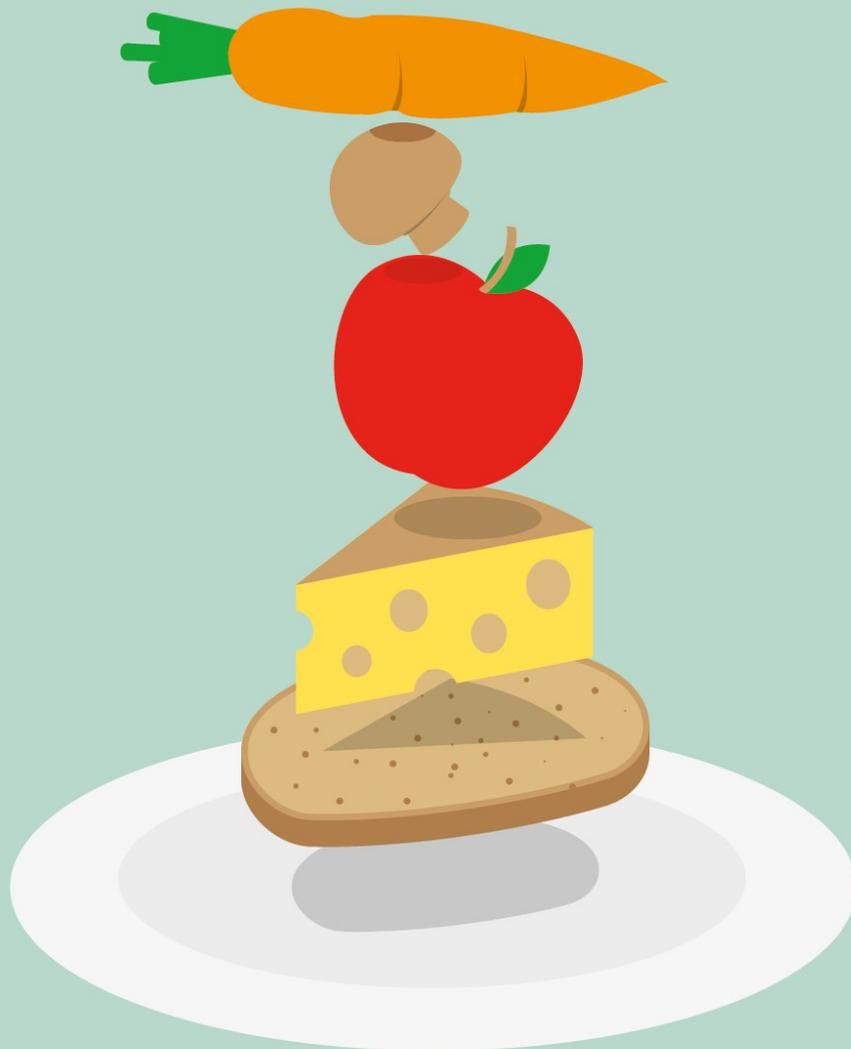




# GENIESSEN UND GESUND BLEIBEN

---

## TÄTIGKEITSBERICHT 2018 AKTIONSPLAN DER SCHWEIZER ERNÄHRUNGSSTRATEGIE



## Inhaltsverzeichnis

Aktionsplan der Schweizer Ernährungsstrategie .....	3
Stand der Umsetzung .....	4
Handlungsfeld Information und Bildung (IB) .....	6
Handlungsfeld Rahmenbedingungen (RB) .....	7
Handlungsfeld Koordination und Kooperation (KK) .....	9
Handlungsfeld Monitoring und Forschung (MF) .....	10
Partner .....	11

# Aktionsplan der Schweizer Ernährungsstrategie

Das Eidgenössische Departement des Innern (EDI) verabschiedete am 12. Juni 2017 die Schweizer Ernährungsstrategie 2017–2024. Diese orientiert sich an der Nationalen Strategie zur Prävention nichtübertragbarer Krankheiten (NCD). Sie leistet einen wichtigen Beitrag dazu, indem sie Rahmenbedingungen schafft, die es jeder Person ermöglicht, in eigener Verantwortung einen gesunden Lebensstil zu pflegen. Für die Umsetzung der Ernährungsstrategie ist das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) zuständig.

Die Umsetzung der Strategie erfolgt im Rahmen des Aktionsplans sowie in enger Zusammenarbeit mit den Akteuren aus den Bereichen der Gesundheitsförderung, Wirtschaft, Behörden, Konsumentenschutz und der Forschung.

