

LINKS MIT WEITEREN INFORMATIONEN

Informationen der Verbraucherzentrale zum Thema Lebensmittel:

www.vz-bw.de/lebensmittel-ernaehrung (deutsch)

Informationen zur Kinderernährung:

www.gesund-ins-leben.de/fuer-fachkraefte/medien-materialien/fremdsprachige-medien/

Stillempfehlungen der Nationalen Stillkommission:

www.bfr.bund.de Suchbegriff: Stillempfehlung

SPRACHLICHE BARRIEREN

Gerade für Asylsuchende und Geduldete ist wichtig zu wissen: Schon aus rechtlichen Gründen können wir unsere Rechtsberatung nur in deutscher Sprache durchführen, um Missverständnisse auszuschließen. Menschen, die unsere Beratung aufsuchen, sollten daher unbedingt ausreichende Kenntnisse der deutschen Sprache haben oder einen volljährigen Übersetzer mitbringen.

UNSER ANGEBOT

Mit der Ankunft in Deutschland sind Flüchtlinge – auch als Verbraucher – mit vielen Fragen und Problemen konfrontiert. Kommt es zu Missverständnissen zwischen Flüchtlingen und Unternehmen, sind Flüchtlingshelfer oft die ersten Ansprechpartner. Die Verbraucherzentrale informiert und unterstützt Helfer und Flüchtlinge daher mit verschiedenen Angeboten:

- Schulung und Information haupt- und ehrenamtlicher Flüchtlingsbetreuer
- Mehrsprachige Informationen für Flüchtlinge im Internet, unter anderem auf Arabisch, Englisch, und Farsi
- Allgemeine Informationen zu Verbrauchertemen für Flüchtlingshelfer in unseren Beratungsstellen
- Infostände

Weitere Infos zu wichtigen Verbrauchertemen speziell für Flüchtlinge und Flüchtlingshelfer unter:

www.vz-bw.de/fluechtlingshilfe

PROJEKT FLÜCHTLINGSHILFE

Die Mitarbeiter des Projekts Flüchtlingshilfe erreichen Sie direkt unter fluechtlingshilfe@vz-bw.de

Schreiben Sie uns, wenn Sie generelle Fragen zum Verbraucherschutz für Flüchtlinge haben, Sie auf Verbraucherprobleme von Flüchtlingen stoßen oder Sie uns unseriöse Maschen oder andere Probleme mitteilen wollen.

INFO- UND TERMINELEFON

Bei konkreten Verbraucherproblemen beraten und informieren wir Sie auch gerne persönlich.

Terminvereinbarung unter **(0711) 66 9110**

Montag bis Donnerstag 10–18 Uhr | Freitag 10–14 Uhr

Übersicht der Beratungsstellen:

www.vz-bw.de/beratung-vor-ort

verbraucherzentrale

Baden-Württemberg

IMPRESSUM

Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e. V.

Paulinenstraße 47 | 70178 Stuttgart

Tel. (0711) 66 9110 | Fax (0711) 66 9150

info@vz-bw.de | www.vz-bw.de

Titelfoto: © Sergey Ryzhov / Shutterstock

Gefördert vom Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg

Stand: Dezember 2016

verbraucherzentrale

Baden-Württemberg

LEBENSMITTEL EINFACH ERKLÄRT

Von Halal-Produkten bis Trinkwasser



LEBENSMITTEL EINFACH ERKLÄRT

VON HALAL-PRODUKTEN BIS TRINKWASSER

In Deutschland gibt es viele Einkaufsmöglichkeiten. Außer Supermärkten wie Edeka, Kaufland oder REWE, gibt es die günstigeren Discounter wie Aldi, Lidl oder Penny. In größeren Städten findet man auch internationale Supermärkte. Diese bieten häufig verschiedene Halal-Lebensmittel an.

... HALAL

Für Halal-Produkte bestehen bisher keine einheitlichen Standards. Die Schächtung, also die betäubungslose religiöse Schlachtung von Tieren, ist in Deutschland grundsätzlich verboten – eine Ausnahmegenehmigung wird nur unter strengen Auflagen erteilt. Halal-Schlachtungen erfolgen daher fast ausschließlich mit Betäubung. Der Import von Fleisch geschächteter Tiere ist erlaubt – bezüglich der Schächtung gibt es keine EU-weit einheitliche Regelung. Welche Kriterien den verschiedenen Halal-Siegeln zugrunde liegen, können Sie auf der jeweiligen Homepage nachlesen.

... VORSICHT SCHWEIN!

