

NUTRINET - INFO JANUAR 2012

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung / Société Suisse de Nutrition

Die neue Schweizer Lebensmittelpyramide ist online!

Seit Anfang Dezember präsentiert sich die Lebensmittelpyramide im neuen Kleid - grafisch wie inhaltlich wurde sie rundum überarbeitet. Sie trägt neu den Titel „Schweizer Lebensmittelpyramide“ und wird erstmals gemeinsam von SGE und BAG herausgegeben. Die neuen Merkblätter mit vielen Informationen und praktischen Tipps rund um die Schweizer Lebensmittelpyramide finden Sie unter:

www.sge-ssn.ch/lebensmittelpyramide

La nouvelle pyramide alimentaire suisse est en ligne !

Depuis le début du mois de décembre, la pyramide alimentaire est vêtue de neuf : un nouveau graphisme et un contenu actualisé. Elle se nomme dorénavant la « Pyramide alimentaire suisse » et est co-éditée pour la première fois par la SSN et l'OFSP. Les nouvelles feuilles d'info qui l'accompagnent proposent de nombreuses informations et conseils pratiques et sont disponibles sous : www.sge-ssn.ch/pyramide-alimentaire

Tabula – rundum erneuert

Die Ernährungszeitschrift Tabula erscheint seit der aktuellen Ausgabe in einem neuen Kleid. In den letzten Monaten wurden bestehende Inhalte hinterfragt und, wo nötig, angepasst. Gleichzeitig ist Tabula nun ästhetisch noch ansprechender gestaltet – schliesslich ist Ernährung auch etwas Sinnliches. Neben neuen Rubriken befasst sich wie bisher jede Ausgabe mit einem Schwerpunktthema und weiterhin bietet die Zeitschrift der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE Antworten auf aktuelle und häufig gestellte Fragen. www.tabula.ch

Die neue Broschüre « Mutter und Kind » ist erhältlich

Am 29. November ist die neue Broschüre der SGE « Mutter und Kind » erschienen. Themen sind die Ernährung während der Schwangerschaft, der Stillzeit und im ersten Lebensjahr. Die Broschüre kann über den SGE Shop zum Preis von CHF 24.90 (für SGE Mitglieder CHF 19.90) bestellt werden.

<http://www.sge-ssn.ch/de/ernaehrungsinfos/altersspezifische-ernaehrung/schwangerschaft-und-stillzeit/mutter-und-kind.html>

Le nouveau « Mère et enfant » est actuellement disponible

Mère et enfant, le nouveau guide de la SSN sur l'alimentation de la femme durant la grossesse et la période d'allaitement et sur l'alimentation du nouveau-né durant la première année de vie est sorti de presse le 29 novembre. Il peut être commandé sur le shop de la SSN au prix de 24.90 (19.90 pour les membres SSN)

<http://www.sge-ssn.ch/fr/info-alimentaires/l'alimentation-par-etape-de-vie/grossesse-allaitement-alimentation-du-nourrisson/mere-et-enfant.html>

NUTRINET.CH

Netzwerk Ernährung und Gesundheit

action d

apondi – aktiv zum Wohlfühlgewicht 2012

apondi unterstützt übergewichtige Personen (BMI über 25), die ein hohes Risiko haben, an einem Diabetes Typ 2 zu erkranken, Gewicht zu reduzieren. Bei apondi steht die Änderung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens im Vordergrund, und zwar allmählich und nachhaltig. Innerhalb von 6 Monaten wird mit dem erprobten Internetportal eBalance und/oder einem individuellen Coaching der Weg zu einer dauerhaften Gewichtsreduktion erarbeitet. Im 2012 wird das Coaching neu zusätzlich zu Bern und Zürich auch in Aarau und St. Gallen angeboten. Visana- und Helsanaversicherte profitieren von einem vergünstigten apondi-Angebot. www.actiond.ch, www.ebalance.actiond.ch

Der Bewegungskalender – ein neues Tool von action d

action d ist derzeit dabei, ein motivierendes « Werkzeug » - einen Bewegungskalender - zu entwickeln. Er enthält praktische Wochenblätter zum Eintragen der täglichen Aktivitäten. Mit Hilfe der Wochenblätter kann das eigene Bewegungsverhalten analysiert und entsprechend verbessert oder optimiert werden. Der Bewegungskalender erscheint anfangs 2012.

