



# NEWSLETTER OKTOBER | 2021

## Inhalt

---

Aktuelles aus dem Cluster [Seite 1 - 3](#)

Vergangene Veranstaltungen [Seite 4 - 6](#)

Kommende Veranstaltungen 2021 & 2022 [Seite 7](#)

Rückblicke und Erfolge [Seite 8 - 9](#)

Wir verabschieden uns [Seite 10](#)

## Aktuelles aus dem Cluster

---

### Gibt es einen Paargeschmack und wenn ja, wie sieht der aus?

Essen und Trinken in der Partnerschaft: Wer nähert sich im Geschmackempfinden und der Nahrungswahl an den anderen Partner an? Welche Dynamiken gibt es und welche Faktoren sind bestimmend? Diese Fragen untersuchten Nadja-Raphaela Baer und Koautor\*innen anhand von Fragebögen, die 400 Paare der NutriAct-Familienstudie (durchschnittliches Alter 64 Jahre) online beantwortet hatten. Paarbeziehungen im Erwachsenenalter bringen Veränderungen auch mit Blick auf Ernährungspräferenzen bzw. den Geschmacksvorlieben mit sich. Dabei spielen verschiedene Paarbeziehungstypen eine Rolle, die auch in der Familienstudie gesehen wurden: Beide Partner nähern sich in ihren Vorlieben aneinander an, ein Partner nähert sich an den anderen Partner an oder beide behalten ihre Präferenzen ohne eine Annäherung bei. Am häufigsten wurde die Annäherung eines Partners an den anderen gesehen (bei der Hälfte der befragten Paare). In dieser Konstellation übernahm die Frau am häufigsten eine dominierende Rolle, sodass sich die Männer eher an die Präferenzen ihrer Partnerinnen anzupassen scheinen. Unsere Ergebnisse zeigen, dass die traditionelle Rollenverteilung in einer Partnerschaft in der Altersgruppe der über 50-Jährigen innerhalb der NutriAct Kohorte noch vorherrscht. Bisherige Präventionsstrategien zur Entwicklung eines gesundheitsorientierten Ernährungsverhaltens konzentrieren sich auf einzelne Personen. Präventionsansätze, die Paardynamiken berücksichtigen, könnten nach unseren Ergebnissen erfolgversprechender sein. Auswertungen weiterer Studiendaten, zu denen auch Daten einer experimentellen Studie zählen, werden dieser Frage vertiefend nachgehen.

Baer NR, Zoellick JC, Deutschbein J, Anton V, Bergmann MM, Schenk L. Dietary preferences in the context of intra-couple dynamics: Relationship types within the German NutriAct family cohort. *Appetite*. 2021 Dec 1;167:105625. [doi: 10.1016/j.appet.2021.105625](https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105625). Epub 2021 Aug 5. PMID: 34364966.



### Interview mit NutriAct-Probandin Veronika Fritsch

Unsere NutriAct-Probandin Veronika Fritsch (55 Jahre, berufstätig) hatte am 29.09.2021 ihre Abschlussuntersuchung. Somit hat sie die NutriAct-Verzehrstudie erfolgreich abgeschlossen. Hier berichtet Sie von ihren Erfahrungen zu der Studie:



©Veronika Fritsch

#### **Was hat Sie dazu bewogen an der NutriAct-Verzehrstudie teilzunehmen?**

Ich war bereits durch Vorerkrankungen (Bluthochdruck, erhöhtes Risiko für Schlaganfall) für das Thema sensibilisiert. Durch eine Bekannte im Fitnessstudio habe ich von der NutriAct Studie erfahren und mich dann dafür beworben. Ich wollte auch auf jeden Fall in die Gruppe mit der Ernährungsintervention aufgenommen werden, um meine Ernährung zu ändern und meinen Vorerkrankungen entgegenzuwirken. Außerdem interessiere ich mich allgemein für gesunde Ernährung und Sport. Ich hatte den Wunsch zu diesen Themen wissenschaftlich fundierte Hintergründe zu erfahren.

