



© Till Schürmann

Thomas Männle und Elmar Schropp

Wie die Zeit vergeht! Nun liegen bereits vier Jahrzehnte gemeinnützige Verbandsarbeit hinter uns. Als Gründungsmitglieder werden wir in dieser Rückschau einige wichtige Ideen, Stationen und Menschen erwähnen, die sich in unserer Erinnerung besonders eingepägt haben.

Die Idee

In den 1970er Jahren stellten wir und weitere Studierende fest, dass die öffentliche Ernährungsberatung und Ernährungslehre an deutschen Hochschulen eng mit den Interessen der Lebensmittelindustrie und deren Absatz verbunden war. Der Trend der Werbung mit einseitiger wissenschaftlicher Argumen-

tation war aber zum Nachteil für den Verbraucher. Auch für viele wichtige Fragestellungen, die dem Verbraucher hätten Nutzen bringen können, war in den Studienplänen der Universitäten Anfang der 1980er Jahre offensichtlich kein Platz. Diesen Mangel diskutierten wir sehr intensiv mit Kommilitonen im Fachbereich Oecotrophologie

verschiedener Universitäten. Aus diesen Kontakten entstanden bundesweit studentische Arbeitskreise mit dem Anliegen, das Studienangebot zu erweitern.

Als sich der nach Gießen berufene Professor Dr. Claus Leitzmann für unsere Sache einsetzte, kam Bewegung in unsere Bemühungen, die sich auf eine neutrale wissenschaftliche Legitimation stützten. Gemeinsam entwickelten wir das Konzept einer nachhaltigen Ernährungsweise, das erstmals 1981 in Form einer Orientierungstabelle für die Lebensmittelauswahl veröffentlicht wurde. Im gleichen Jahr publizierten die Ernährungswissen-

schaftler Karl von Koerber, Thomas Männle und Claus Leitzmann das Fachbuch zur Gießener Version der Vollwert-Ernährung.

Anfang der 1980er Jahre war die Zeit reif, dem Wunsch der Verbraucher nach neutraler wissenschaftlicher Information nachzukommen. Leider gab es damals keine Institution, die sich dieser Aufgabe annahm. Unsere ursprüngliche Idee, mit der „Deutschen Gesellschaft für Ernährung“ (DGE) zusammenzuarbeiten, wurde blockiert. Im Nachhinein sind wir froh darüber – zumal die DGE große Summen vom Staat erhielt und zumindest damals noch eng mit der Lebensmittelindustrie kooperierte. Wir aber wollten unabhängig bleiben. Und so entstand ursprünglich aus einer Idee der „Verband für Unabhängige GesundheitsBeratung“ (UGB).

Aus den Anfängen

Als der UGB 1981 von uns gegründet wurde, ging es zunächst um Bildungsangebote zu Ernährungsthemen, schließlich hatten wir das Studium der Oecotrophologie erfolgreich absolviert. Wir stellten uns die Aufgabe, unabhängige, neutrale, wissenschaftlich fundierte und methodisch gut aufbereitete Inhalte für eine gesunde Ernährung und Lebensweise anzubieten. Die Transformation wissenschaftlicher Erkenntnisse in verständliche, anwendbare Informationen stand im Vordergrund. Welche Lebensmittel sind der Gesundheit förderlich? Welchen Nutzen bringt eine schonende Zubereitung? Wie kann das theoretische Wissen mit der Praxis optimal verbunden werden, damit auch die Umsetzung klappt? Gibt es dazu hilfreiche kommunikative und methodische Möglichkeiten?

Mit dem ersten Kongress über Vollwert-Ernährung 1983 in der Gießener Kongresshalle geriet „der Stein ins Rollen“. Selbst Optimisten rechneten mit nicht mehr als 300 Teilnehmer*innen! Doch diese Besucherzahl wurde deutlich übertroffen. Zum ersten Mal gab es eine unabhängige Plattform, um aktuelle Ernährungsthemen ohne Zensur, Dogmen und Werbung zu diskutieren. Nach diesem Erfolg veranstaltete der UGB zunächst alle zwei Jahre einen Kongress. Jedes Mal steigerte sich die Teilnehmerzahl, bis schließlich 1989 die Kongresshalle in Gießen mit 1200 Besuchern bis auf den letzten Platz gefüllt war. Mehreren hundert Interessenten musste

sogar abgesagt werden. Geprägt von der Aufbruchsstimmung in dieser Pionierphase unterstützten viele Helfer tatkräftig die Arbeit des damals noch jungen UGB.

