

AKTIONSPLAN DER  
„zucker-raus-initiative“  
DIE ALLIANZ GEGEN ZU VIEL ZUCKER



---

**Die Allianzpartner:**

Österreichische Ärztekammer  
Österreichische Adipositasgesellschaft  
SIPCAN – Verein für Gesundheitsförderung und Prävention  
Österreichische Gesellschaft für Gastroenterologie und Hepatologie  
Österreichische Anti-Aging-Gesellschaft  
SPAR Österreich  
RAUCH Fruchtsäfte  
Berglandmilch

---

## I. Präambel

In Österreich ist die Lebenserwartung in den vergangenen Jahrzehnten dank des medizinischen Fortschritts stark gestiegen. Die verlängerte Lebenserwartung ist jedoch kein Garant für eine gute Lebensqualität. Gesund zu altern wird für viele Menschen zur Herausforderung, weil sie mit Erkrankungen auf Grund einer ungesunden Lebensweise oder Fehlernährung zu kämpfen haben. Der Lebensstil der Menschen hat sich stark verändert: Ungesundes Essen ist überall und jederzeit verfügbar und meist zu energiereich. Das heißt, diese Mahlzeiten enthalten im Vergleich mit den Vorgaben von Gesundheitsorganisationen zu viel Zucker. Eine dieser Organisationen, die WHO, empfiehlt eine maximale Menge von 25 bis 50 Gramm Zucker pro Tag<sup>1</sup>. Tatsache ist, dass hierzulande rund 92 Gramm Zucker pro Tag konsumiert werden<sup>2</sup>. Hinzu kommt, dass sich die Menschen zu wenig bewegen<sup>3</sup>. Der veränderte Lebensstil führt laut wissenschaftlichen Studien mitunter zu unerwünschten Krankheitsbildern wie Fettleibigkeit, Krebs, Diabetes, Herz-Kreislauf-Beschwerden und psychischen Problemen. Die Liste der Erkrankungen ist lang und stellt die Gesundheitssysteme und damit die Gesellschaft und Politik vor große Herausforderungen.

Lebensmittelproduzenten und Lebensmittelhändler spielen im Kampf gegen zu viel Zucker eine sehr wichtige Rolle. Denn zuckerreduzierte Produktinnovationen können dazu beitragen, den oben genannten Problemen sinnvoll zu begegnen. Gerade bei verarbeiteten Lebensmitteln stellt der versteckte Zucker ein großes Übel dar. Vermeintlich gesunde alltägliche Lebensmittel, wie Joghurts, Müslis oder Getränke, entpuppen sich bei genauerem Hinsehen oftmals als Zuckerbomben. Ein Hinterfragen und Überarbeiten von Produktrezepturen ist das Gebot der Stunde.

Ernährungsmuster manifestieren sich in der Regel bereits im Kindesalter<sup>4</sup>. Diese Tatsache zeigt, wie wichtig es ist, bei Kindern und deren Ernährungsweisen anzusetzen. Wissen und Aufklärung über Nahrungsmittel, Inhaltsstoffe sowie deren Wirkung sollten daher Bestandteil einer jeden schulischen oder präschulischen Ausbildung sein.

<sup>1</sup> <https://www.who.int/mediacentre/news/notes/2014/consultation-sugar-guideline/en/>

<sup>2</sup> [http://www.statistik.at/web\\_de/statistiken/wirtschaft/land\\_und\\_forstwirtschaft/preise\\_bilanzen/versorgungsbilanzen/022328.html](http://www.statistik.at/web_de/statistiken/wirtschaft/land_und_forstwirtschaft/preise_bilanzen/versorgungsbilanzen/022328.html)

<sup>3</sup> [https://www.thelancet.com/journals/langlo/article/PIIS2214-109X\(18\)30357-7/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/langlo/article/PIIS2214-109X(18)30357-7/fulltext)

<sup>4</sup> „Acceleration of BMI in Early Childhood and Risk of Sustained Obesity“; DOI: 10.1056/NEJMoa1803527



Hierbei spielen Schulbuffets und Verpflegungen in Kindertagesstätten oder Kindergärten eine große Rolle. In diesen Zielgruppen sind gesundheitspolitische Maßnahmen notwendig, um eine gute Ernährungssituation für Kinder in Betreuung sicherzustellen.

Weiters ist der Zugang zu Informationen und neuen Studien rund um gesunde Ernährung respektive zuckerreduzierter Ernährung ganz wesentlich, um die Bevölkerung zu einer gesünderen Lebensweise zu befähigen. Hierzu bedarf es zusätzlicher Maßnahmen, um den Menschen in Österreich diese Informationen leicht zur Verfügung zu stellen.

