich fair und erschwinglich, ernährungsphysiologisch angemessen, sicher und gesund und optimiert die natürlichen und menschlichen Ressourcen.“ [6]

Diese übergreifenden Definitionen sollen als Gesamtvision Orientierung geben; weite Teile der Gesellschaft werden sich angesprochen fühlen. Die Herausforde-

Abbildung 1: The Planetary Health Diet



rung derart übergeordneter Definitionen jedoch ist, ein vertieftes Verständnis dafür zu erlangen, was sie – im wahrsten Sinne des Wortes – *in der Tat* bedeuten, also welche konkreten Handlungen aus diesen Überlegungen folgen sollen. Denn diese Definitionen bieten noch keine konkrete Handlungsanleitung zur Lösung, und sie sind so komplex, dass sie es sogar erschweren können, konstruktive Maßnahmen zu identifizieren und umzusetzen. Dabei ist aber zu beachten, dass gerade der „Umgang mit Komplexität“ eine der ureigensten Merkmale der Nachhaltigkeitsherausforderungen ist [2]. Es bedarf deshalb einer schrittweisen Annäherung an das, was nachhaltige Ernährung ausmacht. Bestehende Werkzeuge, Methoden und Konzepte nachhaltiger Ernährungsweisen aus allen drei Kapitaldimensionen (Gesellschaft, Wirtschaft, Umwelt) sollten zwischen möglichst vielen Beteiligten gemeinsam untersucht werden (Anmerkung: Mit Kapitaldimensionen ist gemeint: Gesellschaft, Wirtschaft und Umwelt stellen uns soziales, monetäres und ökologisches Kapital zur Verfügung und sollen einen Beitrag zur Gestaltung der nachhaltigen Ernährung leisten). Aus den untersuchten Konzepten dieser Kapitaldimensionen sollen dann diejenigen identifiziert werden, die zur Zielerreichung beitragen, und miteinander kombiniert werden [4].

So ist eine nachhaltige Ernährung als regulative Idee zu betrachten, welche Menschen in die Lage versetzt, gemeinsam Ernährungsmuster zu gestalten, die wirtschaftliche Gerechtigkeit anstreben, soziale Solidarität stärken und natürliche Ressourcen innerhalb der regenerativen Kapazität der Ökosysteme einsetzen.

Nachhaltige Ernährungsweisen – lokal und konkret

Claus Leitzmann und seine Arbeitsgruppe prägen das Verständnis nachhaltiger

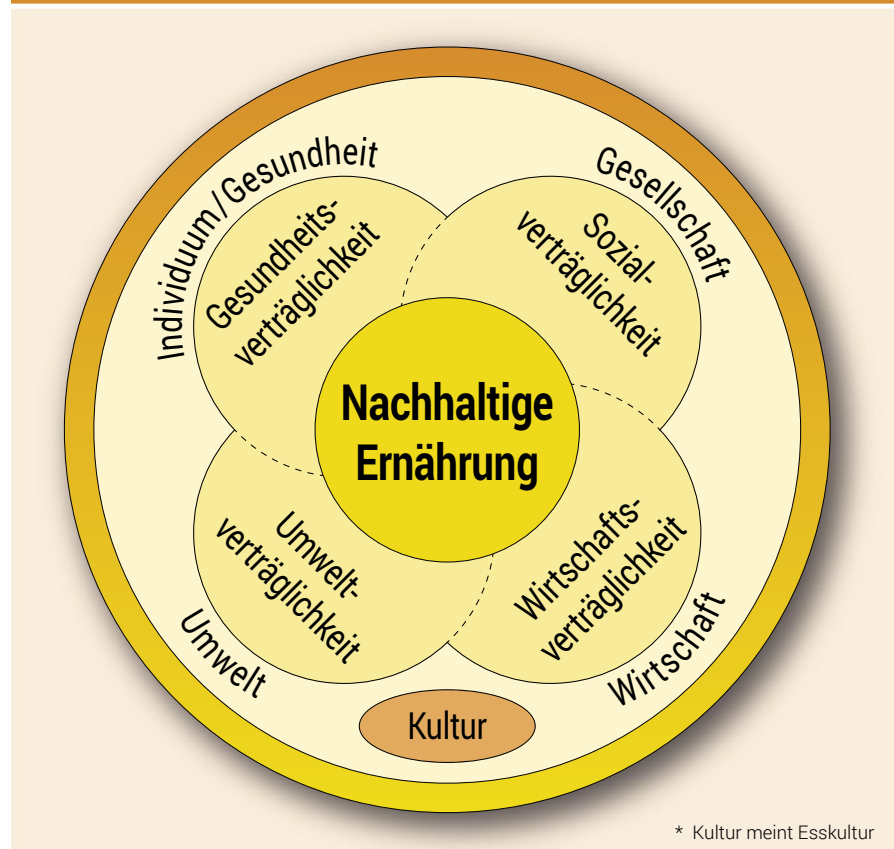
Ernährung in Deutschland seit den 1970er Jahren [12]. Dabei hat sich bis heute ein vertieftes Verständnis nachhaltiger Ernährung entwickelt, welches sich nicht nur in den drei klassischen Dimensionen ökonomischer, sozialer und ökologischer Gerechtigkeit bewegt (siehe Anmerkung oben und vgl. [5]). Stattdessen fördert eine ganzheitliche, nachhaltige Ernährung verschiedene Ziele in fünf Dimensionen (Abb. 2) [12]: präventiven Gesundheitsschutz, faire wirtschaftliche Beziehungen, soziale Gerechtigkeit, saubere Luft und Wasser und gesunde Böden sowie genussvolle Esskultur.

