



sge Schweizerische Gesellschaft für Ernährung
ssn Société Suisse de Nutrition
ssn Società Svizzera di Nutrizione

Wissen, was essen. sge-ssn.ch

Sinn und Unsinn einer Unterscheidung zwischen gesunden und ungesunden Lebensmitteln

Bericht zum Experten-Workshop vom 26. April 2013 in Morges

Juli 2013



Impressum

Ein herzliches Dankeschön an alle Workshop-Teilnehmer/innen für ihre freiwillige Teilnahme und das engagierte Diskutieren.

Ein spezieller Dank geht an unsere beiden Praktikantinnen der Berner Fachhochschule (Biljana Bilic und Carmen Sätteli) für ihre tatkräftige Unterstützung bei den Vorbereitungen, der Durchführung und Auswertung des Workshops.

Danke auch an Annette Matzke für Ihre Mithilfe bei der Konzeption des Workshops und an das CEMEF-Team für die Zurverfügungstellung der Räumlichkeiten und die grosszügige Bewirtung mit lokalen Köstlichkeiten.

Verfasserin: Esther Infanger, Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE

Bern, Juli 2013

Hinweis: Zur besseren Lesbarkeit wurde in diesem Bericht durchgehend die männliche Schreibform gewählt. Selbstverständlich beinhaltet diese Schreibweise auch immer die weibliche Form.



Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung.....	4
1.1. Ausgangslage	4
1.2. Ziel des Workshops	5
1.3. Rahmen und Teilnehmende	6
2. Ergebnisse	8
2.1. Erste Runde: Kontra-Argumente	9
2.2. Zweite Runde: Pro-Argumente	11
2.3. Dritte Runde: Kriterien für gesunde Lebensmittel	14
2.4. Vierte Runde: Kriterien für ungesunde Lebensmittel.....	16
2.5. Plenumsdiskussion	18
2.6. Alternative Begriffe für „gesund / ungesund“	20
2.7. Umfrage	22
2.8. Impressionen	23
3. Fazit und Ausblick	26
Anhang 1: Liste der Teilnehmenden	27
Anhang 2: Einladung	28



1. Einleitung

1.1. Ausgangslage

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE hat in den vergangenen Jahren im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit BAG verschiedene Projekte zur Unterstützung des Konsumenten bei der gesunden Lebensmittelwahl durchgeführt. Sämtliche Berichte und Unterlagen dazu können auf www.sge-ssn.ch/projekt-konsumenten und www.sge-ssn.ch/healthy-choice-label kostenlos heruntergeladen werden.

Ein wichtiger Aspekt, der sich im Verlauf der Arbeiten herauskristallisierte, ist jener einer einheitlichen Kommunikation. Alle relevanten Akteure rund um Ernährung, Ernährungsbildung und Ernährungskommunikation sollten dieselben Botschaften und Empfehlungen vermitteln, damit verständliche Informationen an den Konsumenten gelangen.

In diesem Zusammenhang hat die SGE zu einem Workshop eingeladen, um die Kommunikation rund um „gesund versus ungesund“ zu reflektieren und diskutieren.

Aktuell existieren gemäss den offiziellen Ernährungsempfehlungen keine ungesunden oder gesunden Lebensmittel. Hingegen können die Ernährungsweisen unausgewogen oder ausgewogen gestaltet werden. In der Realität werden die Konsumentinnen und Konsumenten jedoch mit einem Angebot und einer Anpreisung von Lebensmitteln konfrontiert, welche die Einhaltung der Empfehlungen der Lebensmittelpyramide und die Deckung des empfohlenen Nährstoffbedarfs zur Herausforderung werden lassen.

Diese Problematik ist nicht auf die Schweiz beschränkt, sondern beschäftigt Ernährungsexperten auf der ganzen Welt. Im Entwurf zum „*Global Action Plan for the Prevention and Control of noncommunicable Diseases 2013-2020*“¹ zählt die Weltgesundheitsorganisation WHO verschiedene Massnahmen auf, um einer ungesunden Ernährung entgegenzuwirken. Dazu gehören die Werbeeinschränkung von *ungesunden* Lebensmitteln gegenüber Kindern und ein Angebot an *gesunden* Lebensmitteln in Schulen und anderen öffentlichen Institutionen. Ziel ist eine Substituierung von energiedichten und mikronährstoffarmen Lebensmitteln mit *gesunden* Lebensmitteln. Daraus kann gelesen werden, dass die WHO energiedichte und mikronährstoffarme Lebensmittel als *ungesund* betrachtet.

Eine andere Definition verwenden die Autoren des Lancet-Artikels „*Profits and pandemics: prevention of harmful effects of tobacco, alcohol, and ultra-processed food and drink industries*“². Für Moodie et al. sind ultra-verarbeitete Lebensmittel und Getränke *ungesunde* Verbrauchsgüter.

