



Bern, 06. Mai 2022

Medienmitteilung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE

## Projekt zur Schweizer Ernährungsscheibe für Kinder von 1 bis 3 Jahren

*Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE lanciert neue und grösstenteils kostenlose Materialien zur Schweizer Ernährungsscheibe für 1- bis 3-Jährige respektive deren Bezugspersonen.*

Das Projekt hat zum Ziel, die Schweizer Ernährungsscheibe, welche sich aktuell an 4- bis 12-jährige Kinder richtet, an die Bedürfnisse der 1- bis 3-Jährigen respektive ihrer Bezugspersonen anzupassen. Damit richtet sich dieses Projekt primär an Eltern, Betreuungspersonen und Multiplikator:innen, die mit Kindern im Alter von 1 bis 3 Jahren in Kontakt stehen wie z. B. Betreuer:innen von Kindertagesstätten oder Spielgruppen sowie Institutionen und Projekte aus dem Gesundheits-, Sozial- und Bildungsbereich mit Angeboten für Kinder in diesem Alter. Doch auch ältere Kinder können von den Materialien profitieren. Durch das Projekt soll die Fachkompetenz von Betreuungspersonen gestärkt werden, damit sie wissen, wie sie das Thema Ernährung ansprechen und mit Hilfe von einfachen Massnahmen thematisieren können. Dafür stellt die SGE grösstenteils kostenlose Materialien zur Verfügung.

### **Memo-Spiel, Ausmalbilder und Parcours**

Im Rahmen des Projekts hat die SGE ein Memo-Spiel mit 32 Kartenpaaren von jeweils acht verschiedenen Früchten und Gemüsen, die alle in der Schweiz wachsen, entworfen. Von jeder Frucht und jedem Gemüse gibt es zwei Paare: Auf einem sind sie als Ganzes abgebildet, auf einem weiteren in aufgeschnittener Form. Dies ermöglicht neben der klassischen Spielvariante weitere Möglichkeiten zum Einsatz.

Zu jeder der fünf Botschaften der Schweizer Ernährungsscheibe («Wasser trinken», «Gemüse & Früchte essen», «Regelmässig essen», «Abwechslungsreich essen» und «Mit allen Sinnen geniessen») steht zudem ein Ausmalbild zur Verfügung, damit wird den Kindern das Thema Ernährung mit Freude und Kreativität nähergebracht. Zusätzlich hat die SGE einen Leitfaden zur Errichtung eines Ernährungsparcours für Betreuungspersonen in Kindertagesstätten entworfen. Dieser bietet diverse Ideen, um mit den Kindern die Botschaften der Ernährungsscheibe auf einfache Art zu thematisieren und sie auf spielerische und in altersgerechter Weise für eine ausgewogene Ernährung zu sensibilisieren.

Die SGE konnte dieses Projekt dank der finanziellen Unterstützung des Bundesamts für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV), der Loterie Romande sowie dem Berner Lotteriefonds umsetzen.

Weitere Informationen zum Thema auf: [www.sge-ssn.ch/projekt-ernaehrungsscheibe](https://www.sge-ssn.ch/projekt-ernaehrungsscheibe)



## Bild-Download

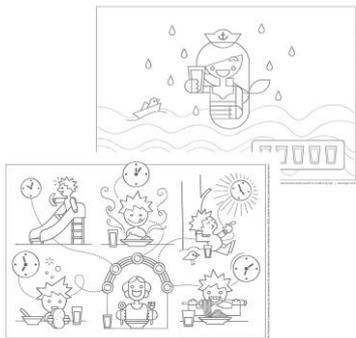
Memo-Spiel-Kartne



Memo-Spiel-Deckel



Ausmalbilder





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

## **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.

### **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)