#### **Was war die größte Herausforderung dabei das NutriAct-Verzehrsmuster 3 Jahre lang beizubehalten?**

Da war vor allem die Corona Situation sehr schwierig, da die Beratung nicht in Gruppen vor Ort stattfinden konnte. Das hat mich sonst immer sehr motiviert. Grundsätzlich konnte ich mich aber immer gut an die Vorgaben halten. Am Anfang der Studie habe ich noch alleine gelebt und konnte die Verzehrempfehlungen gut für mich alleine umsetzen. Nun habe ich einen neuen Partner. Das veränderte die Umsetzung der Empfehlungen anfangs. Ich konnte dennoch grundlegende wichtige Eckpfeiler wieder festigen und weiterhin beibehalten.

#### **Was hat Sie motiviert 3 Jahre lang dabei zu bleiben?**

Vor allem die Ernährungsberatungen waren sehr hilfreich. Mir haben die genauen Vorgaben geholfen. Auch die Produktempfehlungen, z.B. die Produkte von Gerstorie oder die Eiweißflakes vom IGV waren sehr lecker und gut zu verwenden. Mir haben auch die Hinweise und Informationen zu Lebensmittelinhaltsstoffen geholfen, z.B. was ist genau drin in den Lebensmitteln und was ist eigentlich alles Zucker/Namen von Zuckerstoffen. Außerdem habe ich mir Tipps von den anderen Probanden geholt und geschaut "Was machen die anderen".

#### **Haben Sie Veränderungen durch die Verzehrumsstellung an sich bemerkt?**

Ja, auf jeden Fall. Ich habe mich schnell besser gefühlt, habe abgenommen und auch mehr Sport gemacht. Es war toll regelmäßig durchgecheckt zu werden und häufiger seine Werte zu sehen.



### Interview mit NutriAct-Probandin Veronika Fritsch

#### Wie hat ihr Umfeld auf die Verzehrumstellung reagiert?

Mein Umfeld war grundsätzlich sehr an der Studie interessiert, auch weil ich immer sehr begeistert von NutriAct berichtet habe. Ich habe meinen Partner kennen gelernt, nachdem ich mit der NutriAct-Verzehrstudie angefangen habe. Da mussten wir beim Kochen/Essen erstmal einen gemeinsamen Weg finden. Zum Beispiel verwenden wir beim Kochen nun manchmal halb Hartweizennudeln/halb Eiweißnudeln, es gibt mehr Gemüse, weniger Fleisch und es wird mehr mit Öl, insbesondere Rapsöl, gekocht. Nun mache ich auch mal eine Ausnahme und gönne mir etwas, was ich mir vorher nicht gern zugestand. Nach dem Motto : "Wie ist man aufgestellt, wie fühlt man sich?".

#### Werden Sie das NutriAct-Verzehrmuster (teilweise) beibehalten?

Ich werde das NutriAct-Verzehrmuster auf jeden Fall beibehalten. Mir geht es viel besser.

#### Haben Sie Wünsche und Anregungen für zukünftige Verzehrstudien?

Insgesamt war die Teilnahme an der NutriAct-Verzehrstudie eine tolle Erfahrung. Danke nochmal an die Ernährungsberaterinnen. Die Gruppensitzungen waren wirklich sehr hilfreich. Bei der nächsten Studie würde ich gerne wieder mitmachen.

Herzlichen Dank an Veronika Fritsch



## Vergangene Veranstaltungen

### 26. April: Career Talk Scientific Leadership \*

Im April organisierten NutriAct und das DiF gemeinsam ein Podiumsgespräch für den wissenschaftlichen Nachwuchs zum Thema "Scientific Leadership". Prof. Dr. Dorothea Fiedler, Direktorin des Leibniz-Forschungsinstituts für Molekulare Pharmakologie (FMP) in Berlin und Prof. Dr. Tilman Grune, NutriAct-Clustersprecher & wissenschaftlicher Vorstand des Deutschen Instituts für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke gaben Einblicke zum Führen in der Wissenschaft und berichteten von ihren sehr unterschiedlichen und spannenden Wegen dorthin. Im Anschluss an die Veranstaltung gab es ein digitales Get-together.