Der Aktionsplan verfolgt drei auf der Schweizer Ernährungsstrategie basierende Ziele:

- **Stärkung der Ernährungskompetenz**  
Die Bevölkerung kennt die Ernährungsempfehlungen und die Schweizer Lebensmittelpyramide. Die Informationen dazu sind verfügbar und leicht verständlich. Vielfältige Hilfsmittel unterstützen die einfache Umsetzung im Alltag.
- **Verbesserung der Rahmenbedingungen**  
Um die Wahl von Lebensmitteln und Mahlzeiten für eine ausgewogene Ernährung zu erleichtern, wird das entsprechende Angebot gesichert und wo nötig erweitert. Eine Anpassung der gesetzlichen Rahmenbedingungen wird geprüft.
- **Einbindung der Lebensmittelwirtschaft**  
Noch mehr Hersteller und Anbieter von Lebensmitteln und Mahlzeiten leisten einen freiwilligen Beitrag zu einem optimalen Angebot für eine gesunde und ressourcenschonende Ernährung.

Der Aktionsplan der Schweizer Ernährungsstrategie beschreibt konkrete Massnahmen in vier Handlungsfeldern:

- Information und Bildung (IB);
- Rahmenbedingungen (RB);
- Koordination und Kooperation (KK);
- Monitoring und Forschung (MF).

Am Aktionsplan sind Akteure der Lebensmittelwirtschaft, der Nichtregierungsorganisationen (NGO), der Konsumentenorganisationen, der Bundesämter, der Kantone und der Bildungs- und Forschungsinstitutionen beteiligt. Diese setzen ihn in den nächsten Jahren mit konkreten Projekten um. Der Bundesrat setzt dabei auf das Prinzip der Freiwilligkeit und der Anreize. Das BLV priorisiert die Massnahmenplanung, mobilisiert Partner, koordiniert die Aktivitäten und evaluiert sie.

## Stand der Umsetzung

Der Aktionsplan zur Schweizer Ernährungsstrategie wurde im Juni 2018 an einem eigens dafür geschaffenen Forum zusammen mit den verschiedenen Akteuren lanciert. Fast 80 Stakeholder aus dem Schweizer Ernährungsbereich nahmen daran teil. Nachfolgend sind Aktivitäten aufgeführt, die seit der Lancierung im Juni 2018 bis Ende 2018 eingereicht worden sind.

Die Umsetzung der eingereichten Aktivitäten kann anhand festgelegter projektbezogener Ziele überprüft werden. In der folgenden Übersicht wird der Umsetzungsstatus dargestellt.

Tabelle: Übersicht Umsetzungsstatus

Massnahmenbereich	Aktion	Akteur	Umsetzung
<b>Handlungsfeld Information und Bildung (IB)</b>			
IB 1.1	Orientierungsliste zu bestehenden Projekten zur Stärkung der Ernährungskompetenz von Kindern, Jugendlichen und älteren Menschen	Gesundheitsförderung Schweiz	
IB 1.2	Ernährungsempfehlungen für Ältere	BLV	
IB 1.3	Online-Information zur Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern ( <a href="http://www.kinderandentisch.ch">www.kinderandentisch.ch</a> )	BLV	
IB 1.4	App «MySwissFoodPyramid»	BLV	
IB 1.4	Visualisierung der Zusammensetzung verarbeiteter Lebensmittel	Fédération romande des consommateurs (FRC)	
IB 2.2	Forum mit zielgruppenspezifischen Informationen und Angeboten für Schulleitende, Lehrpersonen und Mitarbeitende Tagesstrukturen	Radix	
<b>Handlungsfeld Rahmenbedingungen (RB)</b>			
RB 1.1	Erklärung von Mailand	BLV	 *
RB 1.2	actionsanté-Versprechen: Zuckerreduktion bei Joghurt und Frühstückscerealien	Aldi	
RB 1.2	actionsanté-Versprechen: reduzierter Zuckergehalt in familia-Müesli	Bio-familia	
RB 1.2	actionsanté-Versprechen: Verbesserung der Produktqualität mit Nutrition Commitments und Ernährungszielen 2020	Danone	
RB 1.2	actionsanté-Versprechen: Zuckerreduktion bei M-Classic- und Petit Suisse-Quark	Migros	