Weitere Informationen unter : www.actiond.ch
www.actiond.ch

BAG

Monitoring-System Ernährung und Bewegung (MOSEB): 3. Aktualisierung per Nov. 2011 auf www.moseb.ch

Bei der 3. Aktualisierung seit der ersten Aufschaltung im Dez. 2009 kamen zwei neue Indikatoren hinzu:

- Indikator „Sportaktivitäten“: 1.Version, welche vom Sportobservatorium 2012 erweitert wird
- Indikator „Leistungsfähigkeit junger Erwachsener“: Erarbeitet von Sportobservatorium in Zusammenarbeit mit dem BASPO

Bei sieben Indikatoren wurden neu erhobene Daten aufgenommen und die Indikatoren erneuert. Es sind dies die folgenden Indikatoren:

- Indikatoren „Ernährungsverhalten Kinder/Jugendliche“ und „Bewegungsverhalten Kinder/Jugendliche“: Aktualisierung mit HBSC 2010-Daten
- Indikator „Konsumausgaben für ausgewählte Nahrungsmittel“: Aktualisierung mit Daten der HABE 2008
- Indikator „BMI Kinder/Jugendliche“: Aktualisierung mit Daten „BMI-Monitoring“ von Gesundheitsförderung Schweiz
- Indikator „BMI erwachsene Wohnbevölkerung“: Aktualisierung mit historischen Daten von Stellungspflichtigen
- Indikator „Aktionen Wirtschaft / Institutionen“: neue Partner und Aktionen von actionsanté aufgenommen
- Indikator „Angebote im Erwachsenensport“: Aktualisierung via Sportobservatorium

Als weitere wichtige Änderungen wurden die Nummerierung und Reihenfolge der Indikatoren überarbeitet. Die Indikatoren sind neu nun auch in drei statt in zwei Kategorien eingeteilt, um die Wichtigkeit für das MOSEB abzubilden. Die neue zusätzliche Kategorie „Leitindikatoren“ bezeichnet Indikatoren, welche für die strategische Ausrichtung des Nationalen Programms Ernährung und Bewegung 2008-2012 (NPEB) und die Programm-Partner von zentraler Bedeutung sind.

Neu werden die Indikatoren mit Zahlen beschriftet und nicht mehr mit Buchstaben (Vereinfachung für die Sprachversionen) und die Reihenfolge der Indikatoren ist entsprechend deren Einteilung in die Kategorien Leit-, Kern- und Zusatzindikator vorgenommen. Es wurde von der Arbeitsgruppe MOSEB ebenfalls eine Überprüfung der 51 Indikatoren vorgenommen und dabei wurden einige Indikatoren aus der Sammlung gestrichen oder zusammengefasst. Neu umfasst die Sammlung 48 Indikatoren.

Die nächste Aktualisierung mit Daten aus neuen Erhebungen (z.B. aus Bericht „Prävalenzen Essstörungen in der Schweiz“) findet im Mai 2012 statt.

In den Sprachversionen Französisch und Italienisch wurde neu die 2. Aktualisierung der Indikatorensammlung (Stand Feb. 2011) veröffentlicht. Im Mai 2012 wird im Rahmen der 4. Aktualisierung ein Abgleich in den drei Sprachversionen Deutsch, Französisch und Italienisch folgen. www.moseb.ch

http://www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung_bewegung/05190/07835/index.html?lang=de

Systeme de monitoring alimentation et activité physique (MOSEB) : Troisième actualisation de novembre 2011 sur www.moseb.ch

Deux nouveaux indicateurs ont été ajoutés depuis la première publication, en décembre 2009 :

- *Activité physique : 1^{re} version, complétée par l'Observatoire Sport en 2012*
- *Performance sportive des jeunes adultes : élaboré par l'Observatoire Sport en collaboration avec l'OFSP.*

Sept indicateurs ont été actualisés et mis à jour avec de nouvelles données. En voici la liste :

- *Comportement alimentaire des enfants et adolescents : actualisé au moyen des données HBSC 2010*
- *Comportement des enfants et adolescents en matière d'activité physique : actualisé au moyen des données HBSC 2010*
- *Dépenses pour des denrées alimentaires : actualisé au moyen des données EBM 2008*
- *IMC enfants et adolescents : actualisé au moyen des données du Monitoring IMC de Promotion Santé Suisse*
- *IMC adultes : actualisé au moyen des données historiques des conscrits*
- *Actions économiques / institutions : avec la participation de nouveaux partenaires et de nouvelles activités d'actionsanté*
- *Offres d'activité physique pour adultes : actualisé via l'Observatoire Sport*

Une autre modification importante concerne la numérotation et l'ordre des indicateurs.

