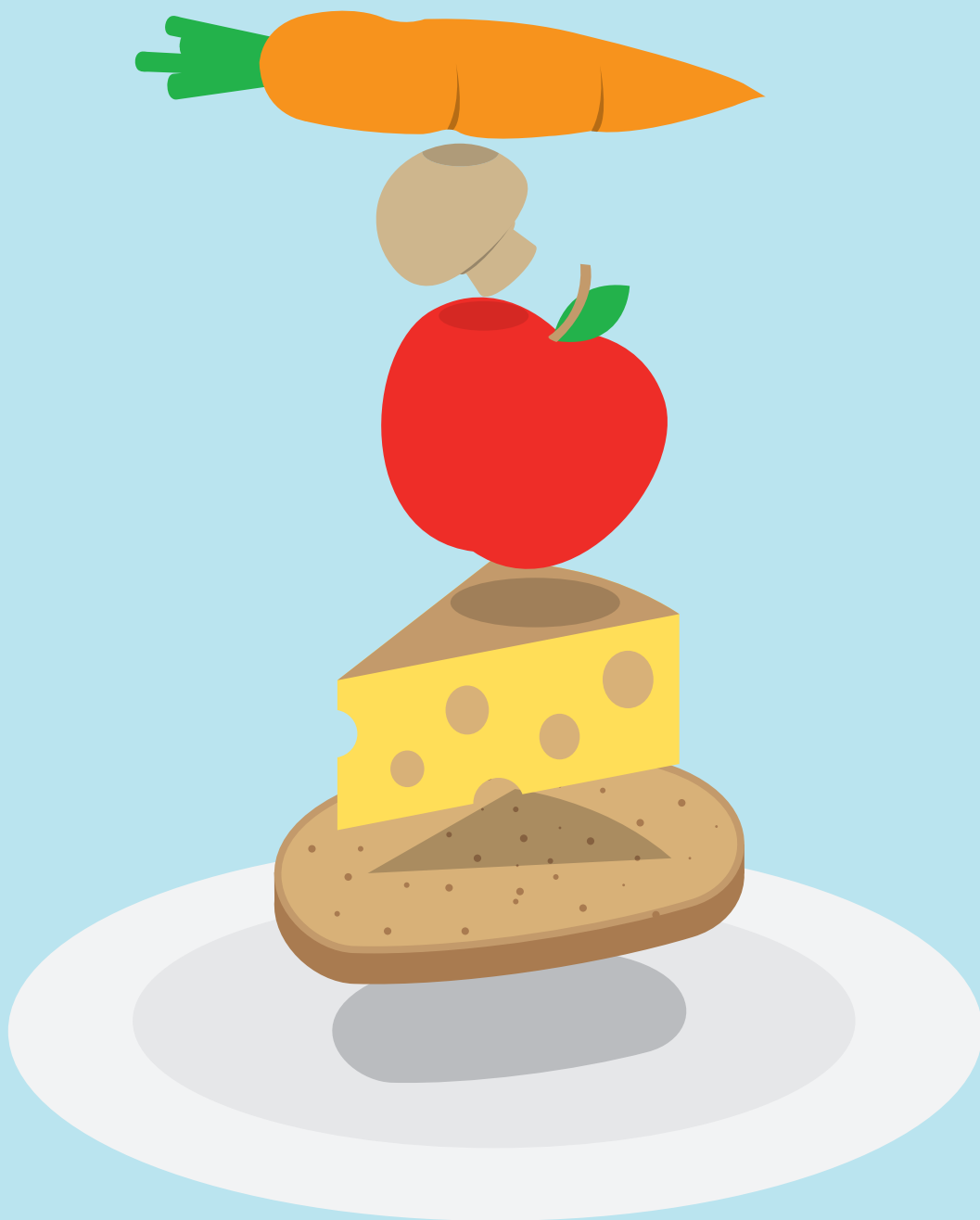


GENIESSEN UND GESUND BLEIBEN

SCHWEIZER ERNÄHRUNGSSTRATEGIE
2017–2024

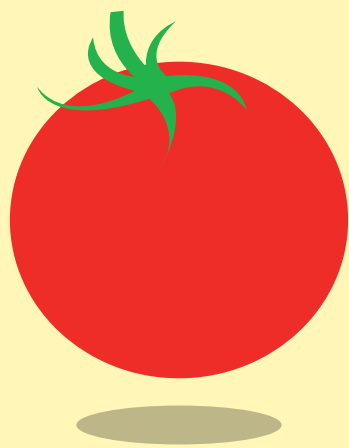


Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI

SCHWEIZER
ERNÄHRUNGSSTRATEGIE
2017–2024





5

EINLEITUNG

6

INTERNATIONALE ERNÄHRUNGSPOLITIK

7

GESUNDHEITSPOLITIK IN DER SCHWEIZ

8

AKTUELLE ERNÄHRUNGSSITUATION

10

HERAUSFORDERUNGEN

VISION

11

HANDLUNGSFELDER

14

WEITERES VORGEHEN: DER AKTIONSPLAN

ESSEN SOLL FREUDE MACHEN UND GUTTUN

Heute können wir uns so vielseitig ernähren wie noch nie. Wir müssen nicht mehr die Hälfte unseres Einkommens aufwenden für etwas Brot, Käse und Kaffee wie noch vor 100 Jahren. Ausserdem steht uns zu jeder Jahreszeit und überall eine immense Fülle von Esswaren zur Verfügung – Früchte vom anderen Ende der Welt, Gemüse vom lokalen Bauern oder Fertigprodukte aus der Tiefkühltruhe.

Es sind nicht zuletzt all diese Möglichkeiten, die unsere Essgewohnheiten verändert haben: Wir kochen weniger selber, essen öfter am Arbeitsplatz, in der Schule oder unterwegs. Trotz der Vielfalt ernähren sich viele Menschen einseitig: zu viel Salz, Zucker und Fetthaltiges. Gerade beim Verzehr von Fertigprodukten geschieht dies häufig unbewusst.

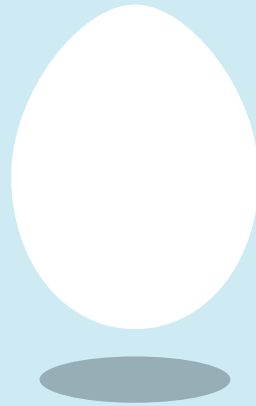
Immer mehr Menschen leiden deshalb an einer chronischen Krankheit wie Diabetes oder Herz-Kreislaufbeschwerden. Eine ausgewogene Ernährung kann die Lebensqualität fördern, diesen Krankheiten vorbeugen und ihre Kosten verringern.

Die Schweizer Ernährungsstrategie schafft die Voraussetzungen dafür, dass wir uns einfacher für einen gesunden Lebensstil entscheiden können, unabhängig von Alter, Herkunft oder Einkommen. Dazu benötigen wir aber genügend Kenntnisse über unsere Ernährung, ein gutes Umfeld und die Zusammenarbeit aller Akteure. Und es braucht vor allem eines: Freude am Kochen und Essen.

Alain Berset

Bundesrat, Vorsteher des Eidgenössischen
Departements des Innern

EINLEITUNG