RB 2.1	Erarbeitung eines Leitfadens und Erstellen von Checklisten für ausgewogene und nachhaltige Mittagessen in schulischen Tagesstrukturen und betreuten Mittagstischen	BLV	
RB 2.1	Einführung des Programms «Kleines Gewissen»	Schweizer Verband für Spital-, Heim- und Gemeinschaftsgastronomie (SVG)	
<b>Handlungsfeld Koordination und Kooperation (KK)</b>			
KK 1.1	Forum Ernährungsstrategie	BLV	
KK 1.2	Webseite <a href="http://www.aktionsplanernaehrung.ch">www.aktionsplanernaehrung.ch</a>	BLV	
KK 2.1	Leitung des European Salt Action Network (ESAN)	BLV	
<b>Handlungsfeld Monitoring und Forschung (MF)</b>			
MF 1.1	Untersuchung verschiedener Lebensmittel auf deren Vitamingehalt	BLV	
MF1.1	Untersuchungen zum Einfluss von jodiertem Salz bei der Käseproduktion auf den Jodgehalt in Hart- und Halbhartkäse	BLV	
MF 1.2	Evaluation der Umsetzung der Qualitätsstandards in der Gemeinschaftsgastronomie mittels Modul auf der Webseite <a href="http://www.kleines-gewissen.ch">www.kleines-gewissen.ch</a>	BLV	
MF 2.2	Zuckerreduktion in Frühstückscerealien – technologische Machbarkeit und sensorische Analyse	BLV	
MF 2.2	Zuckerreduktion in Joghurt – technologische Machbarkeit und sensorische Analyse	BLV	
MF 2.2	Umfrage zum Front-of-Pack-Nutrition- Labelling	Fédération romande des consommateurs (FRC)	

 Ziel 2018 erfüllt

 Leichte Abweichung bei der Zielerfüllung

\* Bei der Festlegung weiterer Lebensmittelgruppen für die Zucker- und Salzreduktion sind Verzögerungen aufgetreten.



## Handlungsfeld Information und Bildung (IB)

Wer gut informiert ist und den Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit versteht, kann eine bewusste Lebensmittelwahl treffen und sich mit Genuss und Freude abwechslungsreich und ausgewogen ernähren. Die Bevölkerung benötigt daher alters- und bedarfsgerechte Informationen über die Ernährung und über die Merkmale eines gesundheitsfördernden Lebensstils.

### Schwerpunkte 2018

- Zusammenstellung von Beispielen guter Praxis von Projekten zur Stärkung der Ernährungskompetenz von Kindern, Jugendlichen und älteren Menschen
- Erarbeitung von Ernährungsempfehlungen für ältere Menschen;
- Zielgruppenorientierte Verbreitung von Ernährungsempfehlungen: gezielte Nutzung von Online-Medien zur Vermittlung von Ernährungsinformationen

Gesundheitsförderung Schweiz hat Orientierungslisten zu bestehenden Projekten zur Stärkung der Ernährungskompetenz von Kindern, Jugendlichen und älteren Menschen zusammengestellt. Die gesammelten Beispiele erfolgreicher Informations- und Bildungsmassnahmen können für zukünftige Massnahmen zur Förderung der Ernährungskompetenz in der jeweiligen Altersstufe und Nutzung von Synergien dienen.

Bisher gab es für die Schweiz keine umfassenden, aktuellen und offiziell gültigen Ernährungsempfehlungen für ältere Menschen ab 60 Jahren. Deshalb hat das BLV die Abteilung Ernährung und Diätetik im Departement Gesundheit der Berner Fachhochschule beauftragt, diese auf Basis des Berichts der Eidgenössischen Ernährungscommission EEK zur Ernährung im Alter zu erarbeiten.

Zur gezielten Verbreitung der Ernährungsinformationen von Säuglingen und Kleinkindern sowie der Verbesserung der Ernährungskompetenz der erwachsenen Bevölkerung in der Schweiz wurde bewusst auf Onlinemedien gesetzt. Zum einen wurde die Webseite [www.kinderandentisch.ch](http://www.kinderandentisch.ch) erstellt, zum anderen die App «MySwissFoodPyramid» entwickelt. Auch der FRC hat mittels eines Onlinetools die Visualisierung der Zusammensetzung verarbeiteter Lebensmittel zur Unterstützung einer bewussten Lebensmittelwahl umgesetzt.

