



Elisabeth
Hoffmann

Gabriela
Freitag-Ziegler



Dr. Kristina
Norman



Christof
Meinhold

■ PORTRAIT

Wo Oecotrophologen arbeiten

Nach ihrem Studium sind Ernährungswissenschaftler breit aufgestellt. Ihre möglichen Tätigkeitsfelder auf dem stetig wachsenden Arbeitsmarkt sind vielfältig. | *Katharina Hamacher*

Ob im Qualitätsmanagement, als Ernährungsberater oder in der Produktentwicklung, in der Hauswirtschaftsleitung, als Fachjournalist oder in der Forschung: das Arbeitsfeld für Oecotrophologen könnte kaum bunter sein. An den Schnittstellen von Wissenschaft, Wirtschaft und Verbraucher sind sie ein wichtiges Bindeglied. Oecotrophologen arbeiten beispielsweise in wirtschaftlichen Unternehmen, Bildungseinrichtungen, Fachverlagen, Vereinen, Ministerien oder im Gesundheitswesen. Zurzeit gibt es etwa 30.000 Absolventen in Deutschland, schätzt der Berufsver-

band Oecotrophologie e.V. (VDOE) in Bonn.

In den vergangenen Jahrzehnten hat sich der Arbeitsmarkt für die Berufsgruppe deutlich verändert. Während Oecotrophologen anfangs vor allem im Schuldienst, in Wissenschaft und Lehre, in Ministerien oder bei Krankenkassen und Verbraucherorganisationen eine Stelle fanden, sind es heute insbesondere Unternehmen der Lebensmittelwirtschaft, die ernährungswissenschaftliche Expertise nachfragen. Einhergehend mit den Lebensmittelskandalen in den 1990er Jahren ist das öffentliche Bedürfnis nach

Sicherheit und Qualität stark gestiegen. Die lebensmittelrechtlichen Bestimmungen haben sich fortlaufend verschärft und eine nachhaltige Produktion von Lebensmitteln wird immer häufiger gefordert. „Das hatte Auswirkungen auf den Stellenmarkt für Oecotrophologen. Seit einigen Jahren steht das Qualitätsmanagement an oberster Stelle, gefolgt von Marketing/Vertrieb, Produktentwicklung, Ernährungsberatung und Hauswirtschaftsmanagement“, sagt Dr. Monika Dungenheim, Leiterin der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des VDOE.

Auch die von der Europäischen Union (EU) im Jahr 2011 beschlossene Lebensmittel-Informationsverordnung, die die Kennzeichnung von Lebensmitteln regelt und ab Ende des Jahres verbindlich für alle EU-Mitgliedsstaaten gilt, wird im Bereich Qualitätsmanagement weitere Arbeitsplätze für Ernährungswissenschaftler in der Lebensmittelwirtschaft, in der Gemeinschaftsverpflegung, in Laboren und auch in der Pharmaindustrie schaffen. Bei Verbraucherschützern wie dem Verein Foodwatch und den Verbraucherzentralen rückt das Thema Lebensmittelsicherheit zunehmend in den Fokus. Die Aufgaben sind vielfältig. Beispielsweise konzipieren Oecotrophologen die Systeme, betreuen die Umsetzung, gewährleisten die Sicherheit von Lebensmitteln und sind für Zertifizierung und Deklaration zuständig. Auch Risiko- und Krisenmanagement gehören oftmals zu den Tätigkeiten.

