



ZEHN

Jahresbericht 2025



**WIR BRINGEN
NIEDERSACHSEN
AN DEN TISCH!**

INHALT

4	Netzwerkarbeit
9	Schwerpunkt Ernährung
14	Schwerpunkt Lebensmittelwertschätzung
21	Schwerpunkt Hauswirtschaft
24	Schwerpunkt Alltagskompetenzen
28	Öffentlichkeitsarbeit



NETZWERKARBEIT

NETZWERKE ALS SCHLÜSSEL FÜR ZUSAMMENARBEIT UND WIRKUNG

Die Initiierung, Etablierung und Pflege von Netzwerken zählen zu den zentralen Aufgaben des ZEHN. Ziel ist es, relevante Akteur*innen zusammenzubringen, thematische Schwerpunkte abzustimmen und Synergien zu fördern. So entstehen Kooperationen, gemeinsame Zielsetzungen und praxisnahe Lösungen. Zur Unterstützung dieser Prozesse organisiert das ZEHN eigene Veranstaltungen und Netzwerkgespräche, entwickelt Beteiligungsformate und erstellt praxisorientierte Konzepte sowie Handreichungen für Netzwerkpartner*innen. Darüber hinaus werden Inhalte und Erkenntnisse aus den Netzwerken verständlich aufbereitet und öffentlichkeitswirksam kommuniziert – ein wichtiger Beitrag für Orientierung und vernetztes Wissen im Ernährungs- und Hauswirtschaftssektor. Die Fachreferentinnen des ZEHN waren 2025 auf zahlreichen Fachtagungen, Dialogforen und Austauschformaten präsent – sowohl auf Landesebene in Niedersachsen als auch bundesweit.

VORTRÄGE

Die Fachreferentinnen des ZEHN werden regelmäßig als Expertinnen für Vorträge angefragt, in denen sie über die Arbeit und Projekte des ZEHN berichten sowie über Inhalte und Entwicklungen von Niedersachsens Ernährungsstrategie informieren. Durch diese Aktivitäten trägt das ZEHN seine Themen gezielt in Fachkreise, zu Multiplikator*innen und in die Öffentlichkeit. Es vermittelt praxisnahe Umsetzungsmöglichkeiten von Niedersachsens Ernährungsstrategie, stärkt die Sichtbarkeit des Berufsfelds Hauswirtschaft und sensibilisiert für zentrale gesellschaftliche Herausforderungen wie die Reduzierung von Lebensmittelverschwendung. Im Rahmen unterschiedlichster Veranstaltungen waren die Fachreferentinnen des ZEHN in 2025 mit diversen Vorträgen zu Gast, unter anderem beim Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH), an der Hochschule Fulda oder der Universität Oldenburg.



UNTERSTÜTZUNG, BERATUNG UND FACHLICHER AUSTAUSCH

In 2025 war das ZEHN in einer Reihe von fachlichen Austauschformaten aktiv und stand anderen Projekten unterstützend und beratend zur Seite. Für das KiSs-Projekt **„Klimafreundliche Gemeinschaftsverpflegung“ der Klimaschutz- und Energieagentur Niedersachsen („KEAN“)** wurde eine Orientierungshilfe „Nachhaltigere Gemeinschaftsverpflegung“ erstellt, bei der das ZEHN durch Korrekturen und Anmerkungen unterstützte.

Im Rahmen des KiSs-Projekts stand die Leitung des ZEHN, Annika Gaurig, dem KEAN zudem für ein [Interview](#) zur Verfügung. Auch im Projekt **„Lernort Mensa: Modellprojekt zur Stärkung der Ernährungsbildung in niedersächsischen Schulen“**, das vom Niedersächsischen Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherbildung gefördert wird, erfolgte eine beratende Mitwirkung zur Stärkung der Ernährungsbildung im schulischen Umfeld.





UNTERSTÜTZUNG, BERATUNG UND FACHLICHER AUSTAUSCH

Zudem bringt das ZEHN regelmäßig seine Expertise zur fachlichen und wissenschaftlichen Beratung in verschiedenen Fachbeiräten und Dialogforen ein. **Eine Auswahl des Jahres 2025:**

- **„Kommission für Ernährungs- und Agrarkommunikation“ (KEA):** Für eine unabhängige, evidenzbasierte und praxisnahe Kommunikation in Deutschland.
- **„Forum Küche“:** Begleitung des Aufbaus und der Entwicklung des „Forum Küche“ als Kompetenzzentrum für nachhaltige Ernährung in Bremen.
- **„Weltbaustelle Ernährung“:** Beratung und Begleitung des Projekts in ihrem Vorhaben, die Umsetzung des SDG 2 „Hunger beenden“ in Niedersachsen zu stärken sowie die Perspektive des globalen Südens in der Öffentlichkeit und bei Entscheidungsträger*innen auf Landes- und lokaler Ebene zu stärken.
- **Teilnahme und fachlicher Austausch** an der bundesweiten Dialogreihe des **Bundesministeriums für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH)** mit dem Titel **„Gemeinsam gegen Lebensmittelabfälle – Dialog für eine neue Wertschätzungskette“**. Die Fortführung des Dialogs übernimmt fortan die neu gegründete **Kompetenzstelle zur Vermeidung von Lebensmittelabfällen und -verlusten (KLAV)**. Das ZEHN ist Mitglied im Beraterkreis der **KLAV** und bringt seine Expertise künftig in die Weiterentwicklung der Wertschätzungskette auf Bundesebene ein.

Darüber hinaus wurde die **Region Hannover** bei der Entwicklung einer regionalen Ernährungsstrategie sowie die **Stadt Bremen** bei der Ausarbeitung ihrer Ernährungsstrategie fachlich beraten.



©Robert Kneschke_stock.adobe.com

POLITIK

ARBEITSGRUPPE ERNÄHRUNG IN SCHULEN

Das ZEHN nahm an der Sitzung der Arbeitsgruppe „Ernährung an Schulen“, bestehend aus dem Niedersächsischen Kultusministerium und dem Niedersächsischen Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz teil und stellte seine Arbeitsschwerpunkte vor. Die Arbeitsgruppe stärkt die interministerielle Zusammenarbeit auf Landesebene. Sie hat die Qualitätssicherung und -entwicklung der Ernährung an Schulen zum Ziel.