Dabei berücksichtigt das Konzept alle Stufen der Lebensmittelversorgungskette: Input-Produktion landwirtschaftlicher Betriebsmittel, landwirtschaftliche Pro-

duktion, Lebensmittelverarbeitung, Verteilung, Zubereitung von Mahlzeiten und Abfallentsorgung [13].

Um dem Anspruch gerecht zu werden, Handlungsperspektiven für nachhaltige Ernährungsweisen aufzuzeigen, wurden auf der Basis der fünf Nachhaltigkeitsdimensionen sieben „Grundsätze für eine nachhaltige Ernährung“ als praktische, qualitative Handlungsorientierung formuliert: die Bevorzugung pflanzlicher, biologisch produzierter, fair gehandelter, regionaler und saisonaler sowie minimal verarbeiteter Lebensmittel sowie die Berücksichtigung einer ressourcenschonenden Haushaltsführung und genussvollen Esskultur [12]. Alle Prinzipien sind positiv formuliert, da dies gemäß der Autorinnen und Autoren motivierender

Abbildung 2. Dimensionen einer nachhaltigen Ernährung*



nach v. Koerber et al. 2012; v. Koerber 2014; v. Koerber 2020; mit freundlicher Genehmigung der BZfE-Fachzeitschrift Ernährung im Fokus (<http://www.ernaehrung-im-fokus.de/>)

ist als das Vorschreiben von Einschränkungen [13].

Strategische Entwicklung nachhaltiger Ernährungsweisen

Unser Ernährungssystem ist hochkomplex und von der Intaktheit umso komplexerer Ökosysteme abhängig. Um diese Systeme als Ganzes besser zu verstehen, muss der Wissenschaft sowie den Gesellschaften ein Paradigmenwechsel gelingen. Die Fragmentierung von Disziplinen, die Verteidigung von Rollen sowie die Idee der Menschen als Herrschende über alles andere Leben auf der Welt sind kontraproduktiv und müssen verlassen werden. Die natürliche Welt und das Leben, das uns umgibt, müssen als Allgemeinut und Mitwelt verstanden werden, von denen die Gesundheit und das Überleben jedes Kindes abhängt, das heute geboren wird [14].

In Anlehnung an das Begriffsfeld von Teil und Ganzem, wie es bereits von Leibniz und Aristoteles verstanden wurde, gilt es somit, das komplexe Ernährungssystem als mehr als die Summe seiner Einzelteile und stattdessen als komplexes und dynamisches Netz unzähliger, miteinander in Wechselwirkung stehender Teile anzuerkennen [8]. Keines der einzelnen Elemente darin kann verändert werden, ohne dass sich das Ganze verändert. So müssen Ressourcen, Menschen, Kapital und ihre jeweiligen Interaktionen gemeinsam betrachtet werden. Wenn wir Nachhaltigkeit im Ernährungssystem ernst meinen, genügt es nicht, einzelne Elemente im System symptomatisch zu manipulieren und sie mit den aktuellen Schlagworten der Nachhaltigkeit zu betiteln [2]. Es bedarf einer gemeinsamen Sprache, welche ermöglicht, eine Ernährungsvision für die Zukunft sowie die gezielten, strategischen Maßnahmen zu identifizieren, welche den zukünftigen Zustand nachhaltiger Ernährungssysteme

ermöglichen. Erst diese gemeinsame Sprache befähigt die verschiedenen Sektoren im Ernährungssystem zur koordinierten Zusammenarbeit über die verschiedenen Systemelemente hinweg und verhindert, dass neue Probleme für andere entstehen, während Probleme für den jeweils eigenen Sektor vermieden werden.