De plus, les indicateurs sont désormais répartis en trois et non plus en deux catégories, ce qui permet de souligner l'importance qu'ils ont pour le MOSEB. La nouvelle catégorie « Indicateurs principaux » désigne ceux qui sont essentiels pour l'axe stratégique du Programme national alimentation et activité physique 2008-2012 (PNAAP) et les partenaires du programme.

Dorénavant, les indicateurs seront numérotés au moyen de chiffres et non plus des lettres (simplification pour les différentes langues), et seront classés par catégorie (indicateur principal, clé ou complémentaire).

Le groupe de travail MOSEB a également examiné les 51 indicateurs, ce qui a permis d'en regrouper certains et d'en supprimer d'autres ; leur nombre est ramené à 48.

La prochaine actualisation des données basée sur de nouvelles études (p. ex., sur la base du rapport étudiant la prévalence de troubles alimentaires en Suisse) se déroulera en mai 2012.

La 2^e actualisation du recueil d'indicateurs est désormais disponible en français et en italien (état de février 2011). En mai 2012, dans le cadre de la 4^e actualisation, les trois versions en allemand, en français et en italien, seront harmonisées entre elles.

www.moseb.ch

http://www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung_bewegung/05190/07835/index.html?lang=fr

Fachgruppe Ernährung von Public Health Schweiz und Gesundheitsförderung Schweiz

Erfolgreicher Workshop zu Healthy³: Gesunde und nachhaltige Ernährung an der Public Health Conference 2011 in Basel

Healthy³ ist eine Initiative von Gesundheitsförderung Schweiz und greift Problemstellungen auf, welche sowohl für die Gesundheit und das Wohlbefinden heutiger, als auch zukünftiger Generationen relevant sind. Sie trägt zur Konvergenz der Nachhaltigen Entwicklung (NE) und der Gesundheitsförderung (GF) im Kontext der Globalisierung bei. Als erstes Thema im Schnittbereich NE und GF wurde das Nahrungssystem vom Anbau bis zum Verzehr bzw. der Entsorgung in einem White Paper erarbeitet. Für den Workshop wurden Fachleute eingeladen, die über erste Erfahrungen und Trends berichten konnten. In der regen Diskussion mit dem Publikum, wurden die Teilnehmer angeregt, ihre Perspektive zu erweitern und darüber nachzudenken, was Healthy³ für das eigene berufliche Engagement bedeuten könnte. Die Folien zum Workshop, das White Paper Healthy3 Food System und die Materialienliste Ernährung und Nachhaltigkeit sind auf dem Internet einsehbar. [Folien zum Workshop](#)

[White Paper Healthy³ Food System der Gesundheitsförderung Schweiz \(in englisch und Kurzfassung deutsch, französisch, italienisch\) s. Dokumentenliste rechts](#)

[Materialienliste Ernährung und Nachhaltigkeit der Fachgruppe Ernährung](#)

Fachverband Adipositas im Kindes- und Jugendalter akj

Gesprächsführung in der Behandlung von Übergewicht

Der Fachverband akj organisiert mit Frank Wartenweiler eine Weiterbildung für Fachpersonen zum Thema "Gesprächsführung in der Behandlung von Übergewicht".

Kursdaten 2012: 25. / 26. Oktober 2012 und 23. November 2012.

www.akj-ch.ch

Berufsbegleitende Zusatzausbildung zum minu fit-Trainer

Die 8-tägige Zusatzausbildung zur minu fit-Trainer/in beinhaltet Grundlagen für die Arbeit mit Kindern / Jugendlichen mit Übergewicht. Die beiden Module Bewegung und Er

NUTRINET.CH

Netzwerk Ernährung und Gesundheit

nahrung werden mit verschiedenen Inputs zu Medizin und Psychologie ergänzt und so die ganzheitliche Sicht im Umgang mit Adipositas geschult. Ziel ist die Erarbeitung eines Projekts, welches nach Möglichkeit umgesetzt wird.

Die Ausbildung richtet sich an Fachpersonen aus den Bereichen Bewegung, Ernährung, Medizin, Psychologie und Pädagogik sowie weiteren Berufsgruppen, welche sich für die Adipositasthematik interessieren und über eine anerkannte Grundausbildung in einem der aufgeführten Fachbereiche verfügen.