Bei Zutaten wie Gelatine oder manchen Zusatzstoffen ist nicht ersichtlich, ob sie Bestandteile vom Schwein enthalten. Die folgende Checkliste gibt einen Überblick:

IHRE CHECKLISTE FÜR UNTERWEGS

Zusatzstoffe, die Bestandteile vom Schwein enthalten können

- ... Ascorbinsäureester E 304
- ... Polysorbate E 432 – 436
- ... Ammoniumphosphatide E 442
- ... Salze von Speisefettsäuren E 470a und E 470b
- ... Mono- und Diglyceride E 471
- ... Ester von Mono- und Diglyceriden E 472 a – f
- ... Zuckerester E 473
- ... Zuckerglyceride E 474
- ... Polyglycerinester E 475
- ... Propylenglycolester E 477
- ... Stearyltartrat E 483
- ... Sorbitanfettsäureester E 491 – 495

Vorsicht ist auch bei klaren Fruchtsäften geboten: Diese können mit Schweinegelatine geklärt worden sein. Keinen Hinweis auf die Tierart findet man auch bei der Verwendung von Wursthüllen aus tierischen Bestandteilen. **Wenn Sie eine Auskunft wünschen, können Sie beim Hersteller nachfragen.**

Wurstwaren, bei denen in der Bezeichnung auf keine Tierart hingewiesen wird, können sowohl aus Rind- als auch aus Schweinefleisch hergestellt sein. Bei verpackten Wurstwaren hilft ein Blick auf die Zutatenliste. Beim Verkauf an der Fleischtheke können Sie um Auskunft bitten.

Als vegetarisch gekennzeichnete Lebensmittel enthalten keine Bestandteile von geschlachteten Tieren. In veganen Produkten sind überhaupt keine tierischen Bestandteile enthalten

... ALKOHOL VERSTECKT IN LEBENSMITTELN

Auf dem Etikett muss Alkohol erst ab einer Menge von 1,2 Volumenprozent gekennzeichnet werden. Selbst als „alkoholfrei“ bezeichnete Getränke dürfen bis zu 0,5 Volumenprozent Alkohol enthalten – auch alkoholfreies Bier, alkoholfreier Wein oder Schaumwein können immer noch Alkohol enthalten

Vor allem in folgenden Lebensmitteln kann Alkohol in geringen Mengen vorkommen: Süßigkeiten wie Pralinen, Kekse oder Schokoriegel, Fertiggerichte, Kuchen oder Desserts, Eisbecher, Soßen und Fassbrausen, Konfitüre oder Marmelade. Informationen über die Inhaltsstoffe gibt bei abgepackten Lebensmitteln die Zutatenliste. Dort kann Alkohol aber auch als „Ethanol“ oder „Ethylalkohol“ gekennzeichnet sein.

Beim Einkauf unverpackter Lebensmittel – wie zum Beispiel Kuchen beim Bäcker oder einem Eisbecher im Restaurant – können Sie bei den Verkäufern nachfragen, ob Alkohol enthalten ist.

Auch Aromen können Alkohol enthalten. Wird Alkohol als Lösemittel für Fruchtauszüge oder Aromen verwendet, die wiederum beispielsweise Kuchen zugesetzt werden, so ist er nicht kennzeichnungspflichtig. Verarbeitete Lebensmittel können auf diese Weise 0,01 bis 0,2 Prozent Alkohol enthalten.

... TRINKWASSER

In Deutschland ist die Wasserqualität aus der Leitung sehr gut, das Wasser kann als Trinkwasser und für die Zubereitung von Babynahrung verwendet werden. Es ist deshalb ein guter Durstlöcher und vor allem preiswerter als gekauftes Mineral- oder Tafelwasser. Vorsicht: Wenn lange kein Wasser aus dem Wasserhahn entnommen wurde, dann kann es zur Verkeimung kommen. In solchen Fällen sollte man das Wasser erst einmal eine Zeit lang laufen lassen, bis es kühler aus der Leitung kommt. Dann kann es wieder getrunken werden.

Wenn das Wasser zum Beispiel verfärbt oder nicht geschmacksneutral aus dem Wasserhahn kommt, sollte man sich an den Vermieter wenden. Dieser ist für die Wasserqualität im Haus verantwortlich

... PILZE SAMMELN?

In Deutschland ist das Sammeln von Pilzen erlaubt, außer in Naturschutzgebieten und Nationalparks.

Können Sie nicht eindeutig feststellen, um welche Pilzart es sich bei den gesammelten Pilzen handelt, sollten Sie diese nicht essen.

Treten nach einer Pilzmahlzeit Symptome wie Schweißausbrüche, Durchfall und Benommenheit auf, besteht Verdacht auf eine Vergiftung. Umgehend einen Arzt oder eine Klinik aufsuchen oder bei der Vergiftungs-Informationszentrale in Freiburg anrufen unter Telefon: (0761) 19240.