Die Gesundheitskosten in der Schweiz steigen. 2013 lagen sie bei rund 70 Mrd. Franken, 2017 rechnet man bereits mit 79 Mrd. Franken. 80 % dieser Kosten werden durch nichtübertragbare Krankheiten (NCD) verursacht. Zu diesen Krankheiten gehören etwa Krebs, Diabetes oder Herz-Kreislaufkrankungen, welche für die betroffenen Menschen oft lange und schmerzhaft Behandlungen zur Folge haben.

Die Vermeidung solcher Krankheiten ist deshalb ein wichtiges Ziel der Gesundheitspolitik. Diese Politik soll Menschen motivieren, einen gesunden Lebensstil zu pflegen. Langfristig sollen damit erhebliche Kostenersparnisse im Gesundheitssystem einhergehen.

Ein wichtiger Bestandteil der Gesundheitsförderung ist seit Jahrzehnten die Ernährung. Gesundes Essen ist für jede Generation eine neue Herausforderung, die sich ständig verändert. Mehrere Jahrzehnte Ernährungsforschung führen dazu, dass wir inzwischen sehr viel über die schädlichen wie auch über die gesundheitsfördernden Auswirkungen unserer Ernährung wissen.

Ein Blick in die Geschichte zeigt, dass spätestens ab 1900 in den Industrieländern in kriegsfreien Zeiten Lebensmittel in grosser Auswahl und in ausreichenden Mengen für alle Menschen zur Verfügung standen. Dank der modernen Mühlentechnik konnten zum Beispiel Weissmehlprodukte preiswert erzeugt werden. Auch der Pro-Kopf-Verbrauch von Zucker – bislang ein Luxus – verzehnfachte sich zwischen 1850 und 1900. Bereits damals wurden die negativen Auswirkungen dieses Überflusses auf die Gesundheit dargestellt.

Erstmals weltweit politisch festgehalten wurde der Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit 1992 an der Internationalen Ernährungskonferenz der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Die Grundlage bildete die Entwicklung von Ernährungsstrategien («Nutrition Policies»). Die WHO-Mitgliedsstaaten verpflichteten sich, nationale Strategien zur Verbesserung der Ernährungssituation und zur Förderung der Gesundheit ihrer Bevölkerung zu erarbeiten und umzusetzen.

