



Ratgeber «Mutter und Kind» wird neu aufgelegt – jetzt vom vergünstigten Subskriptionspreis profitieren!

Am 29. November 2011 erscheint der vollständig überarbeitete Ratgeber «Mutter und Kind» der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE. Bereits jetzt kann das Buch bestellt werden. SGE-Mitglieder, die bis zum 29. November kaufen, erhalten 40 Prozent Rabatt.

Während der Schwangerschaft, der Stillzeit und in den ersten Lebensmonaten des Kindes haben Mütter und junge Eltern zahlreiche Fragen zur Ernährung: Was soll ich essen, damit der Nährstoffbedarf von mir und meinem Kind gedeckt ist? Gibt es Lebensmittel, die ich während der Stillzeit meiden muss? Wann beginne ich mit Beikost und mit welchem Lebensmittel starte ich am besten?

Der vollständig überarbeitete SGE-Ratgeber beantwortet diese und viele weitere Fragen konkret und praxisnah. Er bietet

grundlegende Informationen über die besonderen Bedürfnisse der schwangeren und stillenden Frau und zeigt auf, wie Risiken in dieser Zeit vermieden werden können. Mit klaren Antworten, konkreten Menü-Vorschlägen und Mengeneempfehlungen ist «Mutter und Kind» ein wertvoller Leitfaden für zukünftige und junge Eltern – und natürlich auch für Fachleute ein praktisches Buch zum Nachschlagen. «Mutter und Kind» basiert auf den Empfehlungen der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE, des Bundesamtes für Gesundheit BAG und der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie SGP.

Bei Bestellungen bis zum 29. November 2011 auf www.sge-ssn.ch/shop profitieren SGE-Mitglieder von einem Sonderrabatt von 40 Prozent.
 Preis für Mitglieder bis zum 29.11.2011: Fr. 14.90.
 Preis für Mitglieder nach dem 29.11.2011: Fr. 19.90.
 Preis für Nichtmitglieder: Fr. 24.90.



Nationale Fachtagung der SGE: «Der Kopf isst mit»

Am 16. September fand am Inselspital Bern die nationale Fachtagung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE zum Thema «Der Kopf isst mit» statt. Vor vollen Rängen referierten und diskutierten Experten aus verschiedenen Fachgebieten über das Zusammenspiel von Psyche und Ernährung. Die Tagung wurde in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit BAG und dem Schweizerischen Verband der diplomierten ErnährungsberaterInnen SVDE durchgeführt.

Ernährung im Spiegel der Medien und ihr möglicher Einfluss auf die Konsumenten

Zum Auftakt der Fachtagung ging Professor Peter J. Schulz von der Università della Svizzera Italiana der Frage nach, auf



Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE lud zu ihrer alljährlichen Fachtagung – dieses Jahr zum Thema «Der Kopf isst mit».

welche Weise Massenmedien die Ernährungsgewohnheiten der Schweizerinnen und Schweizer beeinflussen. Vor dem Hintergrund, dass die öffentliche Präsenz eine wichtige Rolle spielt, ob und wie ein Thema bei der Bevölkerung wahrgenommen wird, stellte Professor Schulz in seinem Referat die Ergebnisse einer Studie des Instituts für Kommunikation und Gesundheit der Università della Svizzera Italiana vor, welche in einer Inhaltsanalyse die Berichterstattung ausgewählter Schweizer Printmedien in den drei Sprach- und Kulturregionen zu gesundheitsfördernder und gesundheitsschädlicher Ernährung systematisch untersucht hat.

Wie kann man «gesunde Ernährung» schmackhaft machen – ernährungspsychologische Aspekte

Thomas Ellrott, Leiter am Institut für Ernährungspsychologie an der Georg-August-Universität Göttingen, zeigte in seinem Referat die Schwierigkeiten auf, bei der Ernährung Genuss und Gesundheit unter einen Hut zu bringen, und wie «Essen» und «Ernährung» bei der Bevölkerung zwei höchst unterschiedlich assoziierte Begriffe darstellen. Ellrott erklärte, wieso seiner Meinung nach für den Verbraucher Genussmotive bei der Lebensmittelauswahl nach wie vor deutlich relevanter sind als Gesundheitsmotive, und zeigte die Auswirkungen dieser Erkennt-

nisse in Bezug auf die Ernährungskommunikation auf.

Essen und Gender: Wie gestalte ich meine Rolle als Frau/Mann in der Gesellschaft über das Essen?

Dass die Unterschiede zwischen Mann und Frau auch nicht vor der Ernährung haltmachen, damit befasste sich Christine Brombachs Vortrag. Diese Verschiedenheiten können sich auf den Umgang mit Essen, Verteilung der Zuständigkeiten, Werte und Normen bei der Art zu essen, Wissen und Zubereitung oder eben auch auf Geschmack beziehen. Die Professorin an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Wädenswil zeigte auf, dass dieses Verhalten auch positiv genutzt werden kann, wenn es darum geht, Gesundheitsverhalten zu stärken.

Ernährung, Sinne und Wahrnehmung

Anne-Claude Luisier, Projektleiterin von Senso 5, einem Forschungsprojekt im Schulmilieu, das darauf abzielt, die Ernährungskompetenzen beim Kind zu entwickeln, ging der Frage nach, wie die Berücksichtigung sensorischer Faktoren

helfen kann, gesundheitsfördernde Aktionen zu erarbeiten. Sie rief in Erinnerung, dass die Ernährung nicht nur eine Frage von Kalorien oder Vitaminen ist, sondern auch kulturelle, soziale, emotionale, sensorische Aspekte hat und was dies für Aktionen im Bereich der Gesundheitsförderung bedeuten könnte.

Neben den Referaten im Plenum hatten die Teilnehmer die Gelegenheit, sich in verschiedenen Workshops weiterzubilden. Ein Roundtable zum Thema «Stolpersteine in Ernährungsinterventionen» rundete die spannende Fachtagung ab.

Weitere Informationen:
Präsentationen und Zusammenfassung:
www.sge-ssn.ch/veranstaltungen-aus-und-weiterbildung-jobs



Professor Schulz von der Universität Lugano nahm den Umgang der Medien mit dem Thema Ernährung unter die Lupe.



Experten aus verschiedenen Fachgebieten diskutierten über mögliche Stolpersteine bei Ernährungsinterventionen.


 sge Schweizerische Gesellschaft für Ernährung
 ssn Société Suisse de Nutrition
 ssn Società Svizzera di Nutrizione

 Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE
 Schwarzenstrasse 87 | Postfach 8222 | CH-3003 Bern
 T +41 31 385 00 00 | F +41 31 385 00 05 | info@sge-ssn.ch


 nutriflo | Info-Service für Ernährungsfragen
 T +41 31 385 00 00 | nutriflo@sge-ssn.ch | www.nutriflo.ch


 tabula | Zeitschrift für Ernährung
 Redaktion T +41 31 385 00 00 | www.tabula.ch


 shop sge | T +41 58 088 14 14 | F +41 58 088 14 15
www.sge-ssn.ch/shop

 Wissen, was essen. sge-ssn.ch