



SHARING IS CARING!

Jedes Jahr landen in Deutschland 10,8 Millionen Tonnen Lebensmittel im Müll – viel davon ist noch genießbar. Die Aktiven von *foodsharing Kiel e.V.* setzen hier an und engagieren sich ehrenamtlich: Die Initiative rettet nicht mehr verkaufsfähige, aber verzehrbare Lebensmittel und verteilt sie kostenlos weiter – unabhängig, werbefrei und nicht kommerziell. Mit rund 100 Kooperationsbetrieben in Kiel und 600 aktiven Foodsaver*innen werden täglich wertvolle Lebensmittel vor der Tonne bewahrt. Sie landen nicht nur auf privaten Tellern, sondern werden auch bei sozialen Einrichtungen wie Flüchtlingsunterkünften, Wohnungslosenhilfen, Bahnhofsmissionen und anderen lokalen Abgabestellen weitergegeben. Auch Bekannte, Nachbar*innen und Arbeitskolleg*innen helfen mit, damit die Lebensmittel nicht weggeworfen werden müssen. Dabei geht es um mehr als Nachhaltigkeit: Jedes gerettete Kilo Essen bedeutet weniger verschwendete Ressourcen – von Energie- und Wasserverbrauch über CO₂-Emissionen bis hin zur Arbeitskraft. Alex, langjähriger Foodsaver und Marja, Pressesprecherin von *foodsharing Kiel e.V.*, geben uns Einblicke in die Bewegung. Lust, mitzumachen? Let's go!

Lorenz im Interview mit Alex und Marja

Hey Alex, du bist schon lange Food-saver. Wie kam es dazu?

Alex: Ich bin Alex und seit sieben Jahren aktiv bei *foodsharing Kiel e.V.* dabei. Nebenbei arbeite ich in einer Kita. Noch bevor ich nach Kiel gezogen bin, habe ich von der Initiative erfahren und kam das erste Mal mit Foodsharing in Kontakt. Persönlich habe ich Lebensmittel schon immer sehr wertgeschätzt, da ich aus einer Familie komme, in der nicht viel Geld vorhanden war. Das Thema hat mich daher sofort interessiert. Als ich nach Kiel kam, habe ich mir einen Monat Zeit gelassen, bevor ich in der neuen Kita angefangen habe. In dieser Zeit habe ich mich bei *foodsharing Kiel e.V.* angemeldet – und mich sofort in der Community wohlfühlt. Nach dem erfolgreichen Bestehen des Einführungsquiz – einer Art Prüfung – durfte ich drei Einführungsabholungen mit einer erfahrenen Person begleiten. Besonders beim Thema Hygiene gibt es eine zusätzliche Belehrung, die speziell auf die Risiken beim Retten von verarbeiteten und leicht verderblichen Lebensmitteln vorbereitet. Diese Schulung wurde gemeinsam mit verschiedenen Expert*innen erarbeitet. Wenn alles im Bewerbungsprozess gut klappt, wirst du schließlich als Retter*in verifiziert – und kannst loslegen!

Wie geht es nach der Verifizierung dann weiter?

Alex: Du kannst selbst entscheiden, in welchen Betrieben und wie oft du Lebensmittel retten möchtest. Als Retter*in schaut man natürlich erst mal, welche Betriebe in der Nähe sind und welche Mengen dort regelmäßig anfallen. Je größer die Menge, desto mehr Zeit muss für die Verteilung eingeplant werden. Das bedeutet aber auch, dass du dir genau überlegen kannst, was gut zu deinem Alltag passt. Bei mir waren es zeitweise bis zu drei Ret-



tungen am Tag, die ich gut in meinen Tagesablauf integrieren konnte. Unsere Infrastruktur ist zudem so aufgestellt, dass wir auch spontan einspringen können, falls mal jemand ausfällt – damit die Rettung trotzdem zustande kommt. Schließlich arbeiten wir darauf hin, so viele Lebensmittel wie möglich zu retten – am besten mit einer 100-Prozent-Quote.

Wie viele Retter*innen seid ihr aktuell in Kiel?

Marja: Wir sind derzeit über 600 aktive Retter*innen und haben mehr als 100 Betriebe gelistet. Pro Woche retten wir gemeinsam über 8,3 Tonnen Lebensmittel – das ist wirklich eine enorme Menge! Am 27. September 2025 steht eine ganz besondere Aktion an: der bundesweite Aktionstag „Mission Tagesschau“. An diesem Tag werden sich alle Foodsharing-Bezirke in Deutschland beteiligen und die frisch geretteten Lebensmittel von diesem Tag zentral sichtbar machen und verteilen. Auch wir in Kiel sind natürlich dabei – das wird ein riesiges Ding!

Wie sieht dein Alltag als Retter genau aus, Alex?

