



Das Buch erscheint Anfang 2020.  
ca. 160 Seiten, broschiert  
ISBN 978-3-95409-055-6  
ca. 21,90 Euro



#### Die Autorinnen:

**Gertrud Winkler** (Mitte) ist Professorin für Lebensmittel- und Ernährungswissenschaften an der Hochschule Albstadt-Sigmaringen. Sie leitet seit Jahren Forschungsprojekte zum Thema *nudging* und ist deutschlandweite Pionierin auf diesem Gebiet. Sie ist überzeugt davon, dass gesund und nachhaltig essen ganz einfach ist und es auch für alle werden sollte.

**Anna Elisabeth Purtscher** (links) ist Studiengangsleiterin des FH-Bachelor-Studiengangs Diätologie und Leiterin des Master-Lehrgangs Ernährungskommunikation bzw. des Master-Lehrgangs Klinische Diätologie an der fh gesundheit in Innsbruck (Österreich). Kompetenzstärkung ist ihr in ihren Fachbereichen Diätologie und Ernährungskommunikation eine Herzensangelegenheit.

**Agnes Streber** (rechts) ist Oecotrophologin und Köchin und leitet seit 1999 das Ernährungsinstitut KinderLeicht in München, wo sie sich mit Begeisterung für die Themen Gesundheit und Nachhaltigkeit einsetzt. Durch ihre Mehrfachqualifikationen verfügt sie über einen ganzheitlichen und systemischen Ansatz, der ihre Arbeit besonders individuell und nachhaltig prägend macht. 2018 hat sie außerdem Nudge-Concept gegründet und ist ausgewiesene Expertin in der praktischen Umsetzung von *nudging*.



#### Nudge - Was bedeutet das?

Ein Nudge ist ein kleiner Stupser, den es manchmal braucht, um die richtigen Entscheidungen zu treffen. Vor allem bei unseren Essgewohnheiten könnten wir oft einen sanften Stupser hin zu einer gesünderen, nachhaltigen Ernährung brauchen.

In unserem Alltag nehmen wir viele Mahlzeiten in der Gemeinschaftsgastronomie, z. B. im Betriebsrestaurant oder in der Mensa ein. Sie als Betreiber\*in können entscheidend zu einer gesundheitsfördernden Ernährung Ihrer Gäste und zu mehr Nachhaltigkeit beitragen. Seien Sie Wegbereiter\*in für Ihre Gäste hin zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden im Alltag!

Wie Ihnen das mithilfe von Nudges gelingen kann, erklärt dieses Praxishandbuch. Wir stellen strukturierte Handlungsstrategien vor und geben Ihnen ein hilfreiches Nachschlagewerk bei der praktischen Umsetzung in Ihrer Einrichtung an die Hand.

Dabei geht es immer um die Frage nach dem ganz konkreten „Wie?“. Worauf kommt es beim Nudging an? Was funktioniert in der Praxis? Wir erläutern Beispiele aus der Praxis - für die Praxis!

Anschaulich legen wir Ihnen dar, wie Nudges funktionieren, und erläutern, wie Sie Ihre Ergebnisse messen und einzelne Maßnahmen bei Bedarf anpassen können. Unsere Aufkleber erleichtern Ihnen die ersten Schritte zu einem erfolgreichen eigenen Nudging-Konzept.

In diesem Sinne lautet unser Motto: „Nudge - Von der Kunst, Essen geschickt zu platzieren.“ Machen Sie mit!

Jetzt vorbestellen: Telefon (0 79 53) 88 36 91

E-Mail [buchbestellung@fachbuchdirekt.de](mailto:buchbestellung@fachbuchdirekt.de) • [www.fachbuchdirekt.de](http://www.fachbuchdirekt.de)