Die Schweiz veröffentlichte ihre erste WHO-basierte Ernährungsstrategie 2001. Mit der Weiterführung und Aktualisierung der Schweizer Ernährungsstrategie setzt sich der Bund regelmässig mit den aktuellen Herausforderungen auseinander. Die Vision der Strategie behält aber ihre Gültigkeit. Bei der Aktualisierung werden die veränderten gesellschaftlichen und wissenschaftlichen Rahmenbedingungen einbezogen. Weiter wird der gesundheitspolitischen Relevanz der Ernährung in Bezug auf die NCD besser Rechnung getragen. Bei Massnahmen zur Sensibilisierung und Verhaltensänderung wird zudem insbesondere das veränderte Konsum- und Informationsverhalten berücksichtigt.

Vision, Ziele und Handlungsfelder der Schweizer Ernährungsstrategie 2017–2024 sollen einen wichtigen Beitrag leisten, um die nationale Strategie zur Prävention nichtübertragbarer Krankheiten 2017–2024 (NCD-Strategie) im Kontext der Gesundheit 2020 umzusetzen. Ein Aktionsplan wird die Umsetzung der Schweizer Ernährungsstrategie konkretisieren.

INTERNATIONALE ERNÄHRUNGSPOLITIK

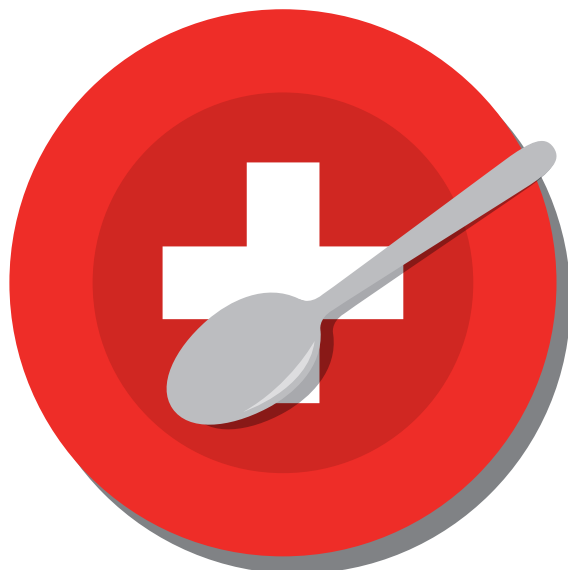


In den europäischen Ländern sind Gesundheit und Wohlbefinden am stärksten durch Ernährungsfaktoren bedroht. Zu diesem Schluss kommt eine Studie der WHO aus dem Jahr 2010 zur globalen Krankheitslast. Fehlernährung, Mikronährstoffmangel, Übergewicht und Adipositas wie auch nichtübertragbare Krankheiten sind das Ergebnis unausgewogener Ernährung. Im Vordergrund stehen der zu geringe Gemüse- und Fruchtekonsum sowie der Konsum von zu süßen, zu salzigen, zu fetthaltigen und zu energiereichen Lebensmitteln.

Sowohl auf der europäischen als auch auf der internationalen Ebene wurden in den letzten 15 Jahren wichtige Resolutionen, Strategien und Deklarationen zur Förderung einer gesunden Ernährung beschlossen.

Die WHO entwickelte einen Europäischen Aktionsplan Nahrung und Ernährung, der insbesondere auf dem Globalen Aktionsplan zur Prävention und Bekämpfung nichtübertragbarer Krankheiten (2013–2020) basiert. Richtungsweisend für die Aktualisierung und die Umsetzung der Schweizer Ernährungsstrategie ist zudem der Aktionsplan zu Adipositas im Kindesalter der europäischen Union (EU).

GESUNDHEITSPOLITIK IN DER SCHWEIZ



Für den Bundesrat hat die Vorbeugung der nicht-übertragbaren Krankheiten (NCD) Priorität. Er hat deshalb entschieden, mit seiner Strategie Gesundheit 2020 die Gesundheitsförderung und Prävention zu intensivieren. Die im April 2016 verabschiedete NCD-Strategie hat er zudem zu einer der fünf Prioritäten der Gesundheit 2020 erklärt und als zentrales Ziel der Legislaturperiode 2016–2019 definiert.

Dem liegt die Überzeugung zugrunde, dass es stark vom Lebensstil abhängig ist, wie lange wir leben und von NCD verschont bleiben. Wer sich regelmässig bewegt, aufs Rauchen verzichtet, nicht übermässig Alkohol trinkt und sich ausgewogen ernährt, hat eine bessere Chance, lange gesund zu bleiben.

Hier setzt auch die Schweizer Ernährungsstrategie 2017–2024 an. Das Eidgenössische Departement des Innern verfolgt das Ziel, die Wahl einer gesunden und abwechslungsreichen Ernährung zu erleichtern und in der Bevölkerung eine ausgewogene Ernährung zu fördern, um nichtübertragbaren Krankheiten vorzubeugen.