STELLUNGNAHME DES ZEHN ZUM ENTSCHEIDUNGSANTRAG „GEMEINSCHAFTSVERPFLEGUNG IN KITAS, SCHULEN, SENIORENEINRICHTUNGEN UND KANTINEN STÄRKEN – DGE-STANDARDS VERBINDLICH UMSETZEN“

Am 19. Februar 2025 war das ZEHN als fachlicher Ansprechpartner zu einer Anhörung im Niedersächsischen Landtag eingela-

den. Anlass war der Entschließungsantrag Drs. 19/5661 mit dem Titel „Gemeinschaftsverpflegung in Kitas, Schulen, Senioreneinrichtungen und Kantinen stärken – DGE-Standards verbindlich umsetzen“.

Im Rahmen der Anhörung brachte das ZEHN seine Expertise ein und legte eine fundierte Stellungnahme vor. Darin wurden die Chancen und Herausforderungen einer verbindlichen Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung beleuchtet. Das ZEHN betonte die Bedeutung einer ausgewogenen, gesundheitsfördernden und nachhaltigen Ernährung in allen Lebensphasen und unterstrich, wie wichtig praxisnahe Unterstützung für Einrichtungen ist, um die Standards erfolgreich umzusetzen.



POLITIK

STELLUNGNAHME DES ZEHN ZUM ENTSCHEIDUNGSANTRAG „NICHT FÜR DIE SCHULE, SONDERN FÜR DAS LEBEN LERNEN WIR: ALLTAGSKOMPETENZEN JUNGER MENSCHEN DURCH SCHULISCHE BILDUNGSANGEBOTE STÄRKEN!“

Am 27. August 2025 war das ZEHN erneut als fachlicher Ansprechpartner zu einer Anhörung im Niedersächsischen Landtag geladen. Anlass war der Entschließungsantrag Drs. 19/5649 mit dem Titel „Nicht für die Schule, sondern für das Leben lernen wir: Alltagskompetenzen junger Menschen durch schulische Bildungsangebote stärken!“.

In seiner Stellungnahme betonte das ZEHN die zentrale Bedeutung von Alltagskompetenzen für die Lebensbewältigung und gesellschaftliche Teilhabe junger Menschen. Themen wie Ernährung, Haushaltsführung, nachhaltiger Konsum und verantwortungsbewusster Umgang mit Ressourcen sind essenziell, um Schüler*innen auf ein selbstständiges Leben vorzubereiten. Das ZEHN hob hervor, dass diese Kompetenzen als Querschnittsthema für alle Fächer fest verankert und nicht nur theoretisch, sondern praxisnah in den Schulalltag integriert werden müssen.



@gelmold_stock.adobe.com

SCHWERPUNKT ERNÄHRUNG

WEITERENTWICKLUNG VON NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE - FOKUSHEFT ERNÄHRUNGSARMUT

Im Auftrag des Niedersächsischen Ministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz organisierte das ZEHN in 2024 einen Beteiligungsprozess mit vier gemeinsamen Online-Terminen, um **Handlungsempfehlungen gegen Ernährungsarmut** in Niedersachsen auszuarbeiten. Beteiligt waren 31 Organisationen aus Wissenschaft, zivilgesellschaftlichen Vereinen, ernährungsbezogenen Fachinstitutionen, Sozial- und Wohlfahrtsverbänden sowie niedersächsische Ministerien. Das ZEHN wertete die Arbeitsergebnisse aus und verschriftlichte diese in Form eines Fokushefts, das Handlungsempfehlungen mit Lösungsansätzen gegen Ernährungsarmut bündelt.

Im Anschluss an den Beteiligungsprozess erfolgte 2025 die interministerielle Abstimmung der Inhalte. Das Fokusheft wurde am 11. Dezember veröffentlicht. In Vorbereitung dazu übernahm das ZEHN die Organisation des Layouts, des Drucks, der Präsenzveranstaltung zur Herausgabe in der Landwirtschaftskammer Niedersachsen in Hannover, der Website-Anpassungen sowie der Öffentlichkeitsarbeit unter Einbindung der Mitwirkenden.

Das Fokusheft steht zum Download unter www.ernaehrungsstrategie-niedersachsen.de zur Verfügung.



UNTERSTÜTZUNG DER UMSETZUNG VON NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

Im Schwerpunkt Ernährung wurden auch im Jahr 2025 vielfältige Maßnahmen zur Unterstützung der Umsetzung von Niedersachsens Ernährungsstrategie durchgeführt. Dazu zählen unter anderem **Online-Veranstaltungen, Vorträge, Interviews und Magazinartikel für die Website www.ernaehrungsstrategie-niedersachsen.de, Newsletter sowie die Mitwirkung an Projekten anderer Akteur*innen.**

Ein weiteres Instrument zur Sichtbarmachung ist die **Datenbank** zur Umsetzung von Niedersachsens Ernährungsstrategie, die Projekte in Form von Steckbriefen vorstellt. Im Dezember 2025 verzeichnete die Datenbank rund 100 Einträge. Zudem werden regelmäßig Informationen zu aktuellen Fördermöglichkeiten veröffentlicht, um die Umsetzung von Niedersachsens Ernährungsstrategie durch externe Akteur*innen zu unterstützen.

NEWSLETTER NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

Der Newsletter zu Niedersachsens Ernährungsstrategie wird anlassbezogen versendet und bietet kompakte Informationen zu aktuellen Veranstaltungen, Terminen, laufenden Projekten und verfügbaren Fördermitteln. Ergänzt wird das Angebot durch Hinweise auf relevante Fachliteratur sowie **Stimmen zur Ernährungsstrategie**, unter anderem in Form von YouTube-Videos. Im Jahr 2025 wurden 22 Ausgaben verschickt.

Unter www.ernaehrungsstrategie-niedersachsen.de/newsletter können Interessent*innen den Newsletter abonnieren.



