

## Verständliche Lebensmittelkennzeichnung hilft

In Großbritannien hat man früh erkannt, dass die Angaben auf diversen Lebensmitteln zu kompliziert sind, um es Verbrauchern zu ermöglichen, sich einfach nährstoffreicher zu ernähren. Deshalb wird dort seit 2006 auf freiwilliger Basis die sogenannte Ampelkennzeichnung für Lebensmittel erprobt.

Mit der Ampelkennzeichnung soll ein Überblick über die unterschiedlichen Nährstoffe in Lebensmitteln ermöglicht werden. Gesund wird man dadurch noch nicht, aber die Ampelfarben helfen bei der schnellen Orientierung, ob der Gehalt an Fett, gesättigten Fettsäuren, Salz und Zucker in „hoch, mittel oder gering“ einzustufen ist. Die Farben zeigen aber noch mehr: Rot bedeutet, dass man das Lebensmittel in geringen Mengen oder nur gelegentlich essen soll. Gelb, dass es ohne Bedenken regelmäßig verzehrt werden kann und Grün, dass es die gesündeste Alternative ist. Dieses System wird von den Verbrauchern augenblicklich verstanden. Auch für kranke Menschen, insbesondere bei Diabetiserkrankungen, ist die Kennzeichnung hilfreich.

... und die Ampelkennzeichnung im Vereinigten Königreich wirkt: Das Einkaufsverhalten der Verbraucher hat sich im Zuge der Umsetzung der Ampelkennzeichnung so verändert, dass einzelne Hersteller ihre Produkte verbessert haben, um rote Punkte auf ihren Produkten zu vermeiden. Die britische Regierung setzt weiter auf die Ampelkennzeichnung, auch wenn nicht alle Hersteller an der Kennzeichnung teilnehmen. Bei einer Verbraucherbefragung bewerteten 90 Prozent der Befragten die Ampelkennzeichnung als leicht und schnell verständlich. In der Schweiz wurde die Einführung der Ampelkennzeichnung für Lebensmittel bereits verbindlich beschlossen.

Von verbindlichen Schritten ist man in der Bundesrepublik noch weit entfernt, aber auf freiwilliger Basis soll nun auch in Deutschland die Ampelkennzeichnung eingeführt werden, da die Ergebnisse einer Studie im Auftrag des Verbraucherschutzministers zeigten, dass vier von fünf Verbrauchern eine Ampelkennzeichnung begrüßen. Kritik an der Ampelkennzeichnung kommt von verschiedenen Seiten, dabei auch vom Bund für Lebensmittelrecht und Lebensmittelkunde e.V.: Die Kriterien der Einteilung der Ampel seien für Verbraucher nicht nachvollziehbar und die unterschiedlichen Bedarfe (z. B. altersbedingt) an Nährstoffen würden nicht berücksichtigt. Der Bund der Süßwarenindustrie kritisiert die Kennzeichnung als zu simpel.

Aus Sicht von Verbrauchern stellt die Ampelkennzeichnung zunächst einmal eine bislang nicht vorhandene und leichte Hilfe im kaum zu überschauenden Lebensmittelmarkt dar, die allein noch nicht gesund macht, aber hilft. Die Informationen über z. B. altersbedingte Ernährungsbedarfe sollten zusätzlich in Schulungsangeboten (nicht nur) für Ältere erfolgen. Die LSV NRW bot in ihren Regionalseminaren 2007 solche Informationen an. Auf kommunaler Ebene sind derartige Informationsangebote leicht ins Leben zu rufen und werden vielfach schon angeboten.

Die Ampelkennzeichnung ist neben Informationsangeboten „nur“ ein Teil der Verbraucherstärkung auf dem Lebensmittelmarkt, ergänzt werden muss sie durch Prävention: Aus Erfahrung wissen ältere Menschen, dass das Ernährungsverhalten schon früh geprägt wird. Deshalb setzen sich Seniorinnen und Senioren nicht nur für die Ampelkennzeichnung sowie für Aufklärung und Information zum Thema Ernährung in ihren eigenen Altersgruppen ein, sondern auch dafür, dass in den Schulen das längst überfällige Fach „Ernährungslehre“ verbindlich eingeführt wird.

Informationsquellen: [www.wikipedia](http://www.wikipedia) und [www.das-ist-drin.de](http://www.das-ist-drin.de).