Die Ernährungsstrategie richtet sich an alle Personen aus Wirtschaft und Politik, an Vertreterinnen und Vertreter des Ernährungs- und Gesundheits-

bereichs sowie an Organisationen, welche einen Beitrag zur Förderung einer gesunden Ernährung leisten. Dazu zählen u. a. Parlamentarierinnen und Parlamentarier, die kantonalen Behörden, die Konsumentenschutzorganisationen, die Lebensmittelindustrie, die Gastronomie und Vertreterinnen und Vertreter aus medizinischen und ernährungswissenschaftlichen Fachgesellschaften, der Prävention und Gesundheitsförderung sowie Forschungsinstitutionen.

Unter Einbezug aller relevanten Politikbereiche wie Bildung, Arbeit, Soziales, Konsumentenschutz, Wirtschaft und Landwirtschaft sowie Wissenschaft und Forschung werden im Rahmen der Strategie anzustrebende Massnahmen diskutiert und ausgearbeitet. Diese sollen dazu beitragen, das Wohlbefinden und die Gesundheit der Bevölkerung in der Schweiz zu fördern.

Die Massnahmen sollen einerseits den Kriterien Wirksamkeit, Zweckmässigkeit und Wirtschaftlichkeit entsprechen und in freiwilliger Zusammenarbeit mit der Wirtschaft umgesetzt werden. Andererseits sollen sie die Ernährungs Kompetenzen in der Bevölkerung stärken. Jeder und jede kann damit in eigener Verantwortung eine bewusste Wahl der Lebensmittel treffen.

AKTUELLE ERNÄHRUNGSSITUATION

In den letzten 150 Jahren hat die Schweiz im Ernährungsbereich einiges erreicht. So kennen wir Hunger praktisch nicht mehr, die Lebensmittel sind sicherer und länger haltbar als früher und wir haben mehr als wir benötigen in grosser Auswahl zur Verfügung. Die grosse Auswahl an Lebensmitteln bietet viel Freude beim Zubereiten der Mahlzeiten und beim Essen.

Das aktuelle Ernährungsverhalten trägt aber auch dazu bei, dass der Anteil der Bevölkerung, der an Übergewicht und Adipositas leidet, gestiegen ist. Die Gründe dafür sieht man in der ersten nationalen Ernährungserhebung «menuCH» (2014/15). Diese zeigt, was und wie viel die Menschen in der Schweiz durchschnittlich pro Person und Tag essen. Sie macht gleichzeitig deutlich, wo die Herausforderungen für die vorliegende Ernährungsstrategieperiode liegen.

Die Schweizer Lebensmittelpyramide vom Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) und der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE veranschaulicht eine ausgewogene und gesunde Ernährung. Alle Lebensmittel haben ihren Platz in unserer Ernährung und die Pyramide lässt auch genügend Raum für unsere persönlichen Präferenzen. Lebensmittel der unteren Pyramidenstufen sollen in grösseren Mengen, diejenigen in den oberen Stufen massvoll konsumiert werden. Alles ist eine Frage der Menge. Die Ergebnisse von menuCH zeigen: Die Pyramide ist noch nicht in Form.



SÜSSES, SALZIGES, ALKOHOL: WIR VERZEHREN TÄGLICH 4 STATT 1 PORTION

Tatsächlicher Konsum: Die Menschen in der Schweiz essen zu viel Süsses und Salziges, nämlich durchschnittlich pro Tag 1,6 Portionen. Zudem trinken sie pro Tag 2,4 gesüsste oder alkoholische Getränke.

Empfohlener Konsum: Süsses, Salziges und Alkohol nur in kleinen Mengen geniessen, entweder 1 Portion Süsses oder 1 Portion Salziges oder 1 alkoholisches Getränk pro Tag.

FETTE UND ÖLE: WIR VERZEHREN ZU VIELE TIERISCHE FETTE

Tatsächlicher Konsum: Der Konsum von Butter, Margarine, Rahm und fetten Saucen übersteigt die empfohlene Tagesmenge um das Vierfache, hingegen werden die empfohlenen Mengen bei Pflanzenölen, Nüssen, Samen, Kernen und Oliven nicht erreicht.

Empfohlener Konsum: Empfohlen werden täglich 2–3 Esslöffel Pflanzenöl, davon mindestens die Hälfte in Form von Rapsöl sowie 1 Portion (20–30 g) ungesalzener Nüsse, Samen oder Kerne. Zusätzlich können sparsam Butter, Margarine, Rahm etc. verwendet werden (ca. 1 Esslöffel oder 10 g pro Tag).