In diesem Kontext ist Nachhaltigkeit denn auch nicht *erreichbar*, da es sich weder um einen Zustand des Systems noch um ein zu erreichendes Ziel handelt. Nachhaltigkeit ist vielmehr das Ideal eines fortlaufenden Prozesses in einem System, der als tägliche Arbeitsaufgabe zu betrachten ist [2].

Fleisch in aller Munde

Wie viele Tiere sind nötig, um nachhaltig Gemüse zu produzieren?

Gemäß den Autorinnen und Autoren soll die „Planetary Health Diet“ an lokalspezifische Produktionssysteme und Kulturen angepasst werden. Jedoch sollten die Mengen der empfohlenen Fleisch- und Milchprodukte zugunsten der menschlichen Gesundheit und Umweltverträglichkeit nicht überschritten werden [15].

Eine qualitative Befragung verschiedener Akteurinnen und Akteure im Ernährungssystem des Oberengadins in der Schweiz zu eben dieser Empfehlung wirft Fragen auf: Die Bevorzugung von Geflügelfleisch gegenüber Rindfleisch, die geringen Mengen Käse sowie die Betonung von Hülsenfrüchten als Proteinquelle ist insbesondere für die befragten Landwirtinnen und Landwirte sowie lokale Metzgereien im Alpenraum kaum nachvollziehbar [10]. Die landwirtschaftliche Nutzfläche in der Schweiz spricht mit 65% Grasland für eine graslandbasierte Landwirtschaft mit Raufutterverzehrern.

Auch die aktuellen, klimatischen Bedingungen sowie das gute Graswachstum sind ideale Voraussetzungen für eine umfassende und effiziente Bewirtschaftung dieser Flächen mit vorrangig Wiederkäuern [7]. Diese können die für den Menschen nicht nutzbaren Nährstoffe der artenreichen Wiesen zu ernährungsphysiologisch hochwertigen, proteinreichen Nahrungsmitteln „veredeln“. Graslandbasierte Landwirtschaft hält im Oberengadin Flächen offen und trägt so positiv zum Landschaftsbild und damit zur touristischen Attraktivität der Region bei [7].

Im Talgebiet der Schweiz kann Dank topografischer Voraussetzungen einfacher Ackerbau betrieben werden. Jedoch stellt sich auch hier die Frage, wie viele Tiere ein Hof halten muss, um pflanzliche Lebensmittel ohne den Zukauf von Kunstdünger zu produzieren. Und vor allem: Wie viele Landwirtschaftsbetriebe existieren überhaupt noch, die sich nicht auf einen einzigen Betriebszweig spezialisiert haben, um überleben zu können?

Die Arbeitsgruppe rund um Leitzmann betont auch aus diesem Grund die Notwendigkeit einer holistischen Betrachtungsweise der komplexen Ernährungssysteme entlang der mannigfaltigen Dimensionen der Wertschöpfungskette. Dazu zähle auch zu erkennen, dass die Vorteile und die hohe Qualität nachhaltiger Produkte nicht umsonst erhältlich seien. Lebensmittel dürften nicht weiter derart billig angeboten, sondern müssten im Gesamtkontext ihrer wirtschaftlichen, gesundheitlichen und ökologischen Bedeutung betrachtet werden. So schlägt das Konzept beispielsweise vor, höhere Preise für Lebensmittel aus fairer und biologischer Produktion zugunsten einer ganzheitlich nachhaltigeren Ernährungsweise als Konsens zu etablieren [12].

Bleibt noch die Fleischfrage: Müssten nicht vielmehr Nachhaltigkeitsanalysen berechnet werden, welche „vom Tier her“ denken? Könnte dann die Frage lauten, wie viel Fleisch standortgerecht produziert werden kann, sodass das Ökosystem als Ganzes in der Lage ist, sich Jahr um Jahr regenerativ zu erhalten? Die Antwort auf diese Frage gäbe sodann auch vor, welche Nutztierassen auf welchen Flächen in welcher Menge eingesetzt werden könnten und daraus ergäbe sich wiederum ein „Budget“ an Fleisch, Milch und daraus gewonnenen weiteren Lebensmitteln, die jede Person verzehren könnte.

