



Medieninformation

Bern, 27. September 2010

Die fünfte Studie der Coop-Initiative «Ess-Trends im Fokus» liegt vor

So ernähren sich die Kinder der Familie Schweizer

Die fünfte repräsentative Studie «Ess-Trends im Fokus» stellt den Ernährungsalltag der Familien in der Schweiz mit 4- bis 12-jährigen Kindern ins Zentrum. Die Mehrheit der Eltern legt Wert auf eine gesunde Ernährung. Das günstigste Ernährungsverhalten weisen jene Kinder auf, deren Eltern gesundheitsbewusst sind und ihren Kindern im Ernährungsalltag ein Mitspracherecht gewähren. Bezüglich Ernährungsverhalten und -erziehung zeichnen sich interessante regionale Unterschiede ab. Zudem haben Mädchen und Buben schon früh unterschiedliche Rollen inne.

Wer eine Familie gründet, beginnt mehr auf gesunde Produkte und regelmässigen Gemüsekonsum zu achten. Drei Viertel der befragten Eltern geben an, dass ihr Kind mindestens einmal pro Tag Gemüse und frische Früchte isst. Zum Frühstück wird hauptsächlich Milch, zu den Hauptmahlzeiten und zwischendurch mehrheitlich Wasser oder ungesüsster Tee getrunken. Kinder, die Süssgetränke konsumieren, trinken diese vor allem zwischen den Mahlzeiten. Der durchschnittliche Konsum davon beträgt fast zwei Gläser pro Tag.

Schweizer Familien essen warm und meistens gemeinsam

Fast alle befragten Väter und Mütter geben an, mindestens einmal täglich eine warme Mahlzeit für ihr Kind zuzubereiten. Dass das Kind beim Essen separate Menükomponenten oder gar ein separates Menü erhält, kommt insgesamt hingegen fast nie vor. Bei der Mehrheit der Befragten isst das Kind die Hauptmahlzeiten fast immer zuhause, und die meisten Familien in der Schweiz nehmen das Abendessen zusammen ein. Zudem gilt die Regel, dass alle gemeinsam mit dem Essen beginnen. Bei zwei Dritteln der befragten Personen muss das Kind essen, was auf den Tisch kommt, TV und Radio sind während des Essens selten an.

Die meisten Eltern sind gesundheitsbewusst

Vier verschiedene Elterntypen wurden aufgrund ihrer Einstellung zu Kinderernährung definiert. Sie unterscheiden sich nach zwei Hauptaspekten: Gesundheitsbewusstsein und Strenge in der Erziehung. Das Gesundheitsbewusstsein ist vor allem bei den «gesundheitsorientierten Eltern», aber auch bei den sogenannten «einbeziehenden Eltern» ausgeprägt. Bei den «strengen Eltern» hingegen muss das Kind vor allem das essen, was auf dem Tisch kommt. Die «Laisser-faire-Eltern» sind nicht sonderlich gesundheitsbewusst und lassen ihre Kinder vieles selbst bestimmen. Interessant ist, dass es den «gesundheitsorientierten Eltern» und den «einbeziehenden Eltern» deutlich besser gelingt, ihre Vorstellungen zur gesunden Kinderernährung umzusetzen. Die «einbeziehenden Eltern» haben denn auch am meisten das Gefühl, dass sich ihre Kinder gesund ernähren.

Regionale Unterschiede im Ernährungsalltag

Zwei Drittel aller befragten Schweizer Eltern achten darauf, dass das Kind immer wieder neue Lebensmittel ausprobiert. Die Befragungsergebnisse zeigen aber regionale Unterschiede. In der Westschweiz muss das Kind deutlich öfter Produkte essen, weil sie gesund sind. Auch müssen die jungen Romands häufiger alles aufessen, was auf dem Teller ist. In der Deutschschweiz hat



das Kind öfter ein Mitspracherecht beim Kochen und kann vermehrt selbst bestimmen, was es isst. In der Deutschschweiz wird häufiger Rücksicht auf die Geschmacksvorlieben des Kindes genommen und in Deutschschweizer Familien haben biologische Produkte einen höheren Stellenwert als in der Westschweiz.

Mädchen werden stärker mit einbezogen in die Ernährung

Die Geschlechterrollen werden in den Schweizer Familien früh verteilt. So werden Töchter rund ums Thema Ernährung stärker mit einbezogen als ihre Brüder. Sie entscheiden oft – vor allem wenn sie etwas älter sind – bei der Vorbereitung auf den Einkauf mit. Wohl deshalb werden für die Töchter auch eher spezielle Kinderprodukte gekauft. Zudem helfen Mädchen häufiger beim Kochen und beim Tischdecken und -abräumen als Buben.

Eltern sind interessiert und Einmischung ist erwünscht

Über die Hälfte aller Personen interessieren sich für die Ernährung von Kindern und etwa zwei Drittel der Befragten fühlen sich gut darüber informiert. Die Eltern nutzen sehr viele Informationsquellen: Am häufigsten werden Bücher und Fachzeitschriften oder Verwandte und Bekannte zurate gezogen. Die grosse Mehrheit ist der Meinung, dass Drittpersonen den Eltern beim Thema Ernährung dreinreden dürfen. Die meisten Eltern finden gut, dass es in Kindergärten und Schulen Bestimmungen zu Znüni und Zvieri gibt, und sie interessieren sich dafür, was ihr Kind ausser Haus isst.

Fachliche Unterstützung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE

Die repräsentativen Coop-Studien zum Ernährungsverhalten und -bewusstsein der Schweizer Bevölkerung werden regelmässig durchgeführt und publiziert. Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE (www.sge-ssn.ch) begleitet das Projekt «Ess-Trends im Fokus» fachlich und stellt sicher, dass es hohen ernährungswissenschaftlichen Ansprüchen genügt.

Weitere Informationen

Alle Studienergebnisse sind publiziert unter www.coop.ch/esstrends und unter www.sge-ssn.ch/de/fuer-mediennpresse/mediennmitteilungen.html.

Das neue Infoblatt «Ernährungsalltag mit Kindern» mit wertvollen Tipps befindet sich unter www.coop.ch/esstrends.

Kontaktpersonen Coop

Susanne Sugimoto-Erdös, Leiterin Medienstelle
Denise Stadler, Mediensprecherin

Tel. +41 61 336 71 96
Tel. +41 61 336 71 10

Medienkontakte mit der Coop Fachstelle Ernährung werden über die Medienstelle koordiniert.

Kontaktperson Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE

Caroline Bernet, dipl. Ernährungsberaterin HF
Christine Dudle-Crevoisier, Leiterin Kommunikation

Tel. +41 31 385 00 06
Tel. +41 31 385 00 00