¹ http://www.who.int/nmh/events/2013/consultation_201303015/en/

² <http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736%2812%2962089-3/abstract>



Auch die Europäische Union diskutiert seit längerem eine Einteilung der Lebensmittel mittels eines sogenannten Nährwertprofils³. Dabei würden für verschiedene kritische Nährstoffe (wie z.B. Zucker, Salz) Grenzwerte definiert. Überschreite ein Produkt diese Grenzwerte, dürfte es keinen „Health Claim“ tragen.

Solche Profile werden von Healthy-Choice-Label-Organisationen bereits seit vielen Jahren verwendet, um jene Produkte zu identifizieren, welche das Label tragen dürfen bzw. nicht.

Im Rahmen von Swiss-Pledge⁴, des freiwilligen Verzichts auf Werbung an Kinder unter zwölf Jahren, wird auch in der Schweiz mittels eines Nährwertprofils definiert, welche Produkte beworben respektive nicht beworben werden dürfen.

Ein weiteres Beispiel aus der Schweiz sind die Ernährungsrichtlinien⁵ für Kinderkrippen und Schulen der Stadt Zürich, welche u.a. Nahrungsmittel für die Pausenverpflegung in *empfehlenswert* und *zu vermeiden* einteilen

All diese Beispiele haben etwas gemeinsam: Die Unterscheidung in *gesunde* und *ungesunde* Lebensmittel. Inwiefern diese Unterscheidung auch in der Kommunikation gegenüber Konsumenten in der Schweiz zum Tragen kommen könnte, war Thema des Workshops „Sinn und Unsinn einer Unterscheidung zwischen gesunden und ungesunden Lebensmitteln“. Der vorliegende Bericht fasst die Ergebnisse des Workshops zusammen.

1.2. Ziel des Workshops

Primäres Ziel des Workshops waren die persönliche Auseinandersetzung jedes Teilnehmers mit der Thematik sowie das Bewusstwerden über die eigene Haltung.

Des Weiteren sollte sich zeigen, ob sich ein Konsens bezüglich Kommunikation im Zusammenhang einer Unterteilung in gesunde und ungesunde Lebensmittel herauskristallisieren könnte.

³ http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/claims/nut_profiles_en.htm

⁴ <http://www.swiss-pledge.ch>

⁵ http://www.stadt-zuerich.ch/content/ssd/de/index/gesundheit_und_praevention/schularzt/ernaehrung/ernaehrungsrichtlinien.html#



1.3. Rahmen und Teilnehmende

Der Workshop wurde in Marcellin am Berufsschulzentrum für Hauswirtschaft CEMEF durchgeführt.

Für den Workshop wurden Experten aus den Bereichen Ernährung, Gesundheitsförderung, Public Health und Konsumentenverhalten eingeladen. Die Teilnehmerliste findet sich im Anhang.

1.4. Vorgehen und Ablauf

Idee und Konzept

Der Workshop wurde SGE-intern mit Unterstützung von Frau Dr. Annette Matzke (freischaffende Ernährungswissenschaftlerin) konzipiert.

Einstieg

In einem einleitenden Referat wurde die Ausgangslage skizziert, was den Teilnehmenden den Einstieg ins Thema erleichtern sollte. Wegen verspäteten Eintreffens vieler Teilnehmer aufgrund von Problemen im Bahnverkehr, wurde nur eine Kurzform des Referats gehalten. So konnte der Workshop ohne Zeitkürzungen durchgeführt werden.

Nach dem Referat wurde jedem Teilnehmer ein Zettel mit der Frage verteilt, ob er bereits von gesunden und ungesunden Lebensmitteln spreche.

Methode und Ablauf

Für den Workshop wurde die Methode des World Cafés⁶ gewählt. Die Diskussionen können bei dieser Methode in einer überschaubaren Gruppengrösse durchgeführt werden. Durch das schriftliche Festhalten und das regelmässige Wechseln des Tisches erfahren aber trotzdem alle Teilnehmer, was in den anderen Gruppen diskutiert wurde und können darauf aufbauen (siehe Abb. 1)

⁶ Informationen zur World Café Methode finden sich auf www.theworldcafe.com.