Neben vielen anderen Personen engagierten sich besonders Gisela Fritzen, Charlotte Sauermost, Ludwig Mey, Dr. Hilmar Burggrabe, Marilen Jänsch und Heinz-Walter Gisa. Durch ihren Enthusiasmus gaben sie die Initialzündung dafür, dass das Konzept der gesundheitsförderlichen Vollwert-Ernährung immer mehr Menschen überzeugte. Nicht zuletzt die Verknüpfung von wissenschaftlichen Fakten mit alltagstauglicher Praxis gab dabei einen wichtigen Impuls.

Wegbegleiter der ersten Stunde

Mitglieder und Abonnenten unterstützen die unabhängige Arbeit des UGB. Ohne Mitgliedsbeiträge und Abo-Gebühren könnten wir unsere fundierten Fortbildungen und werbefreien Veröffentlichungen nicht finanzieren. Jedem einzelnen von Ihnen danken wir ganz herzlich dafür! Die meisten sind schon seit Jahren, viele seit Jahrzehnten dabei. Die treuesten Wegbegleiter, die uns seit den Anfängen als Mitglieder unterstützen, nennen wir hier namentlich als besondere Anerkennung und danken für die Genehmigung zur Veröffentlichung:

- Hanjörg Bahmann, Coesfeld
- Monika Benecke, Pullach
- Luise Brüggemann, Rheine
- Gisela Fritzen, Völklingen
- Udo Graether, Dornhan
- Martina Grenz, Brannenburg
- Maja Groeger, Tonndorf
- Kornelia Haugg, Berlin
- Sabine Hemming, Runkel
- Roswitha Mager, Zimmern
- Jürgen Markmann, Offenbach
- Edith Müller, Heidelberg
- Lucia Pferdekamp, Nottuln
- Beate Reinhardt, Neckartenzlingen
- Christa Rickert, Sendenhorst
- Volker Rusch, Herborn
- Renate Schelkes, Freiburg
- Lucia Spitznagel, Igersheim
- Marianne Stieger, Einbeck
- Elke Streiff, Alsfeld
- Christine Stuhlmann, Hamburg
- Martin Taubert-Witz, Wien
- Maren Ueckermann, Marburg
- Günter Wehmeier, Kirchlengern
- Rolf Peter Weichold, Xanten
- Hilke Wellbrock, Reutlingen
- Ursula Wiedej, Sigmaringendorf
- Klaus Wolf, Siegen
- Victoria Zorn, Salzkotten

Hier machten sich besonders die Ernährungspraktiker verdient, wie das Ehepaar Klara und Dr. Dietrich Geißler, Luise Brüggemann, Ilse Hoppe, Claudia Stahlke und Johanna Brehme. Von Beginn

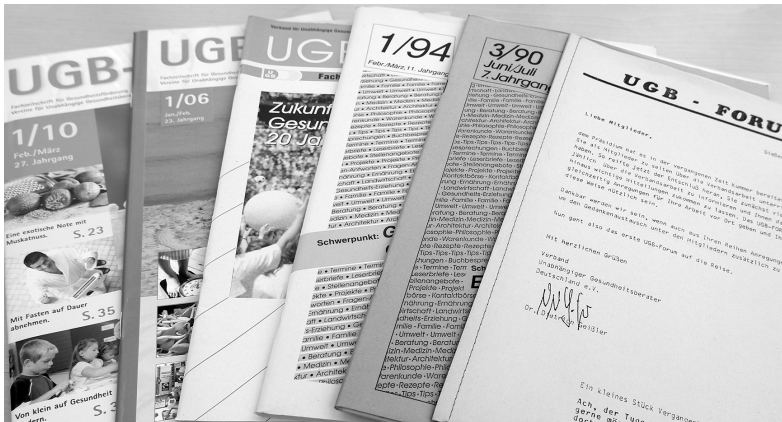
Und wie immer stellten sich konkrete Fragen: Wie sieht ein gesunder, individueller Lebensstil aus? Welche Verhaltensänderung zu den Zielen des Klienten hin wäre wünschenswert? Wie kann man

Zusammenarbeit mit dem Begründer der Königsteiner Akademie, Wilhelm Engel.