## II. Die zucker-raus-initiative.at

SPAR Österreich initiiert in enger Zusammenarbeit mit Medizinerinnen und Medizinern, wissenschaftlichen Vereinigungen und Industriepartnern eine Allianz gegen zu viel Zucker. Den Allianzpartnern geht es darum zu zeigen, dass eine Wende beim Zuckerkonsum möglich ist. SPAR beschäftigt sich seit mehr als einem Jahrzehnt gemeinsam mit dem wissenschaftlichen Ärztebeirat mit dem Thema der gesunden Ernährung. SPAR Österreich war auch der erste Händler, der sich gezielt mit Zuckerreduktionszielen befasst hat und mit dem Verein SIPCAN an der Verbesserung von Schulbuffets mitwirkte. Anfang 2017 ging SPAR erstmals mit klaren Zielsetzungen zur Zuckerreduktion bei SPAR-Eigenmarken an die Öffentlichkeit. Viele Unternehmen sind diesem Beispiel gefolgt und haben gezeigt, dass zuckerreduzierte Rezepturen möglich sind. Die zucker-raus-initiative.at möchte nun die gesamte Lebensmittelbranche einladen, sich diesem Thema verantwortungsvoll und innovativ zu widmen. Handel und Industrie können so entscheidend dazu beitragen, dass die Österreicherinnen und Österreicher ihren Zuckerkonsum reduzieren. Doch nur das Angebot zu verbessern, wäre im Sinne eines Paradigmenwechsels zu wenig. So fordert die Allianz eine Verbesserung bzw. eine Weiterentwicklung der Qualitätskriterien von Kinderverpflegung in Schulen und Kindergärten sowie Reformen bei der Ernährungsbildung und Aufklärung über gesunde Lebensweisen inklusive der Notwendigkeit von Bewegung an Schulen.

Die Kenntnisse rund um eine zuckerreduzierte Ernährung sowie eine bewusstere Lebensweise werden außerdem über die Medien der Allianzpartner an die Bevölkerung kommuniziert. Hier wünscht sich die Allianz eine verstärkte, fundierte und kontinuierliche Berichterstattung durch heimische Medien.

### III. Der Aktionsplan für ein gesünderes Österreich – mit weniger Zucker!

Die Allianz der [zucker-raus-initiative.at](http://zucker-raus-initiative.at) hat einen Aktionsplan entwickelt, um das Thema Zuckerreduktion verstärkt ins Bewusstsein zu rücken und den Zucker aus unserer Ernährung Gramm für Gramm zu reduzieren. Die Adressaten des Aktionsplans sind österreichische Lebensmittelproduzenten und Händler, die Bundesministerin für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz Mag.<sup>a</sup> Beate Hartinger-Klein, der Bundesminister für Bildung, Wissenschaft und Forschung Univ.-Prof. Dr. Heinz Faßmann, die Landeshauptmänner und Landeshauptfrauen der Bundesländer mit den Bildungsdirektorinnen und Bildungsdirektoren sowie die österreichischen Medien. Im Folgenden werden die Ziele, Herausforderungen und gewünschten Maßnahmen der Adressaten beschrieben. Für weitere Details dient die Informationswebsite [zucker-raus-initiative.at](http://zucker-raus-initiative.at).

#### a) Ziel: Zuckerreduktion

**Herausforderung:** Lebensmittelproduzenten und Händler bzw. Vermarkter und Produzenten von Handelsmarken sind mit vielfältigen Spannungsfeldern konfrontiert, wenn es um die Reduktion von Zucker in Lebensmitteln und Getränken geht: Geschmack, Sensorik, aber auch Produktionskosten und -weisen sowie die Verfügbarkeiten von Zuckeralternativen zählen hier zu den großen Herausforderungen.



Der Ersatz von Zucker durch in der Europäischen Union zugelassenen Süßstoffe wie z. B.: Aspartam, Saccharin oder Sucralose soll keine Lösung zur Zuckerreduktion darstellen, weil Süßstoffe aus gesundheitlicher Sicht umstritten sind und für die Geschmacksevolution der Konsumenten (weniger Süße wird Schritt für Schritt gewünscht und erwartet) nicht dienlich sind<sup>5</sup>. Für die Österreicherinnen und Österreicher soll die Möglichkeit geschaffen werden, sich weniger süß ernähren zu können.