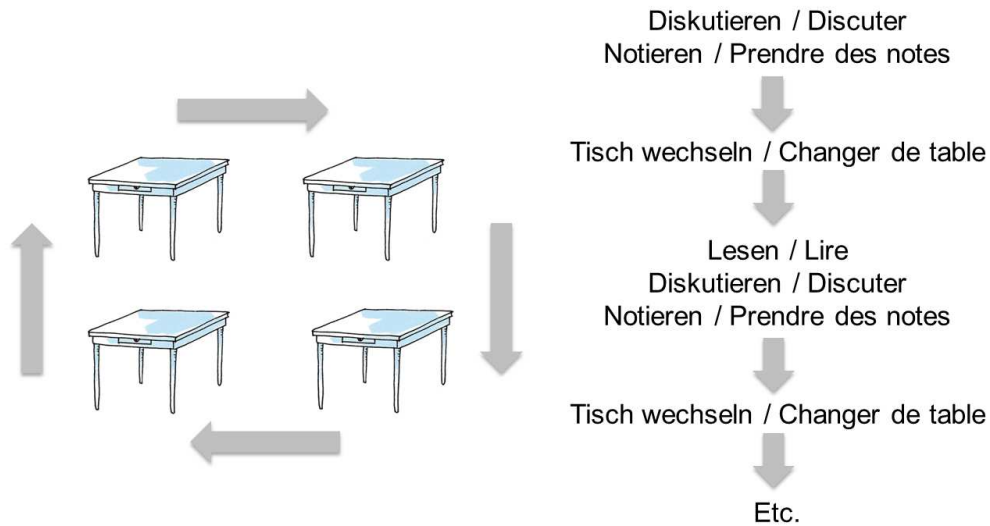


Abb. 1: Workshop-Ablauf

Die Teilnehmer wurden in vier Gruppen aufgeteilt, um an vier Tischen je eine Fragestellung zu diskutieren. Die Gruppen wechselten alle 20 Minuten zum nächsten Tisch und damit zur nächsten Frage.

Nach der vierten Runde gab es eine Plenumsdiskussion. Anschliessend wurden alternative Begriffe gesammelt und mittels Punkten bewertet. Jeder Teilnehmer erhielt fünf Punkt-Sticker, welche er nach Belieben verteilen konnte, um seine Zustimmung oder Ablehnung der vorgeschlagenen Begriffe zu zeigen.

Ganz zum Schluss wurde wiederum jedem Teilnehmer ein Zettel mit derselben Frage wie zu Beginn verteilt, um abzuschätzen, welchen Einfluss der Workshop auf die Haltung bezüglich Unterscheidung zwischen gesunden und ungesunden Lebensmitteln hatte.



2. Ergebnisse

An den vier Tischen wurden die folgenden Themen diskutiert:

- Argumente gegen eine Kommunikation mit gesund/ungesund im Zusammenhang mit Lebensmitteln (=Kontra-Argumente)
- Argumente für eine Kommunikation mit gesund/ungesund im Zusammenhang mit Lebensmitteln (=Pro-Argumente)
- Kriterien für gesunde Lebensmittel
- Kriterien für ungesunde Lebensmittel

Der Übersicht halber wurden die Nennungen dazu thematisch kategorisiert. Die Kategorien lauten wie folgt:

1. Runde: Kontra-Argumente

- Kompetenz statt vereinfachter Kommunikation
- Negative Effekte einer Kommunikation in Begriffen wie gesund/ungesund
- Schwierigkeit, Begriffe zu definieren
- Konzeptionelle Einwände
- Weitere Einwände

2. Runde: Pro-Argumente

- Positive Effekte einer Kommunikation in Begriffen wie gesund/ungesund
- Einfach und bekannt
- Wichtige Bereiche, für welche eine solche Einteilung nötig ist
- Zu beachten
- Sonstige Aspekte

3. Runde: Kriterien „gesund“

- Definitionsansätze
- Spezifisch
- Zu berücksichtigende Aspekte

4. Runde: Kriterien „ungesund“

- Definitionsansätze
- Zu berücksichtigende Aspekte
- Hindernisse
- Sonstige Aspekte

Mit Ausnahme von orthographischen Korrekturen wurden die Nennungen sprachlich und inhaltlich unverändert übernommen.



2.1. Erste Runde: Kontra-Argumente

Kompetenz statt vereinfachter Kommunikation

- Aufgabe der Eigenverantwortung. Diese wird von Gesundheits-/ Ernährungskompetenzen beeinflusst -> Bildung

Negative Effekte einer Kommunikation in Begriffen wie gesund/ungesund

- Schlechtes Gewissen -> moralisierend -> Entwicklung von Essstörungen
- Möglichkeit, sich schuldig zu fühlen
- Parce qu'elle bloque les plaisirs. Culpabilité
- Traduction des termes ungesund = malsain -> culpabilisant. Sens/nuance dans la langue
- Einteilung fördert rigides Essverhalten
- Gefahr der Moralisierung von Gesund -> Abwehr
- Gesund = nicht schmackhaft (Jugendliche: "grusig")
- Jede Bewertung kann negativ sein

Schwierigkeit, Begriffe zu definieren

- Gesund/ ungesund ist Definitionssache -> Wer definiert?/ Nach welchen Kriterien?
- Définition?
- Keine klare Differenzierung zu gesund und ungesund
- Die Gesellschaft bestimmt, was gesund und was ungesund ist
- Malsain -> interdit versus sain -> autorisé / sans limites ?
- Menge des Produkts



- Mengenabhängig, individuell
- Différences individuelles: modes de vie, génétique, selon périodes de vie/ état de santé
- Type de produit (transformé/ brut) -> composition volontaire

Konzeptionelle Einwände

- Parce que le monde n'est pas noir ou blanc -> zone grise
- Schwarz/ Weiß –Denken
- Attention réducteur
- Gesunde Lebensmittel sind nicht gleich gesunde Ernährung
- Gegen ungesund, weil man von einem "ungesunde" Lebensmittel (z.B. Cola) nicht sofort tot umfällt
- Kein verzehrfähiges Lebensmittel macht krank per se (ausser giftige, verdorbene,...)
- Kein Lebensmittel ist per se gesund
- Auch von gesunden Lebensmitteln kann man nicht beliebig viel essen
- Die Dosis macht das Gift
- La dose fait le poison -> différence selon les besoins
- Gesund/ ungesund in Kombination mit Lebensstil. Für Lebensmittel ist es nicht geeignet