### 29. April: Gesund&Bunt?! \*\*\*

Auch die Gesund&Bunt?! zum Thema "Step by Step oder Tango – Roadmap zu neuen Lebensmittel" fand im virtuellen Format statt. Zum Frühstückskaffee präsentierte Moritz Braunwarth von [Vly Foods](#) die Vly-Perspektive von der Idee für eine Erbsenprotein-basierte Pflanzenmilch über die Produktion bis zum Supermarkt. Dabei war auch Katharina Rütze von [Kitchen Town](#), die erklärte, wie Start-ups ihre Produkte bei Kitchen Town weiterentwickeln können. Wissenschaftlichen Input lieferte unsere NutriAct-Nachwuchswissenschaftlerin Amy Schmiedeskamp vom [Leibniz-Institut für Gemüse- und Zierpflanzenbau e.V.](#) und erklärte am Beispiel des NutriAct-Gemüseaufstrichs wie man sich den vielfältigen Anforderungen an ein Functional Food annähern kann. Zum Nachtisch berichtete nutriCARD-Wissenschaftlerin Denise Melde, wie Speiseeis durch die Reduktion von Zucker und Fett gesünder wird und trotzdem nicht an Geschmack verliert. Lebhaftige Diskussionen in der anschließenden virtuellen Netzwerk-Session rundeten die Veranstaltung ab.

### 03.-09. Mai: Potsdamer Tage der Wissenschaften \*\*

Die Potsdamer Tage der Wissenschaften 2021 fanden als digitales Live-Event vom 03. - 09. Mai 2021 statt. Im Rahmen des "Ask a Scientist"-Formates beantwortete **Hanna Wortmann**, NutriAct-Promovierende im Teilprojekt 2 "Food Choice - Nahrungsauswahl" (Prof. Dr. P. Warschburger, Universität Potsdam), Fragen rund um ihr Forschungsprojekt "Food Neophilie". Die Videoaufzeichnung dazu finden Sie [HIER](#).



\* Veranstaltungen für Nachwuchswissenschaftler\*innen

\*\* Öffentliche Veranstaltungen

\*\*\* Transferveranstaltungen



## Vergangene Veranstaltungen

---

### 17.-19. Mai: Cross-Cluster Konferenz\*\*

Zum Abschluss der 2. Förderphase durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) haben die Kompetenzcluster der Ernährungsforschung bei einer Online-Konferenz vom 17.-19. Mai die Ergebnisse ihrer gemeinsamen interdisziplinären Forschungsaktivitäten präsentiert. Der erste Tag der Konferenz gab einen allgemeinen Überblick über sechs Jahre Kompetenzcluster der Ernährungsforschung. In einem spannenden Vortrag widmete sich Prof. Dr. Pablo Steinberg, Präsident des Max Rubner-Instituts, der Frage "Ernährung der Zukunft – wie essen wir in zehn Jahren?". Auch die anschließende Podiumsdiskussion orientierte sich in Richtung Zukunft. Unter dem Titel "Innovativ, nachhaltig, transdisziplinär – wo will die Ernährungsforschung hin?" wurde sehr angeregt über zukünftige Strategien und Ausrichtungen der Ernährungsforschung diskutiert. An den folgenden zwei Tagen präsentierten die Wissenschaftler\*innen aller Cluster die Ergebnisse ihrer Forschung. Abgedeckt wurde dabei die ganze Bandbreite der Ernährungsforschung, von Grundlagenforschung bis hin zu alltagstauglichen Ernährungsstrategien und -produkten. Während die Vorträge am zweiten Tag durch Poster Sessions ergänzt wurden, gab es am dritten Tag zusätzlich zu den Vorträgen noch die "Young Scientist Pitches". Zum Abschluss der Cross-Cluster Konferenz wurden die Posterbeiträge und Pitches der Nachwuchswissenschaftler\*innen prämiert. Den Posterpreis gewann Hanna Huber von DietBB mit dem Titel "Impact of vegetarian and the nordic diet on glucose metabolism: a human intervention study". Den besten Pitch lieferte Alissa Torske von *enable* mit dem Titel "Stress as a mediator of overeating and the effectiveness of mindfulness training as an intervention strategy". Eine detaillierte Zusammenfassung der Cross-Cluster Konferenz können Sie in [der Pressemitteilung](#) der DGE lesen.

