



Neue Projekte der SGE

Projekt «Gemeinden begleiten – Ernährung stärken im Bereich Ernährung für Menschen ab 60 Jahren»

Für Regionen, Städte, Gemeinden und Quartiere

Das Projekt der SGE unterstützt interessierte Gemeinden aus den Kantonen Luzern, Obwalden, Wallis und Zürich bei der individuellen Umsetzung von Massnahmen und Angeboten rund um das Thema Ernährung. Verantwortliche aus Städten und Gemeinden, welche

Ernährungsthemen für die Bevölkerung im Alter von 60+ stärken möchten, haben die Möglichkeit, sich durch die SGE begleiten zu lassen. Zum Angebot gehören Kochworkshops, Einkaufsbegleitungen und die Schulung von Freiwilligen.

Das Projekt wird von Gesundheitsförderung Schweiz finanziell unterstützt.

Mehr Info:
<https://www.sge-ssn.ch/sge-projekte/projekt-begleitangebot-ernaehrung-fuer-menschen-im-alter-von-60/>

Projekt «Essen neu erleben nach der Pensionierung»

Vom Arbeitsalltag zum Genussmoment

Mit der Pensionierung stehen Änderungen im Essalltag an. Dies ist für viele Pensionierte mit neuen Herausforderungen verbunden: Einkauf und Zubereitung müssen neu geplant und umgesetzt werden. Ausserdem gilt es auch altersbedingte Veränderungen (z. B. beim Energie- und Nährstoffbedarf) bei der Ernährung zu berücksichtigen. Dieser Altersabschnitt

bietet die Chance, die Freude am Essen neu zu entdecken und gesundheitsförderliche Essgewohnheiten umzusetzen. In diesem Projekt unterstützt die SGE frisch Pensionierte mit praktischen Massnahmen, welche mit der Zielgruppe gemeinsam erarbeitet und umgesetzt werden. Das Projekt richtet sich an Personen kurz vor oder nach der Pensionierung

und insbesondere an Männer sowie Menschen mit Migrationshintergrund und/oder geringer Bildung.

Das Projekt wird von Gesundheitsförderung Schweiz finanziell unterstützt.

www.sge-ssn.ch/pensionierung

tabula Nr. 3/24 – Pilze

Ab September 2024 ist die neue Ausgabe der Fachzeitschrift tabula im Online-Shop der SGE erhältlich.

In der dritten Ausgabe von tabula geht es um Pilze und deren ernährungsphysiologische Merkmale, ob wild oder kultiviert, behandelt oder unbehandelt, belastet oder nicht. Wir ge-

hen auf Tauchstation mit den Felchen und ins Gespräch mit einer Lebensmittel-Aktivistin.

Mehr Informationen und Link zum Bestellen:
www.sge-ssn.ch/tabula



tabula

Zeitschrift der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE

PILZE

EIN UNTERSCHÄTZTES LEBENSMITTEL