Weitere Einwände

- Andere Aspekte für den Konsum werden ausgeblendet (z.B. soziale und ökologische Aspekte)
- Effets à long terme?
- Wahrnehmung der Körpersignale?
- Verhärtung der Fronten, keine Diskussionen mehr

2.2. Zweite Runde: Pro-Argumente

Positive Effekte einer Kommunikation in Begriffen wie gesund/ungesund

- Druck auf Hersteller die Rezepturen anzupassen
- Die Lebensmittelindustrie gerät unter Druck und kann somit "einfacher" an Bord gehalten werden.
- Permet de faire pression sur l'industrie agroalimentaire
- schwer erreichbare Zielgruppen (Analphabeten,...) können im Laden erreicht werden z.B. indem man ein Logo verwendet (grüner Punkt)
- Wissenstransfer zu Fachkreisen und Medien einfacher
- Gesamthafte Produktförderung
- langsame Annäherung an ausgewogene/ unausgewogene Ernährung
- Permet de cibler certains ingrédients addictifs
- Kategorisierung = Sicherheit für die Allgemeinheit -> Wollen wir (als Fachleute) dies?



Einfach und bekannt

- Es gibt keine Grauzone
- Die Konsumenten verstehen die Bedeutung
- Simpel zu kommunizieren
- Simple, clair, accessible, compréhensif
- Il existe un besoin pour le consommateur d'avoir des références (un code) + définitions claires
- Klare, einfache Botschaft, etabliert in der Kommunikation (Industrie, Medien, Bevölkerung,...)
- Die Begriffe "gesund" und "ungesund" werden bereits von der Industrie definiert und kommuniziert
- Ein klarer Begriff der unklar definiert ist, aber weltweit bekannt, ist besser als ein unklarer Begriff der nicht bekannt ist.

Wichtige Bereiche, für welche eine solche Einteilung nötig ist

- Für Werbebegrenzungen nötig
- Wichtig für die Zulassung von Health Claims
- Arguments marketing pour vendre des produits



Zu beachten

- Il faut un accompagnement (éducation/ formation,..)
- À nuancer selon les nutriments
- statt *gesund* könnte auch *nötig* verwendet werden. (z.B. Iss dein Frühstück, dann magst du länger (Leistungsfähigkeit)). Der Begriff sollte mit sachlicher und fachlicher Terminologie verknüpft werden
- ungesund = lecker
- Verwirrung in der Kommunikation bei den Bürgern, wenn "neue" Begriffe eingeführt werden würden

Sonstige Aspekte

- Pas d'arguments pour



2.3. Dritte Runde: Kriterien für gesunde Lebensmittel

Definitionsansätze

- Nicht giftig
- OK au plan toxicologique (législation)
- Défini par la législation comme adapté à l'humain
- Aliments protecteurs pour la santé (être dans le positif) – Sain est bon
- Aliments qui couvrent un besoin nutritionnel, psychologique, émotionnel,...

Spezifisch

- Alters- und situationsspezifisch
- Bedarf und Bedürfnisse
- Hängt vom Zielpublikum ab (Fachleute, Industrie,...)
- Hängt vom Verhalten und individuellen Verträglichkeit ab (Allergien,...)
- Faire évoluer les pratiques par étape : Exemple: stratégie pour la réduction de sel
- Verschiedene Kriterien und unterschiedliche Gewichtung
- Könnte man die Lebensmittel auch nach Mahlzeiten sortieren (Frühstück, Zwischenmahlzeit,...)

Zu berücksichtigende Aspekte

- Der Begriff sollte mit einer Portionsgrösse verknüpft werden
- Verarbeitungsgrad
- Wenig toxische Substanzen
- Wenig und schonend verarbeitet



- Densité nutritionnelle? mg ou µg de nutriments par calorie
- Nährstoffdichte (Mikronährstoffe)
- Critères par catégorie de produits pour les ingrédients fixés par experts neutres, pas par l'industrie
- Nährwert-Profil muss erstellt werden: Kriterien je Lebensmittelgruppe/ Kategorie (Es können nicht alle Lebensmittel in den gleichen Topf geworfen werden). Alternativ
- Es wäre wünschenswert, wenn die Definition international kompatibel wäre
- Definition muss einladend und allen verständlich sein

Sonstige Aspekte

- Die Definition beider Begriffe ist schwierig
- Fokus: generell gesund
- Privilégier les produits naturels/ non raffinés. vs – produits transformés ou composés avec ajout d'ingrédients (Finalité?)



