

## **Antrag**

**der Abgeordneten Dr. Zoe Mayer, Karl Bär, Dr. Ophelia Nick, Niklas Wagener, Linda Heitmann, Dr. Anja Reinalter, Dr. Till Steffen, Johannes Wagner und der Fraktion BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN**

### **Empfehlung des Bürgerrates „Ernährung im Wandel: Zwischen Privatangelegenheit und staatlichen Aufgaben“ zur Altersgrenze für Energydrinks umsetzen**

Der Bundestag wolle beschließen:

I. Der Deutsche Bundestag stellt fest:

Eine verlässliche Ernährungspolitik umfasst auch den Gesundheitsschutz von Kindern und Jugendlichen als ein zentrales öffentliches Anliegen und verlangt klare Regelungen, wo wissenschaftliche Erkenntnisse eindeutige Risiken belegen. Die Einführung einer Altersgrenze für Energydrinks, wie vom Bürgerrat „Ernährung im Wandel: Zwischen Privatangelegenheit und staatlichen Aufgaben“ gefordert, ist als solches evidenzbasiert und wird präventiv wirksam. Die gesundheitlichen Risiken eines erhöhten Koffeinkonsums in jungen Altersgruppen sind wissenschaftlich umfassend dokumentiert. Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) hat 2015 dargelegt, dass für Minderjährige ab einer täglichen Aufnahme von mehr als 3 Milligramm Koffein pro Kilogramm Körpergewicht gesundheitliche Risiken für Herz und Kreislauf bestehen können (<https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.2903/j.efsa.2015.4102>). Befragungen zum Konsumverhalten zeigen, dass rund zwei Drittel der 14- bis 18-Jährigen Energydrinks konsumieren ([www.foodwatch.org/fileadmin/-DE/Themen/Energy\\_Drinks/2024-09-30\\_Umfrage\\_Tabellen\\_Energydrinks.pdf](http://www.foodwatch.org/fileadmin/-DE/Themen/Energy_Drinks/2024-09-30_Umfrage_Tabellen_Energydrinks.pdf)). Sie zeigen auch, dass ein substantieller Anteil der Kinder und Jugendlichen zu bestimmten Gelegenheiten hohe Mengen von einem Liter und mehr zu sich nimmt ([www.bfr.bund.de/cm/343/kinder-und-jugendliche-uebermaessiger-konsum-von-energy-drinks-erhoeht-gesundheitsrisiko-fuer-herz-und-kreislauf.pdf](http://www.bfr.bund.de/cm/343/kinder-und-jugendliche-uebermaessiger-konsum-von-energy-drinks-erhoeht-gesundheitsrisiko-fuer-herz-und-kreislauf.pdf)). Das heißt, die als unbedenklich erachtete Koffeinaufnahme kann deutlich überschritten werden. Der zum Teil viel zu hohe Zuckergehalt ist ein weiterer gesundheitlicher Risikofaktor.

Auf europäischer Ebene existieren bereits einschlägige Regelungen: In mehreren EU-Mitgliedstaaten – darunter Lettland, Litauen, Polen, Rumänien, Bulgarien und Ungarn – ist der Verkauf an unter 18-Jährige untersagt. Die Europäische Kommission hat kürzlich festgestellt, dass sie auf EU-Ebene keinen weiteren Handlungsbedarf sieht, da nationale Regelungen zulässig sind. Damit obliegt es den Mitgliedstaaten, geeignete Maßnahmen zu ergreifen ([www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2025/779-236/EPRS\\_BRI\(2025\)779236\\_EN.pdf](http://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2025/779-236/EPRS_BRI(2025)779236_EN.pdf)).

Die Minister\*innen und Senator\*innen der Verbraucherschutzministerkonferenz empfohlen bereits im Jahr 2024, auch für Deutschland die Einführung einer Altersgrenze von mindestens 16 Jahren für Energydrinks und ähnliche Produkte zu prüfen

([www.verbraucherschutzministerkonferenz.de/documents/protokoll-presse-vsmk-2024\\_1718354850.pdf](http://www.verbraucherschutzministerkonferenz.de/documents/protokoll-presse-vsmk-2024_1718354850.pdf)). Verbraucherschützer\*innen kritisieren zudem die gezielte und unregulierte an Kinder und Jugendliche gerichtete Werbung für die Produkte.

Diese Empfehlung deckt sich auch mit den Forderungen des Bürgerrates „Ernährung im Wandel“, der 2023 durch den Deutschen Bundestag eingesetzt wurde. Der Bürgerat hat mit seiner Empfehlung zur Einführung einer Altersgrenze für Energydrinks ein Anliegen formuliert, das wissenschaftlich klar unterlegt ist, von der Bevölkerung breit getragen wird und für den Staat ohne nennenswerte Kosten umsetzbar ist. Die Umsetzung dieser Empfehlung ist ein notwendiger Schritt, um die Gesundheit junger Menschen besser zu schützen. Darüber hinaus würde sie, zum zweiten Jahrestag der Übergabe der Empfehlungen des Bürgerrates, das Engagement der beteiligten Bürger\*innen würdigen und aufzeigen, dass innovative demokratische Beteiligungsformate praktische Wirkung entfalten können.