### Cross-Cluster Innovation Challenge\*

Im Juni 2020 haben die vier Kompetenzcluster der Ernährungsforschung NutriAct, DietBB, *enable* und nutriCARD eine clusterübergreifende Innovation Challenge ausgerufen. Gesucht wurden innovative Ideen, die eine gesunde Ernährung bzw. die Ernährungsforschung unterstützen. Die Konzepte konnten bis zum 30. November 2020 eingereicht werden und wurden anschließend durch eine unabhängige Jury aus Vertreter\*innen von Wissenschaft und Wirtschaft bewertet. Die besten Ideen wurden zum Abschluss der Cross-Cluster Konferenz am 19. Mai 2021 prämiert: Platz 3 ging an Dr. Johanna Conrad, Stefanie A. J. Koch, Linda Clasen und Ionut Andone aus DietBB mit "NutriDiary". Den 2. Preis gewannen Dr. Tobias D. Höhn, Frank Zborowski, Ingrid Zborowski und Frank Hellriegel aus nutriCARD mit dem Konzept "Krabbelfix." Mit ihrem Konzept für die Koch-App "Nutridge", die bei ungesunden Zutaten in Kochrezepten gesündere Alternativen vorschlägt, gewannen Monika Wintergerst und Martin Lurz aus *enable* den 1. Preis. Herzlichen Glückwunsch!

### Imagefilm

Seit Juni ist der neue Imagefilm der vier Kompetenzcluster für Ernährungsforschung DietBB, *enable*, NutriAct und nutriCARD online. Der Film gibt einen spannenden, informativen Überblick über alle vier Kompetenzcluster und zeigt jeweils tolle ausgewählte Projekte. [HIER](#) geht es zum Film.

\* Veranstaltungen für Nachwuchswissenschaftler\*innen

\*\* Öffentliche Veranstaltungen

\*\*\* Transferveranstaltungen



# Vergangene Veranstaltungen

## 31. Mai: Pressekonferenz 10 Jahre innoBB \*\*

Zum 10-jährigen Bestehen der gemeinsamen Innovationsstrategie der Länder Berlin und Brandenburg (innoBB) wurde NutriAct in einer virtuellen Pressekonferenz am 31. Mai 2021 als Leuchtturmprojekt erfolgreicher Zusammenarbeit zwischen Wissenschaft und Wirtschaft präsentiert. Kern der innoBB ist es, die Wirtschaft passgenau mit wissenschaftlichen Kompetenzen zu vernetzen. Das ist NutriAct als Cluster mit 12 wissenschaftlichen Einrichtungen und mehr als 20 kleinen und mittelständischen Unternehmen in den letzten 6 Jahren gut gelungen. Prof. Dr. Tilman Grune und Prof. Dr. Cornelia Rauh erklärten, wie in NutriAct gemeinsam Strategien umgesetzt wurden, um den Gesundheitsstatus der Bevölkerungsgruppe "50plus" zu verbessern. Dabei wurden Produkte für eine altersgerechte gesündere Ernährung, aber auch ein Sofortanwendungskit zur Untersuchung sogenannter Biomarker entwickelt. Während der Pressekonferenz zogen Jörg Steinbach, Wirtschaftsminister von Brandenburg; Ramona Pop, Senatorin für Wirtschaft, Energie und Betriebe in Berlin; Manja Schüle, Wissenschaftsministerin von Brandenburg, sowie der Sprecher der Geschäftsführung der Wirtschaftsförderung Land Brandenburg GmbH (WFBB) Steffen Kammradt und der Geschäftsführer von Berlin Partner für Wirtschaft und Technologie GmbH Stefan Franzke, eine positive Zwischenbilanz für die Innovationsstrategie und für NutriAct.