Bis diese Erkenntnisse vorliegen, könnten politische Maßnahmen angestrebt werden, um die Empfehlungen der Ernährungsgesellschaften in Deutschland, Österreich und der Schweiz im Außerhaus-Konsum umzusetzen. So würden fairere Verhältnisse in den Ernährungsumgebungen in der Gemeinschaftspflege von Kantinen, Krankenhäusern und anderen öffentlichen Einrichtungen geschaffen.

Konsumentinnen und Konsumenten könnten in der Zwischenzeit regional unabhängig einen wesentlichen Beitrag leisten, indem sie ihr Konsumverhalten in Bezug auf tierische Lebensmittel in einem ersten Schritt an den Empfehlungen der nationalen Ernährungsgesellschaften in Deutschland, Österreich und der Schweiz ausrichten.

Landwirt-schaf(f)t Zukunft

Treuhänder unserer Erde und unserer Mittel zum Leben

Es gibt in Deutschland, Österreich, der Schweiz und international großartige Landwirtinnen und Landwirte, welche Landwirtschaft seit jeher als dynamische Interaktion zwischen allem Leben



Alpweide im Berner Oberland, Schweiz

digen verstehen. Diese Bäuerinnen und Bauern haben möglicherweise noch nie etwas von der „Planetary Health Diet“ gehört. Jedoch setzen sie seit eh und je Produktionsmethoden ein, welche sogar darüber hinaus Lebensmittel im Sinne einer regelrechten „local ecosystem health diet“ herstellen. Sie sind es auch, die sich für mehr Biodiversität, mehr wirtschaftliche Unabhängigkeit, mehr kleinbäuerliche Familienbetriebe, mehr

Solidarität unter den Landwirtinnen und Landwirten, mehr Bodenschutz, mehr standortgerechte, ethische und ökologische Tierproduktion, für die Rückkehr zum Sonntagsbraten und Hochhaltung von Grenzen des Wachstums sowie Suffizienz einsetzen – mit Herz, Kopf und Hand. Der Preis für ihre Produkte ist kostendeckend, geradlinig und ehrlich. Wie kann es gelingen, diese Strukturen zu unterstützen?

Es ist nicht haltbar, als Gesundheitsfachperson „einfach“ mehr Geflügel zu empfehlen, ohne die Hybridrassen-Problematik einzubeziehen, „einfach“ für weniger Rindfleisch zu plädieren, ohne zwischen graslandbasierter und konventioneller Haltung zu unterscheiden und „einfach“ den vermehrten Verzehr pflanzenbasierter Produkte zu betonen, ohne die individuellen Kochkompetenzen zu bedenken und die gesundheitlich sowie ökologisch teilweise fraglichen Convenience-Produkte zu verstehen.

Wenn nachhaltige Ernährung bedeutet, alle Teile des Systems mit einzubeziehen, sollten wir landwirtschaftliche Betriebe suchen, welche standortangepasst produzieren und einen Sinn für das Ganze haben: Diejenigen, die Boden, Pflanzen, Tiere und Menschen als Teil eines großen Kreislaufs verstehen, in dem alle aufeinander angewiesen sind und sich gegenseitig unterstützen. Diejeni-

gen, die alle Teilbereiche bewusst und passend zur Identität ihres Hofes gestalten und die uns genau sagen können, wie viele Tiere sie benötigen, damit sie keinen Dünger für den Anbau ihres Gemüses benötigen.

Das klingt anthroposophisch? Ist es auch. Doch was ist falsch an einem Verständnis der Welt, welches sich auch mit der „Wissenschaft des Guten“, der „Kenntnis der natürlichen Dinge“ und der „Klugheit in menschlichen Angelegenheiten“ übersetzen lässt [1]? Vielleicht ist diese Betrachtung der Welt, von deren Intaktheit unser menschliches Überleben abhängt, eben genau derjenige Geist, welchen wir in Wissenschaft und Politik zuweilen vermissen, um die Welt um uns als Mitwelt zu begreifen. Bedeutet ein ganzheitliches Nachhaltigkeitsverständnis denn nicht auch das Hochloben von Diversität, um gemeinsam eine Welt zu gestalten, welche uns in unseren Werten vereint?

