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

Die Allianzpartner:

Absolutely Sugarfree. all i need. Almdudler. Basenbox. Berglandmilch. Big5health. CAFFÉ LATTESSO. DANONE. Efko. EGGER GETRÄNKE. Emmi. Felix Austria. Freistädter Bier. GASTEINER. INSPIRITI. Joya. KAFFEETSCHI. Livis kleine Helden. LOBSTERS. Nestle. NÖM. NUSSYY. Österreichische Adipositas Gesellschaft. Österreichische Anti-Aging-Gesellschaft. Österreichische Ärztekammer. Österreichische Diabetes Gesellschaft. Österreichische Gesellschaft für Gastroenterologie und Hepatologie. PONA sonst nix GmbH Wonderful drinks. RAUCH. RÖMERQUELLE. Salzburger Milch. SilberQuelle. SIPCAN. Spak. SPAR Österreich. SPORTUNION Burgenland. STARK. STARZINGER. SV Group. The Barefood Way. TRUMER. VÖSLAUER. Waldquelle. Wir sind Diabetes – Dachorganisation der Diabetes Selbsthilfe Österreich. ZUEGG

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 maximal 50 Gramm Zucker pro Tag[1]. Tatsache ist, dass hierzulande rund 91 Gramm Zucker pro Tag konsumiert werden[2]. Zudem hat die WHO festgestellt, dass bei knapp 60 % der in Österreich für Säuglinge und Kleinkinder vermarkteten Nahrungsmittel und Getränke mehr als 30 % der enthaltenen Kalorien aus Zucker stammen. Die WHO warnt daher, dass zu viel Zucker in Säuglings- und Kleinkindnahrungen steckt[3]. Hinzu kommt, dass sich die Menschen zu wenig bewegen[4]. 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 Jogurts, 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[5]. Diese Tatsache zeigt, wie wichtig es ist, bei Kindern und deren Ernährungsweisen anzusetzen. Neben altersgerechten Nahrungsmitteln sollten daher Wissen und Aufklärung über Nahrungsmittel, Inhaltsstoffe sowie deren Wirkung Bestandteil einer jeden schulischen oder präschulischen Ausbildung sein.

[1] https://www.who.int/mediacentre/news/notes/2014/consultation-sugar-guideline/en/

[2] http://www.statistik.at/web_de/statistiken/wirtschaft/land_und_forstwirtschaft/preise_bilanzen/versorgungsbilanzen/022328.html

[3] https://www.ages.at/themen/ernaehrung/who-zucker-empfehlungen/

[4] https://www.thelancet.com/journals/langlo/article/PIIS2214-109X(18)30357-7/fulltext

[5] „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 gründete in enger Zusammenarbeit mit Medizinerinnen und Medizinern, wissenschaftlichen Vereinigungen und Industriepartnern im April 2019 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 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 umfasst nun 46[6] Unterstützer und möchte auch weitere Unternehmer der 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.

[6] Stand Ende August 2021. Die aktuellen Partner finden Sie unter www.zucker-raus-initiative.at

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 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 politischen Verantwortlichen im Bund und den Ländern sowie die österreichischen Medien. Im Folgenden werden die Ziele, Herausforderungen und gewünschten Maßnahmen der Adressaten beschrieben.
Für weitere Details dient die Informationswebsite **www.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, Saccarin 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[7]. Für die Österreicherinnen und Österreicher soll die Möglichkeit geschaffen werden, sich weniger süß ernähren zu können.

[7] Nonnutritive sweeteners and cardiometabolic health: CMAJ 2017 July 17;189:E929-39. doi: 10.1503/cmaj.161390

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. Konsumenteninformation: Klare und einfache Informationen unterstützen die Konsumentinnen und Konsumenten beim Einkauf von zuckerreduzierten Lebensmitteln.

