



**Entscheiden  
Sie sich jetzt.**

Für die Gesundheit  
unserer Kinder – und aller  
Menschen in der  
Schweiz.

# Weniger Zucker für mehr Gesundheit

**Allianz**

Ernährung  
Gesundheit

**MAYBE  
LESS  
SUGAR**  
DOUX MAI MOINS SUCRÉ

# Zu viel Zucker schadet der Gesundheit

Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Adipositas, Diabetes, Krebs: Mehr als 2,2 Millionen Menschen in der Schweiz leiden an nichtübertragbaren chronischen Krankheiten. Diese NCDs sind für 80 % der direkten Gesundheitskosten verantwortlich. Übermässiger Zuckerkonsum spielt dabei eine entscheidende Rolle. Das belegen zahlreiche Studien.

Die Art des Zuckers spielt eine untergeordnete Rolle. Das Risiko, an einer NCD zu erkranken, bleibt nahezu gleich. Die grösste Rolle spielen Süssgetränke und Süssigkeiten. Sie machen die Hauptmenge an konsumiertem Zucker in der Schweiz aus, schätzungsweise 86 %. Das sind ca. 85 g pro Tag. Verschlimmernd kommt hinzu, dass Zucker auf das Belohnungszentrum des Gehirns wirkt und ein hohes Suchtpotenzial birgt. Daher sind mehr Massnahmen nötig, als in der Schweiz bisher freiwillig beschlossen wurden.

Laut einer Erhebung der Schweizer Konsumentenorganisationen entsprechen 94 % der Lebensmittel, deren Aufmachung sich an Kinder richtet, nicht den Ernährungskriterien der WHO. Haben sich die Kinder einmal an den süssen Geschmack gewöhnt, bevorzugen sie auch künftig zuckerhaltige Nahrungsmittel. Mit dramatischen Folgen – für ihre Gesundheit und auch für ihre Lebensqualität. Jedes sechste Kind in der Schweiz leidet an Übergewicht. Bei Kindern mit bildungsfernem Hintergrund ist sogar jedes dritte betroffen.



Wir sind überzeugt, dass mit einer Reduktion des Zuckerkonsums insbesondere die Gesundheit der Kinder nachhaltig gefördert werden kann.

# Es ist Zeit zu handeln

Machen Sie sich gemeinsam mit uns stark für ein gesundheitsförderndes Umfeld, das eine gesunde Wahl für alle ermöglicht.

## Zum Schutz unserer Kinder fordern wir:

### **Weniger Zucker und keine künstlichen Süsstoffe:**

- kein Zusatz von Zucker in vorgefertigter Babynahrung und in Babytees
- Begrenzung des Zuckergehaltes in Lebensmitteln, die Kinder ansprechen
- keine künstlichen Süsstoffe in Lebensmitteln, die Kinder und Jugendliche adressieren
- keine Süßgetränke und weniger Süßspeisen in Schulen, Tagesschulen und in Kindertagesstätten
- Begrenzung des Zuckergehalts in Fertigprodukten mit Vorgaben, die auf wissenschaftlichen Ernährungskriterien basieren, und kein Ersatz des Zuckers durch künstliche Süsstoffe
- das Trinken von Leitungswasser fördern, insbesondere in Tageseinrichtungen für Kinder sowie in Institutionen, Unternehmen und bei von der öffentlichen Hand subventionierten Veranstaltungen

### **Werbung einschränken:**

- keine Werbung für stark zuckerhaltige Produkte, die für Kinder bestimmt sind
- keine Preis-Aktionen für Süßgetränke
- keine gesundheitsbezogene Auslobung von mit Zucker gesüßten Lebensmitteln



### **Ernährungskompetenz stärken:**

- Informationen für die Bevölkerung über die Auswirkungen des Zuckers auf die Gesundheit müssen von offizieller Seite verständlich formuliert und so verbreitet werden, dass sie allen bekannt sind
- zielgruppengerechte Stärkung der Ernährungskompetenz und das Bewusstsein für den Zusammenhang zwischen Ernährung, insbesondere dem Zuckerkonsum, und Gesundheit in Ausbildung und Weiterbildung
- Schaffung von Praxistools zur Zuckerreduktion für die verschiedenen Anspruchsgruppen

### **Eine progressive Steuer auf Getränke mit zugesetztem Zucker und künstlichen Süsstoffen**

### **Den Nutri-Score flächendeckend einführen**

### **Erleichterter Zugang zu Obst und Gemüse und gesunden Lebensmitteln**

# Engagiert für mehr Lebensqualität

## Unterstützer

Allianz Adipositas Schweiz  
Fachverband Adipositas im Kinder- und  
Jugendalter AKJ  
Kinderärzte Schweiz  
Schweizerischer Verband der  
Ernährungsberater/innen SVDE  
Associazione Consumatrici e consumatori  
della Svizzera italiana ACSI  
Berufsverband Ernährungs-Psychologische  
Beratung Schweiz EPB  
Centre de l'obésité du CHUV  
Centre médical de l'obésité et du diabète  
Centre médical neuchâtelois de l'obésité et  
du diabète  
Ciao.ch  
Clinique de La Source  
Commission des jeunes du canton de Vaud  
Conseil des jeunes de Lausanne  
Croix-Rouge Neuchâtel  
diabète & nutrition  
diabète genève  
diabète valais  
diabètefribourg  
diabètejura  
diabèteneuchâtel  
diabètevaud  
Fédération romande des consommateurs FRC  
Fondation pour la recherche sur le diabète  
Fourchette verte  
Groupe d'intérêt suisse pour le conseil en  
diabétologie  
Groupement des médecins endocrinologues-  
diabétologues vaudois  
Krebsliga Schweiz  
Ligue pulmonaire neuchâteloise  
Ligue pulmonaire vaudoise  
Ligue vaudoise contre les maladies  
cardiovasculaires  
M.E.T.I.S  
pädiatrie schweiz  
Réseaux Santé Vaud  
Public Health Schweiz  
ScolarMed CH  
Schweizerische Diabetes-Stiftung  
Schweizerische Gesellschaft für  
Gastroenterologie SGG  
Swiss Public Health Doctors  
Schweizerische Gesellschaft für Ernährung  
SGE  
Schweizerische Herzstiftung  
Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO  
Réseaux Santé Vaud  
Stiftung für Konsumentenschutz  
SVDE-ASDD groupe romand diabétologie  
SWAN- Swiss Academic Nutritionists  
Swiss Association for the Study of the Liver  
Swiss Dental Hygienists  
Vidy Med

Mit finanzieller Unterstützung der Stiftung Walter Fuchs, Basel

# Mehr Informationen



Das Zuckerdossier auf unserer Website informiert Sie ausführlich über die wissenschaftlichen Erkenntnisse wie etwa die Auswirkungen des Zuckerkonsums auf unsere Gesundheit und die Gründe, warum Zucker nicht durch Süssungsalternativen ersetzt werden soll.

Gemeinsam  
für weniger  
Zucker.

Träger

**Allianz**

Ernährung  
Gesundheit

Allianz Ernährung und Gesundheit  
Dufourstrasse 30  
CH-3005 Bern

Tel. 031 350 16 00  
info@allianzernaehrung.ch  
allianzernaehrung.ch

**MAYBE**  
**LESS**  
**SUGAR**  
DOUX MAI MOINS SUCRÉ

Projekt unter der Leitung  
von diabètevaud  
Avenue de Provence 4  
CH-1007 Lausanne

Tel. 021 657 19 20  
info@maybeless-sugar.ch  
maybeless-sugar.ch