Sonja Schönberg

MSc Food, Nutrition & Health und Ernährungsberaterin, B.Sc. Berner Fachhochschule Gesundheit, Fachbereich Ernährung und Diätetik
Finkenhubelweg 11 | 3012 Bern
sonja.schoenberg@bfh.ch

Sonja Schönberg lehrt und forscht als Wissenschaftliche Mitarbeiterin mit Schwerpunkt Nachhaltige Ernährung und Planetary Health an der Berner Fachhochschule im Departement Gesundheit, Fachbereich Ernährung und Diätetik (Schweiz). Sie leitet die Fachgruppe Nachhaltige Ernährungsweisen des Schweizerischen Verband der Ernährungsberaterinnen und Ernährungsberater und ist Teil eines kleinen, landwirtschaftlichen Familienbetriebs mit Bio-Kälbermast im Berner Oberland.

Literatur

- 1 Anthroposophische Gesellschaft in der Schweiz (2021): Mehr zum Begriff Anthroposophie – Anthroposophie Schweiz. Verfügbar unter: <https://www.anthroposophie.ch/de/anthroposophie/themen/artikel/was-ist-anthroposophie/mehr-zum-begriff-anthroposophie.html>; aufgerufen am 16.1.2021
- 2 Broman GI, Robèrt K-H. A framework for strategic sustainable development. In Journal of Cleaner Production 2017; 140: 17–31
- 3 EAT Lancet Commission. Diets-for-a-Better-Future_G20_National-Dietary-Guidelines. 2019
- 4 education21. Positionspapier Fachkonferenz Umweltbildung. 2012. Verfügbar unter: <https://www.education21.ch/de/bne/zugaenge/umweltbildung>; aufgerufen am 30.12.2020
- 5 education 21. Nachhaltige Entwicklung Modelle – Beilage umweltbildung.ch Nr. 1/2012. Publikationsorgan der Stiftung Umweltbildung Schweiz (SUB) (https://www.education21.ch/sites/default/files/uploads/pdf-d/BNE-Artikel_Umweltbildung-ch_2012-2.pdf)
- 6 FAO. Sustainable diets and Biodiversity – Directions and solutions for policy, research and action. 2010
- 7 Gregis B. Graslandbasierte Milchproduktion in der Schweiz. Präsentation AF 51/55, Input Chästeilet Justistal 21.09.2018. Justistal
- 8 Kneer G, Schroer M. Handbuch soziologische Theorien. 2013, 1. Aufl. Wiesbaden: Springer VS
- 9 Planetary Health Alliance. PLANETARY HEALTH. 2020. Verfügbar unter: <https://www.planetaryhealthalliance.org/planetary-health>; aufgerufen am 30.12.2020
- 10 Schönberg S. Global Health Diet im Alpenraum? Kontextualisierung der EAT-Lancet Empfehlungen für nachhaltige Kontextualisierung der EAT-Lancet Empfehlungen für nachhaltige Ernährungsweisen in der Schweizer Berglandwirtschaft am Beispiel Engadin. frequenz. Das Magazin des Departements Gesundheit der Berner Fachhochschule 2020
- 11 The Lancet Planetary Health: a new discipline. 2020. Verfügbar unter: <https://www.thelancet.com/infographics/what-is-planetary-health>; aufgerufen am 30.12.2020
- 12 Von Koerber K. Fünf Dimensionen der Nachhaltigen Ernährung. In Ernährung im Fokus. 2014: 260–268. Verfügbar unter: https://cms2016.aeol.org/wp-content/uploads/2016/10/aid_eif_Nachhaltige_Ernaehrung_Koerber_09-2014__Lit.pdf; aufgerufen am 23.12.2020
- 13 Von Koerber K, Bader N, Leitzmann C. Wholesome Nutrition: an example for a sustainable diet. In The Proceedings of the Nutrition Society 2017; 76 (1): 34–41
- 14 Watts N, Amann M, Arnell N et al. The 2019 report of The Lancet Countdown on health and climate change: ensuring that the health of a child born today is not defined by a changing climate. The Lancet 2019; 394 (10211): 1836–1878
- 15 Willett W, Rockström J, Loken B et al. Food in the Anthropocene: the EAT – Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. The Lancet 2019; 393 (10170): 447–492