



PRESSEMITTEILUNG

In 2022 Ernährungskompetenz für Menschen mit Diabetes stärken

Mit Alpro und diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe pflanzenbetont und zuckerarm ins neue Jahr starten

Düsseldorf/Berlin, 11. Januar 2022 – Die Ernährungskompetenz von Menschen mit Diabetes stärken und ihnen einen guten, pflanzenbetonten Start ins neue Jahr ermöglichen – so lautet das gemeinsame Ziel von Alpro und diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe. Alpro ist seit über 40 Jahren Pionier im Bereich pflanzliche Drinks und Milchalternativen. Die Produkte bereichern eine flexitarische, pflanzenbetonte Ernährungsweise, sind aber auch für Menschen mit speziellen Ernährungsbedürfnissen von Bedeutung. diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe ist die führende Gesundheitsorganisation für Menschen mit Diabetes mellitus und engagiert sich seit über zehn Jahren für die mehr als 8,5 Millionen Betroffenen in Deutschland. Zum Jahresstart 2022 bündeln Alpro und die Deutsche Diabetes-Hilfe ihre Expertise, um mit einfachen Tipps und Tricks, hilfreichen Informationen und leckeren Rezepten Menschen mit Diabetes zu unterstützen.

Jahresstart als Impulsgeber für Veränderung

Traditionell ist der Jahresstart ein häufiger Anlass für Veränderungen. Diesen Schwung nutzen auch Alpro und die Deutsche Diabetes-Hilfe und setzen sich zusammen für eine pflanzenbetonte, ausgewogene Ernährung mit wenig Zucker für Menschen mit Diabetes ein. „Eine Ernährungsumstellung fällt den meisten Menschen nicht leicht. Einfacher machen das kleine Veränderungen, denn diese lassen sich leichter dauerhaft in den Alltag integrieren“, erklärt Nicole Mattig-Fabian, Geschäftsführerin von diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe. „Der erste Schritt ist getan, wenn man darauf achtet, sich Zeit für das Essen zu nehmen und sich mit den Nahrungsmitteln auseinander zu setzen. Dann fällt es auch leicht, bewusst auch mal einen zuckerfreien pflanzlichen Drink zu verwenden.“

Pflanzliche Drinks, Milch- und Joghurtalternativen ohne Zucker können eine geschmackvolle Abwechslung sein. Wie das geht, zeigen leckere Rezepte, die in Kooperation zwischen Alpro und der Deutschen Diabetes-Hilfe entstanden sind und auf <https://www.diabetesde.org/alpro-rezepte> zur Verfügung stehen. Neben den Rezepten gibt es ausführliche Informationen zu einer ausgewogenen pflanzenbetonten Ernährung und wie man dabei durch pflanzliche Produkte ganz einfach Zucker einsparen kann. Die Inhalte sind auf der Website unter <https://www.diabetesde.org/pflanzenbetont> veröffentlicht und werden auch im Newsletter sowie auf den Social-Media-Kanälen von diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe geteilt.

„Uns ist es vor allem wichtig, die Ernährungskompetenz von Menschen mit Diabetes zu stärken, daher freuen wir uns besonders über die Zusammenarbeit mit Alpro und die Möglichkeit, den Jahresstart zu nutzen, um noch mehr Menschen erreichen und unterstützen zu können. Eine pflanzenbetonte und zuckerarme Ernährung ist insbesondere für Menschen mit Diabetes Typ 2 empfehlenswert“, betont Mattig-Fabian.

Pflanzliche Produkte mit wenig oder keinem Zucker machen es leicht

Alpro begleitet Menschen schon seit einigen Jahren bei einem ernährungsbewussten Start ins Jahr. Die zuckerfreie Produktpalette im Sortiment von Alpro macht es ganz einfach, Zucker einzusparen und gute Vorsätze umzusetzen, ohne dabei auf Geschmack verzichten zu müssen. „Wir konsumieren zu viel Zucker und gesättigte Fettsäuren. Daher haben wir es uns zur Aufgabe gemacht, beides in unseren Produkten zu reduzieren“, erklärt Hannah Geupel, External Scientific Affairs & Regulatory Affairs Manager bei Alpro. „Einige unserer Produkte enthalten gar keinen Zucker mehr. Außerdem sind über 70 Prozent unserer Produkte arm an gesättigten Fettsäuren. Bis 2025 haben wir uns noch weitere Ziele gesetzt, beispielsweise höhere Ballaststoffgehalte oder dass 65 Prozent unserer Produkte wenig beziehungsweise keinen Zucker enthalten oder nur Zucker aus Früchten.“

Schon jetzt sind alle Alpro Produkte mit dem Nutri-Score gekennzeichnet, damit Verbraucherinnen und Verbraucher sich schnell orientieren können.