Während der Verband, der sich seit über 40 Jahren als berufspolitische Vertretung für Oecotrophologen, Haushalts-, Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaftler einsetzt, anfangs viel Aufklärungsarbeit leisten musste, habe sich die gesellschaftliche Vorstellung des Berufs stark gewandelt, sagt Dr. Monika Dungenheim: „Dass es nicht um Kochen und Putzen geht, sondern um den wissenschaftlichen Hintergrund zu den Themen Ernährung, Lebensmittel und Versorgung, hat sich inzwischen herumgesprochen.“

Erst seit 1963 wird der Studiengang Oecotrophologie angeboten. Die Uni Gießen war Vorreiter, im Laufe der Jahre kamen landesweit sieben weitere Universitäten hinzu. Seit den 70er Jahren kann man auch an den Fachhochschulen (FHs) studieren. Während die Unis die Inhalte theoretischer und wissenschaftlicher vermitteln, sind die FHs problemorientierter und praktischer ausgerichtet. Je nach Angebot sind die Studienfächer ebenso breit aufgestellt wie die Arbeitsfelder: Von Ernährungsphysiologie und -medizin über Lebensmittelchemie und -produktion, Mikrobiologie, BWL, Ökonomie und Ökologie bis hin zu Welternährung, Soziologie, Beratungsmethodik, Haushaltstechnik und Qualitätsmanagement reicht die Palette.

Um nach dem Studium einen attraktiven Job zu bekommen, rät Dr. Monika Düngenheim dringend dazu, die theoretischen Grundlagen gezielt durch praktische Erfahrung zu ergänzen: „Wenn das dicht gedrängte Bachelor-Studium keine

Zeit für Praktika lässt, bietet sich ein eingeschobenes Praxissemester an“, sagt die Expertin. „Das bringt unterm Strich viel mehr als ein Studium in Regelstudienzeit ohne praktische Erfahrung.“

QM-Standards entwickeln und betreuen

Elisabeth Hoffmann achtet auf die Kontrolle hinter den Kulissen eines großen Snackunternehmens. Ihr Wissen über Qualitätsmanagement hat sie sich selbst erarbeitet.

Der Sprung ins kalte Wasser hat Elisabeth Hoffmann nicht nur persönlich sehr geprägt. Auch beruflich hat die Diplom-Oecotrophologin von ihrem Auslandsaufenthalt in Mexiko sehr profitiert. Nach dem Grundstudium ist die heute 30-Jährige für ein Jahr nach Durango gegangen, um an der dortigen Universität zu studieren – ohne die Sprache zu sprechen. Bereut hat Hoffmann ihre Entscheidung keine Sekunde. Neben spannenden Lehrinhalten und vielseitigen Fortbildungen in sehr kleinen Studentengruppen hat sie durch den Auslandsaufenthalt viel Selbstbewusstsein und „Biss“ gewonnen.

Vielleicht hätte sich die junge Ernährungsexpertin ohne diese Erfahrung nicht direkt nach dem Studium auf eine leitende Position im Qualitätsmanagement (QM) beworben – ohne jemals auch nur eine Vorlesung in diese Richtung besucht zu haben. Mit Erfolg: Nachdem sie zweieinhalb Jahre Berufserfahrung bei einem Feingebäckhersteller sammeln konnte, leitet Elisabeth Hoffmann die QM-Abteilung bei einem der größten deutschen Snackunternehmen in der Nähe von Darmstadt. Dort betreut und begleitet sie die Entwicklung und Umsetzung neuer QM-Standards und achtet drauf, dass diese auch nachhaltig eingehalten werden. Bei unabhängigen Prüfungen, sogenannten Audits, führt sie die Experten durch das Unternehmen und das

Management-System. Auch Reklamationen fallen in ihren Aufgabenbereich als Krisenmanagerin: „Wenn einmal etwas schief läuft, geht es auch darum, die Gründe zu analysieren und künftig zu vermeiden.“ Etwa im Bereich Hygiene achtet die Qualitätsmanagerin darauf, dass die Mitarbeiter Standards wie Haarnetze oder saubere, weiße Kleidung einhalten. „Gerade diese Vielseitigkeit macht den Beruf für mich so spannend“, sagt die 30-Jährige.