2.4. Vierte Runde: Kriterien für ungesunde Lebensmittel

Definitionsansätze

- Alles was krank oder dick macht resp. giftig ist, ist ungesund
- Définition = produits qui, en quantité donnée, engendre des effets négatifs sur la santé.
Inadapté aux besoins
- Keine Vielfalt
- Stark verarbeitete Lebensmittel
- Zugesezter Zucker, zuzeseztes Salz (in verarbeiteten Lebensmitteln)
- Certains ingrédients → besoin de régulation
- Zu hohe Mengen
- Nährstoffarm (Mikronährstoffe)
- Tabakprodukte
- Toxikologische Inhaltsstoffe

Zu berücksichtigende Aspekte

- Nach dem neusten Stand des Un/Wissen
- Par catégorie des produits
- Portionsgrösse
- Lebensmittelprofil + Menge



- Erwünschte und unerwünschte Nährstoffe
- Kulturell
- Situationsabhängig (Feiern, Dessert,...)
- Berücksichtigung Zeitfaktor (akute/ chronische Wirkung)

Hindernisse

- Définition des industrielles s'impose → quelle alternative?
- Ungesund ist ungleich nicht gesund

Sonstige Aspekte

- Emotionelle Akzeptanz
- Psychische (Wahrnehmung)
- Ungute Gefühle (Bauchgefühl)
- Sensorisch
- Définir consommation (dose – comportement) à risque
- Trouver autre mot (que malsain)



2.5. Plenumsdiskussion

Anschliessend an den Workshop wurde die Runde geöffnet und eine Plenumsdiskussion initiiert. Die Diskussion wurde stichwortartig protokolliert. Die Argumente werden hier sinngemäss wiedergegeben. Zusammengefasst kann gesagt werden, dass kein Konsens erzielt wurde. Es gab weiterhin sowohl Gegner als auch Befürworter einer Einteilung von Lebensmitteln in „gesund“ und „ungesund“.

Meldungen für eine Kommunikation/Einteilung in „gesund/ungesund“:

Die Begriffe „gesund“ und „ungesund“ seien etabliert, verankert, weltweit bekannt und würden implizit verstanden. Nur Spezialisten hätten Probleme damit. Die Begriffe müssten jedoch definiert werden und dafür seien gute/sinnvolle Kriterien notwendig. Ausserdem solle diese Art der Kommunikation andere Formen der Gesundheitsförderung ergänzen und keinesfalls ersetzen.

Für eine Einteilung von Lebensmitteln in „gesund/ungesund“ wurde auch plädiert, weil man damit Produkt-Werbung und -Marketing kontrollieren und einschränken könne.

Als weiterer Plus-Punkt wurde der positive Einfluss einer solchen Einteilung auf das Produkt-Angebot genannt. Dadurch könnten bessere Verhältnisse geschaffen werden. Dieser Aspekt wurde auch von „Gegnern“ anerkannt. Für eine Verhältnisprävention sei die Einteilung in „gesund/ungesund“ (z.B. in der Kommunikation gegenüber Lebensmittelproduzenten und -anbietern) sinnvoll, nicht jedoch im Rahmen der Verhaltensprävention gegenüber den Konsumenten.

Für gewisse Nährstoffe oder Lebensmittel wäre eine Reglementierung sinnvoll. Dabei liege die Verantwortung beim Bundesamt für Gesundheit BAG, zum Beispiel für die Reglementierung des Salzgehaltes von Produkten.



Meldungen gegen eine Kommunikation/Einteilung in „gesund/ungesund“:

Die Etikettierung mit „ungesund“ würde einzelne Lebensmittel „verteufeln“, dabei sei es nicht das Produkt, sondern die Dosis, welche relevant sei. Es gäbe auch Belege dafür, dass die Einteilung in „gesund/ungesund“ zu Essstörungen führen könne. Der Fokus liege zu stark auf Ernährungsbedürfnissen. Andere Bedürfnisse (psychologische, soziale, kulturelle,...) dürften nicht vergessen gehen. Man sollte mehr auf Verhalten hinwirken als auf Produkte.

Ausserdem wurde bezweifelt, ob Konsumenten diese Einteilung nachvollziehen könnten, da sie nach dem Verzehr von Lebensmitteln keine direkte Auswirkung auf ihre Gesundheit spüren würden.

Es wurde auch die Problematik angesprochen, die Begriffe „gesund“ und „ungesund“ in einer wissenschaftlichen, evidenz-basierten Art und Weise zu definieren.

Schliesslich wurde noch erwähnt, dass sich die Lebensmittelindustrie gegen eine solche Einteilung wehren würde und dadurch die Kommunikation mit den Industriepartnern erschwert würde.

Weitere Aspekte und Nennungen

Bevor man sich für konkrete Begriffe entscheide, sollte man untersuchen, wie diese Begriffe verstanden würden, wen sie ansprechen etc. Dies könne beispielsweise mit Hilfe von Social Media durchgeführt werden.

Das Ganze sei komplex, u.a. weil Wissen und Verhalten nicht unbedingt übereinstimmen. Fachleute hätten ein anderes Verständnis von der Thematik und den Begriffen als die Allgemeinheit. Wichtig sei, nicht eindimensional zu denken und kommunizieren.

