

Linz, am 20.03.2026

Internationaler Tag der Hauswirtschaft am 21. März

Hauswirtschaft als Schlüssel für Gesundheit, Nachhaltigkeit und Lebensqualität

Unter dem Motto „You are what you eat: Feeding the Future“ rückt der diesjährige Internationale Tag der Hauswirtschaft am 21. März die weitreichenden Auswirkungen unserer Ernährung in den Mittelpunkt. Dabei wird deutlich: Was wir essen, wie wir einkaufen und wirtschaften, beeinflusst nicht nur unsere eigene Gesundheit, sondern auch Umwelt, Klima und gesellschaftliche Stabilität. Denn Hauswirtschaft ist dabei weit mehr als Kochen und Putzen – sie vermittelt lebenswichtige Kompetenzen für Alltag und Zukunft.

„Hauswirtschaft ist die unsichtbare Kraft, die unseren Alltag trägt. Wer sie beherrscht, kann gesund leben und gleichzeitig verantwortungsvoll mit Ressourcen umgehen. Gerade in Zeiten von Klimawandel und steigenden Lebenshaltungskosten ist dieses Wissen wichtiger denn je“, betont Landesbäuerin Johanna Haider. Sie verweist darauf, dass gerade Bäuerinnen seit Generationen Wissen über nachhaltige Ernährung, Ressourcenschonung und verantwortungsvollen Konsum weitergeben.

Haider unterstreicht, dass moderne Hauswirtschaft über traditionelle Tätigkeiten hinausgeht: „Sie umfasst Energie- und Ressourcenmanagement, Ernährung, soziale Verantwortung und digitale Vernetzung. Hauswirtschaft verbindet Tradition mit Innovation und ist ein echter Zukunftsfaktor.“

Ernährungskompetenz als Basis fürs Leben

„Es braucht ein Umdenken. Kinder müssen früh lernen, wie Ernährung funktioniert – praktisch, greifbar und alltagsnah“, so Haider. Der Unterschied zwischen selbstgekochten Speisen und stark verarbeiteten Produkten mache ökologische, wirtschaftliche und gesundheitliche Zusammenhänge unmittelbar sichtbar. Denn Studien belegen eine besorgniserregende Entwicklung: Bereits heute ist knapp die Hälfte der österreichischen Bevölkerung übergewichtig oder adipös – mit steigender Tendenz.

Die Bäuerinnen fordern daher eine stärkere Verankerung von Ernährungs- und Konsumbildung sowie Hauswirtschaft in Schulen. Ziel sei es, jungen Menschen Kompetenzen zu vermitteln, die sie ein Leben lang begleiten: bewusst einkaufen, ausgewogen kochen, Lebensmittel wertschätzen und nachhaltig handeln.

Nachhaltigkeit beginnt im Alltag

Jede und jeder Einzelne könne einen Beitrag leisten, so die Bäuerinnen: durch den Griff zu regionalen und saisonalen Produkten, durch bewusstes Einkaufen und durch das vermehrte Selberkochen. Auch die kreative Verwertung von Resten spiele eine wichtige Rolle im Kampf gegen Lebensmittelverschwendung. „Nachhaltigkeit beginnt nicht irgendwo – sie beginnt in der eigenen Küche“, sagt Haider. „Wer versteht, wie viel Arbeit und Wert in unseren Lebensmitteln steckt, geht automatisch achtsamer damit um.“

140 Jahre Hauswirtschaft: Tradition trifft Zukunft

Das Jubiläum der hauswirtschaftlichen Bildung in Oberösterreich (LWBFS Mistelbach) zeigt, wie sich das Fach von einer vermeintlich „einfachen Tätigkeit“ zu einer hochkomplexen Managementdisziplin entwickelt hat. Heute umfasst Hauswirtschaft Ernährung, Wirtschaftlichkeit, soziale Verantwortung,

Ressourcenmanagement und zunehmend Digitalisierung – sie ist ein Schlüssel für private Haushalte ebenso wie für Gastronomie, Tourismus und soziale Einrichtungen.

Der Internationale Tag der Hauswirtschaft macht deutlich: Wer die Zukunft gestalten will, muss beim Alltag beginnen. Ernährung, Konsum und Haushaltsführung sind keine Nebensächlichkeiten – sie sind die Grundlage für Gesundheit, Nachhaltigkeit und gesellschaftlichen Zusammenhalt.

„Wer Hauswirtschaft beherrscht, schafft Lebensqualität – für sich und andere“, so Haider abschließend.

+++

Rückfragenhinweis:

Ines Schöfecker, BSc

+43 732 773866 - 813

ines.schoeucker@ooe.bauernbund.at