Dass sie einmal im Bereich Ernährung arbeiten wollte, war Elisabeth Hoffmann schon früh klar. „Ich liebe Kochen und Essen. Der Umgang mit Nahrungsmitteln ist für mich etwas Besonderes.“ Vom Einkauf bis zur Zubereitung nimmt sie sich auch privat viel Zeit, setzt auf regionale und saisonale Produkte und achtet genau auf die Inhaltsstoffe.

Der Bereich Lebensmitteltechnologie hat die damalige Studentin besonders gepackt. Nach dem breiten Grundstudium an der Bonner Universität stürzte sie sich im Hauptstudium mit Elan in Fächer wie Sensorik und Biochemie. Weil Elisabeth Hoffmann nach dem Diplom eigentlich für Krankenkassen oder ernährungsphysiologische Beratungsfirmen arbeiten wollte, stand der Bereich Qualitätsmanagement für sie nie zur Debatte. „Ich bin als Generalistin aus der Uni raus und habe mir angeschaut, was der Arbeitsmarkt zu bieten hat“, sagt sie rückblickend. Mit Mut und Kreativität konnte Elisabeth Hoffmann bei der Jobsuche punkten. Auf einer großen Fachmesse hat sie zum Beispiel Bewerbungs-DVDs verteilt. Der Appell „Wenn Sie eine gute Oecotrophologin suchen – rufen Sie mich an“ brachte den gewünschten Erfolg. Bei ihrem ersten Arbeitgeber stieg sie auf Anhieb in die QM-Leitung ein und hatte die Möglichkeit, die gesamten Aufgabengebiete des mittelständischen Unternehmens kennenzulernen. Ihr Fachwissen hat sie sich nach der Arbeit in Eigenregie angeeignet und erarbeitet. Für Elisabeth Hoffmann waren das zweieinhalb Lehrjahre voller

BERUFSEINSTIEG

Eine gute Möglichkeit für den Berufseinstieg sind Berufseinstiegsjahre und Traineeprogramme von Unternehmen oder das Kooperationsprojekt „Professional Food Bachelors (Profob)“ zwischen der Universität Bonn und kleinen bis mittelständischen Unternehmen in Nordrhein-Westfalen (www.profob.uni-bonn.de).

Das Profob-Traineeprogramm umfasst insgesamt ein Jahr und richtet sich an alle Absolventen im In- und Ausland, die Interesse am Thema Ernährung haben. Zwei Praxisphasen von jeweils sechs Monaten werden durch Seminarblöcke ergänzt, in denen interdisziplinäre Schlüsselqualifikationen vermittelt werden. Auch der VDOE informiert in Fragen des Berufseinstiegs (vgl. das Verbandsporträt in der Ausgabe 32/2014).

spannender Einblicke und Erfahrungen, bevor sie von einem Headhunter ihres jetzigen Arbeitgebers abgeworben wurde. Dass sie es direkt von der Uni in eine leitende Position eines ihr unbekanntes Terrains geschafft hat, schreibt die 30-Jährige ihrer großen Erfahrung im Bereich Gruppenleitung zu. Schon als Jugendliche war sie bei der Feuerwehr und im Musikverein aktiv, später engagierte sie sich als Schul- und Bundesfachschafts-sprecherin. „Kommunikative Fähigkeiten sind auch beim Qualitätsmanagement sehr wichtig“, sagt sie.

Ihr Tipp an junge Studenten und Absolventen lautet ganz klar: „Mutig sein und sich von anderen abheben, indem man immer ein Stück mehr gibt als die Konkurrenz.“ Der persönliche Kontakt zu Unternehmen sei der beste Weg, sich zu präsentieren, sagt die Qualitätsmanagerin. Auch Fachmessen bieten eine gute Möglichkeit, sein Netzwerk zu erweitern.

Lebensqualität des Patienten im Blick

Dr. Kristina Norman erforscht an der Berliner Charité das große Problem der Mangelernährung und Unterversorgung in Kliniken.

