

Die Fachtagung 2020 der SGE wird um ein Jahr verschoben



Inselspital Bern abzusagen und um ein Jahr zu verschieben.

Das Thema «Mega-Trends und ihr Einfluss auf die Ernährungszukunft» wird auch 2021 von allgemeinem Interesse sein und die Basis für anregende Diskussionen und Workshops bieten. In diesem Zusammenhang sind wir froh, dass wir die Hauptreferentin Hanni Rützler für 2021 bereits wieder verpflichten konnten.

Datum (neu):
Freitag, 3. September 2021,
8.30 bis 17 Uhr
Ort: Inselspital,
Ettore Rossi, Bern

Weitere Informationen:
www.sge-ssn.ch/fachtagung

Nach eingehender Prüfung aller vorliegenden Informationen im Zusammenhang mit dem Coronavirus (COVID-19) hat sich die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE entschieden, die Fachtagung vom Freitag, 4. September 2020, im

Ausgewogen verpflegt – auch im Homeoffice

Aufgrund des Coronavirus arbeiten zurzeit viele Menschen von zu Hause aus. Arbeiten im Homeoffice stellt unter anderem in Bezug auf die Verpflegung eine Herausforderung dar. Eine ausgewogene, abwechslungsreiche, dem Bedarf angepasste Ernährung ist jedoch für die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit und die langfristige Gesundheit wichtig. Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE hat in diesem Zusammenhang ein Merkblatt und eine Ideensammlung rund um das Thema «Ausgewogen verpflegt – auch im Homeoffice» zusammengestellt.

Merkblatt:

www.sge-ssn.ch/JhwCE

Ideensammlung:

www.sge-ssn.ch/KJuT0



Weitere hilfreiche Informationen zum Thema: Gesund zu Hause

Die Co-Leitung Allianz Betriebliche Gesundheitsförderung in Schulen, Radix, VSLCH, LCH und Partner, hat die Initiative «Gesund zu Hause» lanciert. Sie finden hier praktische und hilfreiche Informationen und Ideen z. B. zum

«tabula» – personalisierte Ernährung

Ende Juni erscheint die zweite «tabula»-Ausgabe 2020. Als Schwerpunktthema behandelt das Magazin dieses Mal die personalisierte Ernährung.



Das Versprechen, dass die Traumfigur irgendwo in den Genen liegt, versuchen in den letzten Jahren vermehrt Gentestanbieter im Internet einzulösen. Die Autorin Cornelia Eisenach befragte dazu Expertinnen und Experten sowie Personen, die sich einem solchen Test unterzogen haben. Zudem finden Sie in der aktuellen Ausgabe ein Porträt über den Kräuterbiobauern Elmo Zanetti in Le Prese sowie Studien- und Buchbesprechungen.

Darüber hinaus nehmen wir die Äsche etwas genauer unter die Lupe. Einer der schönsten Fische der Schweiz ist vom Aussterben bedroht. Weshalb dem so ist und was es sonst noch über die Äsche zu wissen gibt, erfahren Sie in der neuesten Ausgabe von «tabula».

www.sge-ssn.ch/shop

Arbeiten zu Hause, zur Strukturierung des Alltags, zu herausfordernden häuslichen Situationen, zur Bewegung, Ernährung, Psycho- und Schlafhygiene für Ihre Gesundheit und für die Gesundheit der Schülerinnen und Schüler zu Hause.

www.radix.ch/gesundzuhaus