

209 **EDITORIAL**

212 **KURZ & KNAPP**

214 **NACHLESE**

SCHWERPUNKT

218 **Das weiße Gold in Europa**
Leben und Werk Franz Carl Achards

223 **Glosse**
Sweet dreams are made of this, oder?

224 **Gesundheitliche Effekte von Zucker**

232 **Wie viel Zucker ist zu viel?**
EFSA-Stellungnahme 2022

238 **Vom Luxusgut zum Sündenbock**
Die wechselvolle Geschichte des Zuckers

242 **Zucker im Spiegel der Psychologie**

247 **Zwischenruf**
Exercise is medicine – Zucker und Sport

EXTRA

248 **Auf dem Weg in die Digitalisierung**
Nationales Energie-, Zucker-, Fett- und Salz-Monitoring

251 **Tipp**
Zuckerfrei genießen

252 **LEBENSMITTELRECHT**

254 **WISSEN**

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 „IFNext“

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 Zuckerstoff-
wechsel** _____ 276

Farbstoffe in Lebensmitteln _____ 280

BÜCHER _____ 286

AUS DEM BZfE _____ 288

VORSCHAU/IMPRESSUM _____ 289