©Ryzhkov_stock.adobe.com

INTERVIEWS UND MAGAZINARTIKEL AUF DER WEBSITE ZU NIEDER-SACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

Im Jahr 2025 wurden sechs neue Interviews auf der [Website von Niedersachsens Ernährungsstrategie](#) veröffentlicht. Die Beiträge greifen aktuelle ernährungspolitische Fragestellungen auf und geben Einblicke in die Perspektiven verschiedener Expert*innen und Institutionen. Themen waren die Besteuerung von Lebensmitteln, kommunale Strategien, Inklusion in der Gemeinschaftsverpflegung, gesellschaftliche Veränderungsbereitschaft, Lebensmittelverschwendung und Werbestrategien im Handel:

- **„Wie sollten unsere Lebensmittel besteuert werden? Und warum?“** – Interview mit Dr. Florian Freund, Johann Heinrich von Thünen-Institut
- **„Oldenburgs Ernährungsstrategie veröffentlicht – Das sind die Pläne der Stadt“** – Interview mit Nils Marscheider, Stadt Oldenburg
- **„Bürokratie, Kosten, Zeitaufwand? 7 Vorurteile gegen Inklusion am Arbeitsplatz“** – Interview mit Oliver Engelhardt, Jugendherbergen im Nordwesten
- **„Wann zeigen Menschen die größte Veränderungsbereitschaft bei ernährungspolitischen Maßnahmen? Wie Debatten um vermeintliche Verbote vermieden werden können!“** – Interview mit Doreen Buchheiser, Robert Bosch Stiftung GmbH
- **„Bundesweiter Pakt gegen Lebensmittelverschwendung – Erste Erfolge?“** – Interview mit Manuela Kuntscher, Johann Heinrich von Thünen-Institut
- **„Handelsprospekte unter der Lupe: Gesunde Ernährung? Fehlanzeige!“** – Interview mit Jana Fischer, Verbraucherzentrale Hamburg e. V.



ONLINE-VERANSTALTUNGSREIHE ZU NIEDERSACHSENS ERNÄHRUNGSSTRATEGIE

Auch im Jahr 2025 wurde die etablierte Veranstaltungsreihe zu Niedersachsens Ernährungsstrategie erfolgreich fortgeführt. Ziel des Formats ist es, zentrale Themen der Strategie aufzugreifen und diese durch fundierte wissenschaftliche Beiträge sowie die Präsentation praxisnaher Projekte anschaulich zu vermitteln. In moderierten Diskussionsrunden treffen Wissenschaft und Praxis aufeinander, wodurch ein lebendiger Austausch entsteht.

Themen in 2025:

- **„Niedersachsens Ernährungsstrategie: Globales Denken – Lokales Handeln! Was bedeutet das?“** (In Kooperation mit der Weltbaustelle Ernährung), 120 Anmeldungen
- **„Niedersachsens Ernährungsstrategie: Gemeinschaftsverpflegung als inklusiver Arbeitsplatz?“**, 90 Anmeldungen



©ZEHN



WIEDERAUFNAHME UND WEITERENTWICKLUNG DES PROJEKTS ZUR NUTRI-SCORE-KOMMUNIKATION IM HERBST 2025

2024 hat das ZEHN im Rahmen einer Strategischen Partnerschaft mit der Landesinitiative Ernährungswirtschaft Niedersachsen (**LI FOOD**) **Kommunikationsmaterialien wie Social Media-Beiträge oder YouTube-Videos entwickelt**. Sie wurden allen Interessierten zur eigenen Verwendung angeboten, um so gemeinsam über einheitliche und gesicherte Kernbotschaften die Verbraucheraufklärung zu verbessern.

Im Herbst 2025 wurde das **Projekt zur Verbraucherkommunikation rund um den Nutri-Score** erneut aufgenommen. Hintergrund ist die Übergangsfrist zur Anwendung einer neuen Berechnungsformel für den Nutri-Score, die zum 01.01.2026 endet. Ab dem Jahr 2026 sind Hersteller verpflichtet, die aktualisierte Formel zu verwenden, die stärker an den aktuellen ernährungswissenschaftlichen Empfehlungen ausgerichtet ist. Diese Umstellung kann dazu führen, dass sich die Bewertung einzelner Produkte verändert.

Vor diesem Hintergrund wurden im Herbst 2025 die bestehenden Informations- und Kommunikationsmaterialien überarbeitet. Dabei wurden einerseits inhaltliche Anpassungen vorgenommen, andererseits Formatänderungen umgesetzt, insbesondere im Hinblick auf die geänderten Layoutanforderungen für Instagram.

Parallel dazu wurden Multiplikator*innen gezielt angesprochen und motiviert, sich an einer neuen Kommunikationswoche im Januar 2026 zu beteiligen. Ziel ist es, den Zeitpunkt des Auslaufens der Übergangsfrist zu nutzen, um Verbraucher*innen erneut über den Nutri-Score und die damit verbundenen Änderungen zu informieren.



SCHWERPUNKT LEBENSMITTELWERTSCHÄTZUNG

ERNTeprojekt „GELBES BAND“

Bereits zum sechsten Mal übernahm das ZEHN die landesweite Koordination des erfolgreichen **Ernteprojekts „Gelbes Band“**. Mit dem Aufruf im Juni 2025 wurden Obstbaumeigentümer*innen eingeladen, ihre Bäume beim ZEHN zu registrieren und Gelbe Bänder zu bestellen. Ziel des Projekts ist es, die **Wertschätzung von Lebensmitteln zu fördern und Lebensmittelverschwendung zu reduzieren**, indem nicht genutztes Obst durch Selbstpflücker*innen kostenlos geerntet werden kann, anstatt ungenutzt zu verderben.

Im Zeitraum von Juni bis Oktober wurden zwei Pressemitteilungen veröffentlicht. Wie in den Vorjahren stieß das Projekt auf großes mediales Interesse. Die Fachreferentinnen des ZEHN standen zahlreichen Zeitungen, Radiosendern und Agenturen für Interviews zur Verfügung. Insgesamt konnten über 200 regionale und überregionale Berichterstattungen dokumentiert werden.