MILCHPRODUKTE: WIR ESSEN 2 STATT 3 PORTIONEN FLEISCH: WIR ESSEN 3-MAL ZU VIEL

Tatsächlicher Konsum: Die Schweizer Bevölkerung konsumiert durchschnittlich 220 g Milch und Milchprodukte wie Käse und Joghurt pro Person und Tag, was etwa 2 Portionen entspricht. Von den anderen Eiweissquellen wie Fleisch, Fisch oder Tofu werden 150 g pro Tag verzehrt – davon werden 110 g allein durch Fleisch- und Fleischprodukte abgedeckt.

Empfohlener Konsum: 3 Portionen Milch und Milchprodukte pro Tag (1 Portion entspricht 2 dl Milch oder 150–200 g Milchprodukte oder 30–60 g Käse). Dazu abwechslungsweise 1 Portion (100–120 g) Fleisch, Geflügel, Fisch, Tofu, Quorn oder Seitan, 2–3 Eier, 30–60 g Käse oder 150–200 g Quark/Hüttenkäse.

GETREIDEPRODUKTE, KARTOFFELN UND HÜLSENFRÜCHTE: WIR ESSEN TÄGLICH 2,4 STATT 3 PORTIONEN

Tatsächlicher Konsum: Verzehrt werden durchschnittlich knapp 300 g oder 2,4 Portionen stärkehaltige Lebensmittel pro Tag, wobei Brot mit 120 g den grössten Beitrag liefert.

Empfohlener Konsum: 3 Portionen pro Tag, 1 Portion entspricht: 75–125 g Brot/Teig oder 60–100 g Hülsenfrüchten (Trockengewicht) oder 180–300 g Kartoffeln oder 45–75 g Knäckebrot/Vollkornkräcker/Flocken/Mehl/Teigwaren/Reis/Mais/andere Getreidekörner (Trockengewicht).

GEMÜSE UND FRÜCHTE: WIR ESSEN ZU WENIG

Tatsächlicher Konsum: 87% der Schweizer Bevölkerung halten sich nicht an die Empfehlung, täglich 5 Portionen Gemüse und Früchte zu verzehren. Konsumiert werden im Schnitt ca. 3,6 Portionen pro Tag. Der Gemüse- bzw. Fruchtekonsum ist etwa gleich hoch mit je 1,7 bzw. 1,9 Portionen pro Tag.

Empfohlener Konsum: Täglich 5 Portionen in verschiedenen Farben, davon 3 Portionen Gemüse und 2 Portionen Früchte. 1 Portion entspricht 120 g. Pro Tag kann eine Portion durch 2 dl Gemüse-/Fruchtsaft (ohne Zuckerzusatz) ersetzt werden.

GETRÄNKE: DER KONSUM ENTSPRICHT DEN EMPFEHLUNGEN

Tatsächlicher Konsum: Mit dem Konsum von 1,7 Liter Wasser, Tee und Kaffee und rund 0,5 Liter Kaffeemixgetränke und Suppen pro Tag werden die Empfehlungen zur Flüssigkeitszufuhr gut eingehalten.

Empfohlener Konsum: Täglich 1–2 Liter, bevorzugt in Form von ungesüssten Getränken, z. B. Hahnen-/Mineralwasser oder Früchte-/Kräutertee. Koffeinhaltige Getränke wie Kaffee, schwarzer und grüner Tee können ebenfalls zur Flüssigkeitszufuhr beitragen.

HERAUSFORDERUNGEN

7 der 15 Hauptfaktoren für Krankheit und Tod hängen mit der Ernährung und dem Lebensstil zusammen. Das zeigen internationale Studien. Das Körpergewicht ist ein wichtiger Indikator für gewisse Risiken bei nichtübertragbaren Krankheiten. In der Schweiz leidet fast die Hälfte der Bevölkerung an Übergewicht oder Adipositas. Die Ernährung spielt deshalb eine zentrale Rolle für die Gesundheit der Bevölkerung.

Gleichzeitig zeigt die aktuelle Ernährungssituation, wie stark unser theoretischer Wissensstand und unser tatsächliches Verhalten voneinander abweichen.

Aufgrund dieser Erkenntnisse lassen sich drei Herausforderungen ableiten, welche als Ziele für die Ernährungsstrategie aufgenommen werden:

- 1. Ernährungskompetenzen stärken**
- 2. Rahmenbedingungen verbessern**
- 3. Lebensmittelwirtschaft einbinden**

1. Ernährungskompetenzen stärken: Wissen im Alltag umsetzen

Aus den Gesundheitsbefragungen (SGB) 1992 bis 2012 des Bundesamtes für Statistik geht zwar hervor, dass 70 Prozent der Bevölkerung beim Essen darauf achten, was sie essen. Die Ergebnisse von menuCH (2014/2015) zeigen aber, dass viele sich anders ernähren als empfohlen oder die Empfehlungen gar nicht kennen. Informationen zur Ernährung müssen leicht verfügbar, für jede Person verständlich und im Alltag umsetzbar sein.