Grundsätzlich sei es besser, etwas Kleines als gar nichts zu machen und sich dem Ziel Schritt für Schritt zu nähern. Die Probleme sollten auf verschiedenen Wegen und aus verschiedenen Blickwinkeln angegangen werden.



2.6. Alternative Begriffe für „gesund / ungesund“

Die Begriffe wurden sprachgetrennt gesammelt, um den Eigenheiten der beiden Sprachen gerecht zu werden.

Im Deutschen haben die Begriffe „gesund/ungesund“ die höchste Punktzahl erreicht, gefolgt von „empfehlenswert/weniger empfehlenswert“ und „ausgewogen/unausgewogen“. Andere Vorschläge haben keine oder nur weniger Punkte erhalten. Details siehe Tabelle 1.

Bei der Nennung „keine alternative Begriffe“, welche 11 Punkte erhielt, ist nicht klar, was damit ausgesagt werden möchte. Braucht es keine alternativen Begriffe, weil „gesund/ungesund“ bereits etabliert sind oder werden keine alternativen Begriffe gewünscht, da man nicht in dieser Dualität kommunizieren möchte?

Weitere Begriffe waren „Dosis“ (2 Punkte), „Menge“ (5 Punkte), „empfohlene Portion“ (3 Punkte) und „Gesundheitskompetenz“ (6 Punkte). Diese Begriffe wurden nicht in die Tabelle oben integriert, da sie nicht als Alternativen für die Begriffe „gesund“ und „ungesund“ verwendet werden können.

Tab. 1: Deutsche Begriffe nach erreichter Punktzahl (absteigende Reihenfolge)

Gesammelte Begriffe	Erreichte Punktzahl
keine alternative Begriffe	11
gesund vs. ungesund (und Gesundheitskompetenz fördern)	10
empfehlenswert vs. weniger empfehlenswert	9
ausgewogen vs. unausgewogen	7
clevere Wahl	3
bessere Wahl	2
geeignet (= gesund) vs. weniger geeignet (= ungesund)	0
bedarfsgerecht vs. nicht bedarfsgerecht	0
entspricht der SGE-Pyramide vs. entspricht nicht der SGE-Pyramide	0
empfohlen vs. toleriert	0



Im Französischen fanden die Begriffe « produit favorable vs. à risque pour la santé » den meisten Anklang. Alle weiteren Vorschläge erhielten deutlich weniger Punkte. Details siehe Tabelle 2.

Weitere Begriffe waren „Traffic light / Etiquetage avec des feux signalisations pour les nutriments critiques“ (18 Punkte), « Fréquence aliments » (0 Punkte), « Associer les notions de plaisir et des sains » (5 Punkte). Diese Begriffe wurden nicht in die Tabelle oben integriert, da sie nicht als Alternativen für die Begriffe „gesund“ und „ungesund“ verwendet werden können.

Die Bemerkung, dass man gar nicht in dieser Dualität kommunizieren sollte („pas de communication de ce type sur les aliments, mais: besoins des mangeurs, comportement, conditions écologique »), erhielt keinen Punkt.

Tab. 2: Französische Begriffe nach erreichter Punktzahl (absteigende Reihenfolge)

Gesammelte Begriffe	Erreichte Punktzahl
produit favorable vs. à risque pour la santé	14
adapté vs. inadapté aux besoins nutritionnels de la personne	5
aliments favorable vs. aliments défavorable à la santé	3
fait partie d'une alimentation équilibrée de base, fréquent / extra	2
probabilité d'être délétère vs. probabilité d'être pas délétère	1
adapté aux besoins (nutritionnels de la personne)	1
« A consommer avec modération » (comme pour les alcools)	1
sain / pas sain	0



2.7. Umfrage

Direkt vor und nach dem Workshop wurde den Teilnehmern die Frage gestellt, ob sie von gesunden/ungesunden Lebensmitteln sprechen würden. Insgesamt haben vor dem Workshop 33 und nach dem Workshop 34 Personen die Frage beantwortet.

Nach dem Workshop hat der Anteil der Personen, welche nicht von gesunden/ungesunden Lebensmitteln sprechen von 16 auf 23 zugenommen. Die Zunahme stammt fast ausschliesslich von Personen, welche vor dem Workshop angegeben hatten, dass sie bisher manchmal mit diesen Begriffen kommunizierten. Es scheint, als hätten die Workshop-Diskussionen das Ziel erreicht, sich der eigenen Haltung bewusster zu werden, um sich klarer für die eine oder andere Richtung zu entscheiden. Details siehe Abbildung 2.