Zusätzlich zum Gelben Band versendete das ZEHN **begleitendes Informationsmaterial** zur Wissensvermittlung, darunter Faktenblätter zu regionalen Lebensmitteln und Lebensmittelverschwendung, Saisonkalender, Lagertipps für Obst und Gemüse sowie Rezeptkarten. Zum Ernteprojekt **„Gelbes Band“** wurden zudem zwei **digitale Veranstaltungen** angeboten:

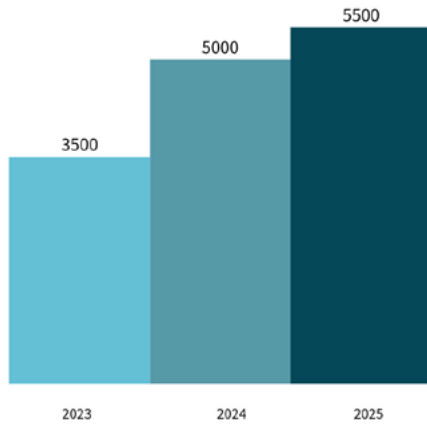
Mai 2025: Präsentation von Good-Practice-Beispielen rund um das Ernteprojekt. Vorgestellt wurden unter anderem Ernteaktionen mit Geflüchteten, Sammelaktionen in Verbindung mit Mostpressungen sowie die Initiierung von Baumschnittgruppen. Ziel war es, weitere Engagierte zur Übernahme dieser Ideen zu motivieren.

Juni 2025: Informationsveranstaltung für Interessierte, in der das Ernteprojekt umfassend vorgestellt wurde. Die Veranstaltung diente als Serviceangebot zur Klärung von Fragen, Unklarheiten und zur weiteren Bewerbung des Projekts.

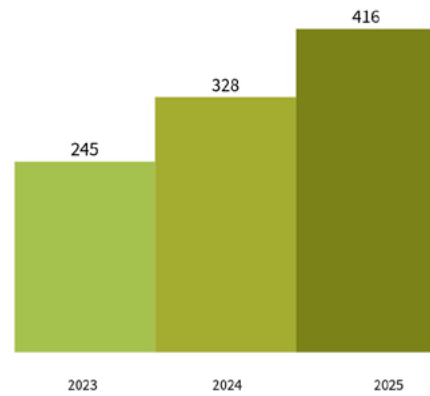


ZAHLEN UND FAKTEN RUND UMS ERNTEPROJEKT „GELBES BAND“

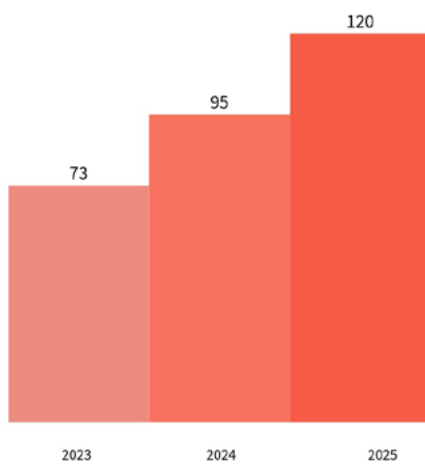
Verteilte Gelbe Bänder 2023-2025



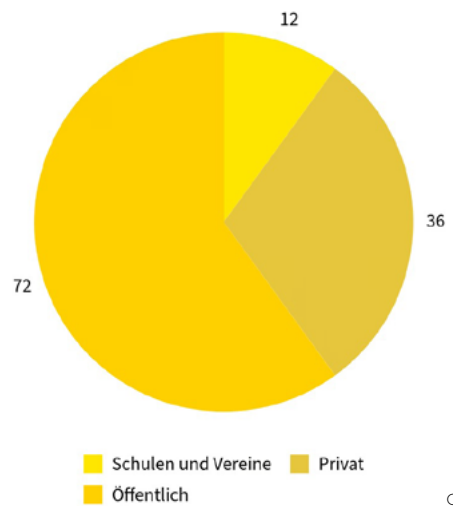
Anzahl Standorte Ernteprojekt "Gelbes Band" 2023-2025



Anzahl Obstbaumeigentümer*innen 2023-2025



Obstbaumeigentümer*innen 2025





KITA-BILDUNGSANGEBOT „VON DER BLÜTE BIS ZUR ERNTE – WO KOMMT MEIN APFEL HER?“

Um bereits im frühen Kindesalter ein Bewusstsein für Herkunft und Wert von Lebensmitteln zu schaffen, hat das ZEHN das landesweit erfolgreiche **Ernteprojekt „Gelbes Band“** um ein **neues, kostenfreies Bildungsangebot für Kindertagesstätten (KiTas)** erweitert.

Das Angebot richtet sich an KiTas sowie Multiplikator*innen der Fort- und Weiterbildung. Es vermittelt kindgerecht und praxisnah, wie aus einer Blüte ein Apfel entsteht, woher das Obst im Supermarkt stammt und wie daraus gemeinsam mit Kindern Leckerer zubereitet werden kann. Im Mittelpunkt steht das Erleben mit allen Sinnen: Lebensmittel werden spielerisch entdeckt, verarbeitet und wertgeschätzt. So werden frühzeitig Naturzusammenhänge, Nachhaltigkeit und Gesundheitsbewusstsein gefördert.

Das Bildungsangebot umfasst:

- **Geschichten, Spiele und Mitmachideen rund um den Apfel**
- **Rezeptvorschläge für gemeinsames Kochen mit Kindern**
- **direkt einsetzbare Materialien für den KiTa-Alltag**
- **praxisnahe Tipps zum ganzheitlichen Entdecken**

Es ist kostenfrei und in zwei Formaten verfügbar – als Printpaket oder digitale Version. Im Rahmen eines Pilotprojekts im Jahr 2024 haben elf KiTas in Niedersachsen das Angebot getestet und positiv bewertet. Die Rückmeldungen bestätigen die Praxisnähe und die Relevanz für die pädagogische Arbeit.

Das Bildungspaket kann direkt beim ZEHN per Mail bestellt werden: info@zehn-niedersachsen.de



KITA-BILDUNGSANGEBOT „VON DER BLÜTE BIS ZUR ERNTE – WO KOMMT MEIN APFEL HER?“

ENTWICKLUNG 2025

Das Bildungsangebot wurde landesweit ausgeweitet und stieß auf großes Interesse: Rund 600 Exemplare wurden angefragt, etwa 20 % der Anfragen kamen von Multiplikator*innen, der überwiegende Teil direkt von KiTas. Sogar über die Landesgrenzen hinaus gab es Interessierte.

Die Bekanntmachung erfolgte über vielfältige Kanäle – von Newslettern und Pressemitteilungen über Social Media und die [ZEHN-Website](#) bis hin zu Kooperationen und externen Veranstaltungen. Auch Träger, Kommunen und Partner des Ernteprojekts „Gelbes Band“ unterstützten die Verbreitung aktiv.