Letztlich gilt für alle: Eine ausgewogene vollwertige Ernährung mit einem hohen Anteil pflanzlicher Lebensmittel ist der richtige Weg. Dafür setzt sich Alpro mit einer großen Vielfalt an pflanzlichen Produkten ein, die für jeden Geschmack etwas bietet. „Der EAT Lancet Report¹, bei dem sich rund 40 Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler mit der Frage beschäftigt haben, wie die steigende Weltbevölkerung auch 2050 noch gesund und innerhalb der natürlichen Grenzen unseres Planeten ernährt werden kann, macht deutlich: Es geht nur pflanzenbetont. Wir möchten zeigen, dass es einfach ist, Schritte in die richtige Richtung zu gehen“, so Hannah Geupel.

Ihre Kontakte für Rückfragen:

diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe
Nicole Mattig-Fabian (Geschäftsführung)
Albrechtstr. 9
10117 Berlin
Tel.: +49 (0)30 201 677-12
Fax: +49 (0)30 201 677-20
E-Mail: mattig-fabian@diabetesde.org
www.diabetesde.org
www.deutsche-diabetes-hilfe.de

Thieme Communication
Julia Hommrich
Pf 30 11 20, 70451 Stuttgart
Tel.: +49 (0)711 8931 423
Fax: +49 (0)711 8931 167
E-Mail: hommrich@medizinkommunikation.org
www.diabetesde.org

¹ Willett et al. (2019). *Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet-Commission on healthy diets from sustainable food systems.*

www.deutsche-diabetes-hilfe.de

kommunikation.pur GmbH
Candy Sierks
Sendlinger Straße 31
80331 München
Tel.: 089 23 23 63 48
E-Mail alpro@kommunikationpur.com

Über diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe:

Die Deutsche Diabetes-Hilfe setzt sich seit 2008 gezielt für die Aufklärung von Menschen mit Diabetes ein, die Ernährungsumstellung ist hierbei häufig eine große Herausforderung. Mit verlässlichen, wissenschaftlich fundierten Informationen und praktischen Tipps unterstützt die unabhängige und gemeinnützige Organisation die Betroffenen – inzwischen immerhin schon 8,5 Millionen allein in Deutschland, Tendenz steigend.

diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe mobilisiert den politischen Willen für notwendige Veränderungen im Hinblick auf eine bestmögliche Versorgung, frühzeitige Prävention und den Ausbau der Forschung. Die Vision der Organisation ist, die Zahl von jährlich 600 000 Neuerkrankungen dauerhaft zu senken und bei allen Diabetes-Typen Folgeerkrankungen zu vermeiden.

Spendenkonto Bank für Sozialwirtschaft, IBAN: DE59 1002 0500 0001 1888 00, BIC: BFSWDE33BER

Über Alpro:

Alpro ist stolz darauf, Pionier für pflanzliche Nahrungsmittel und Getränke zu sein und stellt seit 40 Jahren köstliche pflanzliche Drinks, Joghurtalternativen, Kochcrèmes, Desserts und Eis her – auf Basis von Sojabohnen ohne Gentechnik, Kokosnüssen, Mandeln, Haselnüssen, Reis oder Hafer. Alpro gehört zu Danone, hat seine Zentrale in Gent (Belgien) und drei Produktionsanlagen in Belgien, Frankreich und dem Vereinigten Königreich. Alpro vermarktet seine Produkte in Europa und darüber hinaus, und trägt zum Wachstum pflanzlicher Lebensmittel bei.

Seit 1980 leistet Alpro Pionierarbeit mit dem Ziel, eine ausgewogenere Ernährung und einen nachhaltigeren Lebensstil voranzutreiben. Alpro ist aufgrund seiner Bemühungen, soziale und ökologische Ziele mit finanziellem Erfolg zu kombinieren, seit 2018 B Corp-zertifiziert. Alpro entwickelt diese Ambition jetzt mit seinem neuen Gesundheits- und Nachhaltigkeitsversprechen „Feeding our Future with Plants“ weiter. Mit Engagements, die sich auf die beiden Themen „Gesundheit“ und „Nachhaltigkeit“ konzentrieren, ist es Alpros Ziel, bis 2025 einen messbaren Wandel hin zu einer pflanzenbetonen Ernährung zu fördern.

Weitere Informationen: www.alpro.com – Mehr über das Engagement in den Bereichen
Gesundheit & Nachhaltigkeit: www.alpro.com/de/gut-fur-den-planeten