

Sehr geehrte Damen und Herren,

Straßenverkehr und alkoholische Getränke passen nicht zusammen. Da gerade junge Fahrer und Fahranfänger die Risiken gerne unterschätzen, widmet sich die gemeinsame Kampagne der Alkoholischen-Getränke-Wirtschaft DON'T DRINK AND DRIVE genau dieser Zielgruppe. Das Glas Wein und gesunder Lebensstil passen allerdings zusammen, wie das DWA-Symposium auf dem Ernährungskongress in Dresden zeigte. Diese beiden Aktionsfelder spiegeln das Spannungsfeld der DWA-Aktivitäten eindrucksvoll wider. Es bleibt spannend.

In diesem letter stellen wir Ihnen den fünften WiM-Botschafter vor: Nach Julia Bertram, Dr. Rowald Hepp, Astrid Schales und Rudolf Mies geben wir Ihnen hier die Möglichkeit, **CECILIA JOST** vom Mittelrhein besser kennen zu lernen.

Ihre Deutsche Weinakademie



#### **WEIN UND GESUNDHEIT: KRITISCH BETRACHTET**

Wenn Aussagen zu dem ambivalenten Thema Wein und Gesundheit von mehreren unabhängigen Wissenschaftsteams bewertet und einer kritischen Analyse unterzogen werden, sind sie besonders wertvoll. In der aktuellen Ausgabe des renommierten Fachjournals Critical Reviews in Food Science and Nutrition kommen die Wissenschaftler unter Berücksichtigung von fast 60 Originalarbeiten zu dem Schluss, dass der moderate Konsum alkoholischer Getränke das Leben verlängert und dass dies besonders für den Weingenuss zu gelten scheint.

[WEITERLESEN](#)



#### **WINE IN MODERATION JETZT AUCH IN UNGARN**

Die ungarischen Weine sind Teil der Landeskultur und die Ungarn sind stolz auf ihre Weine. Da zu einer nachhaltigen Weinkultur auch die Botschaft vom moderaten und verantwortungsvollen Genuss gehört, freuten sich die Repräsentanten von Wine in Moderation sehr, Ende Mai in Budapest die Vereinigung der ungarischen Weinanbaugebiete (HNT) als neues WiM-Mitglied begrüßen zu dürfen.

» [WEITERLESEN](#)



#### **DWA-SYMPOSIUM AUF DER „ERNÄHRUNG 2016“ IN DRESDEN**

Die nichtalkoholische Fettlebererkrankung und der Typ-2-Diabetes sind zu Volkskrankheiten geworden. Beide Erkrankungen werden durch einen ungesunden Lebensstil gefördert, daher braucht es einen gesünderen Lebensstil um sie ursächlich zu bekämpfen. Dass dazu auch ein Glas Wein gehören kann, legten am 9. Juni zwei renommierte Referenten im Rahmen eines DWA-Symposiums auf dem Ernährungskongress in Dresden dar.

» [WEITERLESEN](#)



#### **NÜCHTERN FAHREN MACHT SCHULE: DON'T DRINK AND DRIVE IN NRW**

Computergesteuerte Promille-Fahrsimulatoren vermitteln nicht nur eindringlich, wie sehr Alkohol die Fahrtüchtigkeit beeinträchtigen kann, sie machen jungen Leuten auch Spaß. Um ihnen auf Augenhöhe zu begegnen, setzt die DON'T DRINK AND DRIVE - Kampagne neben diesen beliebten Hilfsmitteln auch speziell geschulte Gleichaltrige ein. Diese touren als DDAD Academy zurzeit unter der Schirmherrschaft des Verkehrsministers Michael Groschek durch Berufsschulen in Nordrhein-Westfalen.

» [WEITERLESEN](#)

## Cecilia Jost, WiM-Botschafterin



Cecilia Jost, Jahrgang 1985, hat als Bachelor of Science ihr Weinbau- und Önologiestudium (Schwerpunkt Weinbau- und Kellerwirtschaft) an der Hochschule Geisenheim University abgeschlossen. Seit 2009 ist sie in sechster Generation Betriebsleiterin des Familien-Weinguts Toni Jost / Hahnenhof in Bacharach am Mittelrhein. Der VDP-Betrieb umfasst heute 15 Hektar Rebfläche, darunter die berühmte Lage Bacharacher Hahn.