KOORDINATION DER BUNDESWEITEN AKTIONSWOCHE „ZU GUT FÜR DIE TONNE!“ IN NIEDERSACHSEN

Vom 29. September bis 6. Oktober 2025 fand zum sechsten Mal die **bundesweite Aktionswoche „Zu gut für die Tonne!“** des Bundesministeriums für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) statt, die sich der Reduzierung vermeidbarer Lebensmittelabfälle widmet. Das ZEHN übernahm die Koordination der Aktionswoche in Niedersachsen und unterstützte die landesweite Sichtbarkeit und Vernetzung der Aktivitäten.

Der Fokus lag in diesem Jahr auf der Außer-Haus-Verpflegung (AHV), da rund 17 % der Lebensmittelabfälle in diesem Bereich entstehen – häufig bei bereits hochverarbeiteten Produkten. Um Einrichtungen zu motivieren, eigene **Abfallmessungen** durchzuführen, wurde betont, dass diese einen zentralen ersten Schritt für positive Veränderungen darstellen.

Zur Unterstützung wurde eine eigene Unterseite auf der [ZEHN-Website](#) erstellt, die Hintergrundinformationen, Checklisten, FAQs, weiterführende Links sowie Good-Practice-Beispiele bereitstellt. Zusätzlich wurden Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit zur Verfügung gestellt, um die Umsetzung eigener Aktionen zu erleichtern.

Die Aktionswoche wurde aktiv im Netzwerk des ZEHN beworben. **Von den rund 130 bundesweit registrierten Aktionen stammten 20 aus Niedersachsen.** Das ZEHN selbst brachte vier eigene Beiträge ein: die Bewerbung von Lebensmittelabfallmessungen, das Ernteprojekt „Gelbes Band“, das Bildungsangebot für KiTas sowie einen Vortrag im Rahmen einer Veranstaltung.



TAG DER LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG AM 2. MAI

Anlässlich des **Tags der Lebensmittelverschwendung am 2. Mai** lenkte das ZEHN den Blick auf vermeidbare Lebensmittelabfälle in privaten Haushalten. Der Aktionstag wurde 2025 vom WWF ins Leben gerufen und macht auf ein zentrales Problem aufmerksam: Nach Angaben der Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation der Vereinten Nationen (FAO) landen jedes Jahr alle Lebensmittel im Müll, die von Januar bis Mai produziert wurden.

Rund 60 % aller Lebensmittelabfälle entstehen in den eigenen vier Wänden – ein Anteil, der von Verbraucher*innen häufig unterschätzt wird. Viele gehen davon aus, selbst nur wenig wegzuwerfen. **Um dieses Bewusstsein zu schärfen, motivierte das ZEHN Verbraucher*innen dazu, ihre eigenen Lebensmittelabfälle zu messen.**

Dafür stellte das ZEHN verschiedene Informationsangebote bereit, darunter eine Unterseite auf der ZEHN-Website sowie kurze Erklärvideos für Instagram (Reels und Stories). Diese zeigten anschaulich, wie die Messung funktioniert und warum sie wichtig ist. Die Inhalte verwiesen auf bestehende Materialien des ZEHN und boten praktische Tipps für die Umsetzung im Alltag.

Ein besonderer Erfolg: Ein Erklärvideo des ZEHN wurde auf der **Website von Slow Food Deutschland, Mitentwickler des Küchentagebuchs und Kooperationspartner von Zu gut für die Tonne!**, als offizielles Materialangebot aufgenommen. Mit einem Klick auf **„Video-Reels für Social Media“** gelangt man zum Erklärvideo. Damit wird die fachliche Arbeit des ZEHN auch über Niedersachsen hinaus sichtbar.



WEB-TALK

Am 28. Januar 2025 veranstaltete das ZEHN einen Web-Talk, der sich an Multiplikator*innen, Unternehmen der Lebensmittelbranche, Stakeholder, gemeinnützige Organisationen, Behördenvertreter*innen sowie interessierte Verbraucher*innen richtete.

Das Thema des diesjährigen Web-Talks lautete:

„Chancen, Möglichkeiten und Herausforderungen der Lebensmittelweitergabe“

Die Resonanz war groß – mit über 100 Anmeldungen.

Im Fokus standen:

- **der geltende Rechtsrahmen für die Umverteilung von Lebensmitteln**
- **ein exemplarisches Projekt zur Reduzierung von Lebensmittelverschwendung durch Weitergabe zubereiteter Speisen**
- **praxisnahe Good-Practice-Beispiele aus der Lebensmittelbranche**

Auch im kommenden Jahr soll das erfolgreiche Format weitergeführt werden.



SCHWERPUNKT HAUSWIRTSCHAFT

ONLINE-DIALOGFORUM HAUSWIRTSCHAFT

Das Online-Format „Dialogforum Hauswirtschaft“ wurde auch im Jahr 2025 erfolgreich fortgeführt. Ziel des Forums ist es, den fachlichen Austausch sowie die überregionale Vernetzung von Fachkräften und Interessierten im Bereich Hauswirtschaft zu fördern. Durch themenspezifische Beiträge, moderierte Diskussionen und die Möglichkeit zur aktiven Beteiligung bietet das Format eine Plattform, um aktuelle Herausforderungen, Best-Practice-Beispiele und innovative Ansätze gemeinsam zu reflektieren und weiterzuentwickeln.

Die Themen in 2025 waren:

- „Was ist Konsum und warum müssen wir neu denken?“
- „Wie kann nachhaltiges Handeln im Betrieb umgesetzt werden?“
- „Hauswirtschaft im Rampenlicht: So geht's auf Social Media“

In den Veranstaltungen waren jeweils rund 70 Teilnehmer*innen zu Gast.





ZUKUNFTSTAG AM 3. APRIL 2025: EINBLICK IN DIE HAUSWIRTSCHAFT

Im Rahmen des diesjährigen Zukunftstags am 3. April erhielten Schüler*innen die Gelegenheit, sich im Energie- und Erlebniszentrum Aurich mit dem Berufsfeld der Hauswirtschaft vertraut zu machen. Ziel des Zukunftstags ist es, jungen Menschen Einblicke in Berufsfelder zu ermöglichen, die traditionell dem jeweils anderen Geschlecht zugeordnet werden.

