




Slow Food®
Deutschland



Ergebnisse der *Miss mit!* Mitmach-Aktionen des Dialogforums Private Haushalte 2.0

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

17. September 2026 | DiFo 2.0 | Abschlussveranstaltung
TU Berlin | Slow Food Deutschland

Überblick

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



- 1 | Partner der Mitmach-Aktionen
- 2 | Studienablauf & Bewerbung
- 3 | Ergebnisse der Mitmach-Aktionen
- 4 | Einordnung
- 5 | Erkenntnisse der Mitmach-Aktionen

Überblick

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



- 1 | Partner der Mitmach-Aktionen
- 2 | Studienablauf & Bewerbung
- 3 | Ergebnisse der Mitmach-Aktionen
- 4 | Einordnung
- 5 | Erkenntnisse der Mitmach-Aktionen

Ziele der Partner-Mitmach-Aktionen

- Lebensmittelverschwendung der privaten Haushalte reduzieren
- Daten und Erkenntnisse gewinnen
- evidenzbasierte Empfehlungen geben
- Brücke zwischen Wissenschaft, Praxis und Verbraucher:innen schaffen



Nutzen der Zusammenarbeit für die Partner

- Beitrag zu nationalen Abfallreduzierungszielen
- Stärkung des Nachhaltigkeitsprofils der Partner
- Partnerspezifische Auswertungen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



HandelsforumRLV
Zusammen des Groß- und Einzelhandels zur
Reduzierung des Lebensmittelverschwendung
ZU GUT FÜR DIE TONNE!



Pakt gegen
Lebensmittelverschwendung



Partner der Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Partner aus
Erzeugung, Verarbeitung,
Handel und Zivilgesellschaft



Gutes für alle.

bofrost*



Überblick

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



- 1 | Partner der Mitmach-Aktionen
- 2 | Studienablauf & Bewerbung
- 3 | Ergebnisse der Mitmach-Aktionen
- 4 | Einordnung
- 5 | Erkenntnisse der Mitmach-Aktionen

Küchentagebuch in der *ZgfdT!*-App

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



- Evaluation der Mitmach-Aktionen
- Maßnahmen können von **externen Akteur:innen** angeboten werden

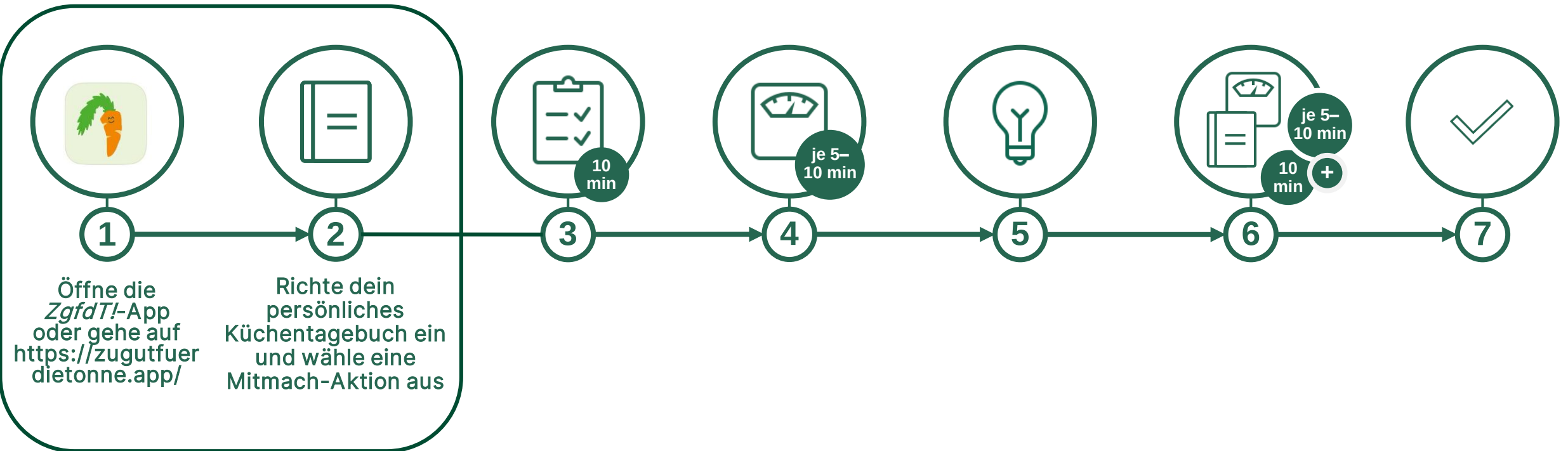


Miss mit! in der *ZgfdT!*-App

Anleitung zur Teilnahme an den Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland

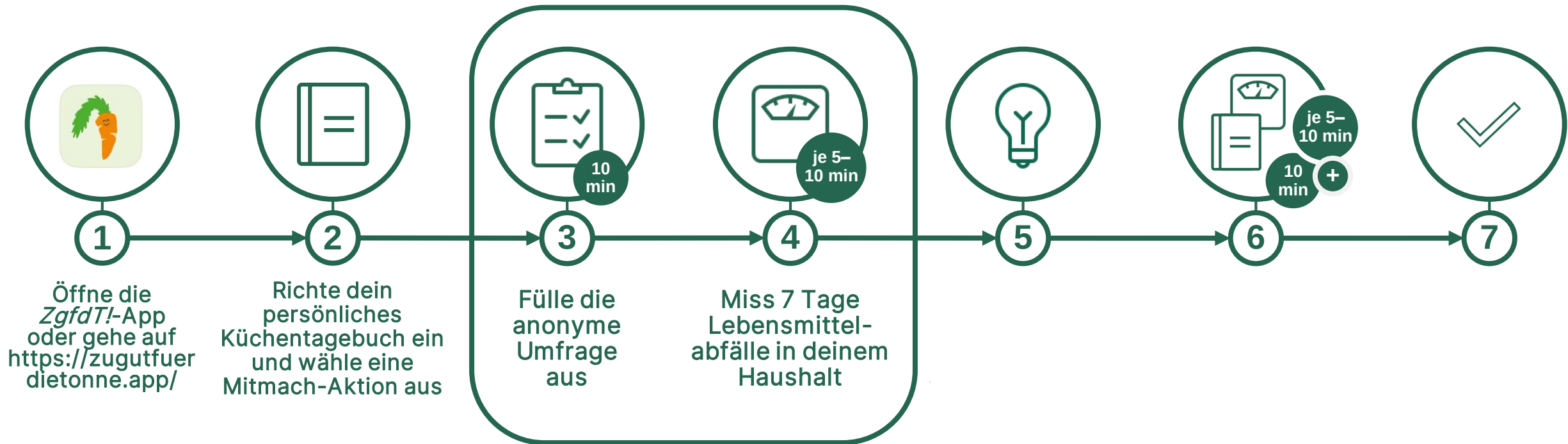


Miss mit! in der *ZgfdT!*-App

Anleitung zur Teilnahme an den Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

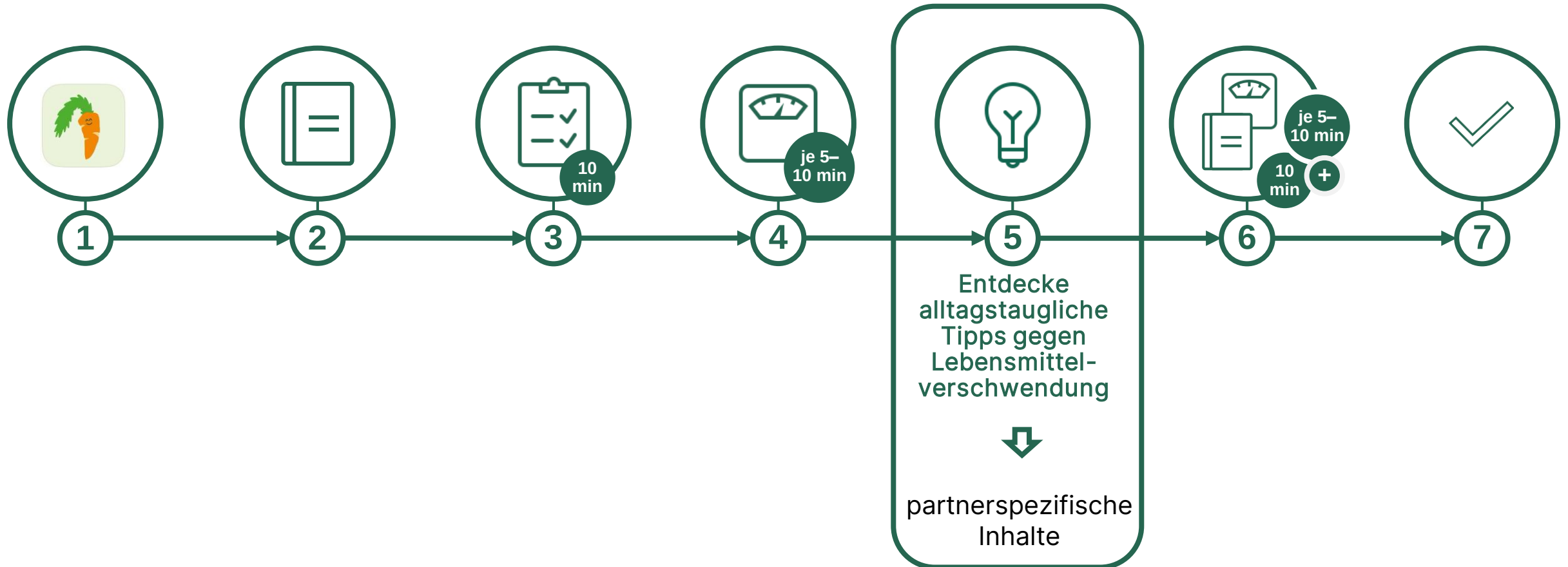
Slow Food®
Deutschland



Informationen bzw. Tipps & Tricks zwischen den beiden Messzeiträumen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Partnerspezifische Inhalte

Tipps gegen Lebensmittelverschwendung

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Gutes für alle.