### Massnahmenbereich IB 2: Sensibilisierung und Stärkung der Ernährungskompetenzen bei den Betreuenden von Kleinkindern sowie bei Kindern und Jugendlichen

Radix möchte im Rahmen eines Forums zielgruppenspezifische Informationen und Angeboten für Schulleitende, Lehrpersonen und Mitarbeitende Tagesstrukturen vermitteln. Dieses Wissen soll schliesslich Kindern und Jugendlichen, welche Tagesstätten- und Schulverpflegungen in Anspruch nehmen, befähigen, ein gesundes Ernährungsverhalten zu entwickeln.

### Ausblick 2019

- Zielgruppenorientierte Verbreitung der Ernährungsempfehlungen für Ältere;
- Abklärungen zur Einführung eines einheitlichen und verständlichen Kennzeichnungssystems;
- Verbreitung des Leitfadens und Checklisten für ausgewogene und nachhaltige Mittagessen in Tagesstrukturen und betreuten Mittagstischen zur Stärkung der Ernährungskompetenz von Entscheidungsträgern und Mitarbeitenden von Mittagstischen



## Handlungsfeld Rahmenbedingungen (RB)

Das Ernährungsverhalten wird stark durch das jeweilige Umfeld geprägt. Faktoren wie Lebensmittelzusammensetzung, Lebensmittelangebot, an Kinder gerichtetes Marketing oder das Angebot in der Gemeinschaftsverpflegung beeinflussen das individuelle Konsum- und Essverhalten und wirken sich damit auf die Gesundheit aus.

### Schwerpunkte 2018

- Erklärung von Mailand zur Zuckerreduktion in Joghurts und Frühstückscerealien;
- Erarbeitung eines Leitfadens und Checklisten für ausgewogene und nachhaltige Mittagessen in Tagesstrukturen und betreuten Mittagstischen;
- Einführung des Programms «Kleines Gewissen» für Mittagessen in Tagesstrukturen und betreuten Mittagstischen

### Massnahmenbereich RB 1: Eine ausgewogene Lebensmittelauswahl fördern

Gestützt auf die Ziele der Erklärung von Mailand zur Zuckerreduktion in Joghurts und Frühstückscerealien und individuellen Aktionsversprechen der Initiative «actionsanté», haben vier Unternehmen der Lebensmittelwirtschaft konkrete Aktivitäten im Rahmen des Aktionsplans eingereicht und erfolgreich umgesetzt. Aldi konnte Zuckerreduktionen in Joghurt und Frühstückscerealien erreichen, bio-familia in Frühstückscerealien, Danone in Joghurts und Migros in Quarks.

Das BLV führt jährlich ein Monitoring bei den 14 Unternehmen durch, die sich im Rahmen der Erklärung von Mailand verpflichtet haben, den Zuckergehalt in Joghurt und Frühstückscerealien zu senken. Dabei wird der Zuckergehalt des bestehenden Produktportfolios erhoben (Stichtag 31.12.). Der Durchschnittswert aller 14 Unternehmen dient zur Evaluation der Zielerreichung. Der Bericht wird 2019 veröffentlicht.

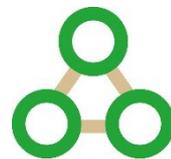
### Massnahmenbereich RB 2: Eine ausgewogene Ernährung in der System- und Gemeinschaftsgastronomie fördern

Das BLV hat Radix beauftragt, einen Leitfaden und Checklisten für ausgewogene und nachhaltige Mittagessen in Tagesstrukturen und betreuten Mittagstischen zu erarbeiten. Mit praxisnahen Qualitätsstandards soll eine Basis für ein ausgewogenes, nachhaltiges Mittagessen und eine pädagogisch sinnvolle Tischkultur an betreuten Mittagstischen in Tagesstrukturen in Schulen und/oder Gemeinden/Städten gelegt werden. Die Standards für den betreuten Mittagstisch sollen bestehende Ressourcen ergänzen oder vertiefen, wie z. B. pädagogische Qualitätsrahmen für Tagesstrukturen, kantonale sowie kommunale Vorgaben/Leitlinien für Ernährung in Tagesstrukturen.

Der SVG und das BLV haben 2018 das Programm «Kleines Gewissen» eingeführt. Es erleichtert die Einführung und fördert die Umsetzung der Schweizer Qualitätsstandards für eine gesunde Gemeinschaftsgastronomie. Mithilfe von Webtools kann jeder Betrieb der Gemeinschaftsgastronomie seinen Status bezüglich der Umsetzung der Qualitätsstandards bestimmen und im Rahmen der Selbstevaluation Optimierungen planen und umsetzen.