Wie wichtig eine ausgewogene Ernährung gerade für alte und kranke Menschen ist, weiß Dr. Kristina Norman nur zu gut. „Für Tumorpatienten etwa ist der Verlust jedes Kilos gefühlt ein weiterer Schritt zum Tod“, sagt die Ernährungswissenschaftlerin. Seit Jahren beschäftigt sie sich an der Berliner Charité mit dem Thema Mangelernährung in Kliniken. „Obwohl dieser Begriff schon lange ein großes Reizwort ist, wird dem Thema im eng getakteten Klinikalltag noch immer viel zu wenig Bedeutung beigemessen – mit weitreichenden Folgen für die Patienten.“

Ärzte und Pflegepersonal für die Problematik zu sensibilisieren und die Lebensqualität der Patienten durch eine maßgeschneiderte Ernährungstherapie

zu verbessern, ist das Ziel der promovierten Ernährungswissenschaftlerin. In der Forschungsgruppe Geriatrie an der Charité Berlin leitet sie die Arbeitsgruppe Ernährung und Körperzusammensetzung. Dabei liegt ihr Fokus auf der Planung, Durchführung und Auswertung von neuen Studien – immer mit dem Ziel vor Augen, den Verlauf des Patienten zu verbessern. Bei Interventionsstudien werden in randomisierten Gruppen verschiedene Therapien an alten und erkrankten Menschen getestet, um die richtige, individuell zugeschnittene Ernährungsform zu finden. Der andere Bereich sind reine Beobachtungsstudien, um mehr über ernährungsbedingte Risikofaktoren bei beispielsweise Krebskranken zu erfahren.



Eine ausgewogene Ernährung ist für alle wichtig: für Jung und Alt, bei Erkrankungen im Alter sind spezifische Kompetenzen gefragt. Foto: Klaus Trost

Ein weiterer Schwerpunkt ihres Schaffens ist die Lehre. An der Medizinischen Fakultät und der Gesundheitsakademie der Charité unterrichtet Dr. Kristina Norman als Dozentin. Zudem ist sie ein gefragter Gast bei internationalen Kongressen, Tagungen und Symposien, bei denen die Wissenschaftlerin Vorträge über ihre zahlreichen Publikationen und Studien hält. „Kein Tag ist wie jeder andere“, sagt die 40-Jährige. „Gerade das reizt mich sehr an meiner Arbeit.“

Dass sie einmal in einer Klinik arbeiten würde, hätte sie sich nach dem Abi nicht träumen lassen. Obwohl die gebürtige Schwedin den medizinischen Bereich spannend fand, hat sie sich gegen ein Medizinstudium entschieden. Um sich über ihre berufliche Zukunft klar zu werden, reiste sie für ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) nach Schottland und arbeitete in einer Einrichtung für Multiple-Sklerose-Patienten. Beim Nachtdienst blätterte sie mehr oder weniger gelangweilt durch eine Fachzeitschrift und stieß auf einen Artikel, der ihre Aufmerksamkeit weckte: „Darin ging es um bestimmte Moleküle in der Milch und die Wirkung auf den menschlichen Körper“, erinnert sie sich. „Ich dachte damals: Wahnsinn! So etwas Abgefahrenes kann man studieren?“

Nach diesem Schlüsselerlebnis wollte sie genauer wissen, welchen Einfluss die Ernährung auf den Menschen hat. In Wien begann sie das Universitätsstudium der Ernährungswissenschaften und merkte schnell, dass das Thema Mangelernährung sie besonders fesselte. Das einzige Zusatzmodul, das man dazu belegen konnte, war neben dem Pflichtfach Diätetik der Bereich Welternährung in Entwicklungsländern.

