

## Gina Mühlebach



### Meine aktuellen Tätigkeiten

Aktuell befinde ich mich in der Schlussphase meines Masterstudiums an der Hochschule für Agrar-, Forst- und Lebensmittelwissenschaften (HAFL), an der ich den MSc in Life Sciences mit der Vertiefung „Food, Nutrition & Health“ belege. Parallel bin ich an der Berner Fachhochschule (BFH) im Fachbereich Ernährung & Diätetik tätig. Gemeinsam mit einem grossartigen Team bin ich dort in die Ausbildung von angehenden Ernährungsberaterinnen involviert. Mein Fokus ist dabei die Nachhaltigkeit im Ernährungssystem. Dabei habe ich

auch Nachhaltigkeitsaspekte im klinischen Setting im Blick. Ausserdem lehre ich zu den Themen insulinpflichtigem Diabetes mellitus, begleite Beratungsübungen, führe Befragungen durch und verwalte das Prozessmanagement des Fachbereichs.

Zuvor habe ich als Ernährungsberaterin im Homecare-Setting gearbeitet und Erfahrungen im Bereich der heim-enteralen Ernährung gesammelt. Dabei habe ich Patient\*innen sowie deren Angehörige und Pflegefachpersonen instruiert, begleitet und beraten. Ausserdem habe ich technischen Notfalldienst geleistet sowie mit Ärzt\*innen, Heimleitenden und Pflegedienstleitungen interdisziplinär zusammengearbeitet. Dabei habe ich mich nicht nur fachlich spezialisiert, sondern in der Koordination der heim-enteralen Ernährung auch ein breites interdisziplinäres Netzwerk im Gesundheitswesen aufgebaut.

Mein Wissensdurst, meine Freude an neuen Herausforderungen und mein Wunsch nach einer beruflichen Weiterentwicklung haben mich nach 5 Jahren Berufserfahrung und einem CAS in Gesprächsführung dazu bewogen, weiter zu studieren. Mein MSc-Studium an der HAFL ermöglicht mir, meine Lebensmittelkenntnisse zu vertiefen sowie Ernährungsweisen in Bezug auf Aspekte der Gesundheit und der

### Beruflicher Werdegang

- BSc Ernährung & Diätetik BFH
- Ernährungsberaterin SVDE im Homecare-Setting
- CAS Gesprächsführung ZHAW
- Studentin MSc Life Science mit Vertiefung „Food, Nutrition & Health“ BFH-HAFL
- Wissenschaftliche Assistentin BFH
- Summer School „Food Systems in Transition“ World Food System Center ETH Zürich

Nachhaltigkeit zu analysieren und evaluieren. Im Rahmen meiner Masterarbeit setzte ich mich mit dem Thema Foodwaste und Wertschätzung von Lebensmitteln auseinander. Dabei habe ich meine methodischen Kenntnisse zur Datenerhebung mittels Fragebogen und der anschliessenden statistischen Auswertung anwenden und weiterentwickeln können.

Neben meiner beruflichen und studentischen Tätigkeit habe ich ehrenamtlich an der Gründung und dem Aufbau der „RestEssBar Sursee“ mitgewirkt – ein Projekt, das sich auf lokaler Ebene gegen Foodwaste einsetzt. So werden Brot, Gebäck, Obst, Salat und Gemüse von Lebensmittelläden abgeholt und kostenlos weitergegeben, damit sie gegessen statt von den Lebensmittelläden entsorgt werden. Ausserdem bietet das Projekt Anlass, das eigene Foodwaste-Verhalten zu reflektieren.

Des Weiteren komme ich soeben aus der internationalen Summer School des „World Food System Centers“ der ETH Zürich zurück. Während 16 Tagen durfte ich zusammen mit 21 anderen Teilnehmenden auf einem biodynamischen Bauernhof in Rheinau das Ernährungssystem beleuchten, praktische Erfahrungen im Weinbau und in der Feldarbeit sammeln, den Prozess der Transformation diskutieren und nachhaltigere Alternativen des aktuellen Ernährungssystems erörtern und evaluieren. Dies stets in Hinblick auf die Kreierung eines Ernährungssystems, das der Weltbevölkerung von 2050 eine bedarfsdeckende Ernährung innerhalb der planetaren Grenzen unter Berücksichtigung von sozialen Aspekten wie Gesundheit, Arbeitsbedingungen und Wohlbefinden erlaubt. Die Summer School hat mir einen neuen Blick auf die Komplexität unseres Ernährungssystems ermöglicht und mich mit Menschen zusammengebracht, die meine Leidenschaft für Lebensmittel, Natur und Wissenschaft teilen.

## Ernährung verbindet Gesundheit und Nachhaltigkeit

Als Ernährungsberaterin verstehe ich unter einem nachhaltigen Ernährungssystem ein System, das neben den klassischen Nachhaltigkeitsaspekten der Umwelt-, Sozial- und Wirtschaftsverträglichkeit auch Gesundheitsaspekte berücksichtigt. Die Arbeitsgruppe von

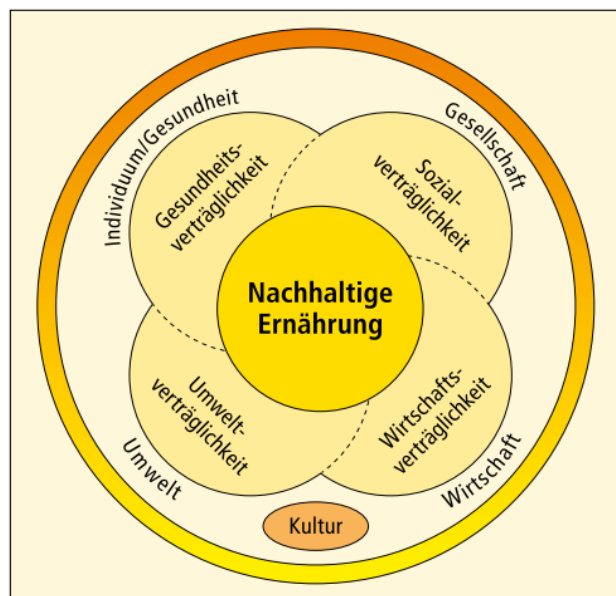


Abbildung 1: Modell einer nachhaltigen Ernährung (von Koerber K, 2014. Fünf Dimensionen der Nachhaltigen Ernährung und weiterentwickelte Grundsätze - Ein Update. Ernährung im Fokus, 260–268).

Karl von Koerber integriert die Gesundheit in ein Modell einer nachhaltigen Ernährung, und ergänzt die Kultur als übergeordneten Aspekt, der die Nachhaltigkeit mitbedingt. Neben diversen anderen ebenfalls interessanten Gedankenexperimenten, gefällt mir das in Abbildung 1 dargestellte Modell der besagten Arbeitsgruppe, weil es die Wichtigkeit des Gesundheitssektors im Bereich der nachhaltigen Ernährung meiner Meinung nach adäquat abbildet. So vertrete ich auch die Ansicht, dass es keine Entscheidung zwischen Gesundheit *oder* Nachhaltigkeit gibt. Gesundheit ist Teil des Nachhaltigkeitsgedankens und gleichzeitig schafft Nachhaltigkeit Voraussetzungen für Gesundheit.

Kontakt: [gina.muehlebach@bfh.ch](mailto:gina.muehlebach@bfh.ch)