## 09. September: Tag der Ernährungswirtschaft \*\*\*

Nach langer pandemiebedingter Pause von Präsenzveranstaltungen fand der 11. Tag der Ernährungswirtschaft, organisiert vom Cluster Ernährungswirtschaft der WFBB, am Leibniz-Institut für Agrartechnik und Bioökonomie in Potsdam Bornim im hybriden Format statt. Vor Ort stand besonders der Austausch unter den rund 80 Teilnehmenden im Mittelpunkt. Zusätzlich konnte die Konferenz durch einen parallel laufenden Livestream verfolgt werden. Brandenburger Unternehmen berichteten abwechselnd in Videos oder Interviews vor Ort, wie sie die Herausforderungen während der Corona-Pandemie, etwa verschärfte Hygienemaßnahmen oder veränderten Nachfragen und Anforderungen an ihre Produkte, mit regionalen Partner-



©NutriAct Management

schaften und Innovationskraft gemeistert haben. Mit dabei waren Direktproduzenten, wie Sebastian Kühn von der Eberswalder Wurst GmbH und Hanka Mittelstädt von der Ucker-Ei GmbH, aber auch Zulieferer und Dienstleister, wie Jens Ebert von Thimm Verpackungen und Jan Seitz von der CovIQ GmbH. Dass die Ernährungswirtschaft zukünftige Anforderungen nur durch die Bildung neuer Lösungsgemeinschaften entlang der gesamten Wertschöpfungskette bewältigen kann, erläuterte Klaus Martin Fischer, Diplom-Ingenieur bei Ebner Stolz, in seiner Keynote. Zum Abschluss der Veranstaltung wurde der Brandenburger Innovationspreis 2021 verliehen. Gewinner in diesem Jahr war die dropnostix GmbH, die ein Multi-Sensor-System für ein effizientes Herdenmanagement bei Kühen entwickelt haben. Herzlichen Glückwunsch!

\* Veranstaltungen für Nachwuchswissenschaftler\*innen

\*\* Öffentliche Veranstaltungen

\*\*\* Transferveranstaltungen



## Kommende Veranstaltungen 2021 & 2022

---

### November 2021: Workshop "Getting Published" \*

Veranstaltungsort: virtuell

In der vergangenen Förderperiode sind in den wissenschaftlichen Teilprojekten viele Daten erhoben, ausgewertet und teilweise bereits publiziert worden. Dennoch ist und bleibt das Erstellen von Manuskripten und das erfolgreiche Publizieren, gerade zum Ende der Förderperiode, ein wichtiger Teil des Projektabschlusses.

Aus diesem Grund führen wir, mit Unterstützung der **Nature Research Academy**, eine englischsprachige Online-Workshop-Serie zu den Themen "Effective Academic Writing", "Logical Manuscript Structure" und "Publication Ethics" durch (Termine: 5./12. 19.11.2021).

Es sind noch Plätze frei: **Voranmeldung bitte an [office.nutriact@dife.de](mailto:office.nutriact@dife.de).**

### Dezember 2021: Biomarker Veranstaltung "tba" \*

Veranstaltungsort: Campus Griebnitzsee

### 16.–18. März 2022: 59. Wiss. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. \* \*\*

Die DGE-Tagung 2022 wird unter der wissenschaftlichen Leitung von Prof. Dr. Tilman Grune (wiss. Vorstand, Deutsches Institut für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke und NutriAct-Clustersprecher) und Prof. Dr. André Kleinridders (Institut für Ernährungswissenschaft der Universität Potsdam) am Campus Griebnitzsee der Universität Potsdam ausgerichtet.