Die Vernetzung

Nach und nach entwickelten sich weitere Themenschwerpunkte, oft durch die Erweiterung über neue Kontakte oder neue Mitarbeiter*innen, wie das Thema „Ernährung für verschiedene Bevölkerungsgruppen“ durch Wiebke Franz. Die Notwendigkeit von Bewegung, Sport und Entspannung zur Gesunderhaltung kam hinzu, in Zusammenarbeit mit Dr. Markus Schwarz und Prof. Dr. Wilfried Kindermann, Olympiastützpunkt an der Universität des Saarlandes, und dem Physiotherapeuten Lutz Meissner aus Fulda. Das Thema Fasten wurde im Ernährungsbereich ergänzt – in Kooperation mit den führenden Fastenkliniken in Deutschland: der Buchinger- und der Kurpark-Klinik in Überlingen, der Malteser Klinik von Weckbecker in Bad Brückenau und der Buchinger Klinik in Bad Pyrmont.

Auch in Österreich und der Schweiz entwickelten sich vermehrt Aktivitäten. Zunächst reisten



Seit 1983 erscheint die Mitgliederzeitschrift UGBforum. Das Layout hat sich verändert, das Themenspektrum erweitert – geblieben ist die unabhängige Berichterstattung.

an zeigten sie auf, wie sich die ernährungswissenschaftlichen Empfehlungen im Alltag in genussvolle Speisen umsetzen ließen. Bis heute gilt: Wenn Gesundes gut schmeckt, bedarf es keiner zusätzlichen Argumente!

Vermehrt wurden Themen zum Schutz der Umwelt und zu besserem, nachhaltigem Verhalten ergänzt. Greta Thunberg war damals noch nicht geboren und auch die „Grünen“ steckten noch in den Kinderschuhen. Der UGB war allerdings schon früh, als argumentativer Vorreiter mit dabei, insbesondere über unsere Mitgliederzeitschrift das UGB-Forum. Damals waren Umweltschutz und Klimawandel in der breiten Bevölkerung noch nicht angekommen. Wir hatten es noch richtig schwer mit der Verbreitung von Konzepten und Themen wie Bio-Anbau, Bio-Lebensmittel, regional/saisonal, nachhaltiger oder Ressourcen schützen.

Menschen zu einem sinnvollen Verhalten motivieren? Inwieweit spielt die Psyche eine besondere Rolle? Welche Zusammenhänge und Wechselwirkungen gibt es zwischen Ernährung, Bewegung und Psyche? Es entstand die Fortbildungsreihe „Neue Lebensstile“ in

Grußworte aus Österreich

Der „Verein für Unabhängige Gesundheitsförderung – Österreich“ gratuliert dem UGB-Deutschland recht herzlich zum 40-jährigen Jubiläum.

Seit fast 30 Jahren arbeiten wir überaus konstruktiv zusammen. Anlässlich des Jubiläums danken wir besonders dem UGB-Team in Gießen für die stets kompetente und freundliche Unterstützung bei Seminaren, Tagungen und organisatorischen Belangen. Durch diese Fortbildungen konnten wir viele Menschen für eine nachhaltige Lebensweise begeistern. Auch Studierende im Ernährungsbereich nutzten aufgrund der bestehenden Kooperationen die aktuellen und bereichernden Angebote.

Für die nächsten zehn Jahre wünschen wir uns allen weiterhin Erfolg, Freude, Kreativität, Durchhaltevermögen und Engagement, damit wir 2031 gemeinsam ein großes Fest zum 50-jährigen Jubiläum feiern können.

Maria Ranetbauer, Obfrau UGB-Österreich

Grußworte aus der Schweiz

Gerne blicken wir auf unsere 25-jährige Zusammenarbeit mit den UGB Schwester-Vereinen in Deutschland und Österreich zurück. Besonders möchten wir unsere gemeinsamen Tagungen am Bodensee erwähnen, die uns über die Ländergrenzen hinweg immer wieder zusammengeführt und bereichert haben. Mit Freude erinnern wir uns auch an die gute Zusammenarbeit bei den gemeinsam organisierten Schweizer Tagungen.

