



# Ernährung 60plus

## Ein Projekt der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE

Das Projekt «Ernährung 60 plus» hat zum Ziel, eine ausgewogene und genussvolle Ernährung bei über 60-Jährigen zu fördern. Im Sinne der Chancengleichheit stehen insbesondere vulnerable Bevölkerungsgruppen wie z. B. über 60-Jährige mit niedrigem Einkommen oder Personen mit Migrationshintergrund im Fokus.

### Ziele:

- Über 60-Jährige werden für die Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung sensibilisiert.
- Multiplikator\*innen<sup>1</sup> werden in ihrer Fachkompetenz gestärkt und darin unterstützt, das Thema Ernährung anzusprechen und mit einfachen Massnahmen umzusetzen.
- Partnerschaften werden aufgebaut, um Ernährungsaspekte in bestehenden Projekten, Angeboten und Kursen zu stärken.

### Kostenlose Angebote:

- Materialien für über 60-Jährige: Broschüre (in einfacher Sprache), Rätselheft, Merkblatt und Podcasts
- Webinare und Hilfsmaterialien für Multiplikator\*innen
- Fachliche Unterstützung von Projekten und Institutionen
- Medienpartnerschaften

### Mit freundlicher Unterstützung:



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



Beisheim Stiftung

### Materialien & Infos:



[www.sge-ssn.ch/ernaehrung60plus](http://www.sge-ssn.ch/ernaehrung60plus)

**Kontakt:** Sie haben Fragen oder sind an einer Zusammenarbeit interessiert?  
Wir freuen uns über Ihre Mail an [info@sge-ssn.ch](mailto:info@sge-ssn.ch) (Stichwort: Ernährung 60plus)