Fast 80 Prozent sind mit Riesling bestockt. Eine Besonderheit am Weingut Hahnenhof: Es vereint zwei Anbaugebiete in einem Betrieb, denn ein Drittel der Weinberge liegt im Rheingau. Seit 2015 ist Cecilia Jost WiM-Botschafterin.

Cecilia Jost engagiert sich zudem in der Ausbildung von Jugendlichen mit Behinderung, denen eine Helferausbildung im Weinbau ermöglicht wird.



## Wein und Gesundheit: kritisch betrachtet

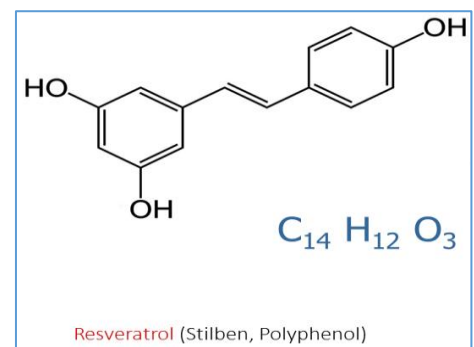


Jüngst hat eine Gruppe von italienischen Wissenschaftlern die Nutzen-Risiko-Bilanz des Konsums von Wein und anderen alkoholischen Getränken kritisch unter die Lupe genommen und kommt zu folgendem Schluss:

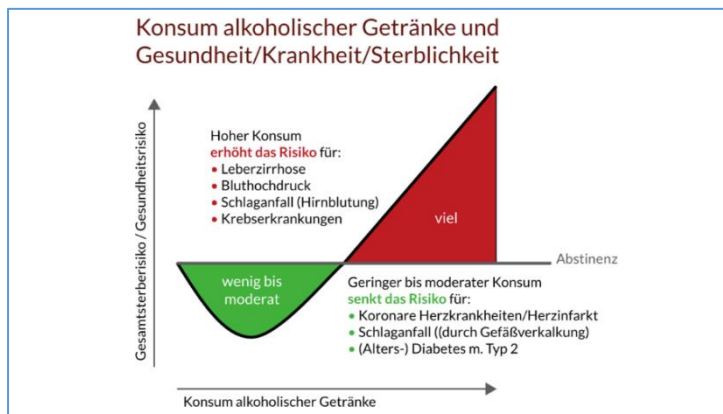
Unzweifelhaft gibt es negative UND positive Effekte beim Konsum alkoholischer Getränke. Dies hängt im Wesentlichen von der Dosis und dem Trinkmuster ab; ebenso ist die Wirkung bei verschiedenen Krankheitsbildern unterschiedlich.

Die **Gesamtsterblichkeit** bildet nach Ansicht italienischer Wissenschaftler am besten die Balance zwischen den positiven Effekten eines moderaten Weingenussses und den Gesundheitsschäden durch Alkoholabusus ab. In ihrem aktuellen Review fassen sie die Evidenz dafür zusammen (Crit Revs Food Sci Nutr 2016; 56:635–640). So haben prospektive Studien gezeigt, dass der Wein einen günstigen Effekt auf die Lebensdauer hat, der über jenen des Alkohols hinausgeht.

Dafür werden die Polyphenole des Weins verantwortlich gemacht, wie etwa die Flavanole Myricetin und Quercetin, Catechin und Epicatechin, Proanthocyanidine und Anthocyanine, diverse Phenolsäuren sowie das Stilben Resveratrol.



