

## SGE-Mitgliederversammlung



Die Mitgliederversammlung wird am **13. Mai 2020 ab 10.45 Uhr** in den Büroräumlichkeiten der SGE (Eigerplatz 5, 3007 Bern) durchgeführt.

Provisorische Traktanden:

1. Begrüssung
2. Wahl der Stimmenzähler/innen
3. Genehmigung der Traktandenliste
4. Protokoll der letzten Mitgliederversammlung
5. Mitteilungen von Vorstand und Geschäftsstelle

6. Revision der Statuten
7. Neue Strategie der SGE
8. Jahresbericht 2019
9. Abschluss 2019 mit Jahresrechnung und Revisorenbericht
10. Informationen zur Arbeitsplanung 2020
11. Budget 2020
12. Wahlen

Als SGE-Mitglied können Sie die Behandlung spezifischer Traktanden an der Mitgliederversammlung schriftlich beantragen; Anträge für zusätzliche Traktanden müssen spätestens 60 Tage vor der Mitgliederversammlung bei der SGE-Geschäftsstelle eintreffen (info@sge-ssn.ch). Die Unterlagen zur Mitgliederversammlung werden den Mitgliedern spätestens zehn Tage vor der Mitgliederversammlung elektronisch auf der Website der SGE zugänglich gemacht.

Sie finden alle detaillierten Infos in Kürze unter: [www.sge-ssn.ch/mv](http://www.sge-ssn.ch/mv)

## Neue Partnerschaft von SWAN und SGE

SWAN, die berufliche Interessenvertretung aller Ernährungsfachpersonen in der Schweiz mit akademischer Ausbildung, und die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE gehen ab sofort eine Partnerschaft ein. Im Zentrum stehen dabei der Informationsaustausch sowie die Nutzung der jeweiligen Kommunikationskanäle, um die Interessen der beiden Vereine einer noch breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Beide Partner freuen sich auf eine fruchtbare Zusammenarbeit.



## Poster: Optimaler Teller bei reduziertem Appetit

Der «optimale Teller» veranschaulicht, wie sich eine Hauptmahlzeit ausgewogen zusammenstellen lässt. Die Proportionen basieren auf den Empfehlungen der Schweizer Lebensmittelpyramide, die eine ausgewogene Ernährung mit 1800 bis 2500 kcal pro Tag ermöglicht.

Für Senioren mit gutem Appetit, die drei komplette Mahlzeiten pro Tag und eventuell eine oder zwei Zwischenmahlzeiten zu sich nehmen können, ist der optimale Teller bestens geeignet. Ist der Appetit jedoch deutlich ge-

mindert und sind Sie nicht mehr in der Lage, die Menge eines durchschnittlichen Tellers zu sich zu nehmen, kann es nützlich sein, Prioritäten zu setzen.

Auf unserer Website finden Sie ab sofort das neue Poster zum optimalen Teller bei reduziertem Appetit – ideal für Beratungen, für den Unterricht oder für zu Hause.

Weitere Informationen unter: [www.sge-ssn.ch/teller](http://www.sge-ssn.ch/teller)



## Fachtagung 2020

Die Fachtagung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE findet am 4. September 2020 statt. Den Fokus legt die SGE auf das Thema «Megatrends und ihr Einfluss auf die Ernährungszukunft». Wir fragen uns: Was sind die



aktuellen Megatrends, und welchen Einfluss haben sie langfristig auf unsere Ernährung? Die Referenten Hanni Rützler (Futurfood Studio Wien) und Priska Baur (ZHAW Wädenswil) nehmen Stellung zu den relevanten Entwicklungen in den Bereichen Food und Ernährung. Besonderes Augenmerk liegt hierbei auf den unmittelbaren Trends 2020/2021 sowie auf den zugrundeliegenden Erwartungen der «Babyboomer» an eine ressourcenschonende Entwicklung.

Weitere Informationen zur Tagung 2020 finden Sie unter: [www.sge-ssn.ch/fachtagung](http://www.sge-ssn.ch/fachtagung)

# SGE-Projekt «Chancengleichheit»

Laut Schweizer Ernährungsstrategie 2017–2024 weicht das Essverhalten bei einem grossen Anteil der Bevölkerung deutlich von den Schweizer Ernährungsempfehlungen ab. In der Folge sind Übergewicht und Adipositas weitverbreitet. Besorgniserregend ist auch die Zunahme der nicht übertragbaren Krankheiten (NCD) wie Krebs, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Zur Förderung einer ausgewogenen Ernährung hat das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) im Auftrag des Bundes die Schweizer Ernährungsstrategie weiterentwickelt. Die Ernährungsstrategie ist als Pfeiler der NCD-Strategie zu sehen. Mit den Aktivitäten des Projekts «Chancengleichheit» leistet die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE einen Beitrag,