2. Rahmenbedingungen verbessern: Die gesunde Wahl vereinfachen

Das Ernährungsverhalten lässt sich nur dann verbessern, wenn das Umfeld verbessert wird. Der Anteil von verarbeiteten Produkten auf dem Markt hat in den letzten Jahrzehnten zugenommen. Viele der Lebensmittel, die auf dem Menüplan stehen, enthalten zu viel Zucker, Salz oder Fett. Mit der Reduktion des Salz- und Zuckergehalts und der Optimierung der Fettqualität in Lebensmitteln wird ein Angebot geschaffen, welches eine gesunde Wahl erleichtert.

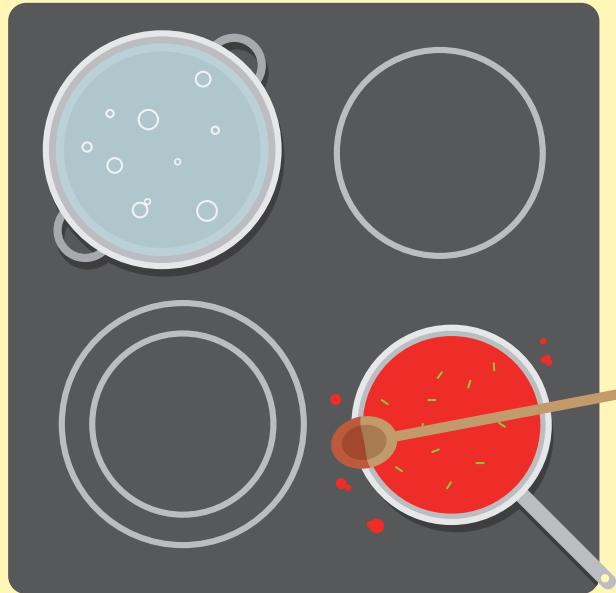
3. Lebensmittelwirtschaft einbinden: Hersteller und Anbieter leisten einen Beitrag

Einige Hersteller und Anbieter von Lebensmitteln und Mahlzeiten leisten bereits heute freiwillig einen Beitrag zu einer ausgewogenen Ernährung. Die gesunde Essenswahl wird durch die Anpassung der Rezepturen erleichtert. Sie wird aber auch stark von der Werbung beeinflusst. Gerade Kinder und Jugendliche sind für solche Werbung empfänglich. Die Anliegen der Gesundheitsförderung für eine Einschränkung der an Kinder gerichteten Werbung für zu süsse, zu fetthaltige und zu salzige Produkte müssen besser berücksichtigt werden. Der Dialog mit der Wirtschaft sollte daher gefördert werden.

VISION

Alle Menschen in der Schweiz können sich für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung entscheiden. Sie haben dazu die Kompetenzen und verfügen über die entsprechenden Rahmenbedingungen, um in eigener Verantwortung einen gesundheitsförderlichen Lebensstil zu pflegen, unabhängig von ihrer Herkunft, ihrem sozio-ökonomischen Status und ihrem Alter.

HANDLUNGSFELDER



Um die Ziele der Schweizer Ernährungsstrategie zu erreichen, gilt es einerseits die Bevölkerung in der Schweiz gezielt zu informieren und ihre Ernährungs Kompetenzen zu stärken. Andererseits müssen die Rahmenbedingungen, wie z. B. Lebensmittelzusammensetzung, Mahlzeiten in der Gemeinschaftsverpflegung etc., so gestaltet werden, dass sie eine gesunde, aber ebenso eine genussvolle Ernährung erlauben. Dabei werden Schwerpunkte gesetzt:

Den Lebensphasenansatz fördern: Personen haben je nach Lebensphase unterschiedliche Ernährungsbedürfnisse. Ein spezielles Augenmerk ist dabei auf Säuglinge, Kleinkinder, Kinder und Jugendliche, schwangere und stillende Frauen sowie ältere Personen zu richten.

Chancengleichheit verbessern: Personen mit tiefem Einkommen, geringer Schulbildung oder mit Migrationshintergrund sind einem erhöhten gesundheitlichen Risiko ausgesetzt. Sie haben spezifische Bedürfnisse und Anliegen, denen in Zusammenarbeit mit den Partnern so weit wie möglich Rechnung zu tragen ist.

Die multisektorale Zusammenarbeit stärken:

Ein gesundes Ernährungsverhalten wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst. Dabei liegt die Verantwortung nicht allein bei der Gesundheitspolitik. Andere Politikbereiche wie Landwirtschaft, Wirtschaft und Bildung können durch geeignete Massnahmen das Ernährungsverhalten der Bevölkerung ebenfalls stark beeinflussen.

Analog der NCD-Strategie wurden vier Handlungsfelder definiert: Information und Bildung, Rahmenbedingungen, Koordination und Kooperation und Monitoring und Forschung.



