

Die erste Studie der Coop-Initiative „Ess-Trends im Fokus“ liegt vor

Schweizer Bevölkerung will gesünder essen

Die Schweizer Bevölkerung weiss über gesunde Ernährung gut Bescheid. Dies zeigen die Resultate der neuen Coop-Studie „Gesund Essen: Einstellungen, Wissen und Verhalten“. Dennoch möchte ein Grossteil die Ernährungsgewohnheiten verbessern. Diese erste Studie ist Teil der Coop-Initiative „Ess-Trends im Fokus“, die das Ernährungsverhalten und -bewusstsein der Schweizer Bevölkerung untersucht. Die Initiative wird fachlich von der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE unterstützt.

Gut, gesund und von hoher Qualität soll das Essen sein. Das sind die häufigsten Antworten auf die Frage in der Coop-Studie, was beim Essen wichtig sei. Abwechslungsreich und ausgewogen, mit Gemüse und Früchten und wenig Fett – das versteht die Schweizer Bevölkerung unter einer gesunden Ernährung. Die Resultate zeigen, dass die Grundprinzipien der gesunden Ernährung weitläufig bekannt sind. 81 % der Befragten interessieren sich denn auch für das Thema Ernährung, und rund die Hälfte informiert sich regelmässig zu Ernährungsthemen.

Diskrepanz zwischen Wahrnehmung und tatsächlichem Verhalten

Die Ergebnisse der jüngsten Coop-Studie zeigen aber auch, dass es einen Unterschied zwischen dem effektiven Verhalten und der Wahrnehmung des eigenen Verhaltens gibt. 77 % der Befragten ernähren sich nach eigenem Ermessen „eher gesund“ bis „gesund“. Diese Selbsteinschätzung widerspiegelt ein gewisses Wunschdenken, widerspricht aber den Expertenmeinungen: Die Mehrheit der Schweizer Bevölkerung ernährt sich eher zu kalorienreich, zu fettreich, zu salzig und zu zuckerreich. Die Zufuhr von Nahrungsfasern liegt ebenfalls deutlich unter den Empfehlungen¹. Zwei Drittel der befragten Personen geben denn auch an, dass sie künftig gesünder essen möchten.

Eine weitere Erkenntnis der Coop-Studie ist, dass vor allem bei der jungen Schweizer Bevölkerung die offiziellen Ernährungsempfehlungen der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung bekannt sind. 85 % der unter 30-Jährigen kennen die Lebensmittelpyramide. Dies lässt die Vermutung zu, dass die schulische Ernährungsbildung und die allgemeine Ernährungsaufklärung Früchte tragen.

Studie im Rahmen der Coop-Initiative „Ess-Trends im Fokus“

„Ess-Trends im Fokus“ ist eine Initiative von Coop mit fachlicher Unterstützung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung. Die repräsentative Umfrage zum Ernährungsverhalten und -bewusstsein der Schweizer Bevölkerung wird vierteljährlich durchgeführt und publiziert. „Wir wollen die Interessen zum Thema Ernährung zeitnah erfassen

¹ Quelle: Fünfter Schweizerischer Ernährungsbericht. Bern: Bundesamt für Gesundheit BAG, 2005.

Diese Meldung finden Sie auch unter www.coop.ch/medien

Kontaktpersonen

Susanne Erdös, Leiterin Medienstelle

Nicolas Schmied, Mediensprecher

Denise Stadler, Mediensprecherin

Karl Weisskopf, Mediensprecher

Tel. +41 61 336 71 96

Tel. +41 61 336 71 39

Tel. +41 61 336 71 10

Tel. +41 61 336 71 07

und über aktuelle Ernährungsthemen berichten“, sagt Kathrin Rapp Schürmann, Leiterin Fachstelle Ernährung bei Coop. „Die Resultate von „Ess-Trends im Fokus“ liefern eine gute Grundlage für verschiedenste Akteure zur Förderung einer ausgewogenen Ernährung.“

Umfassendes Engagement von Coop für eine ausgewogene Ernährung

Als zweitgrösstes Detailhandelsunternehmen der Schweiz übernimmt Coop gesellschaftliche Verantwortung und engagiert sich umfassend für eine vielseitige und ausgewogene Ernährung der Schweizer Bevölkerung. Coop unterstützt ihre Konsumentinnen und Konsumenten mit einer grossen Auswahl an Produkten für verschiedene Ernährungsbedürfnisse und einem breiten Informationsangebot. Mit der Initiierung dieser Studienreihe unterstreicht Coop ihre Kompetenz in Sachen Ernährung.

Fachliche Unterstützung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE

Die SGE ist die wichtigste nationale Fachgesellschaft im Ernährungsbereich. Sie begleitet das Projekt „Ess-Trends im Fokus“ fachlich und stellt sicher, dass es hohen ernährungswissenschaftlichen Ansprüchen genügt. „Erkenntnisse zum aktuellen Ernährungsverhalten und -wissen der Bevölkerung in der Schweiz helfen uns, zielgerichtete Informationen und Ernährungsempfehlungen auszuarbeiten. Das Projekt „Ess-Trends im Fokus“ leistet einen wichtigen Beitrag dazu, weshalb wir Coop gerne mit unserem Fachwissen unterstützen“, sagt Pascale Mühlemann, Geschäftsführerin der SGE.

Die gesamten Studienergebnisse sind publiziert unter www.coop.ch/esstrends und unter www.sge-ssn.ch/de/fuer-medienpresse.html.

Kontaktpersonen Coop

Susanne Erdös, Leiterin Medienstelle
Nicolas Schmied, Mediensprecher

Tel. +41 61 336 71 96
Tel. +41 61 336 71 39

Kontakte mit der Coop Fachstelle Ernährung werden über die Medienstelle koordiniert.

Kontaktpersonen Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE

Marion Wäfler, dipl. Ernährungsberaterin HF, Medienservice
Viviane Bühr, Ernährungswissenschaftlerin MSc, Öffentlichkeitsarbeit

Tel. +41 31 385 00 06
Tel. +41 31 385 00 13