### **Maßnahmen, die Hersteller und Händler betreffen:**

- 1. Zuckerreduktionsziele definieren:** Hersteller und Händler formulieren konkrete Zuckerreduktionsziele für einen bestimmten Zeitpunkt.
- 2. Forcierung zuckerreduzierter Lebensmittel:** Bestehende Rezepturen werden hinterfragt und (schrittweise) verändert, um das gesetzte Zuckerreduktionsziel zu erreichen. Die Süße soll jedoch nicht durch künstliche Süßstoffe erhalten bleiben. Der Einsatz von Süßstoffen ist abzulehnen.
- 3. Konsumentinformation:** Klare und einfache Informationen unterstützen die Konsumentinnen und Konsumenten beim Einkauf von zuckerreduzierten Lebensmitteln.

### **b) Ziel: Prävention und Gesundheitsförderung**

**Herausforderung:** Wie im Regierungsprogramm 2017 – 2022 (Zusammen. Für unser Österreich) auf den Seiten 112f festgehalten wird, arbeitet moderne Gesundheitsförderung und Prävention darauf hin, eine Erkrankung oder Schädigung durch gezielte Maßnahmen möglichst vorab zu verhindern. Gesundheitspolitik hat deshalb entsprechende Maßnahmen in der Gesundheitsförderung und Prävention sicherzustellen. Die Österreicherinnen und Österreicher konsumieren mehr Zucker, als die WHO empfiehlt<sup>6</sup>. Wirkungsvolle Maßnahmen müssen möglichst früh – im Kindesalter – ansetzen, um langfristig den Zuckerkonsum auf ein niedrigeres Pro-Kopf-Niveau zu bringen.

<sup>5</sup> Nonnutritive sweeteners and cardiometabolic health: CMAJ 2017 July 17;189:E929-39. doi: 10.1503/cmaj.161390

<sup>6</sup> [https://ernaehrungsbericht.univie.ac.at/fileadmin/user\\_upload/dep\\_ernaehrung/forschung/ernaehrungsberichte/erna\\_hrungsbericht2017\\_web\\_20171018.pdf](https://ernaehrungsbericht.univie.ac.at/fileadmin/user_upload/dep_ernaehrung/forschung/ernaehrungsberichte/erna_hrungsbericht2017_web_20171018.pdf) S. XII

### **Maßnahmen, welche die Politik betreffen:**

- 1. Bildung:** Die Bildungsangebote an den Schulen werden ausgebaut, um Kinder zu einem ernährungsbewussten und damit zuckerreduzierten Lebensstil zu befähigen.
- 2. Qualitätskriterien:** Die bestehenden Qualitätskriterien für Schulbuffets, Getränke-Automaten in Schulen, Mittagstische in Schulen und Kindergärten bzw. Kinderbetreuungseinrichtungen werden mit Experten – mit Schwerpunkt Zuckerreduktion – weiterentwickelt.
- 3. Förderung von Wissenschaft und Forschung:** Studien, die sich mit Zuckerreduktion beschäftigen, werden gezielt gefördert.

### **c) Ziel: Information und Bildung**

**Herausforderung:** Wissenschaftliche Erkenntnisse und Studien zu gesunder Ernährung bzw. zum Zuckerkonsum sind durch die fachspezifischen Formulierungen oftmals schwer verständlich. Aber gerade der Zugang und die verständliche Darstellung von Ernährungserkenntnissen ist essentiell für die Umsetzung von Ernährungsempfehlungen. Genuss und Zuckerreduktion sollen sich nicht ausschließen, sondern – im Gegenteil – ein Mehr an Lebensqualität bringen.

### **Maßnahmen, die Medien betreffen:**

**Verstärkte, fundierte und zielgruppenspezifische Berichterstattung** über neue Studien und die Konsequenzen von zu viel Zucker.



## IV. Unterschriften

Unterzeichnet im März 2019

**Präsident a.o. Univ.-Prof. Dr. Thomas Szekeres, PhD**  
Österreichische Ärztekammer

**Präsident Prim. Dir. Univ.-Prof. Dr. Friedrich Hoppichler**  
Österreichische Adipositasgesellschaft

**Präsident Prim. Dir. Univ.-Prof. Dr. Friedrich Hoppichler**  
SIPCAN – Verein für Gesundheitsförderung und Prävention

**Beirat für Ernährung Prim. Univ.-Prof. Dr. Christian Datz**  
Österreichische Gesellschaft für Gastroenterologie und Hepatologie

**Präsident Prof. Dr. med. Markus Metka**  
Österreichische Anti-Aging-Gesellschaft

**Vorstandsvorsitzender Dr. Gerhard Drexel**  
SPAR Österreich

**Geschäftsführer Dr. Wolfgang Schwald**  
RAUCH Fruchtsäfte GmbH

**Generaldirektor DI Josef Braunshofer**  
Berglandmilch eGen



[zucker-raus-initiative.at](http://zucker-raus-initiative.at)