Gegen Ende des Studiums ergab sich die Möglichkeit, ihre Diplomarbeit an der Klinik für Herz-Thorax-Gefäßchirurgische Anästhesie und Intensivmedizin zu absolvieren, an der Norman danach als wissenschaftliche Mitarbeiterin arbeitete. Über die Klinik knüpfte sie Kontakt zur Berliner Charité, die eine Promotionsstelle zu vergeben hatte. 2003 wechselte die Wissenschaftlerin von der Wiener Uni an die Berliner Universitätsmedizin und promovierte über den Effekt von Intervention mit Trinknahrung auf Muskelkraft und Lebensqualität bei mangelernährten Patienten mit gastrointestinalen Erkrankungen. Heute ist die 40-Jährige sehr glücklich, dass sie dem klinischen Bereich treu geblieben ist, auch wenn sie sich das im Studium nicht hätte vorstellen können.

Nach dem Studium hatte die junge Absolventin nämlich überhaupt keine

konkrete Vorstellung von ihrem beruflichen Schwerpunkt. „Damals ging man mit dem Abschluss in der Tasche aus der Uni und war sich selbst überlassen“, weiß sie aus Erfahrung. „Daran hat sich auch heute nicht viel geändert.“ Deshalb rät sie Studenten dringend, sich so früh wie möglich Gedanken über ihre spätere berufliche Orientierung zu machen. „Die besten Einblicke bekommt man über Praktika“, sagt die erfahrene Dozentin. „Am Ende wird sich derjenige auf dem Arbeitsmarkt durchsetzen, der ein klares Ziel vor Augen hat.“ Auch ein gutes Netzwerk sei unerlässlich, sagt Dr. Kristina Norman. Deshalb nimmt sie sich viel Zeit für die Förderung und -beratung angehender Ernährungswissenschaftler. „Konkurrenzdenken ist da völlig fehl am Platz, schließlich profitieren alle von dem gegenseitigen Austausch.“

Flexibilität und Fingerspitzengefühl

Christof Meinhold berät Patienten in seiner eigenen Praxis für Ernährungstherapie. Erfahrung und Professionalität sind für ihn wichtige Grundvoraussetzungen.

Morgens der Hausbesuch bei einem Krebspatienten im Endstadium, bei dem sich der Berater die ethische Frage stellen muss, ob Ernährung in diesem Fall nicht schon zu lebenserhaltenden Maßnahmen zählt. Zwei Stunden später der Termin mit einer Schwangeren, die dem freudigen Ereignis entgegenfiebert und ihrem ungeborenen Kind über die eigene Nahrung die bestmögliche Versorgung zukommen lassen möchte. Kontrastreicher kann ein Arbeitstag kaum sein, doch genau diese Vielseitigkeit liebt Christof Meinhold an seinem Beruf.

Der Diplom-Oecotrophologe hat sich in seiner Kölner Praxis auf Ernährungstherapie spezialisiert. Um als selbstständiger Berater erfolgreich zu sein, sind neben viel Empathie und Fingerspitzengefühl vor allem Offenheit und Flexibilität unerläss-

lich, sagt der 46-Jährige. Das Spektrum unterschiedlicher Patienten ist nämlich ebenso groß wie deren Bedürfnisse. Vom gesundheitsbewussten Top-Verdiener bis zum Sozialhilfeempfänger, der von der Krankenkasse geschickt wird, reicht die Klientel des Ernährungsberaters. Gerade bei sozial schwachen Patienten ist es wichtig, die Lebensumstände und das Umfeld zu kennen, sagt Meinhold. „Ich muss genau wissen, wo die Menschen einkaufen, wie viel Geld sie für Lebensmittel ausgeben können und wie beispielsweise das Lebensmittelangebot der Kölner Tafel eingebaut werden kann.“

Diese Erfahrung im Umgang mit Menschen ist etwas, das man sich über Jahre aneignen muss, sagt der Oecotrophologe, der seit fast zwei Jahrzehnten Patienten berät. Von einem Beraterjob direkt aus dem Studium heraus hält er gar nichts: „Als junger, unerfahrener Absolvent wird man gerade von schwer kranken Menschen nicht ernst genommen. Man muss sich sehr auf den Patienten einstellen und ihn da abholen, wo er steht. Dieses Einfühlungsvermögen muss langsam wachsen.“