Video ca. 8 Minuten lang



Video ca. 6 Minuten lang



Antworten auf häufig
gestellte Fragen



Video ca. 1 Min. lang

Zuordnung der partnerspezifischen Inhalte

MOA-Modell

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



**Motivation
(Motivation)**

*keine gezielten
Aktionsinhalte*

**Opportunity
(Möglichkeit)**

*keine gezielten
Aktionsinhalte*

**Ability
(Fähigkeit)**

MHD prüfen & Sinne nutzen

Richtig einfrieren & auftauen

Reste verwerten

Lagerung & Planung

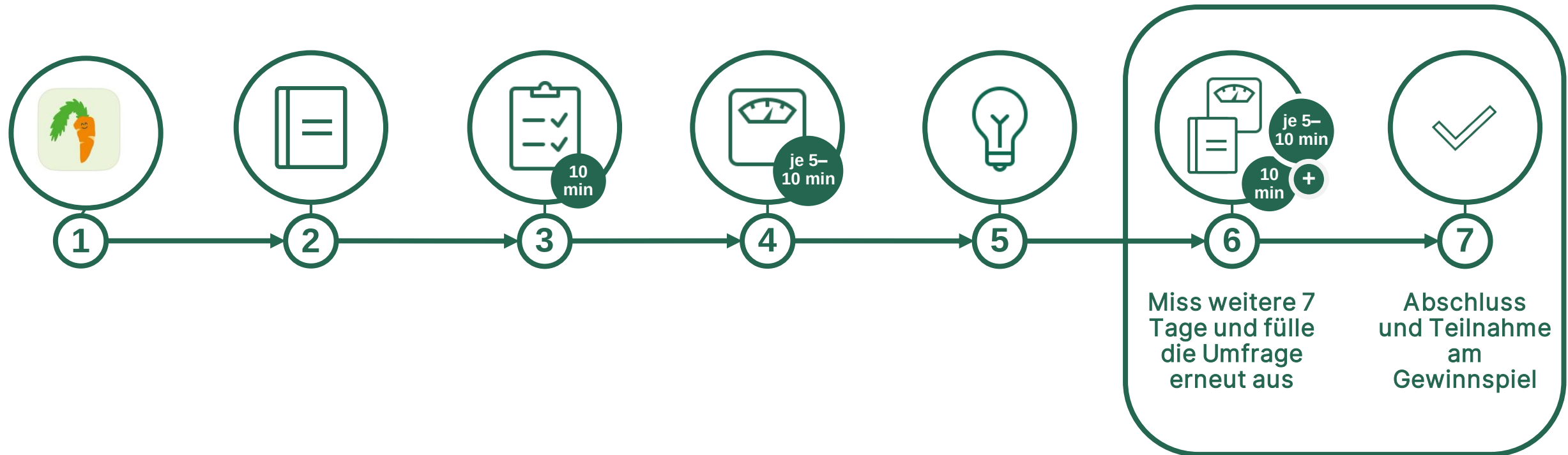
Einkaufs- & Mengenbewusstsein

Letzte Schritte

Anleitung zur Teilnahme an den Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Hauptgewinne: 3 Kochevents

Delicious taste – no waste

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Überblick

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



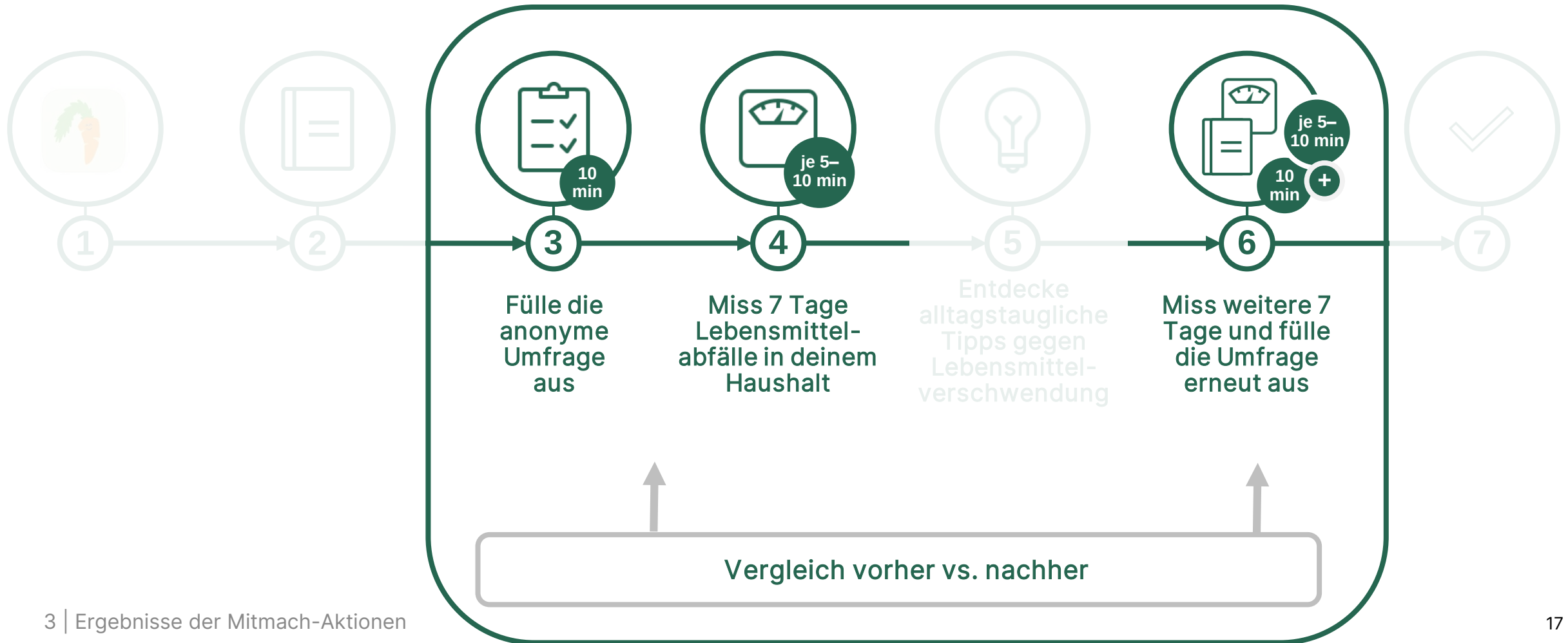
- 1 | Partner der Mitmach-Aktionen
- 2 | Studienablauf & Bewerbung
- 3 | Ergebnisse der Mitmach-Aktionen
- 4 | Einordnung
- 5 | Erkenntnisse der Mitmach-Aktionen

Vorher-Nachher-Vergleich

Anleitung zur Teilnahme an den Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Aufrufe zur Aktionsteilnahme

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Viele verschiedene **Kommunikationskanäle** von Partnern und DiFo-Projekt genutzt:

- Social Media (mehr als 50 Posts und Storys)
- Postaktuell Sendungen | 155.000 A5-Postkarten
- Werbeprospekt von ALDI SÜD in Millionenauflage
- ein Interview in TV und eins im Radio
- 15 Vorträge und Veranstaltungen
- 15 Webseiten
- acht Newsletter
- sechs Pressemitteilungen
- zwei Einträge bei anderen Aktionstagen/-wochen
- TGTG-App
- DiFo-Netzwerk



Vollständige Aktionsabschlüsse

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Gutes für alle.

bofrost*



insgesamt 338 Teilnahmen
(bereinigt 305)

von 222 einzelnen Haushalten
mit 7.468 dokumentierten Tagebucheinträgen

Frauen und Familien sind aktiv

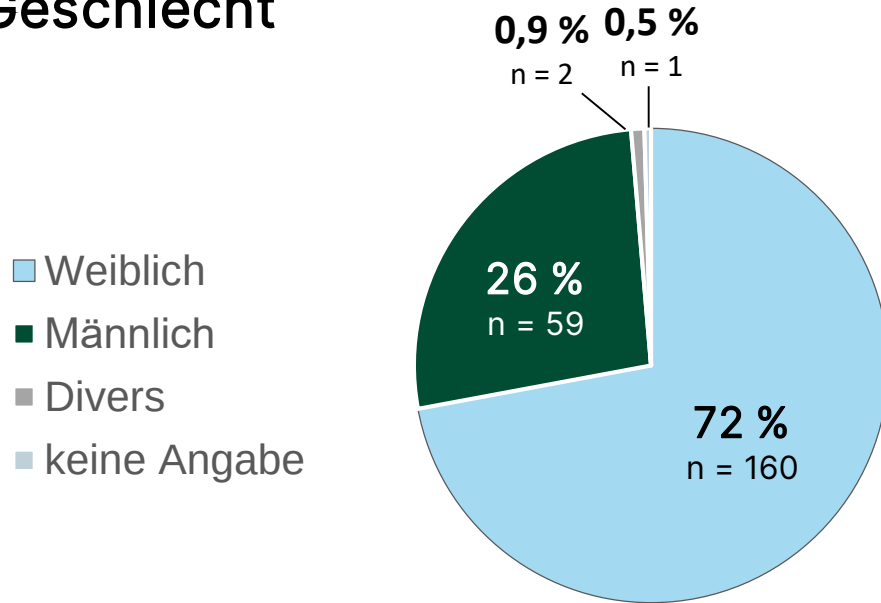
Soziodemografische Angaben

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



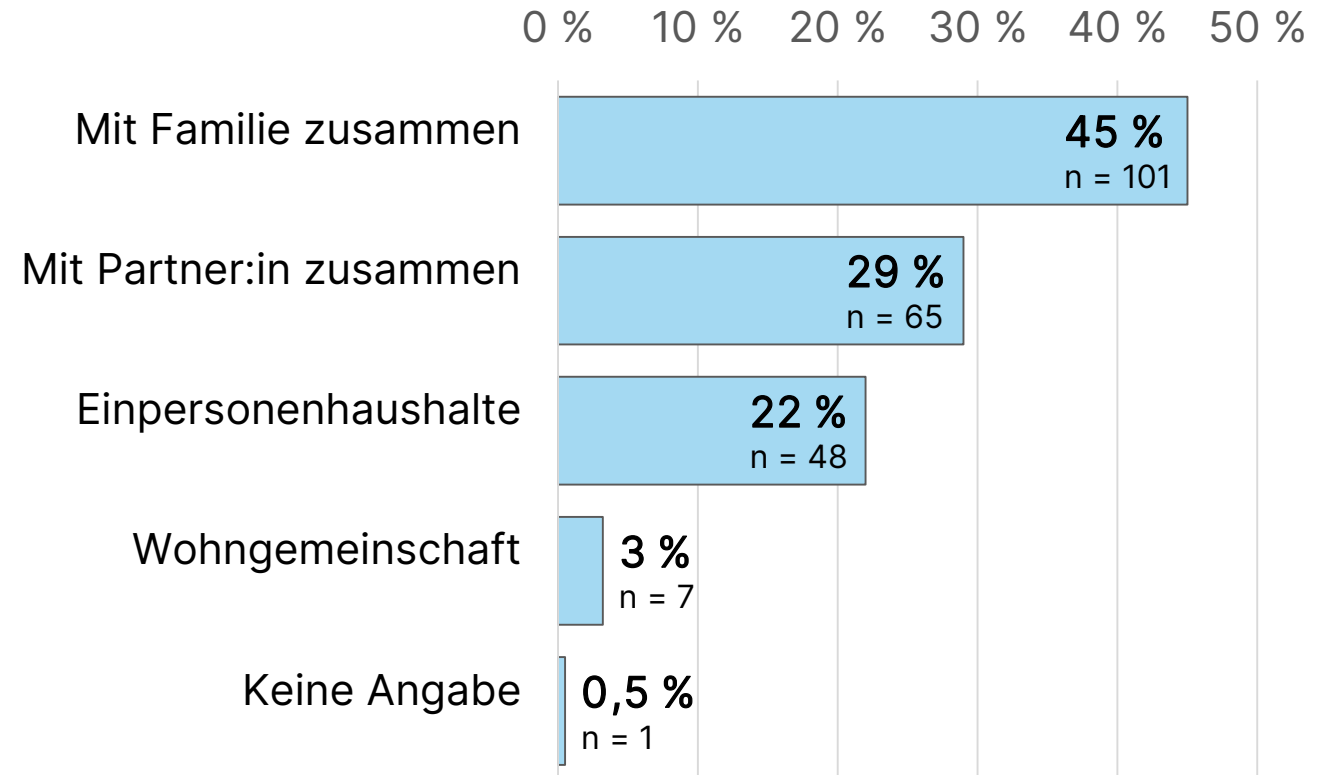
Geschlecht



Alter

Ø 44 Jahre (± 13 Jahre)

Wohnsituation



222 vollständige Mitmach-Aktions-Teilnahmen | Angaben prozentual (%) und absolut (n)

Mittleres Einkommen & hohe Bildung

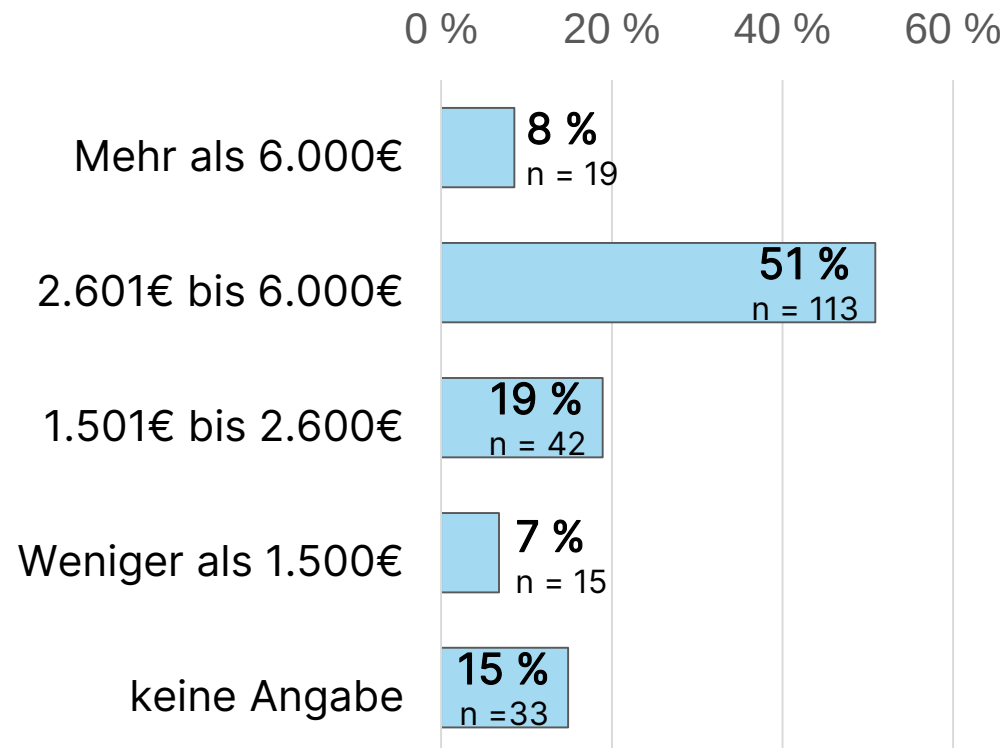
Soziodemografische Angaben

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

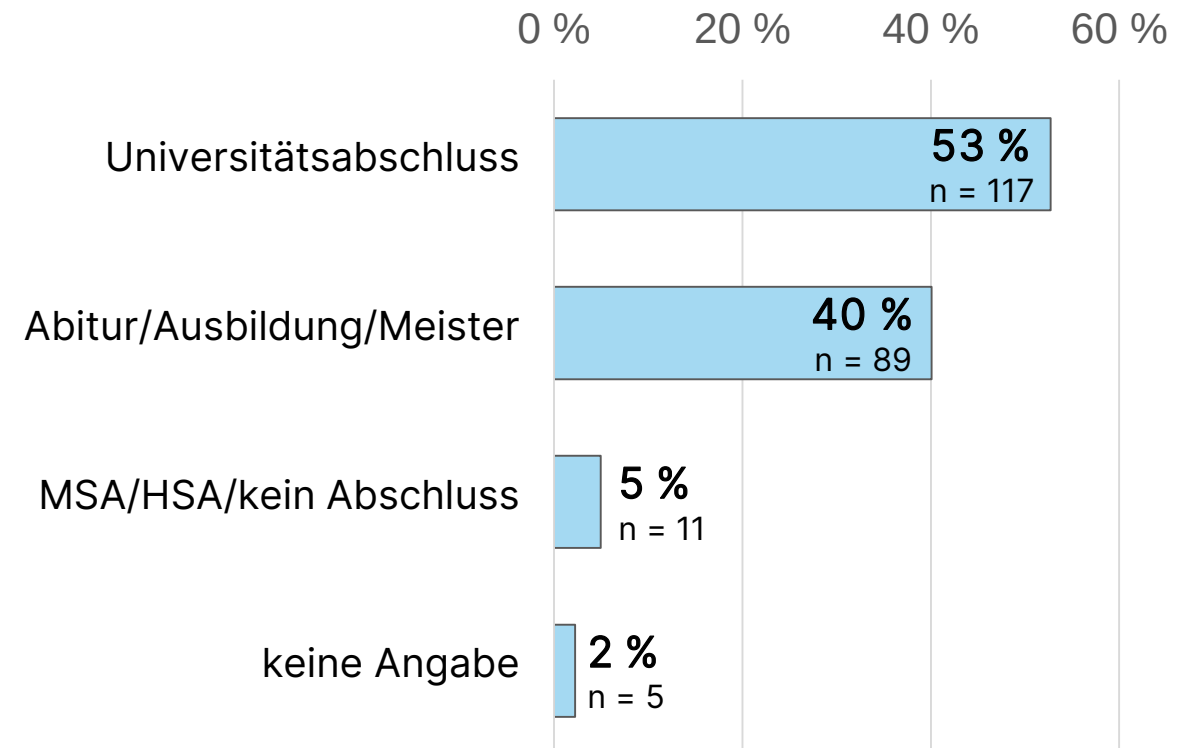
Slow Food®
Deutschland



Haushaltsnettoeinkommen



Bildungsabschluss



222 vollständige Mitmach-Aktions-Teilnahmen | Angaben prozentual (%) und absolut (n)

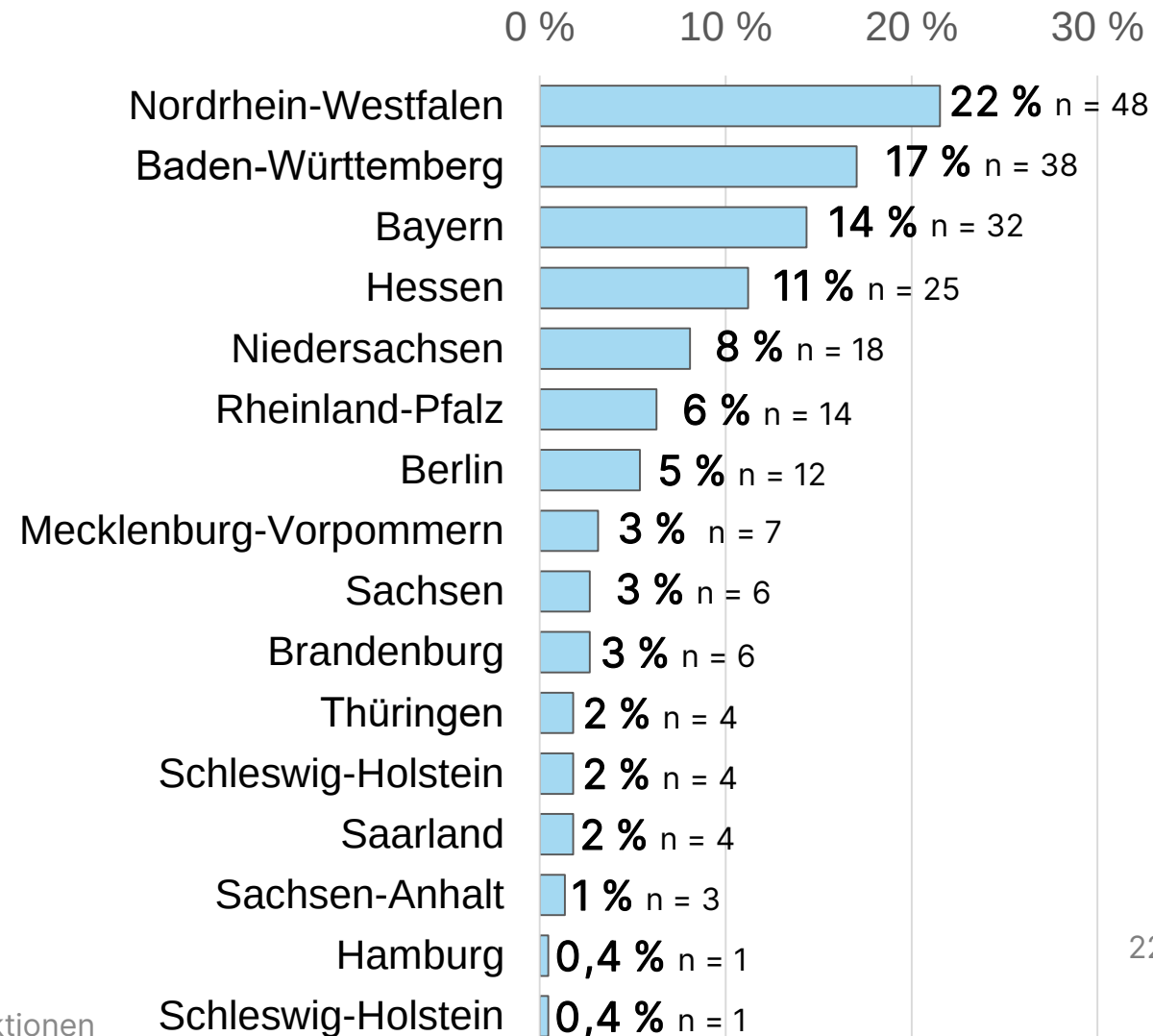
NRW und Süden besonders aktiv

Soziodemografische Angaben

Dialogforum
Private Haushalte 2.0



Teilnahmen an Mitmach-Aktionen nach Bundesland



222 vollständige Mitmach-Aktions-Teilnahmen |
Angaben prozentual (%) und absolut (n)

Vermeidbare LMA: größte Reduktion

Lebensmittelabfälle pro Person pro Tag (Durchschnitt)

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

 Slow Food®
Deutschland



Vermeidbare LMA: größte Reduktion

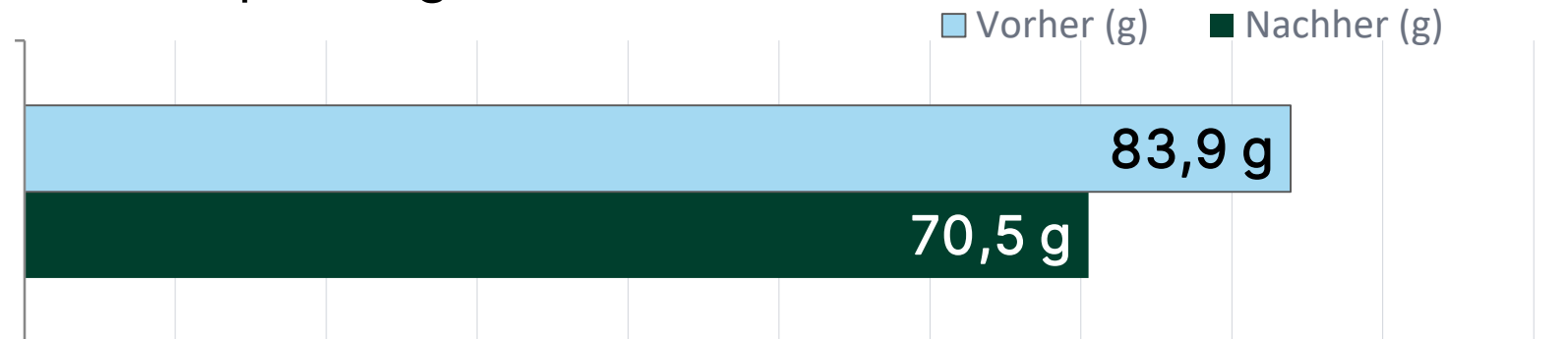
Lebensmittelabfälle pro Person pro Tag (Durchschnitt)

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



-16,1 %
Gesamt
p < .001 ✓



Vermeidbare LMA: größte Reduktion

Lebensmittelabfälle pro Person pro Tag (Durchschnitt)

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



-16,1 %

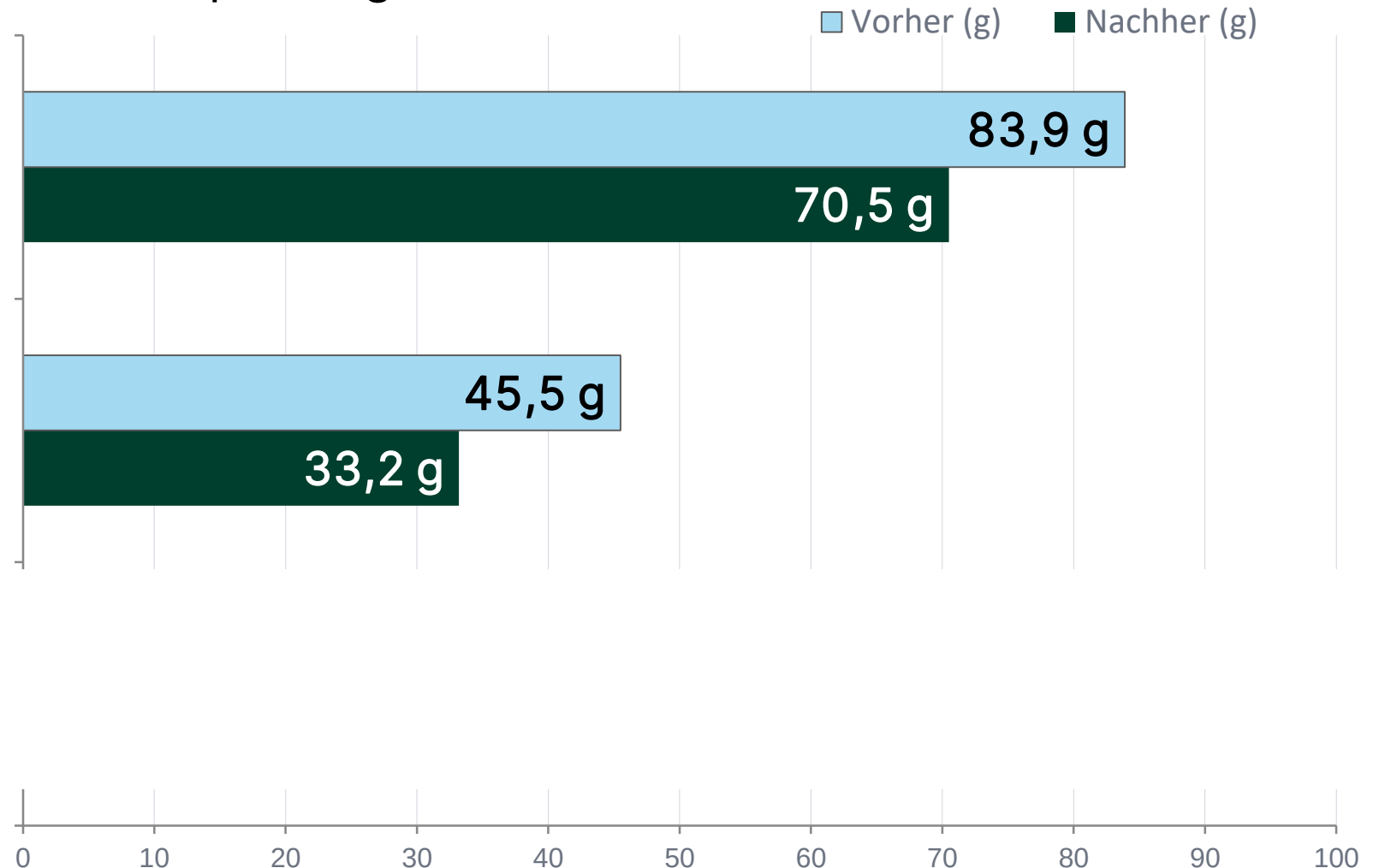
Gesamt

p < .001 ✓

-27,1 %

Vermeidbar

p < .001 ✓



Vermeidbare LMA: größte Reduktion

Lebensmittelabfälle pro Person pro Tag (Durchschnitt)

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



-16,1 %

Gesamt

p < .001 ✓

-27,1 %

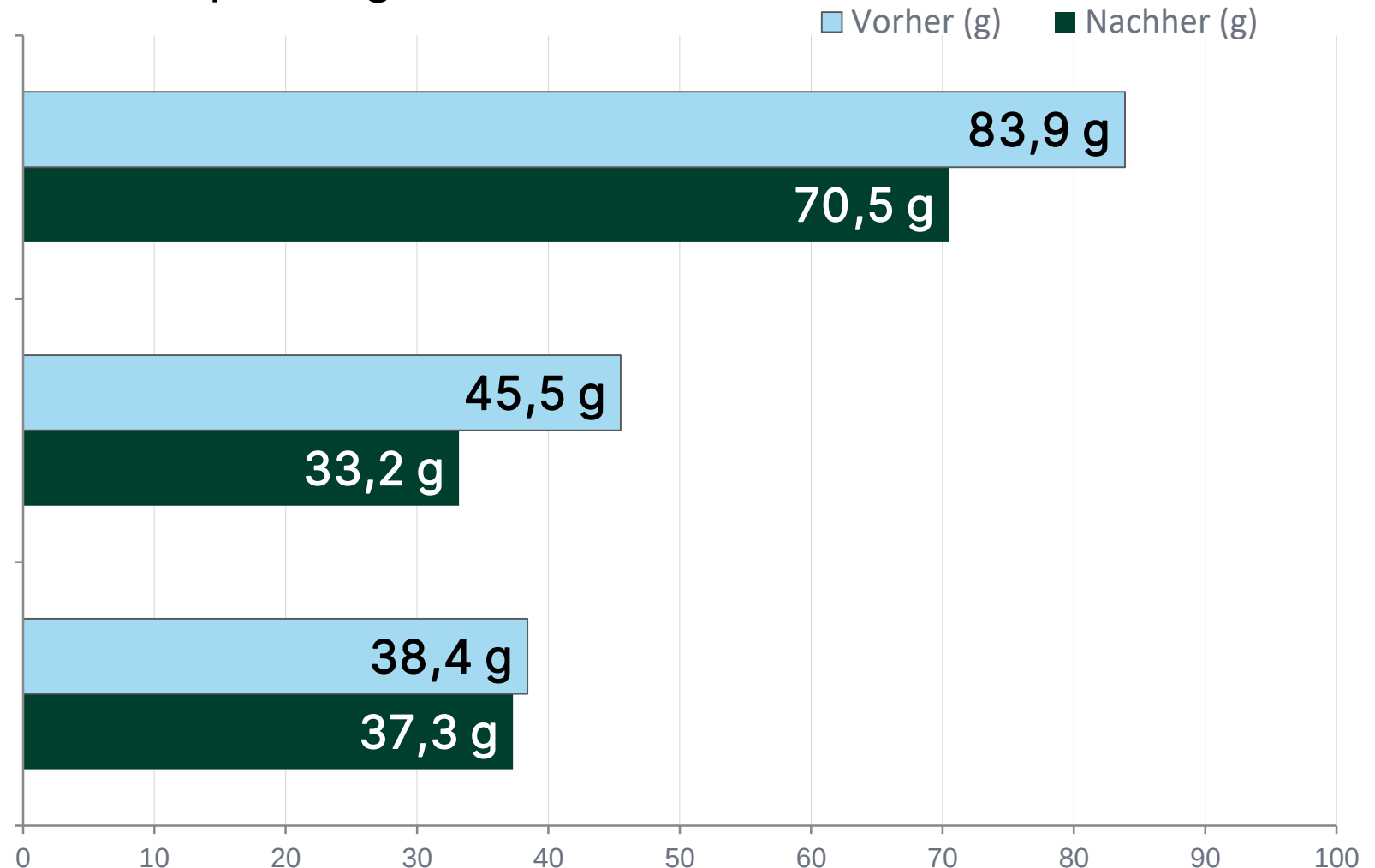
Vermeidbar

p < .001 ✓

-3,0 %

Unvermeidbar

nicht signifikant

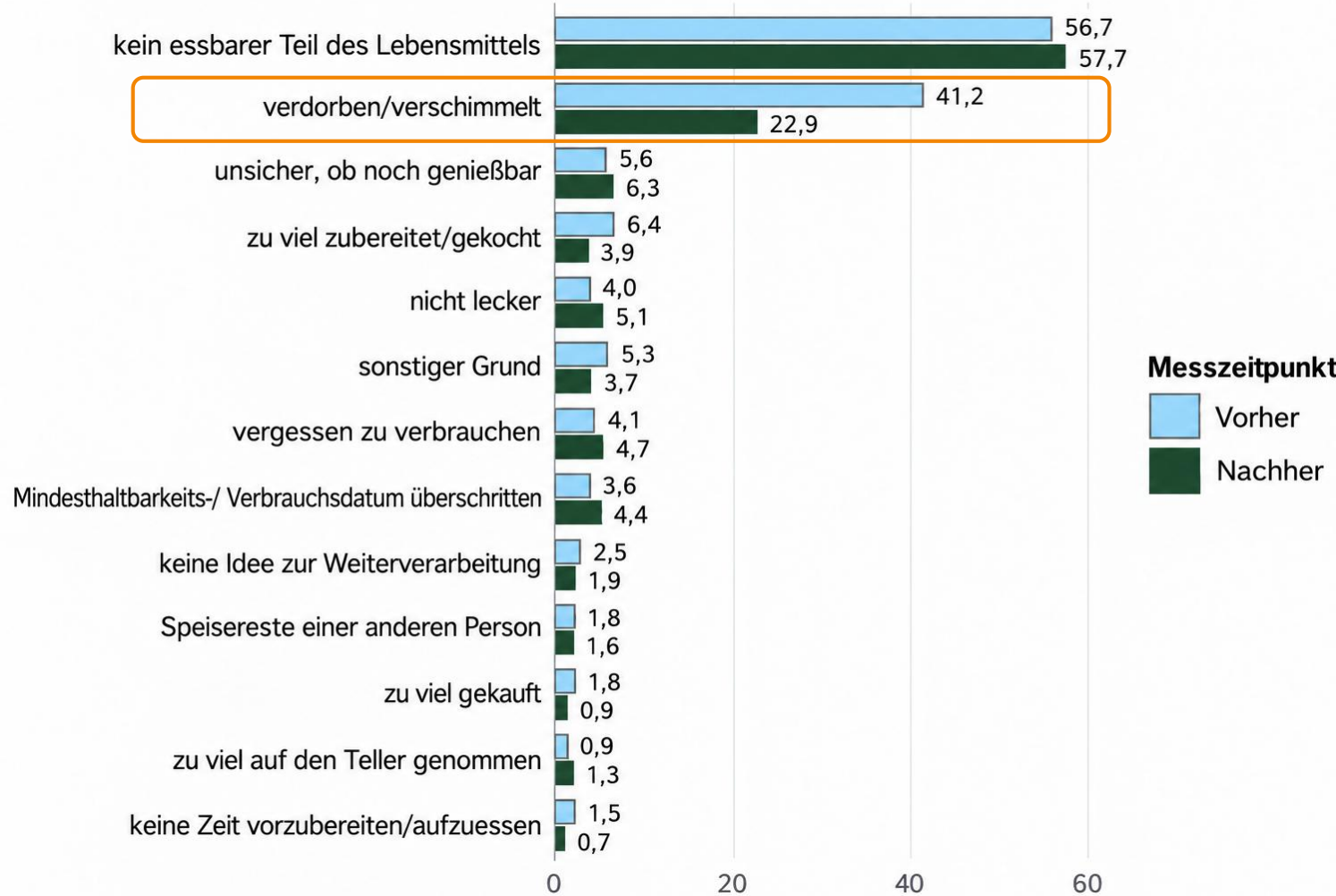


Warum & wieviel wurde weggeworfen

Gesamte Lebensmittelverschwendung in kg (aggregiert)

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Verdorbene und verschimmelte Lebensmittel wurden in den zweiten 7 Messtagen (nachher) signifikant weniger berichtet.

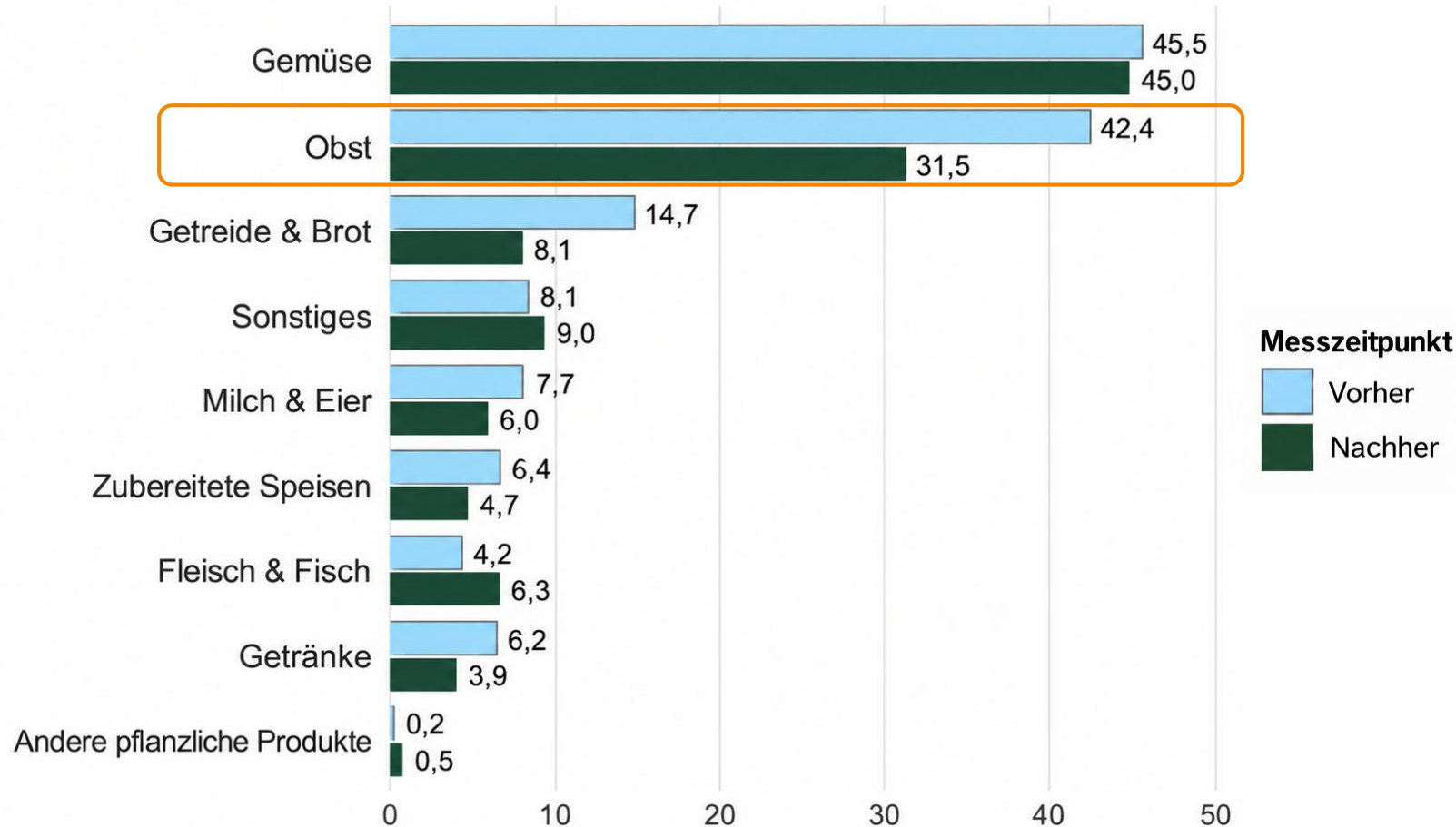
n = 222 | Wilcoxon-Test: $p < 0,001$; $r = 0,274$

Was & wieviel wurde weggeworfen

Gesamte Lebensmittelverschwendung in kg (aggregiert)

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Obst wurde in den zweiten
7 Messtagen (nachher)
signifikant weniger berichtet.

n = 200 | LMM (Obst): $p < 0,01$

Übersicht der Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Lebensmittelabfälle pro Person
pro Tag (Durchschnitt)

		Alle Partner
Haushalte	n	222
Gesamt vermeidbar & unvermeidbar	Vorher (g)	83,9
	Nachher (g)	70,5
	Änderung (%)	-16,1 ***
Vermeidbar ohne Schalen & Knochen	Vorher (g)	45,5
	Nachher (g)	33,2
	Änderung (%)	-27,1 ***
Unvermeidbar nur Schalen & Knochen	Vorher (g)	38,4
	Nachher (g)	37,3
	Änderung (%)	-3,0

Hinweis: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Übersicht der Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Lebensmittelabfälle pro Person pro Tag (Durchschnitt)		Alle Partner	Partner A
Haushalte	n	222	87
Gesamt vermeidbar & unvermeidbar	Vorher (g)	83,9	79,4
	Nachher (g)	70,5	66,8
	Änderung (%)	-16,1 ***	-15,9 *
Vermeidbar ohne Schalen & Knochen	Vorher (g)	45,5	39,3
	Nachher (g)	33,2	28,1
	Änderung (%)	-27,1 ***	-28,5
Unvermeidbar nur Schalen & Knochen	Vorher (g)	38,4	40,1
	Nachher (g)	37,3	38,7
	Änderung (%)	-3,0	-3,5

Hinweis: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Übersicht der Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0



Lebensmittelabfälle pro Person pro Tag (Durchschnitt)		Alle Partner	Partner A	Partner B
Haushalte	n	222	87	67
Gesamt vermeidbar & unvermeidbar	Vorher (g)	83,9	79,4	75,8
	Nachher (g)	70,5	66,8	63,8
	Änderung (%)	-16,1 ***	-15,9 *	-15,8
Vermeidbar ohne Schalen & Knochen	Vorher (g)	45,5	39,3	46,1
	Nachher (g)	33,2	28,1	40,5
	Änderung (%)	-27,1 ***	-28,5	-12,1
Unvermeidbar nur Schalen & Knochen	Vorher (g)	38,4	40,1	29,7
	Nachher (g)	37,3	38,7	23,3
	Änderung (%)	-3,0	-3,5	-21,5

Hinweis: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Übersicht der Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

 Slow Food
Deutschland



Lebensmittelabfälle pro Person pro Tag (Durchschnitt)		Alle Partner	Partner A	Partner B	Partner C
Haushalte	n	222	87	67	78
Gesamt vermeidbar & unvermeidbar	Vorher (g)	83,9	79,4	75,8	106,9
	Nachher (g)	70,5	66,8	63,8	87,0
	Änderung (%)	-16,1 ***	-15,9 *	-15,8	-18,6 *
Vermeidbar ohne Schalen & Knochen	Vorher (g)	45,5	39,3	46,1	57,3
	Nachher (g)	33,2	28,1	40,5	39,3
	Änderung (%)	-27,1 ***	-28,5	-12,1	-31,3 **
Unvermeidbar nur Schalen & Knochen	Vorher (g)	38,4	40,1	29,7	49,7
	Nachher (g)	37,3	38,7	23,3	47,7
	Änderung (%)	-3,0	-3,5	-21,5	-3,9

Hinweis: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Übersicht der Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Lebensmittelabfälle pro Person pro Tag (Durchschnitt)		Alle Partner	Partner A	Partner B	Partner C	Partner D
Haushalte	n	222	87	67	78	68
Gesamt vermeidbar & unvermeidbar	Vorher (g)	83,9	79,4	75,8	106,9	76,2
	Nachher (g)	70,5	66,8	63,8	87,0	65,1
	Änderung (%)	-16,1 ***	-15,9 *	-15,8	-18,6 *	-14,5
Vermeidbar ohne Schalen & Knochen	Vorher (g)	45,5	39,3	46,1	57,3	39,6
	Nachher (g)	33,2	28,1	40,5	39,3	33,7
	Änderung (%)	-27,1 ***	-28,5	-12,1	-31,3 **	-14,9
Unvermeidbar nur Schalen & Knochen	Vorher (g)	38,4	40,1	29,7	49,7	36,6
	Nachher (g)	37,3	38,7	23,3	47,7	31,4
	Änderung (%)	-3,0	-3,5	-21,5	-3,9	-14,1

Hinweis: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$

Erreichte Veränderung: MOA-Skalen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

 Slow Food®
Deutschland



Motivation

(Motivation)

Gesamt **

Deskriptive Normen **

Freunde werfen regelmäßig Lebensmittel weg **

Nachbarn schmeißen regelmäßig Lebensmittel weg *

Persönliche Norm

Widerspricht meinen Prinzipien, Lebensmittel wegzwerfen *

Gepaarte Vorher–Nachher-Vergleiche, Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$. Gezeigt sind die signifikanten Subskalen und Einzelitems, $N = 222$.

Erreichte Veränderung: MOA-Skalen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Motivation

(Motivation)

Gesamt **

Deskriptive Normen **

Freunde werfen regelmäßig Lebensmittel weg **

Nachbarn schmeißen regelmäßig Lebensmittel weg *

Persönliche Norm

Widerspricht meinen Prinzipien, Lebensmittel wegzwerfen *

Opportunity

(Möglichkeit)

Gesamt n. s. (p = 0,06)

Lagerkapazität **

Ausreichend Behälter und Utensilien zum Lagern *

Genug Platz in den Küchenschränken *

Einzelner Befund

Supermarkt bietet Lebensmittel in guter Qualität **

Gepaarte Vorher–Nachher-Vergleiche, Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$. Gezeigt sind die signifikanten Subskalen und Einzelitems, N = 222.

Erreichte Veränderung: MOA-Skalen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Motivation

(Motivation)

Gesamt **

Deskriptive Normen **

Freunde werfen regelmäßig Lebensmittel weg **

Nachbarn schmeißen regelmäßig Lebensmittel weg *

Persönliche Norm

Widerspricht meinen Prinzipien, Lebensmittel wegzwerfen *

Opportunity

(Möglichkeit)

Gesamt n. s. (p = 0,06)

Lagerkapazität **

Ausreichend Behälter und Utensilien zum Lagern *

Genug Platz in den Küchenschränken *

Einzelner Befund

Supermarkt bietet Lebensmittel in guter Qualität **

Ability

(Fähigkeit)

Gesamt *

Handhabung und Planung *

Speisereste zu einem neuen Gericht verarbeiten *

Überblick über Vorräte **

Überblick über den Vorratsschrank *

Überblick über den Gefrierschrank **

Gepaarte Vorher–Nachher-Vergleiche, Wilcoxon-Vorzeichen-Rang-Test. * p < 0,05, ** p < 0,01. Gezeigt sind die signifikanten Subskalen und Einzelitems, N = 222.

Überblick

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



- 1 | Partner der Mitmach-Aktionen
- 2 | Studienablauf & Bewerbung
- 3 | Ergebnisse der Mitmach-Aktionen
- 4 | Einordnung
- 5 | Erkenntnisse der Mitmach-Aktionen

Einordnung der Ergebnisse

Digitales Küchentagebuch und Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Digitales Küchentagebuch



Selbstbericht

Vollständigkeit und Genauigkeit nicht objektiv überprüfbar



Soziale Erwünschtheit

Einfluss sozial erwünschter Angaben nicht auszuschließen



Schätzen statt Wiegen

Je Eintrag nicht erfasst, ob gewogen oder geschätzt



Entscheidungsumgebung der App

Schnelleingaben 5 · 15 · 150 · 240 g



Definition von Lebensmittelabfall

Kompostiertes möglicherweise nicht als Abfall wahrgenommen



Messzeitraum und Saisonalität

2 × 7 Tage von September bis Dezember 2025

Einordnung der Ergebnisse

Digitales Küchentagebuch und Mitmach-Aktionen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Digitales Küchentagebuch

-  **Selbstbericht**
Vollständigkeit und Genauigkeit nicht objektiv überprüfbar
-  **Soziale Erwünschtheit**
Einfluss sozial erwünschter Angaben nicht auszuschließen
-  **Schätzen statt Wiegen**
Je Eintrag nicht erfasst, ob gewogen oder geschätzt
-  **Entscheidungsumgebung der App**
Schnelleingaben 5 · 15 · 150 · 240 g
-  **Definition von Lebensmittelabfall**
Kompostiertes möglicherweise nicht als Abfall wahrgenommen
-  **Messzeitraum und Saisonalität**
2 × 7 Tage von September bis Dezember 2025

Mitmach-Aktionen

-  **Studiendesign ohne Kontrollgruppe**
Veränderungen nicht eindeutig den Aktionen zuzuordnen
-  **Vorerfahrung mit dem Tagebuch**
58 mit · 164 ohne vorherige Nutzung
-  **Rekrutierung und Repräsentativität**
Freiwillige Rekrutierung über Projekt- und Partnerkanäle
-  **Partner- und Untergruppenanalysen**
kleinere Fallzahlen als in Gesamtauswertung
-  **Alter der berichtenden Person**
Keine Altersangaben zu weiteren Haushaltsmitgliedern

Studiendesign im Vergleich

Einordnung: Stichprobengrößen und Methodik

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Studie	N	Erfassung	Dauer (Tage)	Ziel	Messstruktur	Vergleich	Kontrollgruppe	Randomisiert
Herzberg et al. (2020)	6.853	Papiertagebuch	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Krutprong & Pharino (2025)	2.700	Waage + Tagesprotokoll	28	Deskriptiv	1 Messphase			
Sigala et al. (2024)	1.133	Online-Tagebuch	1–7	Deskriptiv	1 Messphase			
Liechti et al. (2026)	515	Web-App + Waage	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Bilska et al. (2024)	500	Papiertagebuch	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Närvä et al. (2024)	432	Selbstwiegung + Protokoll	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Nováková et al. (2021)	403	Haushaltstagebuch	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Giordano et al. (2019)	385	Tagebuch	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Silvennoinen et al. (2014)	380	Tagebuch + Waage	14	Deskriptiv	1 Messphase			
Yang et al. (2026)	159	Waage + Tagesprotokoll	14	Deskriptiv	1 Messphase			
Barker et al. (2023)	94	Fototagebuch	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Hartikainen et al. (2025)	296 + 372	Online-Tagebuch	14	Methodenvergleich	1 Messphase	B		✓
Aitken et al. (2024)	257	Smartphone-Tagebuch	7	Methodenvergleich	1 Messphase	B		✓
Ammann et al. (2021)	223	Papiertagebuch	21	Methodenvergleich	Selbe Personen: Fragebogen → Tagebuch	W		
den Boer et al. (2024)	80	Tagebuch + Audit	2 × 7	Methodenvergleich	Audit → Tagebuch → Audit	B	✓	✓
Online-Experiment, DiFo 2.0	420	App	7 + 7	Intervention	2 Messphasen, gepaart	W	✓	✓
Mitmach-Aktionen, DiFo 2.0	222	App	7 + 7	Intervention	2 Messphasen, gepaart	W		
Romani et al. (2018) ¹	210	Papiertagebuch	7 je Phase	Intervention	Solomon-Design, 4 Gruppen	B	✓	n.b.
Jäger Ramos et al. (2024)	80	Waage + Protokoll	ø 168	Intervention	kontinuierliche Messung	B	✓	✓
Wharton et al. (2021)	53	Wiegen + Melden	7 Wochen	Intervention	Pre, 5 Wochen, Post	B	✓	✓
Roe et al. (2022)	40	FoodImage-App	bis 7 + ca. 7	Intervention	Ausgangswoche + Interventionsphase	B	✓	✓

W = Vergleich innerhalb derselben Haushalte · B = Vergleich zwischen Gruppen · leeres Feld = nicht vorhanden

¹ Romani et al.: N = 210 gesamt, davon 106 mit Intervention und 113 mit Vorher-Messung.

Literaturstand: 09.09.2026

Studiendesign im Vergleich

Einordnung: Stichprobengrößen und Methodik

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Studie	N	Erfassung	Dauer (Tage)	Ziel	Messstruktur	Vergleich	Kontrollgruppe	Randomisiert
Herzberg et al. (2020)	6.853	Papiertagebuch	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Krutprong & Pharino (2025)	2.700	Waage + Tagesprotokoll	28	Deskriptiv	1 Messphase			
Sigala et al. (2024)	1.133	Online-Tagebuch	1–7	Deskriptiv	1 Messphase			
Liechti et al. (2026)	515	Web-App + Waage	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Bilska et al. (2024)	500	Papiertagebuch	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Närvä et al. (2024)	432	Selbstwiegung + Protokoll	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Nováková et al. (2021)	403	Haushaltstagebuch	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Giordano et al. (2019)	385	Tagebuch	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Silvennoinen et al. (2014)	380	Tagebuch + Waage	14	Deskriptiv	1 Messphase			
Yang et al. (2026)	159	Waage + Tagesprotokoll	14	Deskriptiv	1 Messphase			
Barker et al. (2023)	94	Fototagebuch	7	Deskriptiv	1 Messphase			
Hartikainen et al. (2025)	296 + 372	Online-Tagebuch	14	Methodenvergleich	1 Messphase	B		✓
Aitken et al. (2024)	257	Smartphone-Tagebuch	7	Methodenvergleich	1 Messphase	B		✓
Ammann et al. (2021)	223	Papiertagebuch	21	Methodenvergleich	Selbe Personen: Fragebogen → Tagebuch	W		
den Boer et al. (2024)	80	Tagebuch + Audit	2 × 7	Methodenvergleich	Audit → Tagebuch → Audit	B	✓	✓
Online-Experiment, DiFo 2.0	420	App	7 + 7	Intervention	2 Messphasen, gepaart	W	✓	✓
Mitmach-Aktionen, DiFo 2.0	222	App	7 + 7	Intervention	2 Messphasen, gepaart	W		
Romani et al. (2018) ¹	210	Papiertagebuch	7 je Phase	Intervention	Solomon-Design, 4 Gruppen	B	✓	n.b.
Jäger Ramos et al. (2024)	80	Waage + Protokoll	ø 168	Intervention	kontinuierliche Messung	B	✓	✓
Wharton et al. (2021)	53	Wiegen + Melden	7 Wochen	Intervention	Pre, 5 Wochen, Post	B	✓	✓
Roe et al. (2022)	40	FoodImage-App	bis 7 + ca. 7	Intervention	Ausgangswoche + Interventionsphase	B	✓	✓

W = Vergleich innerhalb derselben Haushalte · B = Vergleich zwischen Gruppen · leeres Feld = nicht vorhanden

¹ Romani et al.: N = 210 gesamt, davon 106 mit Intervention und 113 mit Vorher-Messung.

Literaturstand: 09.09.2026

Überblick

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



- 1 | Partner der Mitmach-Aktionen
- 2 | Studienablauf & Bewerbung
- 3 | Ergebnisse der Mitmach-Aktionen
- 4 | Einordnung
- 5 | Erkenntnisse der Mitmach-Aktionen

Vergleich der Abfallmengen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

 Slow Food®
Deutschland



Lebensmittelabfälle (LMA) in privaten Haushalten 2025	DiFo 2.0 Miss mit! Vorher	DiFo 2.0 Miss mit! Nachher	DiFo 2.0 Online-Experiment Vorher	DiFo 2.0 Online-Experiment Nachher
Methodik	Tagebuch ^c	Tagebuch ^c	Tagebuch ^c	Tagebuch ^c
LMA pro Haushalt (unvermeidbar & vermeidbar)	63,1 kg	52,1 kg	56,4 kg	51,8 kg
LMA pro Person (unvermeidbar & vermeidbar)	30,6 kg	25,7 kg	28,2 kg	25,9 kg

^c 7 Tage Baseline-Messung (vorher), insgesamt 14 Tage Tagebuch (7 Tage vorher und 7 Tage nachher)

Vergleich der Abfallmengen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Lebensmittelabfälle (LMA) in privaten Haushalten 2025	DiFo 2.0 Miss mit! Vorher	DiFo 2.0 Miss mit! Nachher	DiFo 2.0 Online-Experiment Vorher	DiFo 2.0 Online-Experiment Nachher
Methodik	Tagebuch ^c	Tagebuch ^c	Tagebuch ^c	Tagebuch ^c
LMA pro Haushalt (unvermeidbar & vermeidbar)	63,1 kg	52,1 kg	56,4 kg	51,8 kg
LMA pro Person (unvermeidbar & vermeidbar)	30,6 kg	25,7 kg	28,2 kg	25,9 kg
Vermeidbar (kg pro Person)	~ 54 % (16,6 kg)	~ 47 % (12,1 kg)	~ 64 % (18,1 kg)	~ 61 % (15,7 kg)
Unvermeidbar (kg pro Person)	~ 46 % (14,0 kg)	~ 53 % (13,6 kg)	~ 36 % (10,1 kg)	~ 39 % (10,2 kg)
n	222	222	420	420

^c 7 Tage Baseline-Messung (vorher), insgesamt 14 Tage Tagebuch (7 Tage vorher und 7 Tage nachher)

Kompost zählt mit!