Kursdaten 2012

1. Teil 29. und 30. Juni 2012
2. Teil 24. und 25. August 2012
3. Teil 21. und 22. September 2012
4. Teil 2. und 3. November 2012

www.akj-ch.ch oder <http://www.minuweb.ch>

Schweizerische Adipositas-Stiftung SAPS

«saps.ch»: Gönnermagazin Nr. 25 / Winter4 2011

Ernährung und Bewegung – die beiden Begriffe ziehen sich leitmotivisch durch die aktuelle Nummer des SAPS-Magazins: B. Schneider dokumentiert sein Referat vor der Netzwerktagung im Magglingen zum Energie-Konsum durch Bewegung; der aktuelle Stand der Arbeiten des BAG im Rahmen des NPEB wird dokumentiert. – Vorgestellt wird die dramatische Performance „BODY“, in welcher auf eindruckliche Weise gesellschaftspolitische Adipositas-Probleme reflektiert werden. Neu ist die Rubrik „medizinische Begriffe – erklärt“, sie gilt dem „Dumpingsyndrom“. – In den Buchtipps geht es einerseits um die französische „Dukan-Diät“, andererseits um ein Schweizer Kochbuch für Kinder: „Kochen mit Felix und Lisa. - Gratis-Magazin anfordern bei info@saps.ch - Ansicht unter: http://www.saps.ch/images/upload/saps_25_internet.pdf

Adressänderung der SAPS-Geschäftsstelle

Die SAPS ist umgezogen, bleibt aber weiterhin in Zürich-Oerlikon domiziliert. Die neue Adresse lautet: Venusstrasse 29 (Postadresse und firmenparkplatz)/ Regensbergstrasse 126; 8050 Zürich, 044 251 54 13. – <http://www.saps.ch>

Erfolgreicher Start des SAPS-Selbsthilfegruppen-Projekts

Die SAPS hat sich zum Ziel gesetzt, die Adipositas-Selbsthilfegruppen in der Schweiz zu unterstützen und in Regionen, in denen noch keine solchen bestehen, Gruppen ins Leben zu rufen. Dies wurde im Sinne eines Pilotprojekts im Raum Zürich lanciert. Nach dem 5. Treffen (jeweils am letzten Donnerstag des Monats, um 18 Uhr) zählt die Gruppe bereits 20 Teilnehmende. Anmeldung und Auskunft unter 044 251 54 13 bzw. info@saps.ch

Schweizerischer Verband dipl. Ernährungsberater/innen HF/FH SVDE ASDD

EFAD Positionspapiere

Anlässlich des General Meetings 2011 der European Federation of the Associations of Dietitians (EFAD) wurden die Positionspapiere zu den Themen Malnutrition und Obesity verabschiedet. SVDE-Webseite (www.svde-asdd.ch), Webseite der EFAD (www.efad.org)

NUTRINET.CH

Netzwerk Ernährung und Gesundheit

Die Nutridays 2012, Jahreskongress des Schweizerischen Verbandes dipl. Ernährungsberater/innen HF/FH

Am 30. Und 31. März 2012 findet im Kongresszentrum Beaulieu in Lausanne der einmal jährlich stattfindende Kongress der diplomierten Ernährungsberater/innen HF/FH statt. Schwerpunkte im Programm 2012 sind berufspolitische Themen, News aus der Forschung und Beiträge von Berufskollegen und Berufskolleginnen aus der Praxis. Am Samstagmorgen findet ausserdem die Generalversammlung des Verbandes statt.

SVDE-Webseite www.svde-asdd.ch

Suisse Balance

Empfehlungen zu Ernährung und Bewegung für Menschen mit Behinderung

Die Pilotphase des Gesundheitsförderungsprojekts Procap bewegt, das für und mit Menschen mit Behinderung umgesetzt wurde, ist erfolgreich abgeschlossen. Daraus entstanden sind unter anderem Grundlagen und Empfehlungen zu Ernährung und Bewegung für Menschen mit Behinderung, die in Institutionen leben.

<http://www.procap-bewegt.ch/Publikationen.673.0.html?&L=0>

Gut, gesund und günstig essen

Gut, gesund und möglichst auch günstig: Wer nach diesen Kriterien einkaufen und kochen will, hat mit dem neuen Ratgeber der Stiftung für Konsumentenschutz SKS ein handliches Hilfsmittel zur Hand. Der Ratgeber zeigt, wie man Geld sparen kann, ohne dass man Einbussen bei der Qualität, der Vielfalt oder Abwechslung in Kauf nehmen muss. Realisiert wurde der Ratgeber mit Unterstützung von [Suisse Balance](#) und der [Fédération Romande des Consommateurs FRC](#). Im nächsten Frühjahr wird die SKS zudem in drei Kantonen [Kurse](#) zum Thema durchführen.