Der Kongress steht unter dem Motto "Der Kopf isst mit – Zusammenspiel von Ernährung und Gehirn". Wie sich Ernährung und Gehirn gegenseitig beeinflussen, wird u. a. in den Plenarvorträgen thematisiert.

Das Thema ist spannend, denn Auswirkungen der Ernährung auf die Gehirnzellen und das Zentrale Nervensystem (ZNS) sind für die gesamte Ernährungswissenschaft von der Ernährungsphysiologie und -medizin, der -verhaltensforschung und -beratung bis hin zur Neurobiologie, Endokrinologie, Psychologie und Gerontologie bedeutend. Der Kongress bietet die Möglichkeit, gemeinsam neue Erkenntnisse auch in Bezug zu unseren heutigen Ernährungsgewohnheiten und möglichen Potenzialen für Therapie und Praxis zu diskutieren, ermöglicht Austausch, erlaubt es konkrete Fragestellungen zu erörtern bspw. zum Einfluss der Insulinresistenz auf die metabolische Gesundheit oder zu Reizen, die Konsumententscheidungen im Gehirn beeinflussen und ein klimaorientierteres Bewusstsein schaffen.

Erstmals gibt es die Möglichkeit Last-Minute Poster vom 20. Dezember 2021 bis zum 09. Januar 2022 einzureichen. Darüber hinaus kann man sich für den 3. Science Slam der DGE-Fachgruppe Early Career Scientists (ECS) bewerben, bei dem ein wissenschaftliches Thema verständlich und unterhaltsam einem neugierigen und offenen Publikum präsentiert wird.

Die DGE-Tagung wird auch, wie in den vergangenen Jahren, aufgezeichnet und über den YouTube-Kanal der DGE veröffentlicht. Reinschauen lohnt sich!

