



Medienmitteilung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE

## Informationsmaterialien zu Ernährung ab 60 Jahren

**Bern, 10. Dezember 2020. Im Rahmen des Projektes «Ernährung 60 plus» hat die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE ein Rätselheft sowie hilfreiche Informationsmaterialien mit Ernährungstipps für über 60-Jährige herausgegeben.**

Das Rätselheft enthält eine Reihe von verschiedenen Rätselarten wie Kreuzworträtsel, Bilderrätsel und Sudoku. Auf jeder Seite sind ausserdem kurze praktische Tipps zum Essen ab 60 Jahren aufgeführt. «Wir erhoffen uns, dass wir über diese spielerische Art und Weise möglichst viele über 60-Jährige erreichen können», erklärt Esther Jost, Leiterin der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE.

Auf der Website der SGE sind zudem weitere Informationsmaterialien wie ein Merkblatt und drei Podcasts aufgeschaltet, die sich an Personen ab 60 Jahren sowie Multiplikatoren richten. Den Multiplikatoren werden zusätzlich auch Rohtexte sowie Vortragsunterlagen zum Thema zur Verfügung gestellt. «Damit fördern wir das Fachwissen und die Kompetenzen von Multiplikatoren wie der Ärzteschaft, Spitex-Mitarbeitenden oder von Verantwortlichen von Mahlzeitendiensten», führt Esther Jost weiter aus.

Das Projekt «Ernährung 60 plus» wird durch die finanzielle Unterstützung der Beisheim Stiftung und Gesundheitsförderung Schweiz ermöglicht.

**Weitere Informationen unter**  
[www.sge-ssn.ch/ernaehrung60plus](https://www.sge-ssn.ch/ernaehrung60plus)



## **Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE**

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE ist das nationale Kompetenzzentrum für Ernährung. Wir übernehmen Aufträge und entwickeln Angebote, die dazu beitragen, die Ernährungskompetenz der Bevölkerung zu stärken und Rahmenbedingungen zu verbessern. Dabei orientieren wir uns an einer Haltung, die es allen Menschen ermöglicht, Verantwortung für das eigene Essverhalten zu übernehmen und Informationen zu verstehen.

Unsere Aktivitäten sind im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung angesiedelt. Die Kernkompetenz der SGE liegt in der Wissensbeschaffung, Erarbeitung und adressatengerechten Kommunikation wissenschaftlicher Grundlagen zu spezifischen Ernährungsthemen sowie in deren praxisrelevanten Aufbereitung. Dabei wird die Zusammenarbeit mit verschiedenen Multiplikatoren in diesem Bereich aktiv gelebt.

Rund 5'000 Mitglieder und Abonnenten aus dem Ernährungs-, Gesundheits- und Bildungsbereich, ernährungsinteressierte Konsumenten und Konsumentinnen sowie Kollektivmitglieder und Gönnerfirmen identifizieren sich mit den Zielen der SGE.

### **Für weitere Auskünfte**

Thomas Krienbühl, Fachexperte Kommunikation  
Tel. +41 31 385 00 17, E-Mail: [t.krienbuehl@sge-ssn.ch](mailto:t.krienbuehl@sge-ssn.ch)