II. Der Deutsche Bundestag fordert die Bundesregierung auf,

1. der Empfehlung des Bürgerrates, dem Wunsch der breiten Öffentlichkeit, den wissenschaftlichen Erkenntnissen und dem Beschluss der Verbraucherschutzministerkonferenz folgend eine Altersgrenze für Energydrinks und ähnliche Produkte, wie z. B. Energy Booster, von mindestens 16 Jahren einzuführen;
2. flankierende Maßnahmen zu ergreifen, einschließlich einer zielgruppengerechten Aufklärungskampagne, die Kinder, Jugendliche und Erziehungsberechtigte über die Risiken des Konsums von Energydrinks informiert, und regulatorischer Vorgaben zur Bewerbung von Energydrinks, um den Jugendschutz wirksam sicherzustellen.

Berlin, den 24. Februar 2026

**Katharina Dröge, Britta Haßelmann und Fraktion**

## Begründung

Der erste vom Bundestag eingesetzte Bürgerrat „Ernährung im Wandel: Zwischen Privatangelegenheit und staatlichen Aufgaben“ legte Anfang 2024 ein Bürgergutachten mit neun Empfehlungen und einer Querschnittsempfehlung zur Ernährungsbildung vor. Die Teilnehmer\*innen erarbeiteten diese Empfehlungen auf Grundlage fachlicher Informationen und intensiver Diskussionen. Der Bürgerrat brachte die Lebensrealitäten und Wertvorstellungen einer vielfältigen, zufällig gelosten Bevölkerung zusammen, die unabhängig von Interessensverbänden, Unternehmen und parteipolitischen Linien berät. Die Beratungen im Bundestagsplenar sowie im federführenden Ausschuss für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat konnten infolge der vorgezogenen Neuwahlen nicht beendet werden.

Das Parlament nimmt die Empfehlungen seines ersten Bürgerrates ernst und befasst sich eingehend mit diesen. Ein Bürgerrat stärkt die Demokratie nur, wenn seine Arbeit spürbare Wirkung entfaltet. Damit dieses Beteiligungsformat Vertrauen schafft und nicht symbolisch bleibt, braucht der Bürgerrat die Verlässlichkeit, dass seine Empfehlungen ernsthaft geprüft und, wo möglich, umgesetzt werden. Die Umsetzung der erarbeiteten Vorschläge fördert zugleich Transparenz, stärkt das Verantwortungsgefühl gegenüber gemeinsamen Lösungen und erhöht die Akzeptanz politischer Maßnahmen in der Bevölkerung. Die Fraktion BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN sieht in der Einführung einer Altersbegrenzung für Energydrinks ein fraktionsübergreifend anschlussfähiges Anliegen, das auf breite Unterstützung aller demokratischen Parteien stoßen kann und schlägt daher die zeitnahe Umsetzung dieser Empfehlung vor.

Die Empfehlung des Bürgerrates zu einer Altersgrenze für Energydrinks reiht sich in die Forderungen von Gesundheitswissenschaftler\*innen und breiter Öffentlichkeit ein. Die jüngste EDKAR-Studie (Energydrinks und Kardiales Risiko), durchgeführt unter Leitung des Bundesinstituts für Risikoforschung (BfR) in Kooperation mit der Charité, konnte bei Jugendlichen zwar noch keine strukturellen kardiologischen Unterschiede feststellen, gleichwohl berichtete nahezu die Hälfte der Vielverzehrer\*innen von teilweise erfahrenen, unerwünschten Wirkungen, wie Herzrasen oder Engegefühl in der Brust, nach dem Konsum. Darüber hinaus zeigte die Studie, dass hoher Energy-Drink-Konsum häufig mit weiteren gesundheitlich riskanten Verhaltensmustern einhergeht, darunter erhöhter Tabak- und Alkoholkonsum, Cannabiskonsum und deutlich verkürzte Schlafzeiten (<https://link.springer.com/article/10.1007/s10654-025-01292-z>). Laut einer repräsentativen Umfrage des Instituts Verian aus dem Jahr 2024 sprechen sich außerdem 90 Prozent der Befragten für ein gesetzliches Mindestalter aus und zwar über sämtliche Parteipräferenzen hinweg ([www.foodwatch.org/fileadmin/-DE/Themen/-Energy\\_Drinks/2024\\_05\\_Umfrage\\_Verian\\_Energydrinks.pdf](http://www.foodwatch.org/fileadmin/-DE/Themen/-Energy_Drinks/2024_05_Umfrage_Verian_Energydrinks.pdf)).