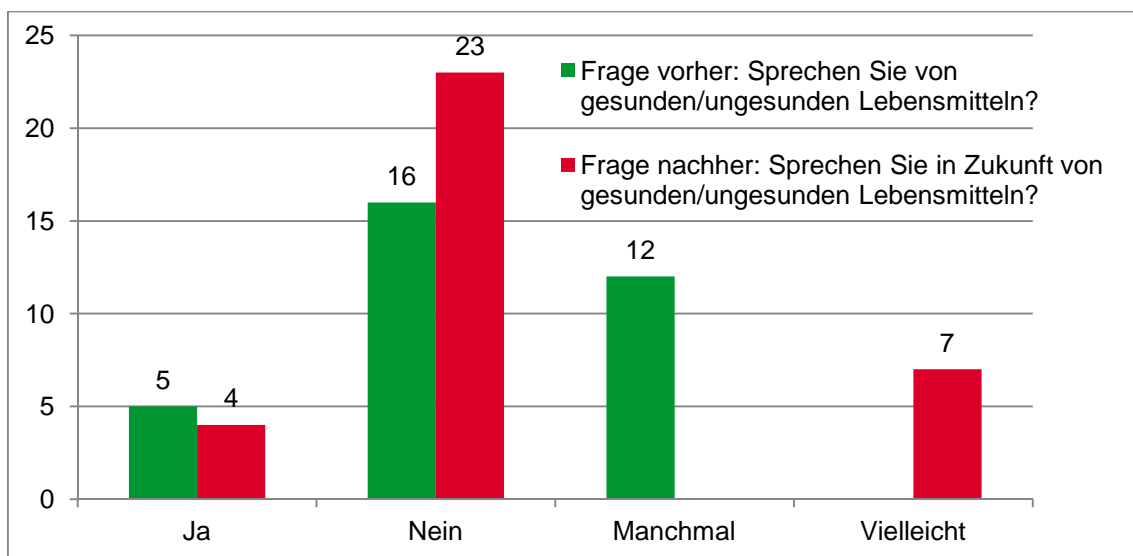


Abb. 2: Anzahl Antworten auf die Frage „Sprechen Sie (in Zukunft) von gesunden/ungesunden Lebensmitteln?“