### **Ausblick 2019**

- Erklärung von Mailand zur Zuckerreduktion in Joghurts und Frühstückscerealien erneuern und erweitern:
  - Ausweitung der Erklärung von Mailand auf andere relevante Lebensmittelgruppen und Nährstoffe (z. B. Salz);
  - Festlegung weiterer Reduktionsziele, basierend auf den Forschungsprojekten, die Agroscope zu Joghurts und die Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) zu Frühstückscerealien durchgeführt haben;
- Verbreitung des Programms «Kleines Gewissen» in der Gemeinschaftsgastronomie;
- Verbreitung des Leitfadens und der Checklisten für ausgewogene und nachhaltige Mittagessen in Tagesstrukturen und betreuten Mittagstischen



## Handlungsfeld Koordination und Kooperation (KK)

Voraussetzung für eine erfolgreiche Ernährungsstrategie ist, dass die vielen Massnahmen priorisiert und ohne Lücken oder Doppelspurigkeiten umgesetzt werden. Die Akteure stimmen ihre Ziele und Aktivitäten auf nationaler und internationaler Ebene ab, nutzen Synergien und legen verbindliche Formen der Zusammenarbeit fest, indem sie ihr Wissen und ihre Erfahrungen austauschen.

### Schwerpunkte 2018:

- Erste Durchführung des Forums Aktionsplan Ernährungsstrategie;
- Aufschaltung der Webseite zum Aktionsplan [www.aktionsplanernaehrung.ch](http://www.aktionsplanernaehrung.ch);
- Leitung des European Salt Action Network (ESAN).

### Massnahmenbereich KK 1: Vernetzung der Akteure im Ernährungsbereich auf nationaler Ebene

Wichtige Akteure des Aktionsplans und Interessierte aus dem Bereich Ernährung trafen sich auf Einladung des BLV am 5. Juni 2018 zum Forum Aktionsplan Ernährungsstrategie, um sich über laufende und geplante Projekte und Aktivitäten auszutauschen. Die Anwesenden haben das neue Veranstaltungskonzept begrüsst. Das eintägige Forum wird fortan jährlich durchgeführt und ersetzt die bisherige Ernährungsplattform der EEK und des BLV.

Der Fortschritt der Massnahmen zur Umsetzung der Schweizer Ernährungsstrategie 2017–2024 soll für die Öffentlichkeit transparent sein. Deshalb wurde eigens für den Aktionsplan der Schweizer Ernährungsstrategie eine digitale Plattform [www.aktionsplanernaehrung.ch](http://www.aktionsplanernaehrung.ch) geschaffen. Die Prozesse, Fortschritte und Bewertungen der verschiedenen Aktionen im Rahmen der Schweizer Ernährungsstrategie können dort jederzeit eingesehen werden.

### Massnahmenbereich KK 2: Vernetzung der Schweiz mit internationalen Gremien der WHO, der UNO und der EU

ESAN verfolgt das Ziel, den Wissens- und Datenaustausch im Bereich Salzreduktion unter Ländern und Organisationen zu fördern. Technologische Fortschritte bei der Produktion von Lebensmitteln, die wesentlich zur Salzaufnahme beitragen, sowie Empfehlungen bezüglich Kommunikation und Monitoring werden thematisiert. Die Schweiz leitet dieses Netzwerk seit Mai 2013. Vom 12. bis 13. September 2018 trafen sich in Rom zum zehnten Mal 35 Teilnehmende, davon 18 Vertreterinnen und Vertreter europäischer Länder sowie Delegierte der WHO Europa und Headquarters. Dieses Treffen wurde unter anderem zum Anlass genommen, aktuelle Kontroversen über die Salzzufuhr und Herz-Kreislauf-Erkrankungen aufzugreifen. Im Dezember 2018 publizierte eine Arbeitsgruppe des ESAN ein Statement, welches die wissenschaftlichen Evidenzen dazu diskutierte, und bestätigte die WHO-Empfehlung von 5 g Kochsalz pro Tag.