Über die Jahre konnten dank dieser guten Kooperation vielen Gesundheitsfachleuten regelmäßig aktuelle Erkenntnisse und fachliche Anregungen vermittelt werden. So gelang es über die Zeit, viele Menschen zu einem gesundheitsförderlichen Lebensstil zu motivieren. Ich wünsche dem UGB Deutschland zum 40-jährigen Jubiläum von Herzen alles Gute und freue mich schon auf die kommenden gemeinsamen Jahre.

Michaela Picker-Bailer, Präsidentin UGB-Schweiz

Wissbegierige aus den Nachbarländern zu UGB-Veranstaltungen nach Deutschland, bis genügend Interessierte zusammenkamen, um eigene Institutionen zu gründen. So entstanden 1992 der UGB-Österreich und vier Jahre später der UGB-Schweiz.

Ein besonders gelungenes Vernetzungsprojekt ist das „Netzwerk Gesunde Ernährung“, deren Berater*innen seit 2011 über den „Förderverein fair beraten“ ihre Kurs- und Beratungsangebote veröffentlichen. Hier arbeiten im Interesse der Verbraucher ausschließlich vom UGB qualitätsgesicherte Ernährungsfachkräfte, die am Siegel „fair beraten“ zu erkennen sind. Das Siegel steht für:

- unabhängige Informationen ohne Werbung oder Verkauf von Produkten,
- qualitätsgesicherte Trainer*innen und Berater*innen, die sich regelmäßig fortbilden,
- bewährte Kurskonzepte, mit denen Verbraucher*innen in ihrer Selbstbestimmung bestärkt werden.

In den vergangenen vier Jahrzehnten ist ein umfangreiches Netzwerk mit kompetenten Fachleuten und Praktikern aufgebaut worden. Ein

jüngeres fachliches Kooperationsprojekt ist das 2018 gegründete „Expertennetzwerk Nachhaltige Ernährung“ (ENE). Vernetzungsarbeit ist sinnvoll, um möglichst viele Personen zu erreichen. Heute spüren die Menschen zunehmend die Notwendigkeit, nachhaltig und klug zu handeln, um diesen wundervollen Planeten Erde zu schützen und für unsere Kinder und nachfolgende Generationen zu erhalten.

Motivation des UGB-Teams

Und was motiviert Menschen für den UGB zu arbeiten? Meist ist es die Unabhängigkeit, dass wir nichts „verkaufen“ müssen ... außer guten, geprüften Inhalten. Fairness, Toleranz und Wertschätzung sind weitere gelebte Werte.

Die meisten **Mitarbeiter*innen** im UGB-Team sind schon seit Jahrzehnten mit dabei (siehe S. 63). Ihr unermüdliches Engagement und ihre Grundmotivation ermöglichen die vielen gemeinsamen Erfolge des UGB, denn erfolgreich sind wir insbesondere im Team. UGB – das ist nicht nur ein Job! An dieser Stelle möchten wir besonders Elisabeth Klumpp erwähnen, die stellvertretende Geschäftsführerin. Seit 1986 steuert sie engagiert zahlreiche Prozesse und hält innerbetrieblich in der Gießener UGB-Geschäftsstelle viele Fäden in der Hand.

Unsere **Dozent*innen** verfügen über eine Vielzahl unterschiedlicher Kompetenzen. So fließt ein breites Spektrum an Fähigkeiten in unsere Fort- und Weiterbildungen an der UGB-Akademie ein. Neue Mitarbeiter*innen oder Dozent*innen bringen immer wieder „frischen Wind“ in den Verband, so dass zusätzliche Innovationen angestoßen werden. Neue Impulse kommen auch von jungen Menschen, die wir als Praktikant*innen oder im Freiwilligen Ökologischen Jahr (FÖJ) beschäftigen. Es ist ein gegenseitiges Lernen und Unterstützen.



Förderverein
fair beraten.net

Home

Herzlich willkommen auf der Homepage des Vereins „fair beraten e.V.“
... auf der Seite einer starken Solidargemeinschaft für Verbraucherschutz.

Der Verein „fair beraten e.V.“ setzt sich dafür ein, dass ratsuchende Menschen fair und unabhängig informiert werden. Damit will er Vertrauen in der Gesellschaft fördern.
Wir freuen uns über Ihr Interesse und informieren Sie gerne.
→ Weitere Informationen

News

Die Abwehrkräfte stärken
Wasser zum wohlfühlen
Wassertreten, Güsse und Bäder – Anwendungen mit Wasser sind wohltuend und erfrischend. Sie stärken die Abwehrkräfte und lassen sich mühelos in den Alltag einbauen.