2.8. Impressionen



Abb. 3: Workshop

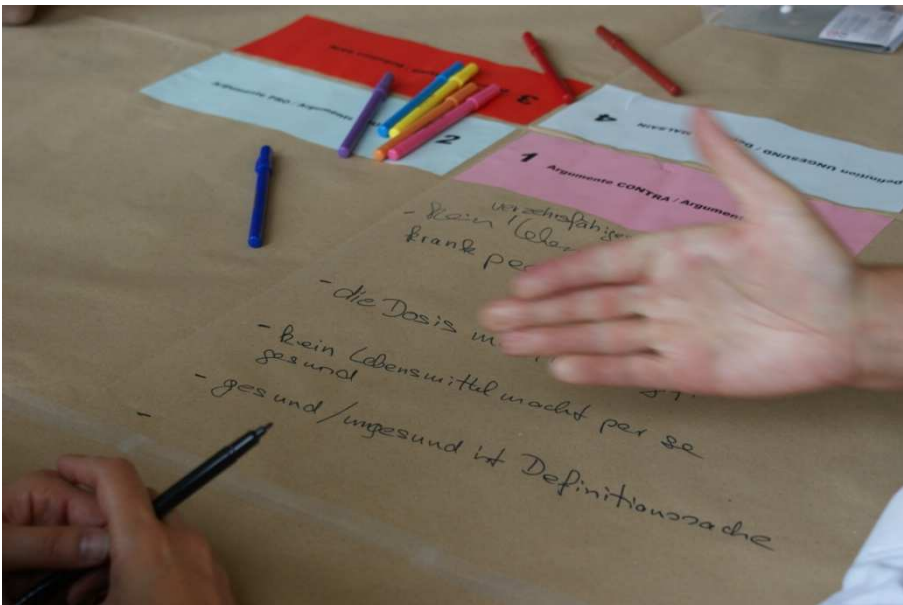


Abb. 4: Diskutieren



Abb. 5: Notieren

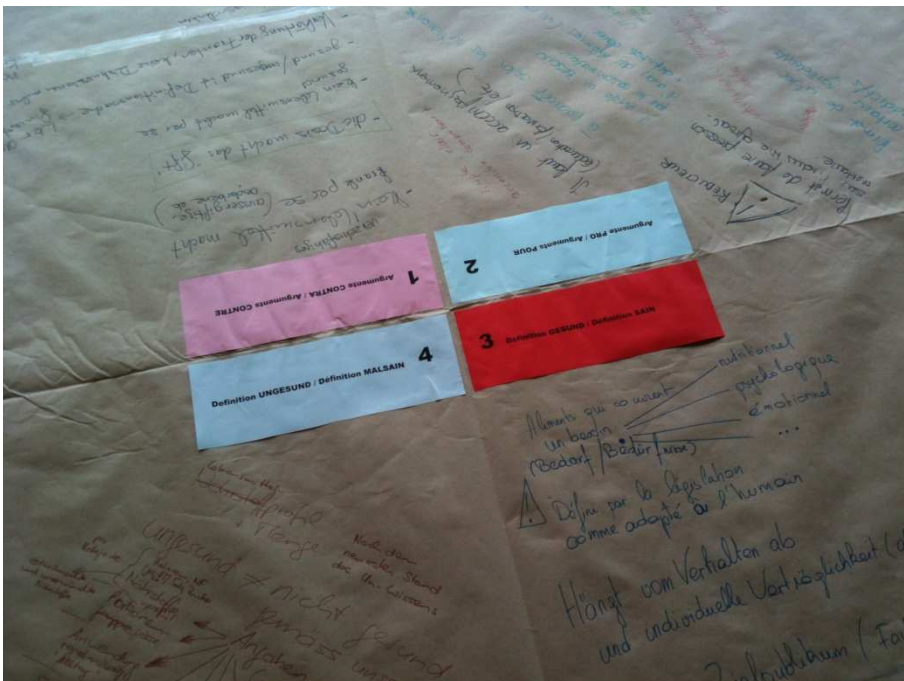


Abb. 6: Tisch nach der vierten Workshop-Runde



Abb. 7: Verpflegung aus der Umgebung



3. Fazit und Ausblick

Am Workshop wurde angeregt und intensiv diskutiert. Das Ziel, sich der eigenen Haltung bewusst(er) zu werden, scheint erreicht. Ein Konsens konnte hingegen nicht erzielt werden. Es gibt weiterhin sowohl Befürworter als auch Gegner einer Unterscheidung zwischen „gesunden und ungesunden Lebensmittel“.

Die SGE wird die lancierte Diskussion weiterführen und weitere Kreise miteinbeziehen. Unabhängig von den Entwicklungen in dieser Fragestellung wird sich die SGE weiterhin dafür engagieren, dass möglichst alle Akteure dieselben Botschaften und Empfehlungen vermitteln.



Anhang 1: Liste der Teilnehmenden

Name	Vorname	Firma / Organisation
Aeberli	Isabelle	ETH Zürich
Bachmann	Hans-Peter	Agroscope Liebefeld
Baggash	Friederike	Praxis für Ernährungsberatung
Baumgartner	Stephanie	infood GmbH
Bourdin	Valérie	Bundesamt für Gesundheit BAG
Bucher Della Torre	Sophie	Haute école de santé Genève
Cornaz Bays	Carine	Agridea
Darioli	Roger	SGE Vorstand
Faller	Nathalie	SGE Geschäftsstelle
Fontana	Gabi	SVDE
Fotouhinia	Maryam	ETH Zürich
Frei	Sophie	SGE Geschäftsstelle
Girod	Véronique	
Imhof	Christine	SGE Vorstand
Jaquet	Muriel	SGE Geschäftsstelle
Jost	Esther	SGE Geschäftsstelle
Kehl	Corinne	Haute école de santé Genève
Keller	Carmen	ETH Zürich
Langenegger	Thomas	SGE Geschäftsstelle
Luisier	Anne-Claude	Fondation Senso5
Marx	George	Ostschweizer Kinderspital
Matzke	Annette	
Moser	Ueli	SGE Vorstand
Neidhart	Monika	SGE Vorstand
Pfenniger	Barbara	Fédération romande des consommateurs (FRC)
Réviron	Sophie	Agridea
Schlüchter	Steffi	SGE Geschäftsstelle
Schmid	Alexandra	Agroscope Liebefeld
Schutz	Yves	SGE Vorstand
Somaini	Bertino	Public Health Promotion GmbH
Stalder	Urs	Bundesamt für Gesundheit BAG
Stoffel-Kurt	Nadine	Bundesamt für Gesundheit BAG
Widmer Howald	Franziska	Gesundheitsförderung Schweiz
Wyss	Johannes	



Anhang 2: Einladung



sge Schweizerische Gesellschaft für Ernährung
ssn Société Suisse de Nutrition
ssn Società Svizzera di Nutrizione

Bern, 26. Februar 2013

Einladung zum Workshop „Sinn und Unsinn einer Unterscheidung zwischen gesunden und ungesunden Lebensmitteln“

Liebe Kolleginnen und Kollegen aus Ernährung und Gesundheitsförderung

Aktuell gilt die Fachmeinung, es gebe keine ungesunde oder gesunde Lebensmittel, sondern nur unausgewogene respektive ausgewogene Ernährungsweisen.

In der Realität werden wir jedoch genau so wie alle Konsumentinnen und Konsumenten mit einem Angebot und einer Anpreisung von Lebensmitteln konfrontiert, welche die Einhaltung der Empfehlungen der Lebensmittelpyramide und die Deckung des empfohlenen Nährstoffbedarfs zur Herausforderung werden lassen.

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE möchte Sie daher zu einem Workshop einladen, um die Kommunikation rund um „gesund versus ungesund“ zu reflektieren und diskutieren.

Ihre Anmeldung für den kostenlosen Workshop vom 26. April 2013 in Morges nehmen wir gerne bis zum 8. April entgegen (Teilnehmerzahl beschränkt). Weitere Informationen finden Sie in der Beilage. Im Anschluss findet übrigens direkt die SGE-Mitgliederversammlung statt!

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Freundliche Grüsse

Christian Ryser
Geschäftsleiter

Esther Infanger
Projektleiterin