Folgende Wirkungen der Weinphenole gelten als belegt und können die positiven Effekte des Weins auf das Herz-Kreislauf-Geschehen, aber auch auf Stoffwechsel-erkrankungen wie Diabetes erklären:



### Weinphenole wirken

- antioxidativ
- neuroprotektiv
- entzündungshemmend

### Weinphenole

- normalisieren den Blutzucker
- verbessern die Gefäßendothelfunktion
- hemmen die Blutplättchenaggregation

Wie epidemiologische Studien übereinstimmend zeigen, geht ein moderater Weingenuss von bis zu zwei Gläsern (ca. 0,4 l eines mittelgradigen Weins) für Männer und bis zu einem Glas für Frauen mit einer höheren Lebenserwartung einher, indem er das Risiko vor allem für kardiovaskuläre Erkrankungen reduziert und das allgemeine Krebsrisiko nicht beeinflusst.

Daher wird das typisch mediterrane Trinkmuster – überwiegend Wein, regelmäßig, mäßig und bevorzugt zu den Mahlzeiten – inzwischen als Teil des gesunden mediterranen Lebensstils angesehen.

## Wine in Moderation jetzt auch in Ungarn

Wine in Moderation – freut sich über ein neues „Familienmitglied“: Wie am 24. Mai 2016 anlässlich des 37. Nationalen Weinwettbewerbs in Budapest bekannt gegeben wurde, wirkt nun auch die Vereinigung der ungarischen Weinanbauggebiete (HNT) in der europäischen Initiative des Weinsektors mit.

Der HNT ist fortan für die Koordination und Planung sämtlicher ungarischer WiM-Aktivitäten verantwortlich. Bei der Umsetzung wird er vom gesamten ungarischen Weinsektor unterstützt, der sich damit der Herausforderung stellt, den moderaten Konsum zu fördern und dem Missbrauch entgegenzuwirken. Das gemeinsame Ziel ist, eine Weinkultur, die auf

Vor zahlreichen Medienvertretern, Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens und einer national sowie

international besetzten Weinfachwelt betonte der Generalsekretär des HNT Dr. Dàvid Brazsil, dass es dank der Wiederentdeckung der ungarischen Weinkultur gelungen sei, den gesamten Sektor zu motivieren. Der Beitritt zur Initiative Wine in Moderation belege, dass sich der gesamte ungarische Weinsektor seiner Verantwortung gegenüber den Verbrauchern verpflichtet fühle.



*Dr. Rudolf Nickenig, Mitglied des Wissenschaftlichen Beirats der DWA und Generalsekretär des Deutschen Weinbauverbandes im Gespräch mit Dr. Dàvid Brazsil und Dr. Stylianos Filopoulos (von rechts nach links).*

Auch WiM-Präsident George Sandeman äußerte seine Freude über den Beitritt Ungarns. Gerade weil Ungarn ein so bedeutendes Weinland ist, sei es wichtig, auch hier die Botschaft des maßvollen und verantwortungsvollen Genusses zu verbreiten.

Ungarn sei mit seinen derzeitigen WiM-Aktivitäten bereits ein gutes Beispiel für andere, erklärte Dr. Stylianos Filopoulos, der Direktor der WiM Organisation. Er sei erfreut und optimistisch, dass die künftige Zusammenarbeit mit den visionären und kompetenten Partnern des Landes viel dazu beitragen werde, die Botschaft des moderaten und verantwortungsbewussten Weinkonsums voranzubringen.

Weitere Infos unter: <http://www.wineinmoderation.eu/en/articles/Wine-in-Moderation-reaches-Hungary.172/>

Im Rahmen des diesjährigen Ernährungskongresses in Dresden informierte die DWA am 9. Juni 2016 in einem Symposium über die ernährungsmedizinischen Aspekte des moderaten Weinkonsums.

130 Wissenschaftler verfolgten die Ausführungen der Ernährungsexperten Prof. Dr. Nicolai Worm, München und Prof. Dr. Kristian Rett, Frankfurt am Main. Dabei standen die Volkskrankheiten Diabetes und Nichtalkoholische Fettleber im Zentrum des Interesses.

## Wie der Lebensstil krank ...



Prof. Dr. Nicolai Worm vor interessierten Ernährungsexperten.