Der Ratschlag, den Christof Meinhold jungen Kollegen mit auf den Weg gibt, hat sich bei seinem eigenen Berufsweg sehr bewährt. Weil es nach dem Studium keine festen Stellen in der Ernährungsberatung gab, hat der Absolvent zunächst

freiberuflich im Auftrag von Firmen unter anderem ein Beratungsprojekt für Krebs- und HIV-Patienten übernommen. Erst drei Jahre später hat er sich als Berater selbstständig gemacht und anfangs in einem Beratungszentrum für Krebs- und HIV-Patienten seine Räumlichkeiten angemietet, bevor er seine eigene Praxis eröffnet hat. Neben seiner Beratungstätigkeit betreut er als Experte Internetforen, erstellt Broschüren und organisiert Gesundheitstage im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Bevor man sich idealerweise aus einer Festanstellung heraus Stück für Stück seine Selbstständigkeit aufbaut, sollte man sich unbedingt fragen, ob man auch der Typ dafür ist, rät der Oecotrophologe. Schließlich gehört auch viel wirtschaftliches Verständnis und Akquise dazu. Dass manchen freiberuflichen Kollegen die nötige Professionalität fehlt, empfindet Meinhold als Bedrohung für seinen Berufsstand: „Mal eben ein bisschen nebenbei beraten, das geht gar nicht. Viele haben nicht mal separate Räume. Sie würden doch auch nicht zu einem Arzt gehen, der in seiner Garage für vier Stunden pro Woche eine improvisierte Praxis betreibt.“

Auch in puncto Weiterbildung ist unbedingte Professionalität gefragt, betont er. „Das Studium vermittelt ein gewisses Grundverständnis, alles andere kommt



Ernährungswissen durch anschauliche Experimente schon den Vorschulkindern vermitteln.

Foto: C.Voß

durch die Zertifikate, für die regelmäßige Fortbildungen nötig sind.“ Meinhold selbst ist nicht nur Ernährungs- und Fettstoffwechseltherapeut, sondern auch Ernährungsfachkraft für Allergologie. Schon vor dem Studium war klar, dass er später in der Beratung arbeiten wollte. Deshalb hat er sich bewusst gegen Bonn als populären Studienort für Oecotrophologie entschieden, da die Lebensmitteltechnologie und -industrie dort das Lehrangebot dominiert. An der Uni Gießen hingegen fand er die breit gefächerte Lehre der verschiedenen Ernährungsformen und die Vollwerternährung nach der Gießener Formel, die ihn zum Studium bewegten.

Bis dahin war es allerdings ein langer Weg: Als Christof Meinhold mit 15 Jahren zum Berufsberater ging und ankündigte, etwas mit Ernährung machen zu wollen, erntete er Unverständnis. Statt „in eine Frauendomäne einzubrechen“, sollte er doch lieber etwas Anständiges lernen. Nach seiner Ausbildung zum Beamten mittleren Dienstes beim Regierungspräsidenten Düsseldorf holte er berufsbegeleitend sein Abitur nach, bevor er das Studium zum Diplom-Oecotrophologen begann. Heute empfindet er sein Geschlecht oft als beruflichen Vorteil, da sich gerade männliche Patienten oft lieber von einem Mann beraten lassen.

Ernährungsmythen Fachwissen entgegensetzen

Gabriela Freitag-Ziegler arbeitet freiberuflich als Journalistin und PR-Beraterin. Sie schreibt über spannende Hintergründe, neueste Studien, Trends und Entwicklungen.