Das ZEHN sowie die Bezirksstelle Aurich der Landwirtschaftskammer Niedersachsen präsentierten die vielfältigen Tätigkeitsbereiche des Berufs Hauswirtschafter*in. In mehreren Workshop-Stationen konnten die Teilnehmenden praktische Erfahrungen sammeln und verschiedene Aufgabenbereiche kennenlernen.

Ein Schwerpunkt lag auf der nachhaltigen Haushaltsführung. So stellten die Jugendlichen unter Anleitung einen umweltfreundlichen Allzweckreiniger aus Kernseife, Natron, Wasser und Zitronensaft her. Auch die Herstellung von Spültabs wurde thematisiert und stieß auf großes Interesse.

Kulinarisch wurde ebenfalls einiges geboten: Die Schüler*innen bereiteten Waffeln mit individuell gestalteten Toppings zu, rührten Dips an und fertigten eigene Gewürzmischungen. Die Rückmeldungen der Teilnehmenden fielen durchweg positiv aus – insbesondere die praxisnahen und abwechslungsreichen Inhalte der Workshops wurden begeistert aufgenommen.



SCHULUNGEN UND QUALIFIZIERUNGEN

Damit Schüler*innen ein realistisches und fundiertes Bild vom Berufsfeld Hauswirtschaft erhalten, ist es entscheidend, dass Lehrkräfte über umfassende Kenntnisse verfügen. Nur so können die Inhalte des Berufsbildes fachgerecht vermittelt und die Attraktivität des Berufes aufgezeigt werden. Dazu werden jährlich Online-Informationsveranstaltungen für Multiplikator*innen in Schulen und Beratungen durchgeführt. **Für Lehrkräfte, die fachfremd Hauswirtschaft unterrichten, bietet das Niedersächsische Landesinstitut für schulische Qualitätsentwicklung (NLQ) eine gezielte Qualifizierung in Hauswirtschaft in vier Modulen an.**

Diese Qualifizierung ermöglicht, Fachwissen aufzubauen und den Unterricht praxisnah zu gestalten.

Auch im zweiten Durchgang der Qualifizierung für das Fach Hauswirtschaft beteiligte sich das ZEHN aktiv in den Modulen.

Ziel ist es, die Fachkompetenz der Lehrkräfte zu stärken und damit die Qualität des Unterrichts im Bereich Hauswirtschaft an Allgemeinbildenden Schulen nachhaltig zu sichern.



SCHWERPUNKT ALLTAGSKOMPETENZEN

SAISONKALENDER UND LAGERUNGSTIPPS FÜR OBST UND GEMÜSE

Zu Beginn jeden Monats informiert das ZEHN seine Follower*innen auf Instagram und Facebook im Storyformat darüber, welches Obst und Gemüse aktuell Saison hat oder als Lagerware verfügbar ist. Ergänzt wird dieses Angebot durch zwei weitere Beiträge pro Monat, die wissenswerte Fakten sowie ein Rezept zu einem ausgewählten Obst oder Gemüse liefern. Ziel ist es, praktische Impulse für eine saisonale und ausgewogene Ernährung zu geben.

Die saisonalen Rezepte stehen dauerhaft auf der [Website des ZEHN](#) zum Download bereit. Auch der Saisonkalender kann dort heruntergeladen oder als Printexemplar bestellt werden. In 2025 wurde der Saisonkalender noch einmal überarbeitet und eine neue Auflage gedruckt.



©ZEHN



©youns_stock.adobe.com

SAISONKALENDER UND LAGERUNGSTIPPS FÜR OBST UND GEMÜSE

Im Jahr 2024 entwickelte das ZEHN zusätzlich ein Informationsblatt zur Lagerung von Obst und Gemüse. Es enthält praxisnahe Hinweise zur richtigen Lagerung, um die Haltbarkeit zu verlängern und frühzeitigen Verderb zu vermeiden. Das Design orientiert sich am bekannten Saisonkalender. Auch die Lagertipps stehen auf der [Website zum Download](#) zur Verfügung oder können als Printexemplar bestellt werden.

Sowohl die Lagertipps als auch der Saisonkalender werden über verschiedene Kanäle verbreitet – darunter Standaktionen des ZEHN in Niedersachsen, über Direktvermarkter sowie den Niedersächsischen LandFrauenverband Weser-Ems e. V. Auch Obstbaumeigentümer*innen, die am Ernteprojekt „Gelbes Band“ teilgenommen haben, bestellten zahlreiche Exemplare zur Weitergabe an Verbraucher*innen.



©ZEHN



UNTERSTÜTZUNG VON REGIO-CHALLENGES IN NIEDERSACHSEN

Im Herbst 2025 begleitete das ZEHN die Durchführung von **Regio-Challenges in Niedersachsen**. Das landesweite Netzwerk der Ernährungsräte setzte sich dafür ein, möglichst viele Regionen und Akteur*innen – auch über die bestehenden Ernährungsräte hinaus – zur Organisation eigener Regio-Challenges zu motivieren.

Das ZEHN unterstützte diese Initiative, indem es allen Interessierten Materialien wie den Saisonkalender und praktische Lagerungstipps zur Verfügung stellte. Darüber hinaus leistete das ZEHN aktive Hilfe bei der Öffentlichkeitsarbeit, um die Sichtbarkeit der Regio-Challenges zu erhöhen und weitere Teilnehmende zu gewinnen.





HAUSWIRTSCHAFTSFÜHRERSCHEIN

Ein kompakter Fahrplan für Lehrkräfte und Bildungseinrichtungen für die Vermittlung von Haushalts- und Alltagskompetenzen mit vielen Arbeits- und Ideenblättern – das bietet der [HauswirtschaftsFührerschein](#).

Um die Aktualität des Hauswirtschafts-Führerscheins sicherzustellen, wurden Anfang 2025 alle zugrunde liegenden Quellen sorgfältig geprüft und bei Bedarf angepasst. Diese regelmäßige Aktualisierung der Quellen gewährleistet, dass die Inhalte mit den neuesten Quellen belegt werden können.

