

BELLA BESUCHT

Frauen mit Herz



Erhältlich ist „Benja & Wuse“ im Buchhandel, 14 Euro, Oekom-Verlag



Spielend lernen - mit  
Bildungsmaterialien  
für das Kita-Projekt

# Weil Lebensmittel so wertvoll sind

Mit dem Verein Restlos glücklich setzt sich **Wenke Heuts (37)** gegen Verschwendung ein - und hat hierzu ein Kinderbuch geschrieben



So schmeckt's uns: Das Restlos-glücklich-Team kocht mit geretteten Lebensmitteln





Die Events bieten auch gute Gelegenheit, sich mit anderen Menschen zu vernetzen

Text: Christina Wüseke

Unglaubliche 18 Millionen Tonnen Lebensmittel landen in Deutschland jährlich im Müll – über die Hälfte davon wäre noch einwandfrei genießbar. Der Verein Restlos glücklich möchte durch Bildungsarbeit für Erwachsene und Kinder nachhaltig dazu beitragen, dass Lebensmittel wieder mehr Wertschätzung erfahren.

### Gekocht wird nur mit geretteten Zutaten

Wenke Heuts ist seit 2019 durch die Kochworkshops des Vereins an Bord. „Ich bin eigentlich Kommunikationswissenschaftlerin, als ich mich nach einem neuen Job umsah, hatte für mich aber oberste Priorität, etwas Sinnvolles zu tun. Also bewarb ich mich auf die freie Workshop-Stelle.“ Bei den Kochworkshops kommen nur gerettete Lebensmittel zum Einsatz, das Publikum ist bunt gemischt. Ziel ist auch, gesunde, klimafreundliche Ernährung aus der Ökonomie herauszuholen. Inzwischen ist Wenke Teil des Öffentlichkeitsarbeit-Teams und hat ein Kinderbuch geschrieben, das der Verein Anfang des Jahres herausgebracht hat. Im Gespräch erzählt sie vom Verein, dem Buch und gibt Anregungen, wie sich Lebensmittel retten lassen. ●

„Vertraut  
euren  
Sinnen“

Wenke über das  
Mindesthaltbarkeitsdatum



Da sich der Umgang mit Lebensmitteln schon im Kindesalter prägt, setzt der Verein auch bei den Jüngsten an

### Seit wann gibt es den Verein?

Anette Keuchel und Leoni Beckmann legten 2015 den Grundstein, indem sie ein Lokal in Berlin-Neukölln eröffneten, in dem ausschließlich mit Lebensmitteln gekocht wurde, die bereits aus dem regulären Verkauf aussortiert wurden. Das Lokal ist inzwischen geschlossen, weil klar wurde, dass wir mit Bildungsarbeit viel mehr Menschen erreichen als mit einem Restaurant. Wir veranstalten Mitmachaktionen an öffentlichen Orten in Berlin, Kochevents, Teamevents, haben unterschiedlichste Projekte ins Leben gerufen und bieten seit Pandemieausbruch auch digitale Kochworkshops an.

### Ist die Teilnahme kostenlos?

Bis auf die Teamevents, die zum Beispiel Firmen buchen, sind unsere Angebote kostenlos und werden gefördert.

### Der Verein hat sein erstes Buch herausgebracht, Sie sind die Autorin.

Entstanden ist das Buch im Zuge unseres Kita-Projekts „Bis auf den letzten Krümel“, das im Herbst 2020 gestartet ist und mit dem wir Vorschulkinder für einen nachhaltigen Umgang mit Lebensmitteln sensibilisieren möchten. Dafür begleiten wir Kita-Gruppen über sieben Wochen. Die Idee war, zum Einstieg aus einem Buch vorzulesen. Da es für die junge Zielgruppe allerdings kein Buch zu diesem Thema gab, haben wir uns im Team überlegt: wir machen selbst eins. Wichtig war uns, dass es kein Erklärbuch ist, sondern eine spannende Geschichte erzählt. Im Fokus stehen Grundschulkind Benja und das kleine Zauberwesen Wuse, die sich auf große Essensretter-Mission begeben.

### Ist das Ihr erstes Buch?

Ja, und es war eine tolle Erfahrung. Das Schreiben hat Spaß gemacht – hilfreich war sicher auch, dass ich ein Kind im Zielgruppenalter habe und so den direkten Austausch hatte. Dass das Buch für den Deutschen Kinderbuchpreis nominiert ist, der dieses Jahr erstmals verliehen wird, freut mich wahnsinnig.

### Glückwunsch zur Nominierung!

Vielen Dank. Die Erwachsenen-Jury hat die Vorauswahl getroffen. Jetzt entscheidet die Kinder-Jury, welches der zehn Bücher das Siegerbuch ist. Mitte Oktober ist die Bekanntgabe.

### Haben Sie abschließend noch drei Lebensmittel-Retter-Tipps parat?

Gern. Erstens: Lebensmittel immer restlos verwerten, aus Schalen von Biomöhren lassen sich z. B. leckere Chips machen. Zweitens: Lebensmittel durch Einfrieren, Pürieren oder Backen länger haltbar machen. Braune Bananen sind super für Bananenbrot. Und drittens: Den eigenen Sinnen wieder mehr vertrauen als einem Mindesthaltbarkeitsdatum.

### GUT ZU WISSEN

#### Weitere Infos im Netz

Infos, kostenlose Materialien zu den Bildungsprojekten und auch Termine für die verschiedenen Online- und Offline-Events sowie Retter-Rezepte finden Sie im Netz unter [www.restlos-gluecklich.berlin](http://www.restlos-gluecklich.berlin).