\* *Veranstaltungen für Nachwuchswissenschaftler\*innen*

\*\* *Öffentliche Veranstaltungen*

\*\*\* *Transferveranstaltungen*



### Interessante Fakten: Hätten Sie es gewusst? Oder der etwas andere Rückblick.

- Der wissenschaftliche Output spiegelt sich in über **130 Veröffentlichungen** (knapp 80 Paper, über 50 Reviews/Buchbeiträge ) wider. Wir sind sicher, da kommt noch mehr! Die Forschungsergebnisse wurden auch weiterhin vielfach auf Fachtagungen präsentiert.
- Wir haben über **10 Reisestipendien** vergeben, die unsere Forschenden dabei unterstützt haben, ihre Ergebnisse auf nationalen und internationalen Fachtagungen zu präsentieren.
- Forschung ist nicht starr, sondern **immer in Bewegung**, so verwundert es nicht, dass sich für unsere Wissenschaftler\*innen neue berufliche Perspektiven eröffnet haben. Einige seien hier beispielhaft aufgeführt: **Prof. Dr. Tanja Schwerdtle** ist seit März 2020 Vizepräsidentin des Bundesinstituts für Risikobewertung (BfR). Im Oktober 2020 hat **Prof. Dr. habil. Barbara Sturm** die wissenschaftliche Leitung des Leibniz-Instituts für Agrartechnik und Bioökonomie (ATB) übernommen. Im selben Zeitraum erfolgte die Berufung von **Prof. Dr. Sascha Rohn** im Fachbereich "Lebensmittelchemie und Analytik" an die TU Berlin. Im Januar 2021 erhielt Prof. **Dr. Andrea Henze** die **Professur** für "Ernährungsphysiologie" an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg. Zuvor war sie seit März 2018 Leiterin der BMBF-geförderten Nachwuchsgruppe ProAID der Universität Potsdam.
- Unsere Veranstaltungsreihe "**Gesund&Bunt?!**" hat regelmäßig Akteure aus den Lebensmittelwissenschaften informiert und vernetzt. Es gab spannende Vorträge und Impulse von Forschenden und jungen Start-ups zu nachhaltiger, gesunder Ernährung und Verpackung, der Akzeptanz von Erbsenjoghurt, dem zukünftigen Stellenwert von Insektenproteinen und psychologischen Hürden, Verbraucher davon zu überzeugen, auch mal neue Wege zu gehen.
- Interdisziplinarität wurde im Rahmen der **Nachwuchsarbeit** groß geschrieben. Es wurden insgesamt **8 Summer & Winter Schools** durchgeführt, bei denen sich unsere Promovierenden näher kennengelernt haben und Einblicke in die vielfältige Forschung gegeben wurden. Und es ging noch weiter: in **clusterübergreifenden Summer Schools** kamen Promovierende aller vier Kompetenzcluster der Ernährungsforschung zusammen, um über Gemeinsamkeiten und Unterschiede in ihrem Forschungsfeld zu sprechen.
- Um dem wissenschaftlichen Nachwuchs die verschiedenen Karrierewege nach einer Promotion zu zeigen, wurden viele **Carreer Talks** durchgeführt, sowohl in Präsenz als auch virtuell. Dabei reichte die Themenvielfalt von "Karrierewege in den Lebenswissenschaften", "Meet alumni from life sciences", "Women in Science", bis hin zu "Scientific Leadership" und "Entrepreneurship". So wurden neue Einblicke gewährt und interessante Diskussionen geführt.
- Für die 3-jährige **Interventionsstudie** wurden am DIfE **731 Telefonscreenings** und **512 Erstuntersuchungen vor Ort** durchgeführt und davon 250 Personen in die Studie eingeschlossen. Bisher gibt es nur 48 Abbrecher aus dieser Gruppe.
- In der **NutriAct-Familienstudie** wurden Daten von über **1550 Personen** (Paare sowie Geschwister) erhoben und weiter ausgewertet.



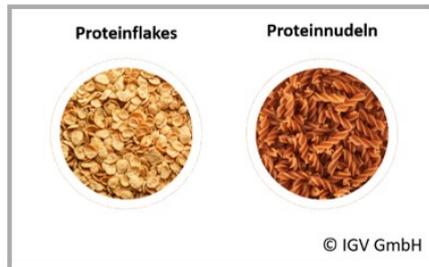
In 6 Jahren hat sich doch eine ganze Reihe an NutriAct-Produkten angesammelt...

### Ölmüller Müsli



©NutriAct Management

### Eiweißreiche Flakes und Nudeln



© IGV GmbH

### Ballaststoffbrötchen



©NutriAct Management

### Carotinoidreicher Gemüseaufstrich



IGZ

©Schmiedeskamp 2019

### Rapsöl-Joghurt



©Valentina Conty/TU Berlin

### Pflanzliche Milchalternative



©Vly Foods

### Gemüsebrot



©Rebecca Klopsch

### Tempeh-Cracker "Tempsta"



©FEI



## Wir verabschieden uns!

Geistig und körperlich fit bis ins hohe Alter, wer wünscht sich das nicht? Ein wesentlicher Baustein, um das Erkrankungsrisiko zu minimieren, ist eine gesunde Ernährungsweise. Aber wie ist diese definiert? Wie können sich Menschen ab 50 gesund ernähren? Würden sie neue Ernährungsempfehlungen und Produkte überhaupt annehmen?

Das waren die Fragestellungen, denen wir uns im Kompetenzcluster "NutriAct – Ernährungsintervention für gesundes Altern: Ernährungsmuster, Verhalten und Produkte" im Raum Berlin-Brandenburg in den vergangenen sechs Jahren gewidmet haben.

Ziel war es, in sechs interdisziplinären Projekten, die wissenschaftlichen Grundlagen für altersgerechte Ernährungsempfehlungen speziell für 50- bis 70-jährige Menschen zu schaffen sowie neue Lebensmittel zu entwickeln, die akzeptiert werden und eine gesunde Ernährung ermöglichen.