b) Ziel: Prävention und Gesundheitsförderung

Herausforderung: Bereits im aktuellen Gesundheitsbericht des Bundesministeriums für Gesundheit wird vor der steigenden Anzahl an übergewichtigen und adipösen Menschen gewarnt. So heißt es, dass Adipositas und Übergewicht repräsentieren weltweit steigende Gesundheitsprobleme - bedingt durch eine hochkalorienhaltigen Ernährungsstil sowie mangelnde körperliche Bewegung. Laut Gesundheitsbericht sind rund 32 Prozent der ab 15-jährigen Österreicherinnen und Österreicher übergewichtig. Das sind rund 2,45 Mio. Menschen. Um eine weitere Belastung unseres Gesundheitssystems zu verhindern, muss die Gesundheitspolitik deshalb entsprechende Maßnahmen in der Gesundheitsförderung und Prävention sicherstellen.
Denn die Österreicherinnen und Österreicher konsumieren mehr Zucker, als die WHO empfiehlt[8]. Wirkungsvolle Maßnahmen müssen möglichst früh – im Kindesalter – ansetzen, um langfristig den Zuckerkonsum auf ein niedrigeres Pro-Kopf-Niveau zu bringen.

[8] 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.

4. Kennzeichnung von Produkten: Konsumentinnen und Konsumenten wünschen sich klarere Kennzeichnung, wenn ein Produkt zuckerreduziert wurde. Die Politik ist dazu aufgerufen, eine entsprechende Kennzeichnung zu ermöglichen.

c) Ziel: **Information und Bildung**

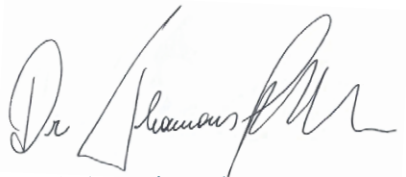
Herausforderung: Konsumentinnen und Konsumenten wünschen sich Informationen über Zuckerkonsum und dessen Auswirkungen. Wissenschaftliche Erkenntnisse und Studien zu gesunder Ernährung bzw. zum Zuckerkonsum sind durch die fachspezifischen Formulierungen oftmals schwer verständlich. Aber gerade der Zugang 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

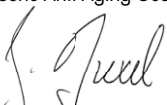


Präsident a.o. Univ.-Prof. Dr. Thomas Szekeres, PhD
Österreichische Ärztekammer

Präsident Prim. Dir. Univ.-Prof. Dr. Friedrich Hoppichler
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



Dr. Gerhard Drexel
SPAR-Aufsichtsratsvorsitzender (und von 2019-2020 Sprecher der Allianz)

Geschäftsführer Dr. Wolfgang Schwald
RAUCH Fruchtsäfte GmbH

Generaldirektor DI Josef Braunshofer
Berglandmilch eGen

Unterzeichnet im Jänner 2021

Mag. Markus Kaser
SPAR-Vorstand und Sprecher der Allianz

SPAR

ÖGGH
Österreichische Gesellschaft für Gastroenterologie und Hepatologie

SIPCAN
INITIATIVE FÜR EIN GESUNDES LEBEN

ÖSTERREICHISCHE
ÄRZTEKAMMER

ÖDG
Österreichische Diabetes Gesellschaft
helfen, heilen, forschen

wir sind diabetes

ÖAG
Austrian
Obesity
Association

big5health

Schärdinger

Nestlé
Good Food, Good Life

SPORT
union

INSPIRITI

SEIT 1601
TRUMER
PRIVATBRAUEREI
JOSEF SIGL

GASTEINER
KRISTALLKLAR

NUSSY
VIENNA
100% PUR

Spak

RAUCH

KAFFEE
TSCHI

SilberQuelle
Tiroler Wasser. Ganz privat.

Freistädter Bier

ZUEGG
SEIT 1890

Joya

all
i
need.

CAFFÈ
LATTESSO

DANONE
ONE PLANET. ONE HEALTH

STARK

efko

LOBSTERS
THE Nº ONE IN REFRESHMENT

nöm

EGGER
GETRÄNKE

VÖSLAUER

Emmi

RÖMERQUELLE

ABSOLUTELY
SUGARFREE

Waldquelle

STARZINGER
GETRÄNKEGRUPPE • MARKENSORTIMENT

Almdudler

SVgroup

Livi's

FELIX
AUSTRIA

the barefood ways

BASENBOX

SalzburgMilch

ICH BIN WAS?ER

zucker-raus-initiative.at