Darüber hinaus ist für das kommende Jahr eine Neuerung geplant: Interessierte sollen künftig die Möglichkeit haben, nicht nur den vollständigen HauswirtschaftsFührerschein als Gesamtpaket von der Website herunterzuladen, sondern auch einzelne Module.

Dies erhöht die Flexibilität und erleichtert den Zugang zu den einzelnen Modulen, sodass beispielsweise Lehrkräfte, Bildungseinrichtungen oder interessierte Personen gewünschte Schwerpunkte direkter auswählen können. Mit dieser Anpassung wird das Angebot nutzerfreundlicher und individueller gestaltet.





ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

PRESSEARBEIT UND LEITBILD

Auch im Jahr 2025 war das ZEHN ein gefragter Ansprechpartner für Medienanfragen aus Print, Hörfunk und Fernsehen. Zahlreiche Interviews mit den Fachreferentinnen des ZEHN unterstreichen die hohe Relevanz der Themen Ernährung, Lebensmittelwertschätzung und Hauswirtschaft in der öffentlichen Berichterstattung. Zu den Medien, die das ZEHN in diesem Zusammenhang anfragten, gehörten unter anderem Radio ffN, der Rundfunk Berlin-Brandenburg (RBB), Radio Antenne Niedersachsen, die Evangelische Presseagentur (epd) sowie der Norddeutsche Rundfunk (NDR).

Neben der Beantwortung aktueller Anfragen wurde die Pressearbeit strategisch weiterentwickelt: Persönliche Kontakte zu Journalist*innen wurden gezielt aufgebaut und gepflegt, um eine langfristige und

vertrauensvolle Zusammenarbeit zu etablieren. Diese kontinuierliche Vernetzung trägt dazu bei, die Sichtbarkeit des ZEHN in der Öffentlichkeit zu erhöhen und die Themen Ernährung, Lebensmittelwertschätzung und Hauswirtschaft nachhaltig in den Medien zu verankern.

In 2025 wurde begonnen, das Leitbild des ZEHN grundlegend zu überarbeiten, um die strategische Ausrichtung und die Werte des Zentrums für Ernährung und Hauswirtschaft Niedersachsen noch klarer zu kommunizieren. Parallel dazu erfolgt eine Anpassung des Corporate Designs, die für ein einheitliches und modernes Erscheinungsbild sorgt. Mit diesen Maßnahmen stärkt das ZEHN seine Identität und schafft eine solide Grundlage für die interne und externe Kommunikation.



SOCIAL MEDIA

Die Social Media-Arbeit des ZEHN wurde 2025 erfolgreich ausgebaut. Ziel war es, die Reichweite zu erhöhen und relevante Inhalte für Verbraucher*innen ansprechend zu vermitteln. Dafür wurde kontinuierlich zielgruppengerechter Content für [Instagram](#) und [Facebook](#) entwickelt. Wöchentlich erschienen zwei bis drei Beiträge oder Reels, ergänzt durch bis zu zwei Stories. Der Schwerpunkt lag auf der Produktion von Reels, da dieses Videoformat von den Plattformen bevorzugt an Nicht-Follower*innen ausgespielt wird und somit eine deutlich höhere Reichweite erzielt.

Im Berichtsjahr wurden drei Themenwochen umgesetzt:

- **Februar 2025: „Sojaanbau in Brasilien“** in Kooperation mit dem Projekt Weltbaustelle Ernährung. Die Themenwoche klärte mit Karussell-Posts und Stories darüber auf, wofür Soja aus Brasilien für unsere Ernährung hier vor Ort benötigt wird, welche globalen Auswirkungen dabei entstehen und welche

Gestaltungsmöglichkeiten in der eigenen Ernährungsweise genutzt werden können, um diese zu verringern.

- **April 2025:** Vier Reels zur **Ausbildung in der Hauswirtschaft** in Zusammenarbeit mit dem Altenheim Ahnsen an der Oker. Mitarbeiterinnen des ZEHN interviewten Lena Müller, die ihre Ausbildung zur Hauswirtschafterin im Bereich Alltagsbegleitung absolviert. Zudem begleitete das Team Lena einen Tag lang bei ihrer Arbeit.
- **September 2025: „Proteine“** mit vier Karussell-Beiträgen, die aufklärten, wie hoch der eigene Proteinbedarf ist und ob spezielle Proteinprodukte zur Bedarfsdeckung notwendig sind. Es wurden Mythen eingeordnet, Gesundheitsversprechen von Proteinpulvern kritisch betrachtet und Möglichkeiten einer proteinreichen Ernährung aus tierischen und pflanzlichen Lebensmitteln aufgezeigt.



SOCIAL MEDIA

KOOPERATION MIT INFLUENCERIN JANKALICOUS

Influencerin Janka Alwon betreibt den Instagram-Kanal „Jankalicious“ mit fast 85.000 Follower*innen, auf dem sich alles um das Thema „Lebensmittelwertschätzung“ dreht.

Die Kooperation mit dem ZEHN zum Thema „Lagerungstipps für Obst und Gemüse“ umfasste ein Reel inklusive einer Collab-Partnerschaft, eine Story mit drei Folien sowie eine Story als Reminder eine Woche nach Ausstrahlung des Reels. In der Story wurden die vom ZEHN erstellten Lagerungstipps von Janka Alwon zum Download angeboten. Darüber hinaus bekamen Kommentator*innen des Reels die Lagerungstipps automatisch zugeschickt.

Das Reel verzeichnete 24.000 Aufrufe und war eines der reichweitenstärksten Videos auf Janka Alwons Kanal innerhalb einer Zeitspanne von einer Woche. Es hatte damit etwa acht Mal mehr Reichweite als durchschnittliche Videos des ZEHN-Kanals. Es wurde über 700 Mal geliked, fast 800 Mal kommentiert und über 200 Mal geteilt. Die Lagerungstipps wurden innerhalb des Kooperationszeitraums fast 1.500 Mal heruntergeladen.



