



Bern, 7. März 2024

Medienmitteilung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE

### Projekt «Uf eigede Beii» bzw. «pfannefertig»

**Seit 1. März 2024 ist die SGE mit einem neuen, social-media basierten Projekt am Start. Über den Instagram-Kanal «pfannefertig» sowie Tiktok werden in den kommenden drei Monaten in Zusammenarbeit mit einer Social-Media-Agentur Hintergrundinfos und einfache Rezepte für die Zielgruppe der 18- bis 25-Jährigen veröffentlicht. Das Projekt wird mit finanzieller Unterstützung von Gesundheitsförderung Schweiz umgesetzt.**

Junge Menschen, die während oder nach Abschluss einer Lehre oder für ein Studium an einen neuen Ort ziehen, fühlen sich oftmals mit Themen wie „Was kann ich kochen?“ oder „Was kaufe ich ein?“ konfrontiert. Die Anzahl an Möglichkeiten und Optionen ist riesig und bietet nur wenig Orientierungshilfen. Unter dem Projekttitel «Uf eigede Beii» startete im Jahr 2022 ein Projekt, das die Zielgruppe der 18- bis 25-Jährigen im Fokus hat. Einfache Tipps und praktische Hilfestellungen sollen den jungen Erwachsenen in der ersten eigenen Wohnung den Ernährungsalltag erleichtern. Damit trägt «Uf eigede Beii» dazu bei, dass eine ausgewogene und damit gesundheitsförderliche Ernährung auch nach dem Auszug von zu Hause von jungen Erwachsenen thematisiert und beachtet wird.

### Zwei Projektphasen für ein zielgruppengerechtes Format

Um zu gewährleisten, dass die Inhalte der Zielgruppe entsprechen, wurde das Projekt in zwei Phasen gegliedert:

- Phase 1 (2022-2023): Gemeinsam mit jungen Erwachsenen wurden Inhalte, Ideen, Kommunikationsformen und -wege entwickelt. Diese wurden von Fachexpertinnen aus den Bereichen Ernährung sowie Kommunikation ausgearbeitet.
- Phase 2 (2024): die erarbeiteten Inhalte werden über geeignete Social-Media-Kanäle (Instagram und Tiktok) veröffentlicht und gelangen somit an die Zielgruppe. In dieser Projektphase erfolgt die Zusammenarbeit sowie Konzeption, Kreation, Produktion und Distribution mit einer Social-Media-Agentur.

Die Veröffentlichung des Contents erfolgt über Instagram-Kanal @pfannefertig» bzw. über tiktok @pfannefertig2024.



### **Relevante Themen für relevante Zielgruppen**

Endzielgruppe von «Uf eigede Bei» bzw. «pfannefertig» sind junge Erwachsene im Alter zwischen 18 und 25 Jahren. Um diese zu erreichen, werden weitere Multiplikator\*innen (u.a. via Workshops) wie Influencer\*innen, Lehrpersonen, Sozialpädagog\*innen (z.B. freie Jugendarbeit), Lehrlingsbetreuer\*innen u.a. in das Projekt miteinbezogen. Neben Kochen und Essen spielen auch andere Themen wie Nachhaltigkeit, Budget, Foodwaste oder Saisonalität eine Rolle.

### **Ausgangspunkt für weitere Aktivitäten**

Das Thema Ernährung zählt zu den populärsten Themen in den sozialen Medien. Die Schnittstelle von Ernährung und Social Media bietet viel Potenzial auch für eine wissenschaftlich basierte Kommunikation von Inhalten zu einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung. Auch die neueste Ausgabe der Mitgliederzeitschrift *tabula* (Erscheinungsdatum Mitte März) der SGE wird sich dem Thema Social Media widmen. Mit Hilfe dieses Projekts, des geplanten Monitorings sowie der Auswertung möchte die SGE Erkenntnisse für die künftige Gestaltung ihrer eigenen Social-Media-Kanäle gewinnen. Diese können auch eingesetzt werden zur Bekanntmachung der neuen Schweizer Ernährungsempfehlungen, die das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV und die SGE im Herbst 2024 gemeinsam herausgeben werden. «Wir möchten mit *@pfannefertig* in erster Linie junge Erwachsene erreichen, die sich bisher wenig für Ernährung, Kochen und die damit verbundenen Aufgaben interessiert haben.» erklärt Stéphanie Bieler, Projektleiterin SGE.

### **Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE**

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE ist das nationale Kompetenzzentrum für Ernährung. Die SGE übernimmt Aufträge und entwickelt Angebote, die dazu beitragen, die Ernährungskompetenz der Bevölkerung zu stärken. Dabei orientiert sich die SGE an einer Haltung, die es allen Menschen ermöglicht, Verantwortung für das eigene Essverhalten zu übernehmen und Informationen zu verstehen.

Die Kernkompetenz der SGE besteht darin, wissenschaftsbasierte, fachlich und politisch unabhängige Ernährungsinformationen auf Basis der Schweizer Ernährungsempfehlungen für die Praxis bereitzustellen, zielgruppengerecht und ansprechend aufzuarbeiten und zu verbreiten. Dabei wird die Zusammenarbeit mit verschiedenen Multiplikator\*innen in diesem Bereich aktiv gelebt.

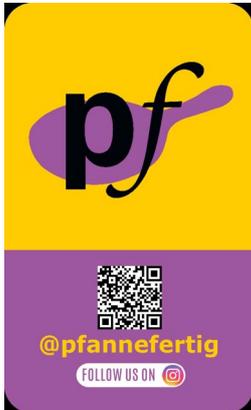
### **Für weitere Auskünfte**

Melanie Loessner, Fachexpertin Kommunikation  
Tel. +41 31 385 00 17, E-Mail: [m.loessner@sge-ssn.ch](mailto:m.loessner@sge-ssn.ch)



### Materialien und Links zum Download:

- Projekt «pfannefertig» auf Instagram: <https://www.instagram.com/pfannefertig/>



- Projekt «pfannefertig» auf Tiktok: <https://www.tiktok.com/@pfannefertig2024>
- Ausgabe tabula im SGE-Shop (ab Mitte März 24): <https://www.sge-ssn.ch/shop/>