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Kompostierung ist Verwertung – aber keine Vermeidung

Verständlich zwischen *Vermeidung* und *Verwertung* unterscheiden

- Kompostierte Lebensmittelreste bleiben Lebensmittelabfälle
- Kompostierung nicht als „Nicht-Wegwerfen“ kommunizieren
- Abfallhierarchie beachten:
 - Vermeidung
 - Wiederverwendung
 - Verwertung
- Kompostierung kann die Wahrnehmung beeinflussen
- Vermeidung weiterhin in den Vordergrund stellen



2,3 kg Reduktionspotenzial pro Jahr

DiFo 2.0: Online-Experiment (Mittelwert)

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Lebensmittelabfälle	Vorher pro Tag [kg]	Nachher pro Tag [kg]	Δ [kg]	Vorher pro Jahr [kg]	Nachher pro Jahr [kg]	Reduktions- potenzial pro Jahr [kg]	Reduktions- potenzial pro Jahr [%]
Pro Person vermeidbar & unvermeidbar	0,0773	0,0709	0,0064	28,2	25,9	-2,3	-8,3
Vermeidbar	0,0497	0,0429	0,0068	18,1	15,7	-2,4	-13,7
Unvermeidbar	0,0276	0,0280	0,0004	10,1	10,2	+0,1	+1,5

Annahme: reduziertes Niveau (Follow-up Messung) wird beibehalten

n = 420

4,9 kg Reduktionspotenzial pro Jahr

DiFo 2.0: Miss mit! (Mittelwert)

Dialogforum
Private Haushalte 2.0



Lebensmittelabfälle	Vorher pro Tag [kg]	Nachher pro Tag [kg]	Δ [kg]	Vorher pro Jahr [kg]	Nachher pro Jahr [kg]	Reduktions- potenzial pro Jahr [kg]	Reduktions- potenzial pro Jahr [%]
Pro Person vermeidbar & unvermeidbar	0,0839	0,0705	0,0134	30,6	25,7	-4,9	-16,1
Vermeidbar	0,0455	0,0332	0,0123	16,6	12,1	-4,5	-27,1
Unvermeidbar	0,0384	0,0373	0,0011	14,0	13,6	-0,4	-3,0

Annahme: reduziertes Niveau (Follow-up Messung) wird beibehalten

n = 222

4,9 kg Reduktionspotenzial pro Jahr

DiFo 2.0: Miss mit! (Mittelwert)

Dialogforum
Private Haushalte 2.0



Lebensmittelabfälle	Vorher pro Tag [kg]	Nachher pro Tag [kg]	Δ [kg]	Vorher pro Jahr [kg]	Nachher pro Jahr [kg]	Reduktions- potenzial pro Jahr [kg]	Reduktions- potenzial pro Jahr [%]
Pro Person vermeidbar & unvermeidbar	0,0839	0,0705	0,0134	30,6	25,7	-4,9	-16,1
Vermeidbar	0,0455	0,0332	0,0123	16,6	12,1	-4,5	-27,1
Unvermeidbar	0,0384	0,0373	0,0011	14,0	13,6	-0,4	-3,0

Annahme: reduziertes Niveau (Follow-up Messung) wird beibehalten

Vermeidbares ausweisen und das **Reduktionspotenzial -27%;**
von 45,5 g → 33,2 g /Person/Tag
sichtbar machen

Vermeidbares ausweisen!

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



und das Reduktionspotenzial (–27%; von 45,5 g → 33,2 g /Person/Tag)
sichtbar machen

und Unvermeidbares akzeptieren und WSK-übergreifend
denken und handeln!



Ist „Zero Waste“ ein gutes Ziel?



“Achieving Zero Hunger is our shared commitment. Now is the time to work as partners and build a truly global movement to ensure the Right to Food for all and to build sustainable agriculture and food systems.”

Ban Ki-Moon

Committee on World Food Security, Rome, 12 October 2015

The ZeroW project was launched to help the transition of current food systems

...towards halving Food Loss & Waste (FLW) by 2030 and reaching a near-zero level by 2050.



Zero Waste, More Taste! Campaign 2024

Reducing food waste in the home can be both easy and exciting. As a part of a new European campaign, *Zero Waste, More Taste!*, the European Commission has brought together chefs from across the EU to

https://food.ec.europa.eu/document/download/96b38c5f-cfb1-486f-b981-db88e2a433c9_en?filename=fw_lib_zero-waste_more-taste_cookbook.pdf



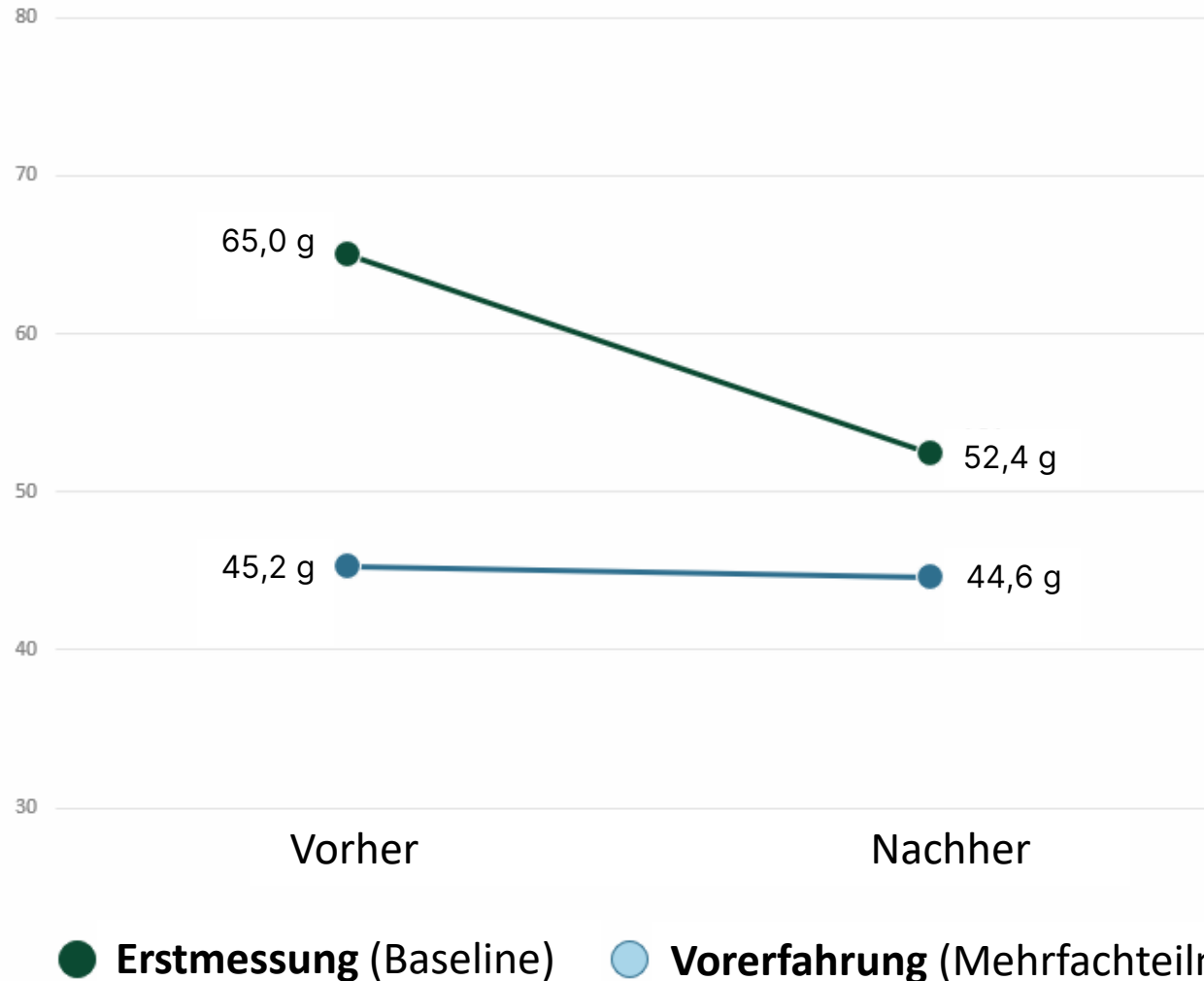
The Zero Hunger Challenge reflects the ambitions of Governments when they established the 2030 Agenda. It is a Call to Action: to make the Zero Hunger vision a reality.

Ist „Zero Waste“ für alle möglich?

Gesamtabfall: Erstmessung vs. Vorerfahrung (Median)

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Erstmessung (n = 164):
65,0 g → 52,4 g ($p < 0,001$)

Vorerfahrung (n = 58):
45,2 g → 44,6 g ($p = 0,305$)

*Erstmessung = keine vorherige Interventionserfahrung.
Vorerfahrung = mindestens eine vorherige Aktion (inkl. App-Studie Berlin) abgeschlossen. Medianwerte. Wilcoxon signed-rank test.*

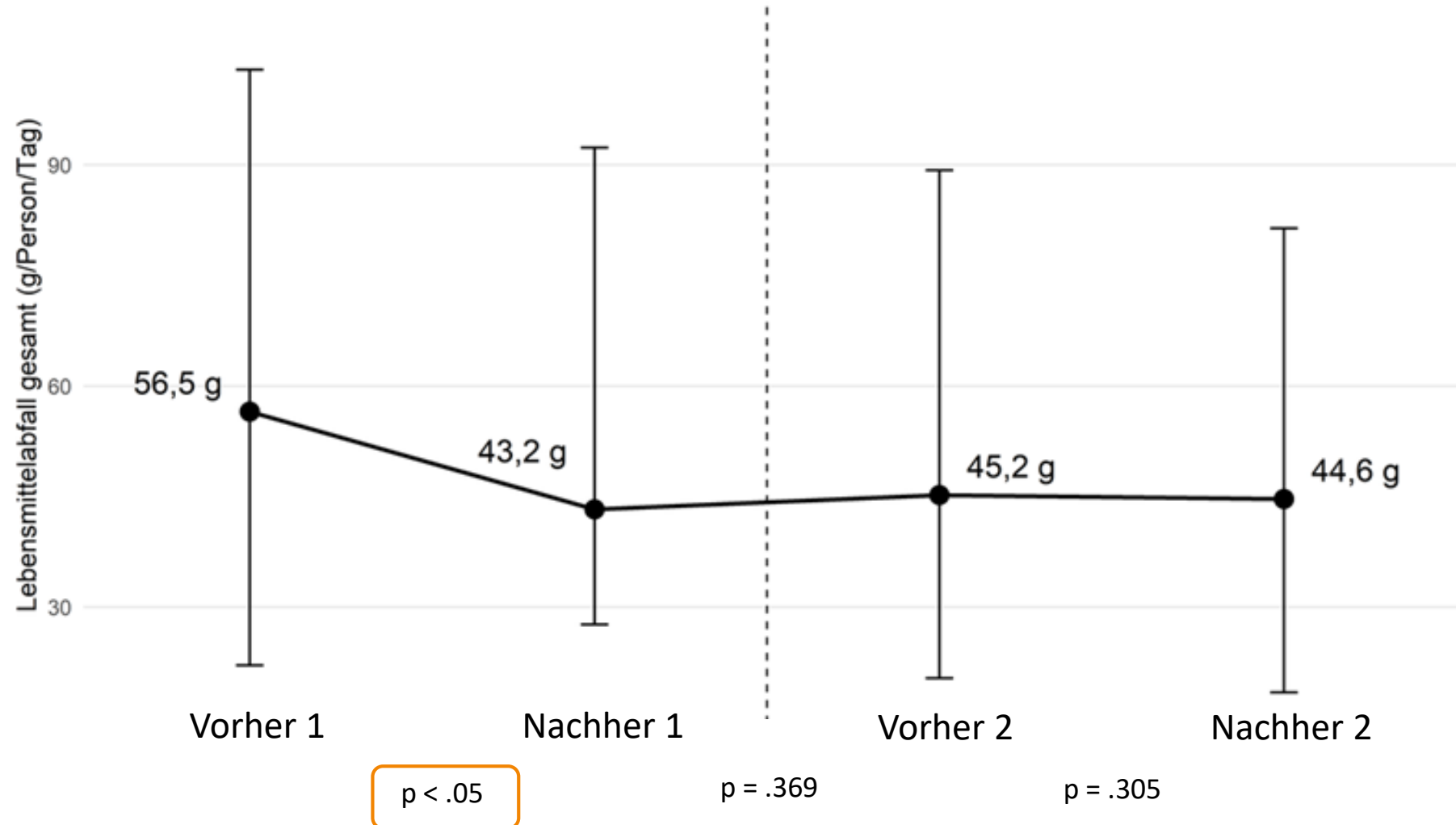
Ist „Zero Waste“ für alle möglich?