Beide Erkrankungen, so Worm, hängen eng mit dem modernen Lebensstil zusammen- kurz: zu viel Kalorien, zu wenig Bewegung. Derartige Konstellation führe dazu, dass Körperzellen nicht mehr adäquat auf das körpereigene Hormon Insulin reagieren, es komme zu einer so genannten Insulinresistenz.

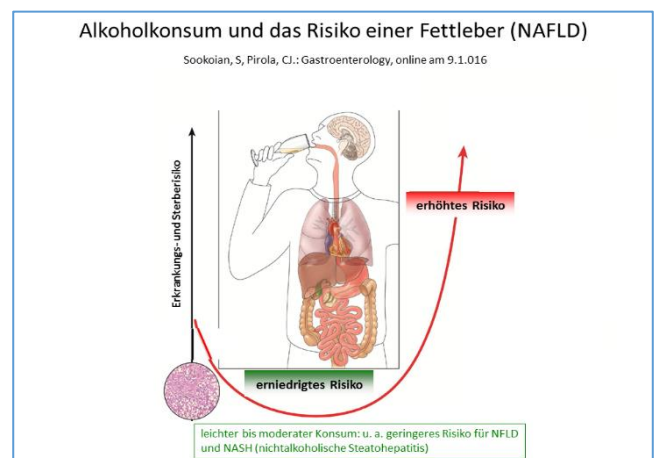
Diese wiederum zieht eine übermäßige Fettbildung und Fettansammlung in der Leber nach sich; die Nichtalkoholische

Fettlebererkrankung NAFLD, ist die Folge.

Es handelt sich hierbei nicht um eine isolierte Lebererkrankung, sondern um eine Ausprägung des Metabolischen Syndroms. Damit sei sie zugleich ein unabhängiger Risikofaktor für Typ-2-Diabetes und kardiovaskuläre Krankheiten. Bislang gibt es kein Medikament gegen NAFLD.

## ... und gesund machen kann

Aus diesem Grund sieht Worm in einem verbesserten Lebensstil, sprich durch gezielte Bewegung, ausreichend Schlaf und Sonne sowie ein verbessertes Ess- und Trinkverhalten, die Basis zur Vorbeugung und Behandlung einer NAFLD. Deren Ziel ist es, die Insulinresistenz zurückzubilden, damit die Leber entfetten und der Stoffwechsel sich normalisieren kann. Wie Worm eindrucksvoll aufzeigte, kann dazu der moderate Weingenuss beitragen.



Der Alkohol wirkt direkt der Ursache der Stoffwechselstörung entgegen: Bei Mengen bis zu 35 g pro Tag werden die Körperzellen wieder empfänglich für Insulin. Wein habe sich wegen der zusätzlichen phenolischen Substanzen als besonders geeignet gezeigt. Mehr als ein viertel Liter sei allerdings nicht zu empfehlen.

Ein moderater Weinkonsum geht denn auch im Vergleich zur Abstinenz mit einem verminderten Risiko für NAFLD und ihren Folgeerkrankungen wie Metabolisches Syndrom, Typ-2-Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen einher.

## Wein auch für Diabetiker?

Der Internist, Diabetologe und Chefarzt des Krankenhauses Sachsenhausen in Frankfurt Prof. Dr. Kristian Rett eröffnete sein Feuerwerk an wissenschaftliche Daten mit der provokanten Frage, ob man Diabetikern Wein verbieten oder gar verordnen solle.

Auch zeigte er eindrucksvolle wissenschaftliche Belege dafür, dass es nach Alkoholgenuß an der Skelettmuskultur zu insulinähnlichen Effekten komme. In der Folge können die Muskelzellen den Blutzucker wieder besser aufnehmen. Veränderungen des Leberstoffwechsels sorgten außerdem dafür, dass der Blutzuckerspiegel nicht übermäßig ansteige.

Weil es jedoch auch zu sehr niedrigen Blutzuckerwerten kommen kann, betonte Rett wiederholt, dass Diabetespatienten alkoholische Getränke grundsätzlich zu einer Mahlzeit konsumieren sollten.