um diese Strategie umzusetzen. Der Schwerpunkt liegt dabei auf dem Handlungsfeld «Information und Bildung». Die SGE trägt dazu bei, die Ernährungskompetenz der in der Schweiz lebenden Bevölkerung durch wissenschaftliche und zielgruppengerechte Informationen an Multiplikatoren von Ernährungsinformationen zu fördern. Die SGE nimmt damit ihre Rolle als neutrales «Sprachrohr» für die nationalen Ernährungsempfehlungen wahr und hilft, das Thema ausgewogene und nachhaltige Ernährung schweizweit zu stärken. Basis für die Umsetzung stellen die bestehenden Instrumente, wie beispielsweise die Schweizer Lebensmittelpyramide, die Schweizer Ernährungsscheibe sowie auch vom BLV zur Verfügung gestellte Grundlagenberichte, Flyer und die App «My Swiss Food Pyramid» dar.

Weitere Informationen zum Projekt «Chancengleichheit» finden Sie unter: [www.sge-ssn.ch/projekt-chancengleichheit](http://www.sge-ssn.ch/projekt-chancengleichheit)

## Neue Merkblätter der SGE

Auf der Website der SGE sind ab sofort zwei neue Merkblätter zu den Themen «Ernährung am Arbeitsplatz» und «Nüsse, Kerne & Samen» verfügbar.



Nüsse, Samen und Kerne sind wahre Kraftpakete. Sie liefern lebensnotwendige Fettsäuren und fettlösliche Vitamine, Nahrungsfasern, Proteine, Mineralstoffe, Vitamine und sekundäre Pflanzenstoffe. Im neuen Merkblatt zu Nüssen, Kernen und Samen erhalten Sie ausführliche Informationen zu diesem Thema: [www.sge-ssn.ch/lebensmittelpyramide](http://www.sge-ssn.ch/lebensmittelpyramide) (unten bei den Dokumenten zu Stufe «Öle, Fette und Nüsse»)

## tabula 1-2020: Ernährung in der Schule

**tabula**  
n° 1/20  
—  
**Ernährung**  
**in der**  
**Schule**

Ab Ende März ist die neue Ausgabe von «tabula» im Onlineshop der SGE erhältlich. In der aktuellen Reportage geht es um «Ernährung in der Schule». Essen lernen beginnt idealerweise in der Fami-

lie. Hier entwickeln unsere Kinder ihre Essgewohnheiten, die sie ihr Leben lang prägen und begleiten. Mit dem wachsenden Angebot von Tagesschulen wird die gemeinsame Mahlzeit am Familientisch immer mehr zum Nebenschauplatz – und die Schulen werden immer mehr zum Lernort der Ernährungs- und Geschmacksbildung. Alle reden über gesunde Ernährung, aber welche Erfahrungen machen damit eigentlich die Kinder in der Schule?

Weitere Informationen: [www.tabula.ch](http://www.tabula.ch)

Der Einfluss von Arbeitsbedingungen auf das Essverhalten ist komplex, doch hilft es unserer Gesundheit sehr, wenn wir uns bewusst mit diesen Zusammenhängen auseinandersetzen und den ein oder anderen Tipp in unseren Alltag einbauen. Im neuen Merkblatt zu «Ernährung am Arbeitsplatz» erfahren Sie mehr. [www.sge-ssn.ch/arbeit-und-ernaehrung](http://www.sge-ssn.ch/arbeit-und-ernaehrung) (unten bei den Dokumenten Merkblatt «Ernährung am Arbeitsplatz»)

## Comics zum nachhaltigen Essen

Wie kann ich mich gesund und nachhaltig ernähren? Worauf sollte ich beim Einkauf achten? Einige Anregungen geben die neuen Comics der SGE. In sechs kurzen Comicgeschichten erzählen sechs Personen, was ihnen persönlich beim Thema Nachhaltigkeit durch den Kopf geht und worauf sie beim Einkauf achten. Ergänzt werden die Geschichten mit kurzen Informationen und Tipps.

Die Comics sind ab Ende April unter [www.sge-ssn.ch/foodprints](http://www.sge-ssn.ch/foodprints) auf Deutsch, Französisch und Englisch verfügbar.



## Onlinetest zum persönlichen Essprofil

Im Auftrag von Atupri durfte die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE einen Onlinetest zur Bestimmung des persönlichen Essprofils entwickeln. Die Auswertung berücksichtigt folgende Aspekte: emotionales Essen, Essgeschwindigkeit, Genussfähigkeit, Impulskontrolle, Körperwahrnehmung, Mahlzeitenrhythmus und Ernährungsbewusstsein. Ein Interview mit der SGE-Ernährungspsychologin Ronia Schiffan zu den Hintergründen des Tests ist im aktuellen Atupri-Kundenmagazin zu lesen.

Weitere Informationen unter: [www.sge-ssn.ch/tests-und-spiele/](http://www.sge-ssn.ch/tests-und-spiele/) (-> Test «Mein Essprofil»)