Unter dem Siegel des Fördervereins fair beraten präsentieren qualitätsgesicherte Ernährungsfachkräfte Kurs- und Beratungsangebote.

Sowohl das **UGB-Präsidium** als auch der **wissenschaftliche Beirat** unterstützen uns in unserer Werteorientierung. Prof. Dr. Claus Leitzmann trug und prägte seit den Anfängen die UGB-Arbeit entscheidend mit, nicht nur durch seine Fachkompetenz, sondern vor allem durch seine mitmenschliche Art und durch seinen positiven, diplomatischen Umgang mit Menschen. Er hat den UGB mit nach vorne gebracht, ihn stets unterstützt und immer die Treue gehalten.

Konzepte und Perspektiven

Aus dem individuellen Lebensstilkonzept entwickelten wir im Laufe der Jahrzehnte gemeinsam ein umfassenderes Konzept zu globalem Denken. Die zentrale Frage lautet heute nicht nur: „Wie können wir als Individuen gesund bleiben?“ sondern: „Wie können WIR ALLE gesund auf unserem Planeten überleben?“ „Wie kann jeder von uns zum Schutz der Umwelt beitragen? Und das ist eine Mammutaufgabe! Mehr denn je sind wir alle gefordert, uns gegen Leugner des Klimawandels mit wissenschaftlich fundierten und unabhängigen Informationen für den Schutz der Umwelt einzusetzen. Damit das gelingt, bedarf es umfangreicher Netzwerkarbeit, zu der wir aktuell auch gerne Personen oder Institutionen einladen, die bisher keinen Kontakt zum UGB hatten.

Der UGB wird sich selbstverständlich den aktuellen Herausforderungen der Zeit stellen. Digitalisierung, Online-Veranstaltungen und neue Technologien ermöglichen inzwischen Angebote, von denen wir und andere bisher nur träumten.

Konkret gibt es bereits einige digitale UGB-Angebote und diese Online-Veranstaltungen werden erfreulicherweise gut angenommen. Sie bieten Vorteile, werden aber langfristig die direkten zwischenmenschlichen Kontakte, das Miteinander auch in Lernprozessen nicht ersetzen können. Unsere Fortbildungen im Seminarzentrum in Bringhausen bieten beispielsweise eine angenehme Lernatmosphäre im geschützten Rahmen, die digital nicht erreichbar ist.

Ein eigenes Seminarzentrum ermöglicht nicht nur diese angenehme Atmosphäre des direkten



Der UGB veranstaltet seit 1990 Seminare und Symposien in Edertal-Bringhausen. Seit 2013 hat der UGB das Seminarzentrum am Edersee gepachtet.

Austauschs, des gemeinsamen Lernens und der Lernpausen in der Natur im Nationalpark Kellerwald-Edersee, sondern auch weitere Perspektiven. So ergeben sich Gelegenheiten für die Rezeptentwicklung und Tests für die Großküche, es werden neue Bildungsträger erreicht sowie günstige Möglichkeiten für interne Treffen, Besprechungen und Workshops eröffnet.

Fazit

Unser Erfolg war und ist aber nur möglich, weil Mitarbeiter, Dozenten, Spender, Kreditgeber, Geschäftspartner, die verschiedenen kooperierenden Institutionen ... und vor allem unsere Mitglieder und Abonnent*innen den UGB 40 Jahre unterstützt haben. Dafür sagen wir an dieser Stelle an wirklich viele, viele Menschen ein herzliches DANKESCHÖN. Wir hoffen natürlich, Sie werden dem UGB auch weiterhin treu bleiben. Denn Unabhängigkeit braucht eine breite gesellschaftliche Unterstützung, wenn sie etwas bewirken soll.

Persönliches

Die 40 Jahre UGB sind untrennbar mit unserem persönlichen Leben verbunden. +Rückblickend können wir festhalten, wir konnten durch unser berufliches Tun etwas Positives für die Gesellschaft bewirken. Unser Engagement hat sich gelohnt ... und das ist ein gutes Gefühl. Wir haben in all den Jahren sehr viel Unterstützung erlebt, viele berührende mitmenschliche Momente genossen. Dafür sind wir heute einfach DANKBAR.