Auch in der Vorbeugung spreche nichts gegen ein Glas Wein, so Rett, denn mehrere Meta-Analysen hätten gezeigt, dass nicht etwa die Abstinenz, sondern der moderate Konsum alkoholischer Getränke mit dem geringsten Diabetesrisiko einhergeht, wobei besonders Frauen profitieren.



Prof. Dr. Kristian Rett

## Nüchtern fahren macht Schule: DON'T DRINK AND DRIVE in NRW

Alkohol und Autofahren vertragen sich nicht. Diese klare Botschaft jungen Leuten eindrücklich und nachhaltig, jedoch ohne erhobenen Zeigefinger nahe zu bringen, ist das Ziel der Kampagne DON'T DRINK AND DRIVE, zu der sich die Spitzenverbände der Bier-, Wein-, Sekt- und Spirituosenbranche bereits 1993 zusammengeschlossen haben.

Sie ist damit die älteste fortlaufende Verkehrssicherheitskampagne Deutschlands und ergänzt sinnvoll die Erziehungs- und Bildungsarbeit von Eltern und Schulen über die Gefahren durch Alkoholkonsum im Straßenverkehr.

### Verkehrsminister übernimmt Schirmherrschaft

Da junge Fahrerinnen und Fahrer durch eine Mischung aus mangelnder Fahrpraxis, Selbstüberschätzung und alkoholbedingter verminderter Fahrtüchtigkeit überproportional häufig in Unfälle unter Alkoholeinfluss verwickelt sind, sind sie auch die bevorzugte Zielgruppe der Aktivitäten der „DON'T DRINK AND DRIVE Academy“, die in diesem Jahr unter der **Schirmherrschaft des Landesministers für Bauen, Wohnen, Stadtentwicklung und Verkehr Michael Groschek steht.**



Michael Groschek, Minister für Bauen, Wohnen, Stadtentwicklung und Verkehr des Landes Nordrhein-Westfalen, testet den Promille-Fahrsimulator zur "DDAD Academy"

Anlässlich der Auftaktveranstaltung am 25. Mai 2016 am Franz-Jürgens-Berufskolleg in Düsseldorf sagte Groschek: „Als Verkehrsminister ist es mir ein besonderes Anliegen, die nordrhein-westfälischen Straßen sicherer zu machen. Ich freue mich sehr darüber, dass die DON'T DRINK AND DRIVE Academy dieses Jahr in Nordrhein-Westfalen unterwegs ist“. Im Mittelpunkt der Einsätze stehen auch in diesem Jahr wieder die Aufklärung und die Förderung der Risikokompetenz von Fahranfängern. Berufsschüler für Kfz- und techniknahe Berufe gelten in ihrem Freundeskreis oft als Meinungsführer zum Thema Auto und sind damit wichtige Multiplikatoren für die Botschaft der Kampagne: „**Wer fährt, bleibt nüchtern!**“



Marco (24), Schüler des Franz-Jürgens-Berufskollegs in Düsseldorf, hat eines von neun Pkw-Junge-Fahrer-Trainings des ADAC in NRW gewonnen.

Im Rahmen der DDAD Academy können junge Fahrer zum Beispiel an einem computergesteuerten Promille-Fahrsimulator gefahrlos erleben, welche folgenschweren Auswirkungen der Alkoholkonsum auf das Fahrvermögen hat. Zudem sollen Reaktionstests und ein attraktives Gewinnspiel die Berufsschüler frühzeitig für das Thema Alkohol im Straßenverkehr sensibilisieren. Unterstützt wird die Kampagne in diesem Jahr von den **Ford-Werken GmbH** mit Sitz in Köln, die für das Gewinnspiel für ein halbes Jahr kostenlos einen neuen Ford Fiesta zur Verfügung stellen; der **ADAC** in NRW spendiert pro Einsatzort ein **Fahrsicherheitstraining**.

Weitere Infos unter: [www.youtube.com/DDADtube](http://www.youtube.com/DDADtube), [www.facebook.com/ddad](http://www.facebook.com/ddad) und [www.ddad.de](http://www.ddad.de)