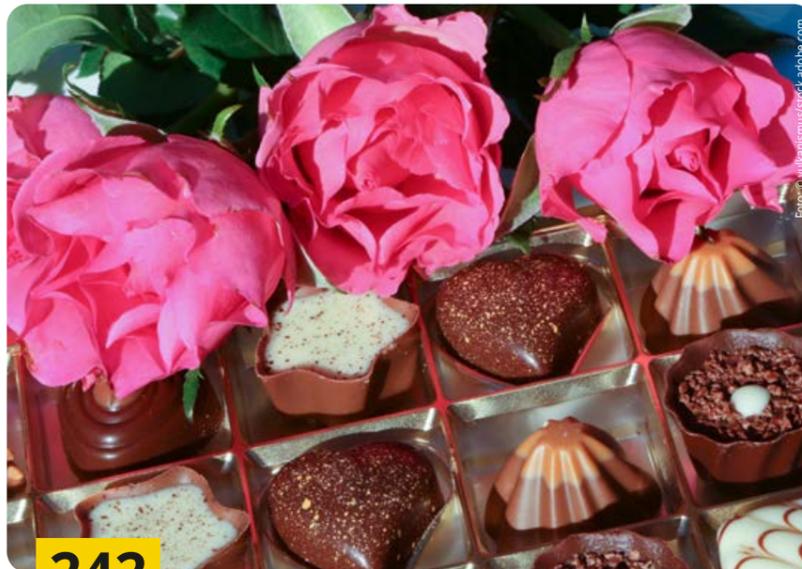


# INHALT

209	<b>EDITORIAL</b>
212	<b>KURZ &amp; KNAPP</b>
214	<b>NACHLESE</b>
	<b>SCHWERPUNKT</b>
218	<b>Das weiße Gold in Europa</b> Leben und Werk Franz Carl Achards
223	<b>Glosse</b> Sweet dreams are made of this, oder?
224	<b>Gesundheitliche Effekte von Zucker</b>
232	<b>Wie viel Zucker ist zu viel?</b> EFSA-Stellungnahme 2022
238	<b>Vom Luxusgut zum Sündenbock</b> Die wechselvolle Geschichte des Zuckers
242	<b>Zucker im Spiegel der Psychologie</b>
247	<b>Zwischenruf</b> Exercise is medicine – Zucker und Sport
	<b>EXTRA</b>
248	<b>Auf dem Weg in die Digitalisierung</b> Nationales Energie-, Zucker-, Fett- und Salz-Monitoring
251	<b>Tipp</b> Zuckerfrei genießen
252	<b>LEBENSMITTELRECHT</b>
254	<b>WISSEN</b>

## Wie viel Zucker ist zu viel?

232



242

## Zucker im Spiegel der Psychologie

## Die stille Revolution

259



270

## Das Generationen-Modell

### FOKUS NACHHALTIGKEIT

**Grünes Wasser – Eine der neun planetaren Grenzen** — 258

**Zwischenruf** — 259  
Die stille Revolution

### WUNSCHTHEMA

**Zuhause Zucker, Salz und Fett sparen** — 260  
Lebensmittel klug auswählen und selbst zubereiten

### WELTERNÄHRUNG

**Nachhaltige Insektenzucht in Ost und West** — 266  
Das Projekt „iNext“

### FORSCHUNG & PRAXIS

**Das Generationen-Modell** — 270  
Erfolgreicher Umgang mit unterschiedlichen Generationen

**Das Netzwerk Gesund ins Leben** — 274  
Einheitliche Empfehlungen und Materialien für die Beratung von Familien

**Vitamin D im Zuckerstoffwechsel** — 276

**Farbstoffe in Lebensmitteln** — 280

### BÜCHER

**AUS DEM BZfE** — 288

**VORSCHAU/IMPRESSUM** — 289