Das gesellschaftliche Interesse an gesunder Ernährung ist so groß wie nie. Das bedeutet auch, dass sehr viel darüber geredet und geschrieben wird – „in vielen Fällen ohne den entsprechenden wissenschaftlichen Hintergrund“, beobachtet Gabriela Freitag-Ziegler. Gerüchten und Mythen über Ernährungs-, Lebens-



Öffentlichkeitsarbeit der Deutschen Gesellschaft für Ernährung Foto: C.Voß

mittel- und Gesundheitsthemen mit fundierten Fachkenntnissen entgegenzuwirken und so Verbraucher aufzuklären, ist das Steckenpferd der Bonner Diplom-Oecotrophologin. Als Journalistin schreibt sie für Fach- und Publikumsmedien, berät Unternehmen der Lebensmittelbranche in allen Fragen rund um Öffentlichkeitsarbeit und PR und greift aktuelle Themen in ihrem eigenen Blog auf www.freitag-ziegler.de auf.

Die Begeisterung für Lebensmittel und Ernährung wurde der 46-Jährigen quasi in die Wiege gelegt. Obstwiesen, Gemüsebeete und der eigene Hühnerstall ihrer Familie prägte Freitag-Ziegler's Kindheit auf dem ostwestfälischen Land. Trotzdem entschloss sie sich nach dem Abitur zunächst zu einer Banklehre – rückblickend eine sinnvolle Ergänzung ihres beruflichen Werdegangs. Nach dem Studium an der Universität Bonn, mit dem sie ihr Interesse für Lebensmittel und Ernährung durch eine wissenschaftliche Grundlage untermauerte, bewarb sie sich bei einer PR-Agentur in Frankfurt. Neben Fachwissen im Bereich Oecotrophologie suchte der Arbeitgeber gezielt nach einer Volontärin mit BWL-Kenntnissen. Beim Budgetieren ihrer Projekte zu Vitaminen und Nahrungsergänzungsmitteln half der Volontärin ihr gutes Verständnis für

Zahlen. Mit dem Wechsel in eine PR-Agentur mit anderen Schwerpunkten spezialisierte sich Gabriela Freitag-Ziegler in der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit auch auf die Lebensmittel- und Getränkebranche. Sie arbeitete unter anderem für einen großen Mineralbrunnen und den Verband der deutschen Fruchtsaft-Industrie, bis sie vor zehn Jahren den Weg in die Selbstständigkeit wagte.

Bereut hat die Ernährungswissenschaftlerin diesen Schritt nie. Über spannende Hintergründe, neueste Studien, Trends und Entwicklungen zum Thema Ernährung und Lebensmittel zu schreiben, empfindet sie auch als einen Dienst am Verbraucher. „Vielleicht ist mein Job auch ein kleiner Beitrag dazu, die Welt ein bisschen besser zu machen“, sagt die 46-Jährige. Die Beschäftigung mit Themen, die jeden Menschen auch in Zukunft betreffen werden, macht den Beruf für sie so spannend.

Dass Gabriela Freitag-Ziegler im Studium keine Schwerpunkte für ihre heutige Ausrichtung gesetzt hat, ist ein Punkt, den sie rückblickend anders machen würde. „Durch gezielte Praktika lassen sich gute Kontakte zu Agenturen knüpfen“, weiß sie aus ihrer heutigen Erfahrung.

Angehenden Oecotrophologen, die in den Bereich Journalismus und PR-Beratung streben, rät sie dringend, sich das grundlegende Handwerkszeug bei Agenturen oder Verlagen anzueignen. Für Freiberufler sei neben der richtigen Portion Selbstdisziplin eine gut gemachte Internetpräsenz hilfreich, ebenso wie ein umfassendes Netzwerk – nicht nur digital: „Ich gewinne häufig neue Aufträge durch Empfehlungen von Berufskollegen“, sagt sie. Für Ihren Berufsstand wünscht sie sich künftig mehr Anerkennung und eine größere Wertschätzung des Abschlusses“, sagt sie und kritisiert, dass der Begriff „Ernährungsexperte“ nicht geschützt ist. „Menschen wie meine Kollegen und ich haben die nötige wissenschaftliche Grundlage und können fachlich differenzieren. Es ist wichtig, dass das auch honoriert wird.“