

Franziska Eigenmann



Meine aktuellen Tätigkeiten

Seit Oktober 2021 arbeite ich in einem Teilzeit-Pensum für die claro fair trade AG in Orpund in der Nähe von Biel. Meine drei Schwerpunkte sind die Qualität im Lebensmittelbereich, die CO2-Bilanzierung und die Projekte, welche über den Förderfonds unterstützt werden. Mein Arbeitsbereich ist sehr vielseitig. Neben bekannten Inhalten – wie Analyseaufträge erteilen und optimale Lagerkonditionen zusammenstellen – geht es um Aspekte, welche mir noch kaum vertraut waren. In der ersten Jahreshälfte war ich intensiv mit den Förderprojekten beschäftigt: Kontaktaufbau mit den Kooperationsbetrieben in den Philippinen, Indien oder Guatemala, Projektanträge einholen und soweit klären, um eine Empfehlung für die Geschäftsführung ausarbeiten zu können. Die Projektberichte fliessen dann wieder

in den Newsletter oder den Jahresbericht ein. Für die Berechnung der CO2-Bilanzen der Lebensmittel geht es zuerst darum, Daten zu sammeln. Spannend finde ich es, wenn ich meine technologischen Kenntnisse nutzen kann, um Fragebögen zur Ermittlung der Daten aufzubauen.

Ich engagiere mich in mehreren Vereinen und betreue rund einmal pro Woche meinen Enkel.

Ernährungswissenschaft und TCM

Meine Kinder, besonders das mit einer Beeinträchtigung, regten meine Suche nach Erklärungen und Verstehen von Zusammenhängen an. Warum hatte mein zweites Kind sechs Monate lang Koliken, obwohl ich mich als stillende Mutter sehr bewusst und ähnlich wie bei meinem ersten Kind ernährte? Die Antwort fand ich nicht in der Ernährungswissenschaft, sondern in der TCM, der Traditionellen Chinesischen Medizin, welche sich intensiv den konstitutionellen Unterschieden der Menschen widmet, aber auch der thermischen Wirkung, der energetischen

Beruflicher Werdegang

- Dipl. Lebensmittelingenieurin ETH (1985)
- Lebensmittelindustrie im Zentrallabor
- Familienphase: 2 Kinder, eines mit Beeinträchtigung
- Ernährung TCM / NDS Humanernährung ETH (2005)
- Bio Suisse, z.B. Ernährungs-Projekt für Mitarbeitende
- DAS Gesundheitsförderung und Prävention FHNW
- Beratungsweiterbildungen FHNW + BFH
- Bio-Branche und Milch-Verarbeitung (QM, Kurse, Verbandstätigkeit, z.B. Kurskonzept: Ernährung von Schichtarbeitenden)

Betrachtung. Die Verdauungstätigkeit ist etwas sehr Individuelles. Da kann es helfen, über die energetische Wirkung von Nahrungsmitteln einen anderen Zugang zu bekommen als über die Inhaltsstoffe. Anders gesagt, der Mensch ist nicht, was er isst, sondern was er verdauen kann. Fazit: Es ist mir wichtig geworden, aus der Ernährungswissenschaft und dem Erfahrungswissen der TCM das spezifische Knowhow zusammenzubringen, indem sich die beiden Wissensquellen ergänzen.

Nach einer langen Familienphase, bedingt auch durch die Betreuung meines Kindes mit Beeinträchtigung, schaffte ich über das Nachdiplomstudium Humanernährung den beruflichen Wiedereinstieg. In der Diplomarbeit befasste ich mich mit der Ernährung behinderter Kinder und den Anforderungen an die Qualität und an das Verpflegungskonzept. Eine meiner Erkenntnisse war, dass sich das Thema Essen sehr gut eignet für die pädagogische und therapeutische Förderung in einem interdisziplinären Kontext. Dafür müssen verschiedene Organisationsbereiche aufeinander abgestimmt werden in einem Gemeinschaftsverpflegungsbetrieb. Im Rahmen der Diplomarbeit lernte ich das Qualitäts-Modell von Donabedian mit den drei Dimensionen Struktur-, Prozess- und Ergebnisqualität kennen. Als wichtig erkannte ich aber auch die folgenden vier Kriterien für die Qualität der Ernährung: Gesundheitswert, Genusswert, Eignungswert und Erlebniswert. In der Gemeinschaftsverpflegung hat sich sehr viel getan in den vergangenen Jahren, auch mit dem Fokus auf Prävention. Es bereitet mir Freude, dies mitzuerleben.

Da ich mich über Jahre intensiv mit der Gesundheitsförderung und Prävention im beruflichen Kontext befasste, entwickelte ich an einem späteren Arbeitsplatz ein Kurskonzept für Schichtarbeitende, in welchem die Ernährung ein wichtiger Teil war. Den Kurs führten wir zweimal durch. In einem weiteren Projekt an einer Pflegeberufsschule fokussierte ich das Thema «Ist Essen Heimat?» und bat die Lernenden, eine typische Mahlzeit vorzustellen, welche für sie Heimat bedeutet oder sie mit Heimatgefühlen verbinden. Sie taten dies mit Stolz und Freude, und sie erlebten über ihre Gefühle und ihre Sinne die Verbindung von Essen mit Wohlbefinden.

Entwicklungsideen

Im Lauf meines Berufs- und Lebensweges wurde mir bewusst, dass ich gerne mit Menschen arbeite. Das kann entweder in Form von Fachaustausch oder Projektarbeit sein, oder dann in der Rolle als Coach oder Begleiterin. Ich habe aber ganz grundsätzlich Freude am Lernen.

Was ich zukünftig mit der Ernährung angehen will, geht in zwei Richtungen: Einerseits möchte ich meine Kenntnisse zu Nachhaltigkeitsaspekten erweitern, da schliesst sich dann auch der Kreis zu meiner aktuellen Berufstätigkeit. Das könnte ein Kurs an der ZHAW im Bereich Food Responsibility sein. Andererseits will ich das Thema vertiefen, welche Bedeutung die Ernährung für die psychische Gesundheit hat. Dazu habe ich verschiedene Ideen. Das kann eine Vertiefung zum Thema Mikrobiom (inklusive Darm-Hirn-Achse) sein, das sehr aktuell ist in Weiterbildungsveranstaltungen. Ich wäre froh gewesen, wenn ich als junge Mutter mehr davon gewusst hätte. Aber es ist auch ein schönes Lernen, zuerst Erfahrungen zu machen und diese nachträglich einordnen zu können.