



## tabula Nr. 1/25 – Die Lebensmittelpyramide: Altbewährt im neuen Look

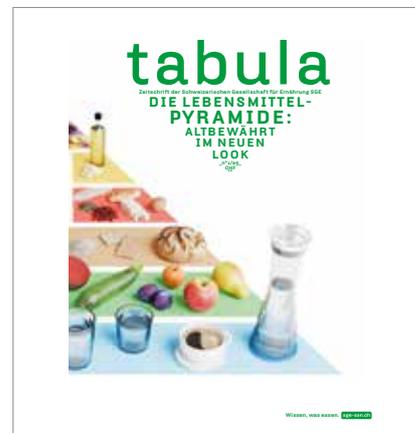
Seit Mitte März 2025 ist die neue Ausgabe der Fachzeitschrift **tabula** im Online-Shop der SGE erhältlich.

Perspektivische Darstellung und fotorealistische Abbildungen. Sie hebt sich ab von ihren Vorgängerinnen, die vierte Version der Schweizer Lebensmittelpyramide. Zum ersten Mal wurde die Nachhaltigkeit systema-

tisch berücksichtigt und wie auch die Nährstoffzufuhr mit Berechnungen hinterlegt.

Weitere Themen:  
Mairübchen, eine fast vergessene Delikatesse; Infograph Getränke

Mehr Informationen und Link zum Bestellen:  
[www.sge-ssn.ch/tabula](http://www.sge-ssn.ch/tabula)



## Neues Projekt bei der SGE: «5 am Tag»

Seit Januar 2025 leitet die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE im Auftrag des BLV das Projekt «5 am Tag».

«5 am Tag» ist eine weltweite Kampagne und wurde ursprünglich 1990 vom National Cancer Institute in den USA initiiert. In der Schweiz wurde die Kampagne «5 am Tag» im Jahr 2001 von der Krebsliga Schweiz in Zusammenarbeit mit Gesundheitsförderung Schweiz, dem Bundesamt für Gesundheit BAG und der Schweizeri-

schen Gesellschaft für Ernährung SGE lanciert.

Ziel von «5 am Tag» ist es, den Konsum von Früchten und Gemüse attraktiver zu machen und zu steigern. Die «5 am Tag»-Kampagne wird in der Schweiz über eine dreisprachige Website (D, F, I) mit Alltagstipps, interessanten Fakten und Rezepten sowie einen vierteljährlichen Newsletter bekanntgemacht. Fokusthemen werden Saisonalität und Regionalität sein. Der «5 am Tag»-Newsletter kann über die Website abonniert werden.



[www.5amtag.ch](http://www.5amtag.ch)  
[www.5parjour.ch](http://www.5parjour.ch)  
[www.5algiorno.ch](http://www.5algiorno.ch)

## Neue Materialien: Poster und Broschüre «Was essen?»

Ein neues Poster, die Broschüre «Was essen?» sowie Aufkleber sind ab sofort im Shop der SGE erhältlich.

Die SGE hat in den vergangenen Monaten alle Materialien auf ihrer Website gemäss den neuen Empfehlungen angepasst. Hierzu gehören auch ein neues Poster sowie eine Neuauflage der beliebten Broschüre «Was essen?». Zusätzlich gibt es neu Aufkleber der Pyramide.



Mehr Informationen und Link zum Bestellen:  
[www.sge-ssn.ch/shop](http://www.sge-ssn.ch/shop)



sge-ssn.ch

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung

Société Suisse de Nutrition

Società Svizzera di Nutrizione

SGE - FACHTAGUNG  
12. SEPTEMBER 2025, BERN

# MANGEL IM LAND DES ÜBERFLUSSES



JETZT ANMELDEN !  
[www.sge-ssn.ch/fachtagung](http://www.sge-ssn.ch/fachtagung)