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



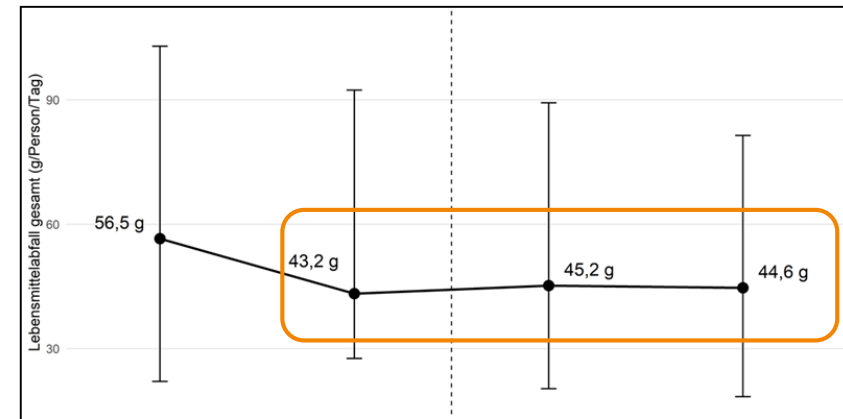
Berichtete Abfallmengen von Haushalten mit Vorerfahrung (Median)



n = 58

„Zero Waste“ kein gutes Ziel

Vergleich DiFo 1 und DiFo 2.0



„Geringstmögliche“ Menge an Gesamt-Lebensmittelabfall sichtbar
→ Tendenz zur Bottom-Line

Hochrechnung Lebensmittelabfälle	pro Tag [kg]	pro Jahr [kg]
DiFo 1: Pro Person vermeidbar & unvermeidbar	~ 0,057	20,8
DiFo 2.0: Pro Person vermeidbar & unvermeidbar	~ 0,045	16,4

Vergleich der Abfallmengen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

 Slow Food®
Deutschland

 **TV**
berlin



Lebensmittelabfälle (LMA) in privaten Haushalten (Mittelwert)	GfK (2018)	GfK (2021)	UBA (2024)	UBA & BMLEH (2025)	DiFo 1 (2022) Vorher	DiFo 1 Online- Experiment (2022) Vorher	DiFo 2.0 Miss mit! (2025) Vorher	DiFo 2.0 Online- Experiment (2025) Vorher
Methodik	Tagebuch ^a	Tagebuch ^a	Sortieranalysen & berechnete Abfallko- effizienten ^b	berechnete Abfallko- effizienten ^b	Tagebuch ^c	Tagebuch ^c	Tagebuch ^c	Tagebuch ^c
LMA / Haushalt (unvermeidbar & vermeidbar)	109 kg	113 kg	156 kg ^d	149 kg ^d	113,2 kg ^d	44,6 kg ^d	63,1 kg	56,4 kg
LMA / Person (unvermeidbar & vermeidbar)	55 kg	56 kg	78 kg	74,5 kg	56,6 kg	22,3 kg	30,6 kg	28,2 kg
Vermeidbar (kg/Person/a)	~ 50 % (27,5 kg)	40,5 % (22,7 kg)	-	-	~ 38 % (21,5 kg)	~ 79 % (17,6 kg)	~ 54 % (16,6 kg)	~ 64 % (18,1 kg)
Unvermeidbar (kg/Person/a)	~ 50 % (27,5 kg)	59,5 % (33,3 kg)	-	-	~ 62 % (35,1 kg)	~ 21 % (4,7 kg)	~ 46 % (14,0 kg)	~ 36 % (10,1 kg)
n	~ 7000	~ 6000	-	-	325	413	222	420

^a 14 Tage Baseline-Messung ^b Basierend teils auf Hochrechnungen per Abfallkoeffizienten mit Bevölkerungsanzahl

^c 7 Tage Baseline-Messung (vorher), insgesamt 14 Tage Tagebuch (7 Tage vorher und 7 Tage nachher) ^d Errechnet, 2 Personen pro Haushalt

Messwerte mit Methode nennen

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



Messwerte sind nur im Zusammenhang mit ihrer Erhebungsmethode aussagekräftig.

- Methoden ergänzen sich: Abfallstatistik, Sortieranalyse und Tagebuch
- Abfallstatistik: Gesamtaufkommen
→ 74,5 kg pro Person und Jahr
- Küchentagebuch: dokumentierte Einzelereignisse
→ 30,6 kg pro Person und Jahr
- Werte nicht unmittelbar vergleichbar
- Tagebücher liefern Details zu Lebensmitteln, Gründen und Entsorgungswegen



Vorsicht mit Zahlen

- Offizielle Statistiken könnten Bedeutung der privaten Haushalte überschätzen, z. B.
 - 59 % (UBA 2024)
 - 58 % (UBA & BMLEH 2025)

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



→ Mögliche Verzerrungen (nicht in Statistik anderer Sektoren enthalten)

- Verluste vor und während der Ernte (UBA & BMLEH 2025)
- Verluste bei der Schlachtung (UBA & BMLEH 2025)
- v.a. in Großstädten: Geteilte Mülltonnen oder Sammelstellen für Gastronomie/Unternehmen und Mehrfamilienhäuser

Fokus auf Gründe für Verderb

Verderb ist ein wichtiger Ansatzpunkt für Maßnahmen

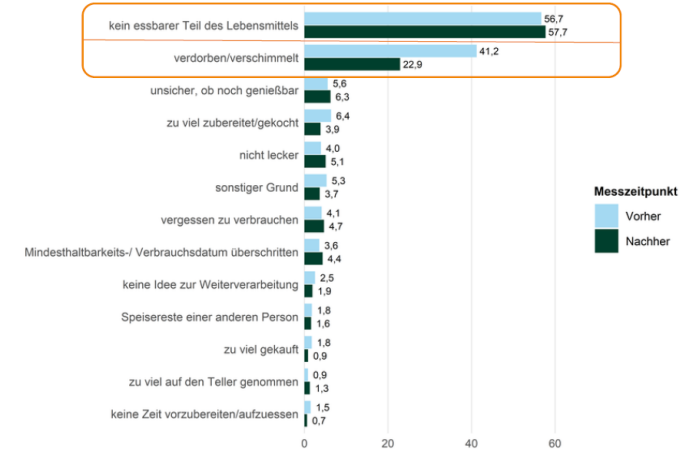
Wenn Menschen

- Lagerung verbessern
- Haltbarkeit beachten
- Vorräte gezielt managen
- Lebensmittel rechtzeitig verwenden

können sie mehr verbrauchen:

LMA aufgrund von Verderb ↓ von 7,14 g auf 4,10 g /Person/Tag

Warum & wieviel wurde weggeworfen Gesamte Lebensmittelverschwendung in kg (aggregiert)



Verdorbene und schimmelte Lebensmittel wurden in den zweiten 7 Messtagen (nachher) signifikant weniger berichtet.

n = 222 | Wilcoxon-Test: p < 0,001; r = 0,274

3 | Ergebnisse der Mitmach-Aktionen

n = 222
24

Wir nehmen mit...

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

 Slow Food®
Deutschland



- **Küchentagebuch ist ein Evaluations-Tool:**
Umfangreiche Daten & Reports –
drei externe Partner nutzen es nach Projektende weiter
- **Erkenntnisse und Empfehlungen für zukünftige Evaluationen:**
 - App-Design mitdenken (z. B. Schnelleingaben & Erinnerungen)
 - Anreize zum Mitmachen attraktiv gestalten
 - Fokus auf Teilbereiche (z. B. einzelne Verhalten oder Lebensmittelkategorien)
 - Längere Messzeiträume
 - Veränderungen über Zeit prüfen

Wir nehmen mit...

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

 Slow Food®
Deutschland



• Küchentagebuch ist ein Evaluations-Tool:
Umfangreiche Daten & Reports –
drei externe Partner nutzen es nach Projektende weiter.

Reduktionspotenzial: 15 bis 27%

• Erkenntnissergebnisse & Anregungen für zukünftige Evaluationen:
• Design mitdenken (z. B. Schnelleingaben & Erinnerungen)

• Anreize zum Mitmachen attraktiv gestalten

EU Ziele der **EU-Abfallrichtlinie** erreichbar: **Änderungsrichtlinie (EU) 2018/851**

Die Richtlinie (EU) 2025/1892 ändert die Richtlinie 2008/98/EG erneut, um die Vorschriften zur Abfallbewirtschaftung, insbesondere in Bezug auf Lebensmittelabfälle und Textilien, zu verschärfen. **Mit der Richtlinie**

Werden rechtsverbindliche Ziele zur Verringerung der Lebensmittelverschwendung bis 2030 eingeführt:

- eine Reduzierung der Lebensmittelverschwendung um 10 % bei der Verarbeitung und Herstellung und
- eine Reduzierung der Lebensmittelverschwendung pro Kopf um 30 % im Einzelhandel, Restaurants, Verpflegungsdienstleistungen und Haushalten, jeweils im Vergleich zum Durchschnitt 2021–2023

<https://eur-lex.europa.eu/DE/legal-content/summary/eu-waste-management-law.html>

Letzte Aktualisierung: 21.11.2025

Ausblick

Dialogforum
Private Haushalte 2.0

Slow Food®
Deutschland



DiFo 2.0 Projektende
am 30. September 2026



Handlungsempfehlungen, Ergebnispräsentation & Projektvideo
werden auf den **DiFo-2.0 Projektwebseiten** veröffentlicht

Save-the-date:
Ringvorlesung „Lebensmittelverschwendung“
der TU Berlin startet am **15. Oktober 2026**

Miss mit!

Jetzt Mitmach-Aktionen

in der *Zu gut für die Tonne!*-App entdecken



Das Dialogforum private Haushalte 2.0 wird im Rahmen der Nationalen Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung durch das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) gefördert. Es arbeitet eng mit der BMLEH-Initiative Zu gut für die Tonne! zusammen.

Die Projektträgerschaft erfolgt über die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) über den Zeitraum Oktober 2023 bis September 2026. Das Dialogforum wird von Slow Food Deutschland zusammen mit dem Fachgebiet Bildung für Nachhaltige Ernährung und Lebensmittelwissenschaft der TU Berlin durchgeführt.

Lebensmittelabfälle messen,
Tipps erhalten, Abfälle reduzieren
und Gewinnchance nutzen!



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Das Dialogforum private Haushalte 2.0 wird im Rahmen der Nationalen Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung durch das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) gefördert.

Es arbeitet eng mit der BMLEH-Initiative Zu gut für die Tonne! zusammen.

Die Projektträgerschaft erfolgt über die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) über den Zeitraum Oktober 2023 bis September 2026. Das Dialogforum wird von Slow Food Deutschland zusammen mit dem Fachgebiet Bildung für Nachhaltige Ernährung und Lebensmittelwissenschaft der TU Berlin durchgeführt.