SOCIAL MEDIA

LINKEDIN

Die Hauptzielgruppe des ZEHN im Rahmen von Niedersachsens Ernährungsstrategie, des Fokushefts Ernährungsarmut sowie der Schwerpunkte des ZEHN sind Fachkräfte sowie Multiplikator*innen. Um die Ansprache dieser Zielgruppe weiter zu optimieren, wurde ein eigener [LinkedIn-Kanal des ZEHN](#) eingerichtet. LinkedIn ist die weltweit größte Plattform für berufliche Vernetzung und bietet ideale Voraussetzungen, um relevante Inhalte gezielt zu verbreiten. Zahlreiche Netzwerkpartner*innen des ZEHN auf Landes- und Bundesebene sind bereits auf dieser Plattform aktiv, sodass sich hier wertvolle Synergien ergeben. **Über den neuen LinkedIn-Kanal können bestehende Aktivitäten des ZEHN – wie Datenbankeinträge, Informationen zu Fördermitteln, Magazinartikel oder Veranstaltungseinladungen – künftig noch besser sichtbar gemacht und einer breiten Fachöffentlichkeit zugänglich gemacht werden.**

NEWSLETTER

NEWSLETTER DES ZEHN

Der ZEHN-Newsletter **richtet sich an Fachinstitutionen und Multiplikator*innen und bietet monatlich kompakte Informationen zu Themen rund um die Schwerpunkte Ernährung, Lebensmittelwertschätzung und Hauswirtschaft.** Neben aktuellen Veranstaltungshinweisen und einem Medientipp stellt er engagierte Akteur*innen vor, die in der Online-Datenbank mit Projekten zur Umsetzung von Niedersachsens Ernährungsstrategie vertreten sind.



WEBSITE WWW.ZEHN-NIEDERSACHSEN.DE

Die Website www.zehn-niedersachsen.de verzeichnete im Jahr 2025 über 90.000 Besuche. Besonders das Ernteprojekt „Gelbes Band“ trug erneut maßgeblich zur hohen Reichweite bei: Allein die Standortkarte wurde zwischen Juni und Oktober mehr als 27.000 Mal aufgerufen.

Auch das ZEHN-Magazin überzeugte mit vielfältigen Beiträgen – von informativen Artikeln bis hin zu spannenden Interviews. Im Themenbereich Lebensmittelwertschätzung wurde das Angebot um zwei neue Unterseiten erweitert:

- **„Abfallmessungen in der Außer-Haus-Verpflegung“**, entwickelt anlässlich der Aktionswoche „Zu gut für die Tonne!“
- **„Von der Blüte bis zur Ernte – Wo kommt mein Apfel her?“**, mit einem Bildungsangebot für KiTas und einer einfachen Bestellmöglichkeit

Im Terminkalender des ZEHN können Institutionen eigene Veranstaltungen registrieren, die dann auf der entsprechenden Unterseite „Termine“ einsehbar sind und über beide Newsletter verbreitet werden. In 2025 wurden rund 200 Termine von regionalen und überregionalen Akteur*innen eingetragen.



WWW.ERNAEHRUNGSSTRATEGIE-NIEDERSACHSEN.DE

Die Website www.ernaehrungsstrategie-niedersachsen.de wurde in 2025 inhaltlich und strukturell weiter ausgebaut. So wurde ein kompletter Bereich zum Fokusheft Ernährungsarmut ergänzt, der die Handlungsempfehlungen gegen Ernährungsarmut in Niedersachsen aufbereitet und die Mitwirkenden am Erarbeitungsprozess vorstellt. Die Auflistung verfügbarer Fördermittel sowie der Projekte in der Umsetzung wurde um einen Bereich zum Themenfeld Ernährungsarmut ergänzt, sodass ab sofort auch zu diesem Thema Informationen geliefert werden. Das Fokusheft steht seit der Herausgabe am 11. Dezember 2025 zum Download zur Verfügung.

Mit diesen Entwicklungen bietet die Website Fachinstitutionen, Multiplikator*innen und Interessierten ein umfassendes Informationsangebot und unterstützt die Umsetzung von Niedersachsens Ernährungsstrategie nachhaltig.

WWW.HAUSWIRTSCHAFT-IST-ANGESAGT.DE

Die Website zur Imagekampagne „Hauswirtschaft ist angesagt“ bietet Jugendlichen, die kurz vor dem Schulabschluss stehen, eine zentrale Informationsplattform rund um das vielseitige Berufsbild der Hauswirtschaft. Unter www.hauswirtschaft-ist-angesagt.de können sich Interessierte über Ausbildungswege, berufliche Perspektiven und die unterschiedlichsten Einsatzmöglichkeiten informieren.

Die Kampagnenseite blieb auch 2025 ein gefragtes Informationsangebot: Sie vermittelt Chancen und Inhalte des Berufsfeldes. Damit leistet die Website einen wichtigen Beitrag zur Nachwuchsgewinnung und zur Sichtbarkeit des Berufes.



ZEHN VOR ORT – DIALOG UND IMPULSE

Mit einem eigenen Messestand auf Veranstaltungen nutzt das ZEHN die Gelegenheit, zentrale Themen rund um Ernährung, Lebensmittelwertschätzung und Hauswirtschaft direkt an die Öffentlichkeit zu bringen. Im Fokus stehen dabei die Wertschätzung von Lebensmitteln, die Bedeutung regionaler und saisonaler Produkte, eine nachhaltige Ernährung sowie die Stärkung von Alltagskompetenzen. Zudem ist es möglich, aktuelle Aktionen wie das Ernteprojekt „Gelbes Band“ oder die bundesweite Aktionswoche „Zu gut für die Tonne!“, die sich aktiv gegen Lebensmittelverschwendung engagieren, vorzustellen.

Die Präsenz vor Ort ermöglicht es dem ZEHN, nicht nur Wissen zu vermitteln, sondern auch den direkten Dialog mit Verbraucher*innen, Fachkräften und Multiplikator*innen zu fördern. Gleichzeitig wird die Arbeit des ZEHN sichtbar und erlebbar.

Auf folgenden Veranstaltungen war das ZEHN in 2025 mit seinem Messestand vertreten:

- **Berufsfindungsmarkt an der BBS Peine** (März 2025)
- **1. Fachtagung Seniorenernährung: „Wissen mit Biss. Schwungvoll ins Alter!“** (Oktober 2025)
- **Nachhaltigkeitstag in Espelkamp – „Nachhaltigkeit facettenreich betrachtet“** (November 2025)



SIE HABEN RÜCKFRAGEN?

Kontakt:

Wiebke Müller-Scholz | wiebke.mueller-scholz@zehn-niedersachsen.de

Tel. 0441 801-572

www.zehn-niedersachsen.de