1. INFORMATION UND BILDUNG

Nur wer gut informiert ist und den Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit versteht, kann Verantwortung für sich und seine Mitmenschen übernehmen und eine bewusste Lebensmittelwahl treffen. Aufklärung, Sensibilisierung und Information spielen deshalb eine zentrale Rolle. Wichtig ist dabei, dass die Information allgemein verständlich formuliert ist. Weiter soll sie dem Alltag der verschiedenen Zielgruppen Rechnung tragen und umgesetzt werden können.

Die heute zum Teil widersprüchlichen Ernährungsbotschaften führen zu Unsicherheiten in der Bevölkerung. Daher ist eine enge Zusammenarbeit und Koordination zwischen dem Bund und den anderen Akteuren notwendig.

Die Schwerpunkte:

- Eine einheitliche Veröffentlichung von einfach umsetzbaren Ernährungsinformationen für die Bevölkerung sowie für bestimmte Zielgruppen in den verschiedenen Lebensphasen;
- Unterstützung bei der Wahl von Lebensmitteln, indem die Verständlichkeit der Kennzeichnung von Lebensmitteln gefördert wird.

BEISPIELE AUS DER PRAXIS

Die Broschüre «Ernährung rund um die Schwangerschaft und Stillzeit» erklärt, wie die Empfehlungen für eine gesunde, ausgewogene Ernährung umgesetzt werden können. Sie informiert über Nährstoffe, die während Schwangerschaft und Stillzeit besonders wichtig sind, und wann Nährstoffpräparate sinnvoll oder nötig sind. Damit möglichst viele Personen erreicht werden, sind Kurzfassungen in verschiedenen Sprachen erarbeitet worden.

Der Salzflyer «Versalzen Sie sich Ihre Gesundheit nicht» informiert die breite Öffentlichkeit über die gesundheitlichen Auswirkungen eines zu hohen Salzkonsums. Einfache Tipps erleichtern eine gesunde und genussvolle Ernährung.



2. RAHMENBEDINGUNGEN

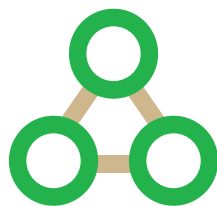
Das Ernährungsverhalten wird stark durch das jeweilige Umfeld geprägt. Faktoren wie Lebensmittelzusammensetzung, Lebensmittelangebot, an Kinder gerichtete Werbung oder das Angebot in den Personalrestaurants beeinflussen das Verhalten und wirken sich damit auf die Gesundheit aus. Ziel der Schweizer Ernährungsstrategie ist es, das Umfeld so zu gestalten, dass die gesunde Wahl zur einfachen Wahl wird. Dazu muss die Verantwortung für die Gesundheitsanliegen von den Akteuren aus Politik, Wirtschaft und den privaten Organisationen wahrgenommen werden.

Die Schwerpunkte:

- Die Lebensmittelzusammensetzung verbessern sowie die Innovation fördern im Dialog mit der Wirtschaft. Die Zucker- und Salzreduktion stehen dabei im Fokus.
- Gesunde Mahlzeiten werden in Zusammenarbeit mit der Gemeinschaftsgastronomie und anderen Partnern in den Schulen, Unternehmen und Pflegeeinrichtungen gefördert.
- Die an Kinder gerichtete Werbung für zu fetthaltige, zu süsse und zu salzige Lebensmittel soll im Dialog mit der Wirtschaft auf freiwilliger Basis eingeschränkt werden.

BEISPIEL AUS DER PRAXIS

Die Erklärung von Mailand vom 4. August 2015 zur Zuckerreduktion in Joghurts und Frühstückscerealien, die Bundesrat Alain Berset anlässlich seines Besuchs der Expo Mailand zusammen mit zehn Schweizer Unternehmen unterzeichnet hat, bildet den Start für die Verbesserung der Rezepturen dieser beiden Lebensmittelgruppen. Die Unternehmen sind bereit, freiwillig in den Produktkategorien Joghurt respektive Frühstückscerealien die Rezepturen aller Produkte zu überprüfen. Wo möglich und sinnvoll, reichen sie Aktionsversprechen zur Zuckerreduktion bei actionsanté ein. Wenn bereits Aktionsversprechen zu den oben genannten Lebensmittelkategorien eingegeben wurden, verfolgen sie diese Ziele weiter.



3. KOORDINATION UND KOOPERATION

Die gegenseitige Abstimmung von Zielen und Aktivitäten sowohl auf nationaler wie auch auf internationaler Ebene sind eine Voraussetzung für eine wirkungsvolle und erfolgreiche Schweizer Ernährungsstrategie. Eine Zusammenarbeit fördert ebenfalls den Erfahrungs- und Wissensaustausch.