NutriAct war das erste vom Bundesministerium für Bildung und Forschung mit insgesamt 12 Millionen Euro geförderte mittelfristige und in diesem Umfang angelegte Ernährungsforschungsprojekt in Deutschland.

Zentrales Element war die Ernährungsinterventionsstudie mit insgesamt 500 Proband\*innen. Drei Jahre lang folgten sie entweder den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung oder dem speziellen NutriAct-Ernährungsmuster, das durch einen hohen Anteil an Ballaststoffen, pflanzlichen Proteinen und ungesättigten Fettsäuren sowie einem geringen glykämischen Index definiert war. In transdisziplinärer Zusammenarbeit mit den Forschenden der Projekte "Biomonitoring" und "Neue Produkte" entstanden zudem schmackhafte und gesundheitsfördernde neue Lebensmittel, wie z. B. das Ölmüller Müsli, der Kanow-Mühle Sagritz.

Weiterhin untersuchten wir mit der NutriAct-Familienstudie die Bedeutung der im Erwachsenenalter selbst gegründeten Familie für die Nahrungsauswahl, die Geschmackswahrnehmung und das Ernährungsverhalten im Vergleich zur Herkunftsfamilie. Dazu erhoben wir Daten von über 1550 Personen (Paare sowie Geschwister) im Alter von 50 bis 70 Jahren.

Mein herzlicher Dank gilt dem BMBF, dass dieses Kompetenzcluster ermöglicht hat und allen NutriAct-Kolleg\*innen der Ernährungswissenschaft, Lebensmittelchemie -und technologie, Epidemiologie, Geistes- und Sozialwissenschaft und Medizin, die in den vergangenen sechs Jahren ausdauernd, vertrauensvoll und lösungsorientiert mit den Partnern der regionalen Ernährungswirtschaft zusammengearbeitet haben. Sie haben dabei nicht nur die große Herausforderung einer gemeinsamen Sprache gemeistert, sondern auch junge Nachwuchstalente hervorgebracht. Die fachübergreifende Zusammenarbeit von Wissenschaft und Ernährungswirtschaft war und ist sehr bedeutend für unsere Region.

Durch die zeitgleiche Förderung der drei weiteren regionalen Cluster der Ernährungsforschung *enable* in München, DietBB in Bonn und NutriCard in Jena sind wichtige Leuchttürme der Ernährungsforschung in Deutschland entstanden, die uns die einmalige Möglichkeit gaben, die Ernährungsforschung besser und neu zu vernetzen. Für die Zukunft wünsche ich mir, die Kompetenzen in einem Deutschen Zentrum für Ernährung und Prävention bündeln und das bisher Erreichte fortführen zu können.

Ihr Tilman Grune

### Über NutriAct—Kompetenzcluster Ernährungsforschung Berlin-Potsdam

NutriAct steht für *Nutritional Intervention for Healthy Aging: Food Patterns, Behavior, and Products*. Es ist eines von 4 nationalen Kompetenzclustern der Ernährungsforschung, das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) für 3 + 3 Jahre (2015-2021) mit insgesamt 12 Millionen Euro gefördert wurde. Zentrales Projektziel war es, die Ernährungs- und Gesundheitssituation der 50- bis 70-Jährigen zu verbessern, um möglichst Vielen ein hohes Alter in Gesundheit zu ermöglichen. Mehr unter [www.nutriact.de](http://www.nutriact.de).

#### Redaktion

Dr. Rebecca Klopsch & Dr. Ulrike Bernhardt

#### Kontakt

##### Dr. Ulrike Bernhardt

Leiterin der Geschäftsstelle

c/o Deutsches Institut für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke

Arthur-Scheunert-Allee 114- 116

14558 Nuthetal

Email: [office.nutriact@dife.de](mailto:office.nutriact@dife.de)

Telefon: +49 33200 88-2533