### Ausblick 2019

- 2. Forum zum Aktionsplan Schweizer Ernährungsstrategie am 4. Juni 2019;
- 11. ESAN-Meeting vom 7. bis 8. Mai 2019 in Bern, Schweiz;
- Fortlaufende Aktualisierung der Plattform [www.aktionsplanernaehrung.ch](http://www.aktionsplanernaehrung.ch).



## Handlungsfeld Monitoring und Forschung (MF)

Ressortforschung und Monitoring liefern wichtige Grundlagen für die Messung der Fortschritte und für die zielführende Umsetzung von Massnahmen, also auch für die Weiterentwicklung der Schweizer Ernährungsstrategie.

### Schwerpunkte 2018:

- Forschungsberichte zur technologischen Machbarkeit und sensorischen Analyse einer Zuckerreduktion in Joghurt;
- Forschungsberichte zur technologischen Machbarkeit und sensorischen Analyse einer Zuckerreduktion in Frühstückscerealien.

### Massnahmenbereich MF 1: Entwicklung und Weiterführung von Monitoring-Projekten und Evaluationsgrundlagen

Mit der Schweizer Nährwertdatenbank betreibt das BLV eine Datensammlung zum Nährstoffgehalt von Lebensmitteln. Die Datenbank dient u. a. als Standardinstrument zur Auswertung von ernährungsepidemiologischen Studien und Ernährungserhebungen in der Schweiz (z. B. «menuCH»). Die Resultate des Projekts zur Bestimmung des Vitamingehalts in verschiedenen Lebensmitteln fliessen anschliessend in die Schweizer Nährwertdatenbank ein.

Die Verwendung von jodiertem Kochsalz, insbesondere in der Lebensmittelproduktion, kann zu einer verbesserten Jodversorgung der Schweizer Bevölkerung beitragen. Entsprechend wurden Untersuchungen zum Einfluss von jodiertem Salz bei der Käseproduktion auf den Jodgehalt in Hart- und Halbhartkäse gemacht, um die Bedeutung des Käsekonsums für eine verbesserte Jodversorgung abzuschätzen.

Anhand der Daten, die mit dem Testmodul auf [www.kleines-gewissen.ch](http://www.kleines-gewissen.ch) erhoben werden, soll jährlich eine Auswertung gemacht werden, die den Stand der Verbreitung des Kleinen Gewissen und die Umsetzung der Qualitätsstandards in der Gemeinschaftsgastronomie darstellen.

### Massnahmenbereich MF 2: Schaffung von wissenschaftlichen Grundlagen

Das BLV hat 2017 einen Forschungsauftrag an die ZHAW vergeben. Die Arbeit soll Erkenntnisse bringen, um wie viel der Zuckergehalt in Cerealien reduziert werden kann, ohne dass dies von den Konsumentinnen und Konsumenten wahrgenommen und die Qualität der Produkte vermindert wird. Parallel wurde Agroscope 2017 vom BLV beauftragt, eine ähnliche Arbeit zur Zuckerreduktion in Joghurt durchzuführen. Die Ergebnisse beider Forschungsaufträge werden voraussichtlich bis Ende 2019 vorliegen.

Aus eigener Initiative hat der FRC eine Umfrage zur Relevanz resp. Dienlichkeit nährwertbezogener Front-of-Pack-Deklarationen durchgeführt. Diese Resultate können in der aktuellen Diskussion über mögliche Kennzeichnungssysteme und -symbole (FOP-Labeling) beigezogen werden.

### Ausblick 2019:

- Abschlussberichte zur Zuckerreduktion in Joghurt und Cerealien;
- Zuckermonitoring in Joghurt und Cerealien im Rahmen der Erklärung von Mailand;
- Brotmonitoring von gewerblichen und industriellen Broten;
- Eruierung wichtiger Salz- und Zuckerquellen, basierend auf «menuCH»-Daten;
- Vorbereitung der Studie zur Erhebung der Salzzufuhr in der Schweizer Bevölkerung (Biomonitoring);
- Vorbereitung der Ernährungserhebung «menuCHkids»;
- Selenmonitoring (Biomonitoring);
- Jodmonitoring bei Schwangeren sowie bei Schülerinnen und Schülern (Biomonitoring).

## Partner

Folgende Partner haben seit Juni 2018 eine Aktivität eingereicht:



*das echte Schweizer Müesli*



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

# MIGROS



Schweizerische Gesundheitsstiftung  
Fondation suisse pour la santé  
Fondazione svizzera per la salute



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
**Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und  
Veterinärwesen BLV**