Die Schwerpunkte:

- Vernetzung der Akteure im Ernährungsbereich auf nationaler Ebene;
- Nutzung von Synergien und die Koordination von Aktivitäten;
- Optimierung von bestehenden Plattformen;
- Mitarbeit der Schweiz in internationalen Gremien der WHO und der EU.

BEISPIELE AUS DER PRAXIS

Die Ernährungsplattform des BLV und der Eidgenössischen Ernährungskommission (EEK) dient dem fachlichen und informellen Austausch zwischen Vertreterinnen und Vertretern aus Gesundheitsförderung, Prävention, Konsumentenschutz, Forschung, Wirtschaft, der EEK und dem BLV.

Seit 2007 sorgen mehrjährige kantonale Aktionsprogramme dafür, dass sich Kinder und Jugendliche gesund ernähren und ausreichend bewegen.

Im «European Salt Action Network» der WHO/ Europa tauschen einige Mitgliedsländer die Erfahrungen zu den Fortschritten in den nationalen Salz-Initiativen aus und werden über die neuesten Studien informiert. Das BLV hat hier den Vorsitz.



4. MONITORING UND FORSCHUNG

Eine evidenzbasierte Ernährungsstrategie braucht wissenschaftliche Grundlagen. Diese sollen helfen die politischen Fragen zu beantworten und aufzuzeigen, wo Lücken und Handlungsbedarf bestehen. Ressortforschung und Monitoring liefern wichtige Grundlagen für die Wirkungskontrolle und die Weiterentwicklung der Schweizer Ernährungsstrategie.

Die Schwerpunkte:

- Entwicklung und Weiterführung von Monitoringprojekten wie zum Beispiel menuCH, Stillmonitoring, Humanbiomonitoring oder Jodmonitoring;
- Schaffung von wissenschaftlichen Grundlagen zu Zusammenhängen zwischen Ernährung und Risikofaktoren bzw. Krankheiten;
- Erhebung von Daten über die Zusammensetzung von in der Schweiz erhältlichen Lebensmitteln;
- Schaffung von Grundlagen und Hilfsmitteln zur Wirksamkeitsprüfung von Massnahmen bei der Verbesserung von Lebensmitteln oder bei Marketingeinschränkungen.

BEISPIEL AUS DER PRAXIS

Mit der nationalen Ernährungserhebung «menuCH» stehen zum ersten Mal repräsentative Daten zum Lebensmittelverzehr, zum Ernährungs- und Bewegungsverhalten sowie zu anthropometrischen Grössen (Körpergrösse, Körpergewicht, Taillen- und Hüftumfang) der Einwohnerinnen und Einwohner der Schweiz zur Verfügung. Diese Daten ermöglichen Aussagen über die Energie- und Nährstoffversorgung der Bevölkerung in der Schweiz und werden die Grundlagen für die Weiterentwicklung der Ernährungsstrategie bilden. Sie erlauben es, Massnahmen für ein gesundes und sicheres Lebensmittelangebot zu entwickeln sowie gezielt zu planen, umzusetzen, bereits Bestehendes zu evaluieren und anzupassen.

WEITERES VORGEHEN: DER AKTIONSPLAN

Zur Konkretisierung der Schweizer Ernährungsstrategie beauftragt das EDI das BLV unter Einbezug aller wichtigen Akteure, bis Ende 2017 einen Aktionsplan zu erarbeiten. Internationale und nationale strategische Ausrichtungen und Entwicklungen werden dabei als Grundlage dienen.

Ein Aktionsplan erlaubt es, den Entwicklungen der letzten Jahre Rechnung zu tragen sowie ein Instrumentarium und Massnahmen mit den externen Stakeholdern zu erarbeiten. Zudem können damit Prioritäten festgelegt werden, die in die übergeordneten Strategien oder andere Politikbereiche einfließen werden.

Der Aktionsplan soll Massnahmen im Detail beschreiben, Ziele messbar und realistisch festlegen und Fortschritte in der Umsetzung der Ernährungsstrategie aufzeigen.

Mit dem Aktionsplan wird die Schweizer Ernährungsstrategie zu einem Pfeiler der NCD-Strategie, welche eine der grössten Herausforderungen der Gesundheitspolitik des Bundesrates darstellt.



KONTAKT

Tel. +41 58 463 30 33
E-Mail: info@blv.admin.ch

IMPRESSUM

Herausgeber

Bundesamt für Lebensmittelsicherheit
und Veterinärwesen BLV
Schwarzenburgstrasse 155
3003 Bern
www.blv.admin.ch

Gestaltung

cR Kommunikation
Alber Visuelle Kommunikation

Vertrieb

BBL Vertrieb Bundespublikationen
3003 Bern, Schweiz
www.bundespublikationen.admin.ch

Bestellnummer

341.809.D

Juni 2017

**Ernährungsempfehlungen und Informationen
zur Lebensmittelpyramide: www.sge-ssn.ch**