Alex: Das kommt immer darauf an, wo ich gerade unterwegs bin. Wenn es eine Notfallrettung gab – zum Beispiel von einer Tankstelle am Westufer –, dann lag das vielleicht nicht unbedingt auf meinem Weg, aber das war dann eben meine Abendgestaltung. Rettungen sind einfach ein Teil meines Alltags geworden. Wenn möglich, rette ich zu Fuß oder mit dem Rad – so verbinde ich das Ganze direkt mit Bewegung und bin flexibel unterwegs. Ich kann selbst bestimmen, wie oft ich aktiv bin. In stressigen Zeiten bin ich vielleicht nur zweimal pro Woche unterwegs, insgesamt habe ich aber laut Statistik bereits 1483 Kilogramm Lebensmittel gerettet. In letzter Zeit bin ich auch

stärker im Hintergrund eingespannt und habe neue Betriebsverantwortlichkeiten übernommen. Ich bin Ansprechperson für die kooperierenden Betriebe und die Foodretter*innen, also das Bindeglied zwischen ihnen. Außerdem habe ich zeitweise die Meldestelle in Kiel übernommen – wenn zum Beispiel vergessene Rettungen gemeldet wurden, habe ich mich darum gekümmert. Damit das gesamte Foodsharing-Netzwerk funktioniert, braucht es viele ehrenamtliche Strukturen auch im Hintergrund – und ich bin froh, Teil davon zu sein.

»
WIR RETTEN UNEIGENNÜTZIG, DAS GROSSE ZIEL IST ES, LEBENSMITTELVERSCHWENDUNG ZU VERHINDERN.
«

Was bedeutet dir dein Engagement für Foodsharing?

Marja: Mittlerweile werden wir sogar von Betrieben angesprochen, die von uns erfahren haben und mit uns zusammenarbeiten möchten. Das ist der Wandel der Zeit. Als wir vor zwölf Jahren in Kiel angefangen haben, war das noch ganz anders – damals haben wir oft noch ein klares „Nein“ bekommen. Wir starteten mit kleinen Bio-Betrieben, für die Foodsharing fast selbstverständlich war. Schritt für Schritt haben wir dann die Strukturen aufgebaut und den Betrieben das Konzept nähergebracht. Das Besondere an *foodsharing Kiel e.V.* ist, dass wir seit 2019 ein eingetragener und gemeinnütziger Verein sind. Das hat vieles ver-

ändert: Manche Betriebe arbeiten explizit mit uns zusammen, weil sie unsere festen Strukturen schätzen. Außerdem schließen wir für alle, die bei uns aktiv sind, eine Unfall- und Haftpflichtversicherung ab – ein riesiger Vorteil. Damit wir mit der wachsenden Bewegung Schritt halten können, entwickeln sich auch unsere Strukturen weiter. Seit Jahren haben wir zum Beispiel ein PR-Team, das auf Veranstaltungen über Foodsharing informiert. Für mich persönlich ist das Projekt auch eine menschliche Bereicherung. Ohne Foodsharing hätte ich viele großartige Menschen nie kennengelernt – das macht es für mich noch wertvoller.

Alex: Es ist wichtig, sich immer wieder bewusst zu machen, dass wir uneigennützig retten – das große Ziel ist es, Lebensmittelverschwendung zu verhindern. Das ist meine Grundhaltung und darauf baut alles auf. Lebensmittel sind etwas Schönes – sie verbreiten Freude und bringen Menschen zusammen. Wer ist nicht gern? Je nach Menge überlege ich, wie ich die geretteten Lebensmittel am besten verteile. Wenn es nur vier Brötchen sind, verbrauche ich sie selbst. Sind es aber zwei Tische voller Backwaren, verteile ich sie weiter – an Freund*innen, Nachbar*innen oder über die *WhatsApp*-Gruppe meines Stadtteils, in der sich Menschen über das Abholen oder Weitergeben von Lebensmitteln austauschen...

Marja: Wir haben aber auch eine Signal-Gruppe, deren Mitglieder über das gesamte Stadtgebiet verteilt sind. Andere nutzen *kleinanzeigen*, um Lebensmittel weiterzugeben – das ist ganz unterschiedlich. Wir versuchen, die Lebensmittel komplett zu verwerten. Bei frischen Produkten wie Kohlrabi oder Möhren, die nicht mehr besonders ansehnlich sind, sprechen

wir zuerst Tierhalter*innen oder Tierheime an, damit möglichst nichts in der Biotonne landet.

Alex: Zu meinen wertvollsten Erfahrungen zählen die Besuche im Obdachlosenheim. Diese Orte sind unglaublich wichtig für die Stadt und geben so vielen Menschen Sicherheit – gleichzeitig sind sie aber oft unsichtbar. Die Einblicke, die ich dort bekommen habe, waren für mich besonders wertvoll, und ich wusste sie sehr zu schätzen.

Marja: Zum Schluss wollen wir noch einen kleinen Aufruf zum Ende verbreiten: Für unser E-Lastenrad sowie das dazugehörige Equipment, das wir bei der Aktion „Lotties Welt“ der *Förde Sparkasse* gewonnen haben, suchen wir einen sicheren, wettergeschützten und gut zugänglichen Raum, damit wir den Stellplatz unabhängig nutzen können. Da wir geldlos arbeiten, haben wir leider kein Budget für Miete – daher freuen wir uns über Ideen und Unterstützung!

Vielen Dank euch!

Schnippel-Partys



Foodsaver*in werden!



Die Sparkassen-Aktion „Lotties Welt“ hat uns ein Lastenrad ermöglicht! Jetzt suchen wir dafür einen zentralen, sicheren und wettergeschützten Stellplatz!