<http://konsumentenschutz.ch/shop/sks-ratgeber/>

Spezialdossier Präsentation

[Suisse Balance](#) hat ergänzend zu dem im [BabyGuide](#) integrierten *Spezialdossier mit Tipps zu Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft und den ersten Lebensmonaten* eine Powerpoint-Präsentation erstellt. Die Präsentation eignet sich für Schulungen und Weiterbildungen von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren im Frühbereich wie Gynäkologen, Hebammen, Stillberaterinnen, Mütter-Väter-BeraterInnen, PädiaterInnen, PhysiotherapeutInnen, HausärztInnen, Projektleitende etc.

http://www.suissebalance.ch/logicio/pmws/indexDOM.php?client_id=suissebalance&page_id=intern_18&lang_iso639=de

Purzelbaum in der Kita: Infoveranstaltung für interessierte Kantone und Gemeinden

«Purzelbaum Kita + » basiert auf dem prämierten Kindergarten-Projekt Purzelbaum und bietet geeignete Massnahmen und Materialien, um die Selbstverständlichkeit kindlicher Bewegung und einer ausgewogenen Ernährung im Kita-Alltag zu fördern. RADIX unterstützt die Kantone und Gemeinden bei der Umsetzung des Projekts mit einem umfassenden Coaching-Angebot für Projektleitende. Die erste Informationsveranstaltung für Interessierte findet am 15. März 2012 statt.

<http://www.radix.ch/index.cfm/B3CEBB4F-9352-2936-29772353C6ADFE3E/>

NUTRINET.CH

Netzwerk Ernährung und Gesundheit

Bodytalk PEP Materialien

Das Projekt *BodyTalk PEP* vermittelt jungen Menschen gerade in einer Zeit, in der Figur und Gewicht überall thematisiert werden, einen selbstbewussten Umgang mit sich und der eigenen Schönheit. BodyTalk PEP möchte die Körperzufriedenheit und das Selbstwertgefühl von Kindern und Jugendlichen fördern und bietet Schulen kostenlose Workshop-Programme an. Auf der Website der Fachstelle PEP können die Workshopunterlagen inkl. Anleitung für den Einsatz im eigenen Unterricht oder der eigenen Projektarbeit mit Jugendlichen kostenlos heruntergeladen werden.

<http://www.pepinfo.ch/index.php?id=171>

Agenda

12. Januar 2012

SVG Seminar

Konflikt- und Krisenmanagement

Zentrum für Weiterbildung, Universität Zürich

www.svg.ch

18. Januar 2012

SVG Fachtagung

Das BioTrans-System - die innovative Lösung für Speise- und Rüstabfälle

Candrian Catering, Zürich Hauptbahnhof

www.svg.ch

8. März 2012

SVG Seminar

Professionelles Auftreten im Geschäftsalltag

Zentrum für Weiterbildung, Universität Zürich

www.svg.ch

10. März 2012

Schweizertreffen der Adipositas-Selbsthilfegruppen im Gemeinschaftszentrum TEZET Oerlikon. Anmeldung und Informationen Tel. 044 251 54 13, www.saps.ch

14. März 2012

SVG Seminar

Menus für Kinder und Jugendliche

Pistor, Rothenburg

www.svg.ch

28. März 2012

SVG Seminar

Dessertworkshop mit Convenience-Produkten

Hügli Nahrungsmittel AG, Steinach

www.svg.ch

11. Mai 2012

Nutrinet-Tagung zum Thema Functional Food

www.nutrinet.ch

NUTRINET.CH

Netzwerk Ernährung und Gesundheit

31. Mai 2012

Impulsnachmittag und Mitgliederversammlung des Schweizerischen Fachverbands Adipositas im Kindes- und Jugendalter akj, www.akj-ch.ch

15. September 2012

Jahresevent der Schweizerischen Adipositas-Stiftung, DanceHall, Oerlikon, Anmeldung und Informationen Tel. 044 251 54 13, www.saps.ch

25. Oktober 2012

SVG Seminar
Medizinische Notfälle in der Küche
Zentrum für Weiterbildung, Universität Zürich
www.svg.ch

15. November 2012

10. akj-Jahrestagung
www.akj-ch.ch

Dem Netzwerk Nutrinet sind Partnerorganisationen und -institutionen aus dem Ernährungs- und Gesundheitsbereich angegliedert. Nutrinet hat die ernährungsbezogene Gesundheitsförderung und Prävention zum Ziel und wird unterstützt durch *Les organisations et institutions partenaires dans le domaine de l'alimentation et de la santé sont affiliées au réseau Nutrinet. Nutrinet a pour but la prévention et la promotion de la santé par l'alimentation et bénéficie du soutien de*



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera
Health Promotion Switzerland



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Département fédéral de l'intérieur DFI
Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP