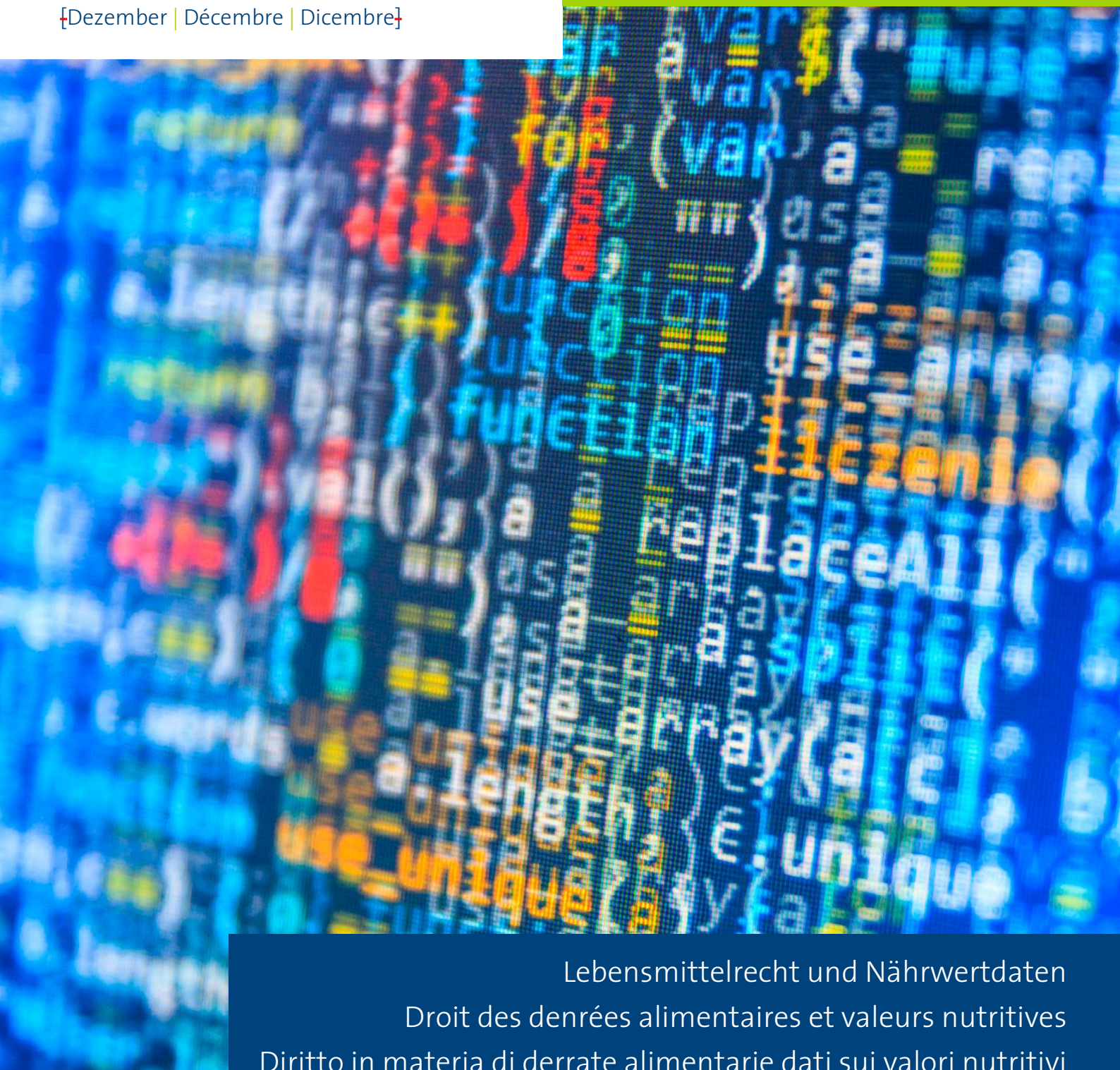


[Dezember | Décembre | Dicembre]

6 / 2016



Lebensmittelrecht und Nährwertdaten
Droit des denrées alimentaires et valeurs nutritives
Diritto in materia di derrate alimentari dati sui valori nutritivi



Êtes-vous en quête de documentation?

Profitez de notre offre!

Manger végétarien



Lorsqu'on ne mange ni viande ni poisson, une carence en certains nutriments peut survenir. Bien choisir les aliments permet de combler tous les besoins.

Nutriments	Exemples d'aliments
Protéines	Œufs, produits laitiers, légumineuses (lentilles, haricots, pois chiches, etc.), céréales (seigle, sarrasin, riz sauvage, millet, etc.), pommes de terre, fruits à coque
Vitamine B12	Œufs, produits laitiers
Vitamine D	Champignons, œufs, beurre, produits laitiers
Fer	Œufs, légumineuses, sésame, germes de blé, flocons de millet, fruits à coque, farine complétée, épinards, fenouil, betterre, cardon
Zinc	Germes de seigle, germes de blé, fruits à coque, grains, flocons d'avoine, blé complété, lentilles, fromages, produits laitiers, œufs
Sélénium	Œufs, lait, pain, légumineuses, noix de terre, fruits
Acides gras oméga 3	Huile de colza, huile de lin, avocat

En matière d'alimentation, les recommandations pour les personnes omnivores valent aussi pour les végétariens. Voici quelques conseils pour une alimentation bénéfique pour la santé et qui couvre les besoins:

- prendre des repas variés, puiser dans tous les étages de la pyramide alimentaire
- utiliser des aliments de saison, de préférence de la région
- cuisiner soi-même avec des produits peu transformés.

Si vous décidez de ne plus manger ni viande, ni poisson, remplacez-les par d'autres sources de protéines comme les œufs, les produits laitiers et les légumineuses.

SWISSMILK

Allergie aux protéines du lait chez le jeune enfant



En cas d'allergie, le système immunitaire réagit, parfois très fortement, à des substances en soi inoffensives, comme certaines protéines. Dans le cas du lait, il s'agit principalement de la caséine et de l'α-lactalbumine et de la β-lactoglobuline.

Il est recommandé de donner des substituts de lait stérilisés, comme les hydrolysats poussés ou les formules d'écailles enrichies aux nourissons et aux jeunes enfants. Les laits d'autres espèces animales ou d'origine végétale sont déconseillés, car ils contiennent également des protéines allergènes (soja, protéine de soja). Les boissons végétales fournissent en outre pas assez de protéines.

SWISSMILK

Questions et réponses sur l'intolérance au lactose



Renoncer aux produits laitiers?
Il ne faut pas renoncer aux produits laitiers (fromage à pâte molle, mi-dur, dur ou autre) ne contenant plus de lactose, le beurre et surtout en petites quantités, ces produits sont très tolérés. Les produits à base de lait comme le yaourt et le kéfir ne causent pas de manifestations d'intolérance, car ils contiennent des bactéries lactiques qui facilitent la digestion des produits laitiers (p. ex. le yaourt). Le lait cuit peut être traité ou être une variante sans lactose.

La raclette et la fondue contiennent-elles aussi du lactose?
Non. Les fromages à raclette et à fondue sont des fromages à pâte dure ou mi-dure. Ceux-ci ne contiennent plus de lactose et ne peuvent donc plus être responsables de problèmes digestifs.

Existe-t-il encore des aliments exempts de lactose?
Oui. Les aliments sous leur forme d'origine comme les légumes, les fruits, les légumineuses, les pommes de terre, les fruits à coque, les céréales, le riz, la viande, le poisson et les œufs, ne contiennent pas de lactose. Ce n'est pas toujours le cas des aliments transformés, auxquels les procédés industriels ajoutent souvent du lactose. Le lactose est par

SWISSMILK

Dans la recherche et le conseil nutritionnel, le lait est un thème récurrent.

Nous vous proposons des supports de consultation axés sur la pratique, relatifs par exemple à la pyramide alimentaire, à l'intolérance au lactose, à la santé des os, ou encore à l'alimentation de la mère et de l'enfant.

Nous vous informons régulièrement des principales avancées scientifiques et répondons à vos questions sur le lait et les produits laitiers.

Nous vous encourageons

- à vous abonner à la newsletter spécialisée qui paraît 10 fois par an
- à faire usage de notre centre de ressources, disponible en ligne

Producteurs Suisses de Lait PSL
Swissmilk
Relations publiques
Weststrasse 10
3000 Berne 6
031 359 57 57
factsandnews@swissmilk.ch

N'hésitez pas à consulter
notre site Internet:
www.swissmilk.ch/nutrition



Suisse. Naturellement.



swissmilk



SVDE ASDD

Schon reserviert?
Déjà réservé?
Già riservato?

**Internationaler Tag der
Ernährungsberatung findet
am 8. März 2017 statt**

**Journée International des
diététicien-ne-s aura lieu le
8 mars 2017.**

**Giornata internazionale della
consorena nutrizionale avrà
luogo il 8 marzo 2017.**



**Die Generalversammlung 2017 wird im
Rahmen der 75-Jahr-Jubiläumsfeier am
24. März in Bern stattfinden.**

**L'assemblée générale 2017 se tiendra le
24 mars à Berne en marge des festivités
organisées à l'occasion du 75^e anniversaire
de l'ASDD.**

**L'assemblea generale 2017 si terrà a
Berna il 24 marzo 2017 nel contesto dei
festeggiamenti per il 75° anniversario
dell'ASDD.**

**Reservieren Sie sich diese Daten
schon heute!**

Veuillez d'ores et déjà réserver ces dates!

Riservatevi queste date sin d'ora!

DEUTSCHSCHWEIZ

Editorial	2
Fachteil	X
Wort der Präsidentin	X
Aktuelles	X
Fortbildung	
Kursübersicht	X

SUISSE ROMANDE

Editorial	2
Rubrique professionnelle	X
Le mot de la présidente	X
Actualité	X
Formation continue	X
Vue d'ensemble des cours	X

SVIZZERA ITALIANA

Editoriale	2
Rubrica professionale	X
Parola della presidentessa	X
Attualità	X
Formazione continua	X
Panoramica dei corsi	X

Impressum

Offizielles Organ des SVDE / Organe officiel de l'ASDD /
Organo ufficiale dell'ASDD

Herausgeber / Editeurs responsables / Editore responsabile
SVDE ASDD
Schweizerischer Verband der Ernährungsberater/innen
Association suisse des diététicien-ne-s
Associazione Svizzera delle dietiste-i
Altenbergstrasse 29, Postfach 686, 3000 Bern 8
Tel. +41 (0)31 313 88 70, Fax +41 (0)31 313 88 99
service@svde-asdd.ch, www.svde-asdd.ch

Redaktion / Rédaction / Redazione
SVDE ASDD, Manuela Begert, Altenbergstrasse 29,
Postfach 686, 3000 Bern 8, redaction@svde-asdd.ch

Stellenanzeiger + Inserate / Service d'emploi +
Annonces / Offerte d'emploi + Annunci
SVDE ASDD, Sekretariat, Altenbergstrasse 29, Postfach 686,
3000 Bern 8

Abonnement / Abonnement / Abbonamento
Fr. 72.- / J., für SVDE-Mitglieder kostenlos, Ausland Fr. 85.- / J.
Fr. 72.- / an, gratuit pour les membres ASDD,
Etranger Fr. 85.- / an.
Fr. 72.- / anno, gratis per i soci ASDD, Estero Fr. 85.- / anno

Auflage / Tirage / Tiratura: 1150

Themen / Sujets / Temi

- 1/2016 Suchttherapie bei Essverhaltensstörungen?
Thérapie contre les addictions en cas de troubles
du comportement alimentaire?
Terapia della dipendenza in caso di disturbi
del comportamento alimentare?
- 2/2016 Substrate für die Wundheilung
Substrats pour la cicatrisation des plaies
Substrati per la cicatrizzazione delle ferite
- 3/2016 NutriDays / GV 2016 + Aktuelle Empfehlungen
zur Fettauswahl und zum Einsatz von Fetten
im Haushalt
NutriDays / AG 2016 + Recommandations actuelles
sur la sélection des matières grasses et l'utilisation
de ces dernières dans la cuisine domestique
NutriDays / AG 2016 + Raccomandazioni attuali
per la scelta e l'impiego dei grassi nella cucina
domestica
- 4/2016 Vitaminstatus-Erhebung im Spital –
notig oder nur Kosten verursachend?
Evaluation du statut vitaminique à l'hôpital:
une nécessité ou une simple source de dépenses?
Rilevare lo status vitaminico in ospedale:
necessario o solo dispendioso?
- 5/2016 «Omics» Technologien und die individualisierte
Ernährung
Technologies «omics» et nutrition personnalisée
Le tecnologie «omics» e la nutrizione
individualizzata
- 6/2016 Lebensmittelrecht und Nährwertdaten
Droit des denrées alimentaires et valeurs nutritives
Diritto in materia di derrate alimentari e
dati sui valori nutritivi

Druck / Impression / Stampa
Multicolor Print AG, Baar

Redaktions- und Inserateschluss / Délais des insertions et
de rédaction / Termine d'inserzione et di redazione:
1/17: 6. Januar 2017, 6. janvier 2017, 6 gennaio 2017

Tariffdokumentation / Documentation tarifaire /
Documentazione delle tariffe
www.svde-asdd.ch

Geschäftsstelle / Secrétariat / Segretariato
SVDE ASDD
Schweizerischer Verband der Ernährungsberater/innen
Association suisse des diététicien-ne-s
Associazione Svizzera delle dietiste-i
Altenbergstrasse 29, Postfach 686, 3000 Bern 8
Tel. +41 (0)31 313 88 70, Fax +41 (0)31 313 88 99
service@svde-asdd.ch, www.svde-asdd.ch

Präsidentin / Présidente / Presidentessa
Gabi Fontana
gabi.fontana@svde-asdd.ch

Vizepräsident/in / Vice-présidentes / Vice presidenti
Adrian Rufener
adrian.rufener@svde-asdd.ch
Barbara Richli
barbara.richli@svde-asdd.ch

Vorstand / Comité / Comitato direttivo
Bildungsstandards / Standards de formation /
Standard formativi
Adrian Rufener
adrian.rufener@svde-asdd.ch

Kommunikation / Communication / Comunicazione:
Barbara Richli
barbara.richli@svde-asdd.ch

Tarifverhandlungen & DRG / Négociations tarifaires & DRG /
Negoziazione tariffaria & DRG
Gabi Fontana
gabi.fontana@svde-asdd.ch

Serviceleistungen / Services / Servizio:
Brigitte Christen-Hess
brigitte.christen@svde-asdd.ch

Arbeitsstandards / Standards de travail / Standard lavorativi
Florine Riesen
florine.riesen@svde-asdd.ch

Fortbildung / Formation continue / Formazione continua
Anne Blancheteau
anne.blancheteau@svde-asdd.ch

Titelbild / Photo de couverture / Illustrazione di copertina
Bild / image / Immagina: fotolia

ISSN 2504-1681
Schlüsselwort: Info
(Schweizerischer Verband der Ernährungsberater/innen)



Stéphanie Hochstrasser

Redaktionskommission
Commission de la rédaction
Commissione della redazione

Liebe Kolleginnen und Kollegen

Als im Sommer 2015 die Themen für die einzelnen Ausgaben des SVDE ASDD Info 2016 festgelegt wurden, hatten wir von der Redaktionskommission keinen Zweifel daran, dass wir euch im letzten Heft des Jahres brandaktuelle Informationen zu den Änderungen des Lebensmittelgesetzes unterbreiten können. Wie sich herausstellte, war dieser Plan wohl doch etwas zu ambitioniert. Die Revision des Lebensmittelgesetzes ist noch nicht abgeschlossen, die definitiven Anpassungen sind noch nicht kommuniziert. Trotzdem wollen wir uns dem Thema annehmen und in einer knappen Übersicht die wichtigsten Änderungen umreissen. Denn auch wenn in den Amtsstuben noch über Details gebrütet und an der definitiven Formulierung gefeilt wird: Was da diskutiert wird, ist höchst interessant und wird für die meisten von uns im Arbeitsalltag relevant sein – sei es direkt oder indirekt.

Eine Änderung betrifft die Deklaration der Nährwerte auf Lebensmitteln, die mit dem neuen Lebensmittelrecht auch in der Schweiz obligatorisch werden soll. Ein Blick hinter die Kulissen der Schweizer Nährwertdatenbank bietet sich bei dieser Gelegenheit natürlich an. Brigitte Buri, eine unserer beiden Berufskolleginnen, die für die Pflege der Schweizer Nährwertdatenbank verantwortlich sind, wird uns im Interview ab Seite 8 einen Einblick in ihren abwechslungsreichen Berufsalltag gewähren.

Ich wünsche euch eine spannende Lektüre, frohe Festtage und bereits jetzt alles Gute fürs 2017!

Chère collègue, cher collègue

Au cours de l'été 2015, lorsque les thèmes des différents numéros de SVDE ASDD Info pour 2016 ont été définis, nous étions convaincues, au sein de la commission de rédaction, que nous serions en mesure de présenter dans le dernier numéro de l'année des informations d'une actualité brûlante au sujet des modifications de la loi sur les denrées alimentaires. Il s'est avéré que ce planning était un peu trop ambitieux. Nous voici arrivées au dernier numéro de 2016, et la révision de la loi sur les denrées alimentaires n'est pas encore terminée, les adaptations définitives n'ont pas encore été communiquées. Malgré tout, nous souhaitons nous pencher sur le sujet et esquisser les principales modifications sous forme d'un aperçu succinct. Car même si l'on est encore en train de plancher sur les derniers détails et de peaufiner la formulation définitive dans les bureaux fédéraux: les sujets discutés revêtent la plus haute importance et auront pour la plupart d'entre nous des conséquences sur notre quotidien professionnel, de manière directe ou indirecte. Une modification concerne la déclaration des valeurs nutritives sur les denrées alimentaires, qui doit également devenir obligatoire en Suisse avec le nouveau droit alimentaire. A cette occasion, il paraît naturel de jeter un coup d'œil dans les coulisses de la base de données suisse des valeurs nutritives. A partir de la page 8, l'interview de Brigitte Buri, l'une de nos deux collègues responsables de l'entretien de la base de données suisse des valeurs nutritives, nous permet de nous plonger dans son quotidien professionnel varié. Je vous souhaite une lecture plaisante, de belles fêtes de fin d'année, et vous présente mes meilleurs vœux de bonheur et succès pour 2017!

Care colleghe, cari colleghi

Quando nell'estate 2015 sono stati stabiliti i temi per le edizioni 2016 di SVDE ASDD Info, noi del comitato di redazione eravamo certi che, nell'ultima numero dell'anno, avremmo potuto presentarvi le ultimissime informazioni sulle modifiche della legge sulle derrate alimentari. Il nostro piano è però risultato essere un po' troppo ambizioso. La revisione della legge sulle derrate alimentari non è infatti ancora conclusa e le modifiche definitive non sono ancora state comunicate. Ciò nonostante vogliamo occuparci del tema e accennare in una breve panoramica alle modifiche più importanti. Perché ciò su cui si discute negli uffici dell'amministrazione federale, riflettendo sui dettagli e rifinendo le formulazioni definitive, è estremamente interessante e, direttamente o indirettamente, sarà rilevante per il lavoro quotidiano della maggior parte di noi. Una modifica concerne la dichiarazione dei valori nutritivi sugli alimenti che, con il nuovo diritto sulle derrate alimentari dovrebbe diventare obbligatoria anche in Svizzera. Questa è certamente un'ottima occasione per gettare uno sguardo dietro le quinte della Banca dati svizzera dei valori nutritivi. Nell'intervista di pagina 8 Brigitte Buri, una delle due nostre colleghe responsabili per la Banca dati svizzera dei valori nutritivi, ci permetterà di farci un'idea sulle sue varie attività quotidiane.

Vi auguro una buona lettura, buone feste e già sin d'ora ogni bene per il 2017!

ENTERALE ERNÄHRUNG

Fresubin 3.2 kcal DRINK

Der hat's in sich!

Il est formidable!



- ✓ **Energiereich,**
400 kcal pro EasyDRINK
- ✓ **Proteinreich,**
20 g pro EasyDRINK
- ✓ **Reich an Vitamin D,**
10 µg pro EasyDRINK
- ✓ **Riche en énergie,**
400 kcal par EasyDRINK
- ✓ **Riche en protéines,**
20 g par EasyDRINK
- ✓ **Riche en vitamine D,**
10 µg par EasyDRINK

Fresenius Kabi (Schweiz) AG
Aawasserstrasse 2
6370 Oberdorf
Telefon 041 619 50 50
Telefax 041 619 50 80
www.fresenius.ch

InfoLine 0800 800 877
InfoMail@fresenius-kabi.com



**FRESENIUS
KABI**

caring for life

sermed informiert:

Die freiwillige Vorsorge wird immer wichtiger

Viele Jahre lang war die Mindestverzinsung in der beruflichen Vorsorge auf vier Prozent fixiert. Neben den Arbeitgeber- und Arbeitnehmerbeiträgen galt der Zins als wichtigster Beitragszahler – bis der Bundesrat den Mindestzins 2002 zum ersten Mal senkte. Seither bewegt er sich nur noch in eine Richtung: Nach unten. Heute werden die BVG-Guthaben der aktiven Angestellten noch mit 1,25 Prozent verzinst. Ab nächstem Jahr könnte es sogar nur noch ein Prozent sein. Damit fällt der dritte Beitragszahler praktisch weg, und als Folge davon sinken die Renten weiter.

Um sein Einkommen im Alter zu sichern, sollte man in die eigene Vorsorge investieren. Dafür eignen sich Einzahlungen in die dritte Säule. Erwerbstätige mit Pensionskasse können dieses Jahr bis zu 6768 Franken in die Säule 3a einzahlen und vom steuerbaren Einkommen abziehen. Die Steuerersparnis beträgt pro 1000 Franken, die ein Sparer einahlt, je nach steuerbarem Einkommen und Wohnort rund 200 bis 400 Franken.

Mit der Säule 3a sollte man nicht gleichzeitig für sein Alter sparen und sich und seine Angehörigen gegen die Folgen von Invalidität und Tod absichern. Sogenannte gemischte 3a-Policen schränken die Flexibilität stark ein, weil jedes Jahr Prämien fällig werden. Darum ist es besser, auf einem 3a-Konto Vermögen aufzubauen und sich separat mit einer Versicherungspolice gegen die Risiken Invalidität und Tod abzusichern, wenn es nötig ist. Zudem rentieren Säule-3a-Konten mit Wertschriften in der Regel deutlich besser als Zinskonten. Ein Beispiel:

Ein Vorsorgesparerer, der von 1991 bis 2015 jedes Jahr den gesetzlichen Höchstbetrag auf ein 3a-Zinskonto eingezahlt hat, verfügt heute über ein Guthaben von 250 000 Franken. Mit einer Wertschriftenlösung, die zu 40 Prozent in Aktien investiert, ist das Guthaben rund 34 070 Franken höher.

Wer kann, sollte bereits in jungen Jahren in die Säule 3a einzahlen. Viele junge Erwerbstätige unterlassen dies, weil ihnen zu wenig Geld übrig bleibt, um jedes Jahr den Maximalbetrag einzahlen zu können. Dadurch entgeht ihnen aber der Zinseszinsseffekt. Zudem können Beitragslücken im Gegensatz zur Pensionskasse in der Säule 3a nicht geschlossen werden. Statt also in einem Jahr nichts und dann einen hohen Betrag in die Säule 3a zu investieren, lohnt es sich einen konstanten Betrag einzuzahlen, auch wenn dieser tiefer ausfällt als der Maximalbetrag.

Neben der Säule 3a bieten sich auch Einkäufe in die Pensionskasse als Sparalternative an. Wie Einzahlungen in die Säule 3a können auch PK-Einkäufe vom steuerbaren Einkommen abgezogen werden. Wichtig: Wer sein Altersguthaben oder einen Teil davon bei der Pensionierung als Kapital beziehen möchte, muss sich spätestens drei Jahre vorher einkaufen. Sonst werden die Steuern fällig, die man durch den Einkauf gespart hat.

Beratung

Für eine unverbindliche Beratung steht Ihnen unser Versicherungspartner VCW Versicherungs-Treuhand AG gerne zur Verfügung. Nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf:

Das Schweizer Lebensmittelgesetz

Am 20. Juni 2014 wurde das neue Lebensmittelgesetz vom Parlament verabschiedet, was verschiedenste Anpassungen auf Stufe der Verordnungen nach sich zieht. Noch sind der genaue Inhalt und die definitive Formulierung nicht kommuniziert, weshalb wir nur wenig Konkretes berichten können. Trotzdem wollen wir einen kleinen Ausblick wagen auf die Änderungen, die im Bereich der Gesetzgebung auf uns warten.

Stéphanie Hochstrasser

Ein Blick zurück

Noch nicht ganz 110 Jahre lang kennt die Schweiz eine Gesetzgebung auf dem Gebiet der Lebensmittel und Gebrauchsgegenstände. Im Sommer 1906 fand die Eidgenössische Volksabstimmung über das Bundesgesetz vom 8. Dezember 1905 «betreffend den Verkehr mit Lebensmitteln und Gebrauchsgegenständen» statt. Nach der Publikation des neuen Gesetzes im Bundesblatt vom 3. Januar 1906 war nämlich das Referendum ergriffen worden. Das Lebensmittelgesetz wurde daraufhin aber mit einem deutlichen Ja-Stimmen-Anteil von 67,6% angenommen und trat per 1. Juli 1909 in Kraft (weitere Informationen und spannende Zeitzeugen unter www.bar.admin.ch). Eine ganze Weile sollte dieses Gesetz Bestand halten. Erst über 80 Jahre später, am 9. Oktober 1992, wurde das aktuell noch immer geltende Bundesgesetz über Lebensmittel und Gebrauchsgegenstände verabschiedet. Dieses ist seit dem 1. Juli 1995 in Kraft.

Warum eine Revision

Mit der Revision des Lebensmittelgesetzes erfolgt eine Angleichung an die Gesetzgebung der Europäischen Union. Einerseits sollen dadurch Handelshemmnisse aufgrund des bestehenden Rechts abgebaut werden, andererseits soll der Schutz der Schweizer Konsumentinnen und Konsumenten mit jenem der EU-Bürgerinnen und -Bürger vergleichbar sein. Neben den Anpassungen an das EU-Recht wurden aber auch einzelne, spezifisch für die Schweiz geltende Regelungen eingebracht.

Das neue Lebensmittelrecht – Stand der Dinge

27 Verordnungen sind von der Überarbeitung aufgrund des neuen Lebensmittelgesetzes betroffen. Am 31. Oktober 2015 endete die Anhörungsfrist, im Rahmen derer sich Kantone, Verbände und andere interessierte Institutionen zur geplanten Gesetzgebung äussern konnten. Nun geht es darum, die Gesetzestexte zu überarbeiten und anzupassen.

Veränderung auf struktureller Ebene

Auf struktureller Ebene sollen sich die einzelnen Verordnungen soweit möglich und sinnvoll an das entsprechende EU-Recht anlehnen. Das bedeutet, dass die bestehenden Verordnungen nicht mehr so weitergeführt werden, wie wir sie in den vergangenen Jahren gekannt haben. Manche Verordnungen werden zusammengefügt, andere aufgeteilt. Ein Beispiel: Die bisherige «Verordnung des EDI über Fremd- und Inhaltsstoffe in Lebensmitteln» wird in Zukunft aufgeteilt werden auf eine Verordnung über Höchstgehalte an Pestizidrückständen, eine Verordnung über Rückstände pharmakologisch wirksamer Stoffe und von Futtermittelzusatzstoffen und eine Verordnung über Kontaminanten. Die Aromen sollen nicht mehr im Rahmen der Zusatzstoffe geregelt werden, sondern sie erhalten eine separate Verordnung. Neu geschaffen wurde zum Beispiel auch eine Verordnung über Nahrungsergänzungsmittel, die bisher in der Verordnung über Speziallebensmittel geregelt waren.

Veränderungen auf inhaltlicher Ebene

Eine grundlegende Änderung wird die Abschaffung des sogenannten Positivprinzips sein. Bisher waren alle Lebensmittel erlaubt, die in einer Verordnung umschrieben waren oder über eine Sonderbewilligung verfügten. Nun kommt es zu einem Paradigmenwechsel. In Zukunft sollen alle Lebensmittel erlaubt sein, die sicher sind und die gesetzlichen Vorgaben erfüllen. Eine solche gesetzliche Vorgabe ist selbstverständlich der Täuschungsschutz, eine nicht irreführende Benennung des Lebensmittels wird also weiterhin zwingend sein.

Für unsere Berufsgruppe sind sicherlich auch folgende geplante Änderungen interessant: Die generelle Pflicht zur Nährwertdeklaration, die Pflicht zur Allergendecklaration im Offenverkauf, eine erhöhte Transparenz bei der Angabe vom Produktionsland, aber auch der Herkunft von einzelnen Rohstoffen im Endprodukt und die Zulassung gewisser Insektenarten als Lebensmittel.

Ich ermutige alle Berufskolleginnen und -kollegen, sich auf der Homepage des Bundesamtes für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV unter www.blv.admin.ch auf dem Laufenden bezüglich der Änderungen in der Lebensmittelgesetzgebung zu halten.

Studie von Coop Free From liefert neue Fakten für die Schweiz

Unverträglichkeiten auf Lebensmittel sind in der Schweiz eine Realität und die Sensibilität dafür wird grösser. Dies bestätigt eine Studie von Coop, die zum 10-jährigen Jubiläum der Coop Eigenmarke Free From mit fachlicher Unterstützung von aha! Allergiezentrum Schweiz realisiert wurde.

Jeder Vierte hat eine Lebensmittel-unverträglichkeit

Die Zahlen der Betroffenen liegen über den bisherigen Schätzungen. Bei Lactose zum Beispiel haben 5 Prozent der Befragten eine ärztlich diagnostizierte Unverträglichkeit, 11 Prozent sind durch Angehörige sogenannte fremdbetroffen. 18 Prozent sind Affine, die sich gesundheitlich besser fühlen, wenn sie auf Milchzucker verzichten. Bei Gluten sind es 2 Prozent Direktbetroffene, 6 Prozent Fremdbetroffene und 14 Prozent Affine.

Für 91 Prozent sind Lactose und Gluten bekannte Begriffe

Obwohl viele Menschen die Begriffe Lactose und Gluten kennen, ist Aufklärung gefragt. So meinen 85 Prozent der Befragten,

dass Hartkäse lactosehaltig ist und jeder Dritte weiss nicht, dass Kartoffeln kein Gluten enthalten.

«Heute kauft jeder fünfte Coop-Kunde regelmässig lactose- und glutenfreie Produkte. Ein Drittel unserer Kunden legt diese Artikel heute deutlich häufiger in den Einkaufskorb. So verkaufen wir beispielsweise acht Mal mehr lactosefreie Milch als noch vor fünf Jahren»

ROLAND FREFEL

Leiter Frischprodukte Coop

Dass die Sensibilität fürs Thema gestiegen ist, zeigt auch eine Umfrage von Coop beim Verband der Schweizer Ernährungsberaterinnen und -berater (SVDE). Neun von zehn Beratern geben an, in den letzten fünf Jahren mehr Klienten zu Nahrungsmittelunverträglichkeiten beraten zu haben.

Die Käuferschaft ist jung und gesundheitsaffin

Die Studienergebnisse zeichnen ein klares Bild der Käuferinnen und Käufer von lactose- und glutenfreien Produkten. Sie sind signifikant jünger, häufiger ledig, Vollzeit berufstätig und höher gebildet. In der Westschweiz und im Tessin ist die Nachfrage grösser. Im Tessin kauft jeder dritte Kunde Free-From-Produkte und der Umsatzanteil ist in diesem Kanton doppelt so hoch.

Die Verpackung als wichtigste Infoquelle

Eine klare Kennzeichnung auf den Produkten erleichtert das Prüfen der Inhaltsstoffe und somit das Einkaufen. Bei den Fremdbetroffenen geben sogar 97 Prozent an, dass diese Informationen für sie entscheidend sind. Bei den Affinen sind es 89 Prozent. Coop trägt dem Rechnung mit einem neuen Verpackungsdesign: Alle Spezialprodukte haben eine helle Verpackung und ein prominent platziertes grünes Logo auf der Vorderseite. Dadurch heben sie sich im Regal ab. Ergänzende Siegel zeigen deutlich, ob das Produkt frei ist von Lactose oder Gluten.



Bekanntheit hoch, Wissen ungenügend

Für 91% sind Lactose- und Glutenunverträglichkeit ein Begriff.

Aufklärung bei Betroffenen und Affinen nötig

Für 88% ist Verpackung wichtigste Infoquelle

Quelle: Coop Marktrecherche 2016, N= 519

Coop Studie 2016

Einfach und sicher Einkaufen dank klarer Kennzeichnung



Damit alle einfach und sicher einkaufen können, hat Coop zum 10-jährigen Jubiläum von Free From das Sortiment weiterentwickelt: Die Produkte haben eine neue Verpackung, die Kennzeichnung ist noch klarer und das Angebot deutlich grösser.

Das Kennzeichnungssystem von Coop Free From

Alle Spezialprodukte haben eine helle Verpackung und das prominente grüne Logo auf der Vorderseite. Dadurch heben sie sich im Regal ab. Ergänzende Siegel zeigen klar, ob das Produkt frei ist von Lactose oder Gluten. Auf der Vorderseite ist in einem gelben Balken ausgewiesen, welche Allergene weiter nicht enthalten sind. Zum Beispiel Sellerie, Eier, Senf, Soja oder Schwefel.

Neu: Kennzeichnung anderer Eigenmarken

Neu verwendet Coop die Kennzeichnung von Free From auch auf anderen Eigenmarken wie Betty Bossi, Karma und Na-

turaplan. Zudem führt Coop immer mehr lactose- und glutenfreie Markenartikel von Anbietern wie Barilla, Emmi und Schär. Das Angebot ist heute zehn Mal so gross wie vor zehn Jahren.

Unabhängige Zertifizierung bietet zusätzlich Orientierung

Coop hat im Sommer einen neuen Vertrag mit Service Allergie Suisse (SAS), der unabhängigen Tochtergesellschaft der Stiftung aha! Allergiezentrum Schweiz unterzeichnet. Im Rahmen dieser verstärkten Zusammenarbeit wird SAS die Produkte des Food- und Non-Food-Sortiments zertifizieren. Diese sind entsprechend mit dem Schweizer Allergie-Gütesiegel ausgezeichnet. Alle glutenfreien Spezialartikel tragen zudem das rechtlich geschützte Glutenfrei-Symbol: die durchgestrichene Ähre im Kreis.



Das Sortiment von Coop umfasst mittlerweile über 350 Artikel, welche sich für Personen mit Allergien oder Intoleranzen eignen und die entsprechend gekennzeichnet sind. Eine solche Vielfalt vereint an einem Ort bietet kein anderer Schweizer Detailhändler.

Mehr Informationen zum Relaunch oder feine Rezepte und Produktlisten finden Sie auf coop.ch/freefrom

Die Schweizer Nährwertdatenbank – ein Blick hinter die Kulissen

Brigitte Buri, Ernährungsberaterin SVDE, ist eine von zwei Berufskolleginnen, die sich im Auftrag des Bundes um die Schweizer Nährwertdatenbank kümmern. Im Interview mit dem SVDE ASDD Info gewährt sie uns Einblick in ihren spannenden Arbeitsalltag.

Stéphanie Hochstrasser: Liebe Brigitte, ich freue mich, von dir einen etwas vertieften Einblick in die Schweizer Nährwertdatenbank und die Arbeit, die hinter den vielen Zahlen steckt, zu erhalten. Fangen wir ganz von vorne an: Wie kam es zur Schweizer Nährwertdatenbank und was ist sie ganz genau?

Brigitte Buri: In Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit (BAG) wurde 1998 am Institut für Lebensmittelwissenschaften der ETH Zürich ein Projekt zur Erstellung einer Datenbank mit Schweizer Nährwertdaten lanciert.

Seit 2011 ist die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE im Rahmen eines 50%-Pensums für die Pflege und Erweiterung der Datenbank verantwortlich. Auch für die nächsten zwei Jahre hat das BLV die SGE mit einem 50%-Pensum zur Verwaltung der Datenbank beauftragt. Wir arbeiten bei der SGE zu zweit an der Datenbank und stehen in regem Kontakt mit dem Verantwortlichen des BLV.

Die Schweizer Nährwertdatenbank ist eine kostenlose und frei zugängliche Datensammlung des Bundesamtes für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV. Sie dient Ernährungswissenschaftler/-innen, Ernährungsberater/-innen, Lebensmitteltechnolog/-innen und all jenen, die sich mit der Ernährung eines Individuums oder einer Bevölkerungsgruppe auseinandersetzen, als wichtiges und vielfältiges Hilfsmittel. Sie ermöglicht es, Berechnungen anzustellen, um eine Über- oder Unterversorgung an Nährstoffen zu dokumentieren.

Die Schweizer Nährwertdatenbank dient als Standardinstrument zur Auswertung der ersten Verzehrerhebung der Schweiz menuCH und soll auch für zukünftige Ernährungserhebungen oder epidemiologische Studien als Standardinstrument eingesetzt werden. Sie dient dem Bund dazu,

die Versorgung der Schweizer Bevölkerung mit den verschiedenen Nährstoffen abzuschätzen, um daraus Massnahmen abzuleiten und zum Beispiel die Ernährungsstrategie festzulegen.

Wie sieht ein typischer Arbeitstag an der Nährwertdatenbank aus?

Bei der Arbeit an der Nährwertdatenbank gibt es keine typischen Tage, die Aufgaben sind meist sehr vielseitig. Heute hat der Tag zum Beispiel mit einer telefonischen Anfrage zu den Referenzen der Schweizer Nährwertdatenbank gestartet. Ich habe ein paar administrative Angelegenheiten zu erledigen: es stehen mehrere Telefonate mit Lebensmittelherstellern an, um unsere Daten aktuell zu halten. Weiter muss ich mit dem IT-Programmierer und Verantwortlichen für das Programm FoodCASE (das ist die Software, um die Daten zu verwalten) Kontakt aufnehmen, da es eine Unstimmigkeit beim Runden der Nährstoffdaten gibt. Und dann haben wir vom Schweizerischen Vitamininstitut neue Analysen erhalten. Diese müssen mit den Angaben, die schon vorhanden sind, verglichen und dann eingepflegt und dokumentiert werden. Weiter steht eine Recherche an, da wir die Schweizer Nährwertdatenbank gerne um das Lebensmittel Quinoa erweitern möchten.

Aktuell liegt die Priorität bei der Datenqualität, das heisst, einen möglichst systematischen Überprüfung und falls nötig Aktualisierung von Nährwertdaten generischer Lebensmittel sowie dem Einpflegen von neuen generischen Lebensmitteln. Beides sind sehr aufwendige Prozesse, da das sorgfältige Recherchieren in verschiedenen, vor allem europäischen Datenbanken oder in wissenschaftlichen Nährstoffpublikationen in Europa entscheidend ist für eine gute Datenqualität.

Welche Ausbildung deinerseits war notwendig für deine Arbeit an der Schweizer Nährwertdatenbank?

Ich hatte das Glück, im Jahr 2015 den spezifischen Post-Graduate Course «The Production and Use of Food Composition Data in Nutrition» (Division of Human Nutrition and the Graduate School VLAG, Wageningen University, The Netherlands) besuchen zu können. Der Kurs umfasste Vorlesungen, praxisrelevante Übungen, eine Exkursion ins Labor, E-Learning und diverse Gruppenarbeiten. Der Kurs bot die Gelegenheit, die einzelnen Schritte, welche nötig sind, um qualitativ hochwertige Nährwertdaten zu generieren, mit fundierten theoretischen Grundlagen sowie mit diversen Praxisbeispielen und Übungen zu vertiefen.

Der Kurs war für die Stelle zwar nicht explizit gefordert, aber ich bin mir nicht sicher, ob ich ohne die umfassenden vertieften Grundlagen in der Lage wäre, meinen Job zu machen. Qualitativ hochwertige, landesspezifische Nährwertdaten bilden eine wichtige Basis, um nationale Ernährungs- und Gesundheitsstrategien festzulegen.

Wie umfangreich ist die Schweizer Nährwertdatenbank?

Die Schweizer Nährwertdatenbank umfasst aktuell rund 10 500 Lebensmittel, die in 19 Ober- und 105 Unterkategorien eingeteilt sind, mit vollständigen Angaben zu den Makronährstoffen sowie zu Wasser-, Alkohol- und Energiegehalt.

Bei den 9450 Firmenprodukten sind nur jene Angaben abrufbar, welche die Firma zur Verfügung gestellt hat, ohne dass wir diese überprüft haben. Bei den aktuell 961 generischen Lebensmitteln stehen von den meisten alle 37 von uns erfassten Nährwerte zur Verfügung. Das heisst, zusätzlich zu den Makronährstoffen, dem Wasser-, Alkohol- und Energiegehalt auch der Gehalt an Nahrungsfasern und etlichen Vitaminen und Mineralstoffen sowie die Zusammensetzung der Fette. Im Ver-

hältnis zu anderen europäischen Ländern ist dies eher bescheiden. Aber im Verhältnis zu den Ressourcen eines 50%-Pensums sehr beachtlich.

Bestehen Kontakte zu anderen «Nährwertdatenbankbetreuern» über die Landesgrenze hinaus?

Ja, absolut! Da es pro Land nur eine Nährwertdatenbank gibt, sind internationale Kontakte ganz wichtig. Es gibt die europäische Organisation EuroFIR (European Food Information Resource), eine gemeinnützige internationale Organisation. Der Zweck dieser Einrichtung ist die Entwicklung und Veröffentlichung von Informationen über die Lebensmittelzusammensetzung, die Förderung der internationalen Zusammenarbeit und die Verbesserung der Informationsverbreitung. Einerseits

sind wir dort Mitglied und andererseits konnte ich bei meinem Kurs in den Niederlanden diverse internationale Kontakte knüpfen.

Woher stammen die Nährwerte?

Bei der Erstellung der Schweizer Nährwertdatenbank wurden Daten aus ganz verschiedenen Quellen zusammengetragen. Eine häufige Quelle ist sicher der Bundeslebensmittelschlüssel BLS aus Deutschland, aber natürlich werden auch andere Datenbanken als Quelle benützt. Gut die Hälfte der Daten stammt aus anderen Datenbanken. Das heisst, diese Daten werden dort ausgeliehen. Wir haben aber auch diverse Analysen aus der Schweiz von unterschiedlichen Labors.

Es gibt also auch eigene Analysen.

Wie geht ihr da vor?

Die Analysen von weiteren Lebensmitteln werden im Auftrag des Bundesamts für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV in Auftrag gegeben. Einerseits ist das eigene Labor, die Forschungsanstalt Agroscope, ein wichtiger Partner für solche Analysen, andererseits das Schweizerische Vitamininstitut in Lausanne. Wir erhalten zum Teil auch Analysen von der Industrie, die die Lebensmittel in ihren internen Labors analysiert.

Die ganzen Prozesse, um Analysen durchzuführen und repräsentative Daten zu erhalten, sind sehr zeitintensiv. Dies fängt bei der genauen Bezeichnung des gewünschten Lebensmittels an, geht über Dokumentation, richtige Aufbewahrung bis zur passenden Labormethode und Datenaufbereitung zur Einpflege in die Daten-

FoodCASE V1.4.4

File View Tools Help

Single Values Aggregated Values Recipes References Versions

search

- Food Search
- Component Search
- Food Markers
- Value Markers
- Language Codes

look

Single foods

Single...	Name	Category	English Name
3	Alaska-Seelachsfilets (Coop...		Alaska pollock filet (Coop...
4	Älpler Macaroni, Knorr Hütt...		Aelpler Macaroni, Knorr H...
5	Älpermaccheroni (Migros), ...		Aelpler Macaroni (Migros)
8	Ananas, roh		Pineapple, fresh
10	Apfel, geschält, getrocknet		Apple, peeled, dried
11	Apfel, roh		Apple, fresh
12	Apfelmus, gezuckert (Coop)		Applesauce, sweetened (
15	Apfelsaft		Apple juice
16	Apfelwein, 4 % vol		Cider, 4% vol
17	Apfelwein, 6.2 % vol		Cider, 6.2% vol

Refresh 970 rows Open New...

Single components Apfelsaft

Singl...	Code	Component Name	Value	Unit	...	Value Ty
16911	ALC	alcohol	0.0	g	V	value ty
38741	RETOLAT	all-trans retinol	0.0	ug	V	best est
38740	RETOLATE	all-trans retinol equival...	0.0	ug-RE	V	best est
38742	CARTBEQ	beta-carotene equivale...	0.0	BCE	V	value ty
16913	CA	calcium	6.66666...	mg	V	value ty
40643	CHO	carbohydrate	10.83488...	g	V	value ty
16924	CHOT	carbohydrate, total	10.83488...	g	V	value ty
16914	CLD	chloride	2.0	mg	V	value ty
16915	CHORL	cholesterol	0.0	mg	V	logical z
16919	FAT	fat, total	0.1	g	V	value ty

Refresh 36 rows Open New... Duplicate Clipboard

work

Clipboard

Aggregation Cooking Batch

Sin...	Fo...	Code	Value	Unit	Ma...
--------	-------	------	-------	------	-------

Create Aggregated Food

Clear

Ein Blick in FoodCase, wo die Daten für die Schweizer Nährwertdatenbank bearbeitet werden.

bank. Nährstoffanalysen können daher mehrere Tausend Franken kosten.

Wer entscheidet, welche neuen Lebensmittel aufgenommen werden?

In letzter Zeit war vor allem die Studie menuCH bestimmend, welche Lebensmittel benötigt wurden, um die Studie möglichst repräsentativ auswerten zu können. Ansonsten können meine Arbeitskollegin Muriel Jaquet und ich dem Verantwortlichen des Bundesamts für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV vorschlagen, welche Lebensmittel wir einpflegen möchten und aus welchen Gründen. Ab und zu haben wir auch eine Anfrage über die Kontaktseite oder das eigene Netzwerk mit einem bestimmten Wunsch für ein Lebensmittel oder weitere Nährstoffe.

Wer entscheidet, welche Nährstoffe genau abgebildet werden?

Die ersten Veröffentlichungen im Jahre 2003 als Access-Datenbank, als PDF-Blattsammlung auf CD und in Form der Broschüre «Schweizer Nährwerttabelle» enthielten rund 675 Lebensmittel und 32 Nährstoffe. Aktuell haben wir 961 generische Lebensmittel mit 37 Nährstoffangaben. Die Schweizer Nährwertdatenbank ist über die Jahre stetig gewachsen und wird dies auch weiterhin tun. Der Entscheid, welche Nährstoffe abgebildet werden, hängt einerseits mit dem Bedarf

zum Beispiel für Verzehrstudien zusammen. Andererseits aber auch mit der Verfügbarkeit von repräsentativen Nährwertdaten und natürlich auch mit unseren verfügbaren Ressourcen.

Weisst du, wer die Daten der Schweizer Nährwertdatenbank nutzt?

Bekommst du Rückmeldungen?

Durch den Button «Kontakt» auf der Homepage der Schweizer Nährwertdatenbank erhalten wir regelmässig Anfragen zu Nährwerten. Da sind Anfragen von unterschiedlichen Berufsgruppen dabei: Ernährungsberater/-innen, Köche, Lebensmittelingenieure, aber auch Privatpersonen oder Lebensmittelhersteller. Häufig geht es um ganz spezifische Fragen zu einem bestimmten Nährwert, ob diese Angabe wirklich stimme. So wurden wir auch schon aufmerksam auf unstimmmige Werte, welche wir entsprechend korrigieren konnten. Da die Datenbank kostenlos zur Verfügung steht, haben wir keinen Überblick darüber, wer die Daten benützt. Ich hoffe natürlich möglichst viele, da wir zum Beispiel bei Milch- und Milchprodukten über ein breites Spektrum an Schweizer Daten verfügen. Gerade bei der Deklaration auf Lebensmittelverpackungen ist es sinnvoll, unsere Schweizer Daten zu verwenden. Wir wollen ja nicht wissen, welche Zusammensetzung der Milch in den USA hat.

Was magst du besonders an deinem Job?

Mir gefallen besonders die vielseitigen Kontakte mit verschiedensten Berufsgruppen und der Austausch mit den einzelnen Fachpersonen aus den Bereichen Forschung, Wissenschaft, Labor, Industrie und IT. Stets gefordert bin ich bei internationalen Kontakten zu den «Compilern» (das ist die Bezeichnung für jene Personen, die die Nährwertdatenbank pflegen), die häufig eine langjährige Berufserfahrung aufweisen und eine grosse Passion für die Pflege und Entwicklung der Nährwertdatenbank hegen. Ich schätze die enge und anregende Zusammenarbeit mit meiner Kollegin Muriel Jaquet. Und extrem spannend sind die Recherchen rund um die Nährwerte, zum Beispiel wenn ein neues Lebensmittel eingepflegt wird.

Und was sind die ärgerlichen Alltagssituationen?

Ich bin noch ein Neuling in meinem Job. Die Routine hat sich noch nicht eingestellt und ich mag meine tägliche Arbeit sehr. Ein Ärgernis ist es, wenn die Technik nicht funktioniert. Die ganze Datenbank ist in eine komplexe Software eingebettet und wir sind extrem abhängig vom Computer. Aber meistens funktioniert alles tadellos.

Liebe Brigitte, ich danke dir für das Interview und den spannenden Einblick in deine Tätigkeit!

Wir DANKEN unseren Sponsoren und Förderern für die Unterstützung im 2016!

Nous REMERCIONS nos sponsors et donateurs pour leur soutien en 2016!

GRAZIE ai nostri sponsor e donatori per il sostegno nel 2016!

Abbott AG Nutrition
Coop Genossenschaft
Emmi Schweiz AG
Fresenius-Kabi (Schweiz) AG
Hermes Süsstoff AG
HUG AG
Nestlé Suisse SA
Nestlé Health Science
Nutricia S.A.
Proviande
SMP – Swissmilk
Unilever Schweiz GmbH
Verein Schweizer Rapsöl

La loi fédérale sur les denrées alimentaires

Le 20 juin 2014, la nouvelle loi sur les denrées alimentaires a été adoptée par le Parlement, ce qui entraînera des adaptations très diverses au niveau des ordonnances. Comme aucune communication officielle n'a encore été faite au sujet de la teneur exacte et de la formulation définitive, nous n'avons pas beaucoup d'éléments concrets à vous apporter. Osons néanmoins jeter un petit coup d'œil sur les changements qui nous attendent sur le plan de la législation.

Stéphanie Hochstrasser

Petite rétrospective

Cela ne fait pas encore tout à fait 110 ans que la Suisse est dotée d'une législation dans le domaine des denrées alimentaires et des objets usuels. Au cours de l'été 1906 se déroula en effet la votation populaire sur la loi fédérale du 8 décembre 1905 «sur le commerce des denrées alimentaires et de divers objets usuels». Ceci car après la publication de la nouvelle loi dans la feuille fédérale du 3 janvier 1906, le référendum avait été saisi. Toutefois, la loi sur les denrées alimentaires fut acceptée avec une nette majorité de OUI de 67,6 % et entra en vigueur le 1^{er} juillet 1909 (de plus amples informations et de fascinants témoignages de l'époque peuvent être consultés sous www.bar.admin.ch). Cette loi eut une longue existence. Il fallut en effet attendre 80 ans jusqu'à ce que la loi fédérale sur les denrées alimentaires et les objets usuels, toujours valable actuellement, fut adoptée le 9 octobre 1992. Celle-ci est en vigueur depuis le 1^{er} juillet 1995.

Pourquoi une révision?

La révision de la loi sur les denrées alimentaires permet une harmonisation avec la législation de l'Union européenne. Cette démarche vise d'une part à supprimer les barrières commerciales liées au droit existant, et d'autre part à assurer une protection des consommatrices et consommateurs suisses comparable à celle des citoyennes et citoyens de l'UE. En plus des adaptations au cadre normatif de l'UE, certaines dispositions spécifiquement valables pour la Suisse ont été ajoutées.

Nouveau droit alimentaire: où en est-on?

Les remaniements entraînés par la nouvelle loi sur les denrées alimentaires concernent pas moins de 27 ordonnances. Le délai d'audition, dans le cadre duquel les cantons, associations et autres institutions concernées ont pu s'exprimer sur la législation planifiée, a expiré le 31 octobre 2015. A ce stade, les textes de loi doivent être révisés et adaptés.

Changements sur le plan structurel

Sur le plan structurel, les différentes ordonnances se fonderont, autant que possible et pour autant que cela soit pertinent, sur le droit de l'UE applicable en la matière. Cela signifie que les ordonnances telles que nous les avons connues au cours de ces dernières années ne seront pas maintenues telles quelles. Certaines ordonnances seront regroupées, tandis que d'autres seront scindées. Prenons un exemple: l'actuelle «Ordonnance du DFI sur les substances étrangères et les composants dans les denrées alimentaires» sera divisée en trois ordonnances à l'avenir: une ordonnance sur les teneurs maximales en résidus de pesticides, une ordonnance sur les résidus de substances pharmacologiquement actives et d'additifs pour l'alimentation animale et une ordonnance sur les contaminants. Les arômes ne seront plus réglementés dans le même cadre normatif que les additifs, mais feront l'objet d'une ordonnance sé-

parée. Une nouvelle ordonnance sera par ailleurs créée, l'ordonnance sur les compléments alimentaires, qui jusqu'ici étaient traités dans l'ordonnance sur les aliments spéciaux.

Changements sur le fond

L'abandon du principe positif représentera une modification fondamentale. Jusqu'ici, tous les aliments qui étaient décrits dans une ordonnance ou disposaient d'une autorisation spéciale pouvaient être mis sur le marché. On assistera à un changement de paradigme. A l'avenir, tous les aliments qui sont sûrs et remplissent les exigences légales seront autorisés. Une telle prescription légale est bien entendu une protection contre la tromperie, et une désignation de la denrée alimentaire ne pouvant prêter à confusion restera obligatoire.

Pour notre groupe professionnel, les modifications planifiées suivantes revêtent sans doute un certain intérêt: extension de l'obligation de déclarer les valeurs nutritionnelles, déclaration écrite obligatoire des allergènes contenus dans les produits vendus en vrac, transparence accrue au niveau de l'indication du pays de production, mais aussi de l'origine des matières premières entrant dans la préparation du produit final et autorisation de certains genres d'insectes en tant que denrées alimentaires.

J'encourage tou-te-s les collègues à consulter le site Internet de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV, sous le lien www.blv.admin.ch, pour se tenir au courant des modifications survenues au niveau de la législation sur les aliments.

Une enquête réalisée par Coop Free From fournit de nouveaux éléments concernant la Suisse

Les intolérances alimentaires sont une réalité qui est prise de plus en plus au sérieux. C'est la conclusion d'une enquête réalisée par Coop avec l'aide précieuse du Centre d'Allergie Suisse aha! à l'occasion du 10^e anniversaire de sa marque propre Free From.

Les intolérances alimentaires touchent une personne sur quatre

Le nombre de personnes concernées est supérieur aux estimations effectuées jusqu'ici. Une intolérance au lactose, par exemple, a été diagnostiquée chez 5 % des personnes interrogées, tandis qu'elles sont 11 % à renoncer au lactose en raison d'un de leurs proches. 18 % des personnes estiment quant à elles se sentir en meilleure santé lorsqu'elles évitent le lactose. Pour le gluten, 2 % sont directement concernées, 6 % ont un proche concerné et 14 % présentent une sensibilisation.

91 % des sondés connaissent les termes lactose et gluten

Alors que les termes lactose et gluten sont connus, on sait moins ce qu'ils signifient.

Ainsi, 85 % des sondés pensent qu'il y a du lactose dans le fromage à pâte dure, et un sur trois ignore que la pomme de terre ne contient pas de gluten.

«Aujourd'hui, un client de Coop sur cinq achète régulièrement ce type de produits, et un tiers de la clientèle en achète nettement plus souvent. A titre d'exemple, nos ventes de lait sans lactose ont été multipliées par huit en cinq ans»

ROLAND FREFEL

Responsable des produits frais chez Coop

Un sondage réalisé par Coop auprès de l'Association suisse des diététicien-ne-s (ASDD) confirme la sensibilité accrue du public à ce sujet: neuf professionnels sur dix ont vu depuis cinq ans augmenter le nombre de leurs consultations pour des intolérances alimentaires.

Des acheteurs jeunes et attentifs à leur santé

L'enquête dresse un portrait net des acheteurs de produits sans lactose ou sans gluten. Ils sont jeunes, souvent célibataires, présentent un niveau d'études élevé et travaillent à plein temps. La demande est plus forte en Suisse romande et encore plus au Tessin, canton où un client sur trois achète des produits Free From et où la part de ces produits dans le chiffre d'affaires est deux fois plus élevée que dans le reste de la Suisse.

L'emballage, une source d'informations essentielle

L'étiquetage clair des produits facilite la vérification des ingrédients et donc le choix en magasin. Cette information est même décisive pour 97 % des sondés qui ont un proche concerné et pour 89 % de ceux qui présentent une sensibilisation. Coop en a tenu compte en redessinant ses emballages: tous les produits spéciaux sont rhabillés de clair avec un logo vert bien en évidence sur le devant, pour une visibilité maximale en rayon. Des sigles complémentaires précisent clairement l'absence de lactose ou de gluten.



Notoriété élevée, connaissances insuffisantes

91 % des gens connaissent l'existence des intolérances au lactose et au gluten.

Nécessité d'information chez les personnes intolérantes et sensibles

Pour 88% des gens, l'emballage est la source d'information principale

free from

Etudes de Coop 2016

Source: Etudes de marché Coop 2016, n=519

Un étiquetage clair pour vous faciliter les courses



Pour que les clients puissent acheter en toute sécurité et simplicité, Coop a fait évoluer son offre pour les 10 ans de Free From: l'emballage a été remanié, l'étiquetage est encore plus clair et le nombre de produits a augmenté.

Le système d'étiquetage Coop Free From

Tous les produits Free From sont vendus dans un emballage clair avec le logo vert bien visible sur le devant, ce qui permet de les repérer facilement en rayon. Des mentions complémentaires précisent l'absence de lactose et/ou de gluten. Sur l'avant de l'emballage, un bandeau jaune recense en outre les allergènes absents du produit, notamment le céleri, l'œuf, la moutarde, le soja ou le soufre.

Nouveau: étiquetage des autres marques propres

Le logo Free From figure désormais sur des produits d'autres marques propres Coop,

dont Betty Bossi, Karma et Naturaplan. De plus, Coop propose un nombre croissant d'articles de marque sans gluten ou sans lactose, notamment chez Barilla, Emmi ou Schär. L'assortiment est aujourd'hui dix fois plus vaste qu'il y a dix ans.

Une certification indépendante pour plus de sécurité

Coop a signé cet été un nouveau contrat avec Service Allergie Suisse (SAS), filiale indépendante de la fondation Centre d'Allergie Suisse aha! Dans le cadre de cette collaboration renforcée, SAS va certifier les produits de l'assortiment alimentaire et non alimentaire et leur octroyer le label Allergie Suisse. Tous les articles spéciaux sans gluten sont en outre signalés par le symbole «sans gluten» protégé par la loi: un épi barré dans un cercle.



Actuellement, l'assortiment de Coop comprend plus de 350 articles qui conviennent aux personnes souffrant d'allergies ou d'intolérances alimentaires et qui sont étiquetés en conséquence. Coop est le seul distributeur suisse à en proposer autant.

Pour en savoir plus sur les nouveautés Free From, découvrir de délicieuses recettes ou connaître la liste des produits, rendez-vous sur coop.ch/freefrom.

Base de données suisse des valeurs nutritives: coup d'œil dans les coulisses

Brigitte Buri, diététicienne ASDD, est l'une de nos deux collègues s'occupant de gérer la base de données suisse des valeurs nutritives sur mandat de la Confédération. Dans l'interview qu'elle a accordée à SVDE ASDD Info, elle nous a permis de plonger dans son quotidien professionnel captivant.

Stéphanie Hochstrasser: Chère Brigitte, je suis très contente que tu nous donnes l'occasion de comprendre de manière plus approfondie la base de données suisse des valeurs nutritives et le travail qui se cache derrière tous ces chiffres. Commentons donc par le tout début: comment la base de données suisse des valeurs nutritives a-t-elle vu le jour et qu'est-ce que c'est exactement?

Brigitte Buri: En 1998, en collaboration avec l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), un projet de création d'une base de données contenant des valeurs nutritives suisses a été lancé à l'Institut des sciences de l'alimentation de l'EPF de Zurich. Depuis 2011, la Société Suisse de Nutrition SSN est responsable de l'entretien et de l'enrichissement de cette base de données dans le cadre d'une charge de travail à mi-temps. Pour ces deux prochaines années aussi, l'OSAV a donné mandat à la SSN, dans le cadre d'une charge de travail à mi-temps, de gérer cette base de données. Nous travaillons à deux sur la base de données au sein de la SSN et sommes en contact étroit avec le responsable de l'OSAV.

La base de données suisse des valeurs nutritives, librement consultable en ligne, est un fichier de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV. Elle est un outil important aux applications variées pour les nutritionnistes scientifiques, les diététicien-ne-s et les technologues en denrées alimentaires, ainsi que toute personne qui s'intéresse à l'alimentation individuelle ou d'un groupe de la population. Elle sert de base de calcul pour documenter un apport excessif ou insuffisant en nutriments.

La base de données suisse des valeurs nutritives est un instrument standard d'analyse utilisé dans la cadre du premier son-

dage sur les habitudes de consommation de la population suisse, menuCH. A l'avenir, elle servira aussi pour d'autres enquêtes sur l'alimentation et des études épidémiologiques. La Confédération s'appuie sur ces données pour évaluer l'apport en nutriments parmi la population et en déduire des mesures éventuelles, par exemple au travers d'une stratégie en matière d'alimentation.

A quoi ressemble une journée de travail type pour le compte de la base de données des valeurs nutritives?

On ne peut pas vraiment parler de journée type en tant que gestionnaire de la base de données, car les tâches sont la plupart du temps très variées. Si l'on prend l'exemple d'aujourd'hui, j'ai d'abord reçu un appel me demandant d'indiquer les références de la base de données suisse des valeurs nutritives. J'ai ensuite réglé quelques points administratifs, avec plusieurs appels avec des fabricants de l'industrie agroalimentaire dans le but d'actualiser nos données. Puis j'ai dû prendre contact avec le programmeur informatique et le responsable du programme FoodCASE, qui est le logiciel que nous utilisons pour gérer les données, car certaines inexactitudes ont été constatées lors de l'arrondissement des données sur les valeurs nutritives. Un peu plus tard, nous avons reçu de nouvelles analyses de l'Institut Suisse des Vitamines. Nous devons les comparer à celles dont nous disposons déjà puis les intégrer et les documenter. Actuellement, nous effectuons par ailleurs des recherches dans le but d'enrichir la base de données suisse des valeurs nutritives par des données relatives à un nouvel aliment, le quinoa.

La qualité des données reste notre priorité. Cela veut dire que nous essayons de procéder à des vérifications systématiques, et au

besoin à l'actualisation des valeurs nutritives des aliments génériques, tout comme à l'entrée de nouveaux aliments génériques. Chacune de ces deux procédures est très exigeante, car les recherches minutieuses dans les différentes bases de données, notamment européennes, ou encore dans des publications scientifiques en Europe, jouent un rôle déterminant pour la qualité des données.

Quelle formation a été nécessaire de ton côté pour travailler pour le compte de la base de données des valeurs nutritives?

J'ai eu la chance de suivre en 2015 le cours de formation postgrade spécifique «The Production and Use of Food Composition Data in Nutrition» aux Pays-Bas à la Division of Human Nutrition de la Graduate School VLAG de l'Université de Wageningen. La formation se composait de cours magistraux, de travaux pratiques, une visite de laboratoire, de séquences d'e-learning et d'un certain nombre de travaux de groupe. Elle m'a donné l'occasion d'approfondir les différentes étapes qui sont nécessaires pour générer des données sur les valeurs nutritives d'un niveau qualitatif élevé à l'aide de bases théoriques solides et d'exercices appliqués.

Ce cours n'était pas un prérequis pour occuper le poste, mais je ne suis pas sûre que sans ces bases complètes et approfondies, j'aurais été en mesure d'accomplir les tâches relatives à ma fonction. Un pays a besoin de données nutritives de qualité qui lui sont propres pour définir des stratégies nationales sur les questions d'alimentation et de santé.

Quelle est l'ampleur de la base de données suisse des valeurs nutritives?

La base de données suisse des valeurs nutritives comprend actuellement près de 10 500 aliments, qui sont répartis en 19 grandes familles et 105 sous-catégories, avec des indications complètes sur les macronutriments, ainsi que la teneur en eau et en alcool, et la valeur énergétique.

Pour les 9450 produits de marque, il est uniquement possible de consulter les indications mises à disposition par le fabricant, que nous n'avons donc pas vérifiées. En ce qui concerne les aliments génériques, au nombre de 961 actuellement, chacune des 37 valeurs nutritives que nous répertorions est le plus souvent disponible. Ainsi, en plus des macronutriments, nous fournissons des indications sur la teneur en eau et en alcool, sur la valeur énergétique, ainsi que sur la teneur en fibres alimentaires, mais aussi en minéraux et en vitamines, elles-mêmes nombreuses, sans oublier la composition des matières grasses. Par rapport à d'autres pays européens, ces données sont plutôt modestes. Elles sont toutefois considérables si l'on tient compte des ressources affectées, à savoir un poste à mi-temps.

Etes-vous en contact avec les gestionnaires de base de données des valeurs nutritives d'autres pays?

Oui, tout à fait! Vu qu'il n'y a qu'une seule base de données par pays, les relations internationales sont essentielles. Il faut mentionner dans ce contexte l'organisation européenne EuroFIR (European Food Information Resource), qui est reconnue d'utilité publique. Le but de cette institution est de développer et de publier des informations sur la composition des aliments, de promouvoir la collaboration internationale dans ce domaine et d'améliorer la diffusion de l'information. Nous sommes d'une part membre de cette organisation. D'autre part, la formation que j'ai suivie aux Pays-Bas m'a donné l'occasion de nouer des contacts avec des représentant-e-s de différents pays.

D'où proviennent les valeurs nutritives?

Pour l'établissement de la base de données suisse des valeurs nutritives, nous avons rassemblé des données provenant de sources très différentes. La base de données équivalente utilisée en Allemagne («Bundeslebensmittelschlüssel BLS») nous sert fréquemment de source, c'est certain, mais nous nous référons bien sûr aussi à d'autres bases de données. Au moins la moitié des données sont issues d'autres bases de données. Cela signifie donc que les données y sont empruntées. Toutefois, nous disposons également de diverses analyses effectuées en Suisse dans différents laboratoires.

Vous avez donc aussi vos propres analyses. Comment procédez-vous alors?

Ces analyses sont réalisées sur mandat de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire

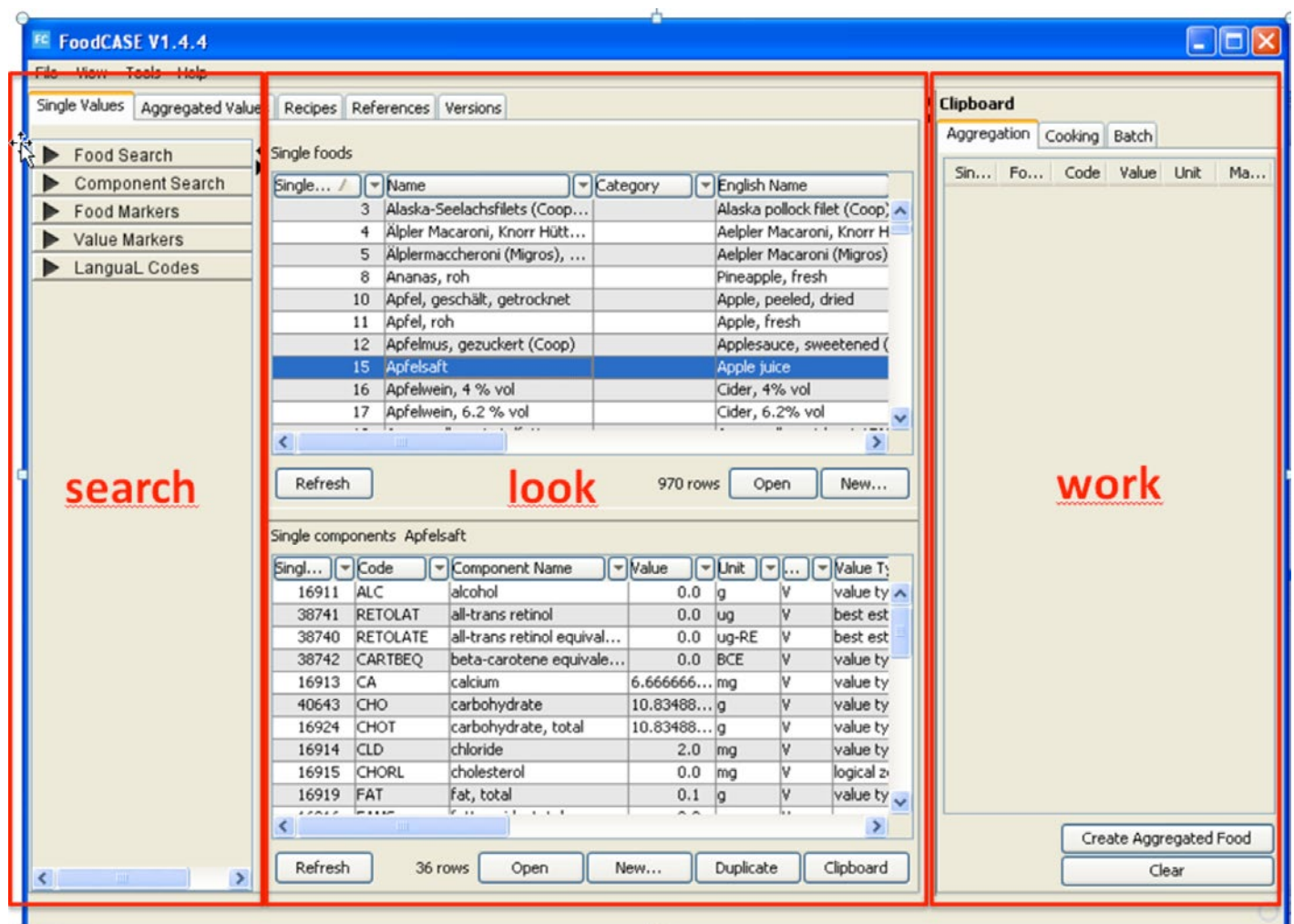


Fig. 1: Un aperçu de FoodCase, où sont traitées les données de la base de données suisse des valeurs nutritives.

et des affaires vétérinaires OSAV. Elles sont effectuées soit dans les laboratoires fédéraux Agroscope, le centre de compétences de la Confédération pour la recherche agricole, qui est un partenaire important pour nous, soit par l'Institut Suisse des Vitamines à Lausanne. Les analyses nous parviennent parfois aussi des producteurs de l'industrie agroalimentaire, qui analysent les aliments en interne dans leurs propres laboratoires.

Les procédures à suivre pour réaliser des analyses et obtenir des données représentatives prennent beaucoup de temps. Elles commencent par la désignation exacte de l'aliment souhaité, se poursuivent avec la documentation et la bonne conservation pour se terminer par la technique d'analyse adaptée et le bon traitement des données en vue de l'introduction dans la base de données. C'est pourquoi les analyses des nutriments peuvent coûter plusieurs milliers de francs.

Qui décide de l'admission de nouveaux aliments?

Ces derniers temps, l'étude menuCH a notamment joué un rôle déterminant à ce niveau, par rapports aux aliments nécessaires pour que les résultats de l'étude soient le plus représentatifs possible. Hormis cela, ma collègue Muriel Jaquet et moi-même pouvons faire des propositions au responsable de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV au sujet des aliments que nous aimerions intégrer dans la base, en en indiquant les raisons. De temps en temps, nous recevons aussi une demande par le biais de la rubrique des contacts ou de notre propre réseau, au sujet d'un souhait précis pour un aliment ou d'autres nutriments.

Qui décide des nutriments représentés?

Les premières publications de 2003 sous forme de base de données Access, de recueil sur CD de feuillets mobiles au format PDF et sous la forme de la brochure «Table de composition nutritionnelle suisse» contenaient près de 675 aliments et 32 nutriments. Actuellement, nous répertorions 961 aliments génériques avec des indications sur 37 nutriments. La base de données suisse des valeurs nutritives s'est

constamment développée au fil des ans et elle continuera à s'enrichir. La décision relative aux nutriments à représenter dépend d'une part des besoins, par exemple en rapport avec les études sur la consommation, mais aussi d'autre part de la disponibilité de données représentatives sur les valeurs nutritives, et bien sûr également de nos ressources disponibles.

Sais-tu qui utilise les données de la base de données suisse des valeurs nutritives? T'arrive-t-il de recevoir un feedback?

Par la rubrique «Contact» proposée sur le site Internet de la base de données suisse des valeurs nutritives, nous recevons régulièrement des demandes sur les valeurs nutritives. Elles proviennent de différents groupes professionnels, tels que les diététicien-ne-s, les cuisiniers/ères, les ingénieur-e-s alimentaires, mais aussi des personnes privées ou des producteurs agroalimentaires. Il s'agit souvent de questions très spécifiques sur une valeur nutritive donnée, pour savoir si cette indication est vraiment correcte. Ainsi, notre attention a déjà été attirée sur des valeurs incorrectes que nous avons pu corriger en conséquence. Comme l'accès à la base de données est gratuit, nous n'avons aucun moyen de savoir qui utilise les données. J'espère que les utilisateurs sont très nombreux, car pour le lait et les produits laitiers par exemple, nous disposons d'un large éventail de données suisses. Pour la déclaration sur les emballages alimentaires, il est judicieux d'utiliser nos données suisses. En effet, ce n'est pas la composition du lait aux Etats-Unis qui nous intéresse.

Qu'est-ce qui te plaît tout particulièrement dans ton travail?

J'aime tout particulièrement les contacts variés avec des groupes professionnels très divers et les échanges avec les chercheurs, les scientifiques, les biologistes des laboratoires, mais aussi les spécialistes des secteurs industriel et informatique. Les contacts internationaux avec les «compiler» (terme qui désigne les personnes chargées d'entretenir la base de données nutritives) sont pour moi un défi permanent parce qu'ils sont souvent au bénéfice d'une longue expérience professionnelle

et qu'ils nourrissent une véritable passion pour l'entretien et le développement de «leur» base de données nutritives. J'apprécie aussi la collaboration étroite et stimulante que ma collègue Muriel Jaquet et moi-même entretenons. Enfin, les recherches sur les nutriments, par exemple lorsqu'un nouvel aliment fait son entrée dans la base, sont captivantes.

Et quelles sont les situations énervantes que tu peux rencontrer dans ton quotidien professionnel?

Je suis encore assez nouvelle dans mon travail. La routine ne s'est pas encore installée et j'aime beaucoup ce que je fais au quotidien. Le plus contrariant, c'est quand la technique ne fonctionne pas. Toute la base de données est intégrée dans un logiciel complexe et nous sommes donc très dépendantes de l'ordinateur. Mais la plupart du temps, tout fonctionne de manière impeccable.

Chère Brigitte, merci de nous avoir accordé cette interview et donné cet aperçu captivant de ton activité professionnelle!

La prévoyance facultative devient toujours plus importante

Pendant des années, le taux d'intérêt minimal au niveau de la prévoyance professionnelle était fixé à 4%. Outre les cotisations versées par l'employeur et l'employé, le taux d'intérêt constituait le plus important cotisant – jusqu'en 2002, lorsque le conseil fédéral décidait de diminuer le taux d'intérêt minimal pour la première fois. Depuis, il n'évolue que dans une direction: vers le bas.

Aujourd'hui, les avoirs LPP des employés actifs sont rémunérés à un taux de seulement 1,5%. À partir de l'année prochaine, ce taux pourrait même passer à 1%. Le troisième cotisant serait pour ainsi dire supprimé et les rentes continueraient par conséquent à diminuer. Afin de garantir ses revenus après la retraite, on devrait investir dans sa propre prévoyance. Pour cela, les versements dans le 3^{ème} pilier sont une bonne solution. Cette année, les salariés affiliés à une caisse de pension peuvent verser jusqu'à 6768 francs dans le pilier 3a et déduire ce versement du revenu imposable. En fonction du revenu imposable et du domicile, l'économie peut représenter entre 200 à 400 francs par 1000 francs versés.

Avec le pilier 3a, on ne devrait pas à la fois constituer une prévoyance et s'assurer – ainsi que ses proches – contre les conséquences d'une invalidité ou du décès. Les polices 3a mixtes limitent fortement la flexibilité puisque des primes sont payables chaque année. Il est par conséquent plus judicieux de constituer une fortune avec des versements dans un compte 3a et de conclure une assurance spéciale contre les risques de l'invalidité et du décès si cela est nécessaire. En règle générale, les comptes 3a avec des titres sont par ailleurs nettement plus intéressants que les comptes traditionnels. Voici un exemple: une personne qui a

versé le montant maximal légal dans un compte 3a traditionnel chaque année entre 1991 et 2015 dispose aujourd'hui d'un avoir de près de 250 000 francs.

Avec une solution combinée avec des titres où jusqu'à 40% sont investis dans des actions, l'avoir atteint un montant supérieur d'environ 34 070 francs.

Dans la mesure du possible, il faudrait investir dans le pilier 3a déjà en étant jeune. Beaucoup de jeunes salariés y renoncent parce qu'il ne leur reste pas suffisamment d'argent pour pouvoir verser chaque année le montant maximal. De cette manière, ils ne bénéficieront toutefois pas de l'effet des intérêts composés. Contrairement à la caisse de pension, les lacunes de cotisation ne peuvent pas être comblées en ce qui concerne le pilier 3a. Au lieu de ne rien verser pendant une année et d'investir ensuite un montant élevé dans le pilier 3a, il est donc plus judicieux de verser un montant constant, même si celui-ci est inférieur au montant maximal.

En plus du pilier 3a, un rachat dans la caisse de pension peut aussi être une alternative intéressante pour économiser. Comme les versements au pilier 3a, un rachat dans la caisse de pension peut également être déduit du revenu imposable. Important: si l'on souhaite percevoir son avoir de vieillesse ou une partie de celui-ci sous forme de capital, le rachat doit avoir lieu au moins trois ans avant. Autrement, les impôts économisés par le rachat devront être payés.

Conseils

Notre partenaire d'assurance VCW Versicherungs-Treuhand AG est volontiers à votre disposition pour des conseils sans engagement. N'hésitez pas à nous contacter:

La Legge svizzera sulle derrate alimentari

Il 20 giugno 2014 è stata approvata dal Parlamento la nuova Legge sulle derrate alimentari che implica parecchi adeguamenti a livello delle ordinanze. Per ora non sono ancora stati comunicati l'esatto contenuto e le formulazioni definitive, ragion per cui possiamo riferire ben poche informazioni concrete. Ciò nonostante vogliamo anticipare alcune delle modifiche che ci attendono in ambito legislativo.

Stéphanie Hochstrasser

Uno sguardo al passato

Da quasi 110 anni la Svizzera dispone di una legislazione nell'ambito delle derrate alimentari e degli oggetti d'uso. Nell'estate 1906 si tenne la votazione popolare federale sulla Legge federale dell'8 dicembre 1905 «sul commercio delle derrate alimentari e degli oggetti d'uso e consumo». Dopo la pubblicazione della nuova legge nel Foglio federale del 3 gennaio 1906 era infatti stato lanciato un referendum. La legge sulle derrate alimentari fu però accolta con una netta percentuale di sì (67,6 %) ed entrò in vigore il 1° luglio 1909 (ulteriori informazioni e interessanti testimonianze del tempo su www.bar.admin.ch). Questa legge ebbe lunga vita: solo più di 80 anni dopo, il 9 ottobre 1992, fu approvata l'attuale Legge federale sulle derrate alimentari e gli oggetti d'uso, entrata in vigore il 1° luglio 1995.

Il perché della revisione

Con la revisione, la legge sulle derrate alimentari viene allineata alla legislazione dell'Unione Europea. In tal modo, da un lato dovrebbero essere eliminati gli ostacoli al commercio dovuti alla presente legislazione, dall'altro la tutela delle consumatrici e dei consumatori svizzeri dovrebbe risultare comparabile a quella di cui godono i cittadini europei. Oltre agli adeguamenti al diritto europeo, sono però state introdotte anche alcune disposizioni specifiche per la Svizzera.

La nuova legge sulle derrate alimentari: lo stato delle cose

La nuova legge sulle derrate alimentari implica la revisione di 27 ordinanze. L'indagine conoscitiva nel cui ambito Cantoni,

associazioni e altre istituzioni interessate potevano esprimersi sulla legislazione prevista si è conclusa il 31 ottobre 2015. Ora i testi di legge devono essere rielaborati e modificati.

Modifiche sul piano strutturale

Sul piano strutturale le singole ordinanze, per quanto ragionevole, dovranno allinearsi il più possibile al corrispondente diritto europeo. Ciò implica che le attuali ordinanze non verranno più mantenute così come le abbiamo conosciute negli anni scorsi. Alcune ordinanze saranno unite, altre divise. L'attuale «Ordinanza del DFI sulle sostanze estranee e sui componenti presenti negli alimenti», ad esempio, in futuro verrà suddivisa in un'ordinanza sui tenori massimi di residui di pesticidi, un'ordinanza sui residui delle sostanze farmacologicamente attive e degli additivi per alimenti per animali, nonché un'ordinanza sui contaminanti. Gli aromi non saranno più regolamentati nell'ambito degli additivi ma in una ordinanza a parte. È stata creata anche una nuova ordinanza sugli integratori alimentari, che finora erano regolamentati nell'ordinanza sugli alimenti speciali.

Modifiche sul piano dei contenuti

Una modifica fondamentale sarà data dall'eliminazione del cosiddetto principio di positività. Finora erano ammesse tutte le derrate alimentari che erano specificate in un'ordinanza o disponevano di un'autorizzazione speciale. Ora assistiamo ad un cambiamento di paradigma. In futuro dovrebbero essere ammesse tutte le derrate alimentari sicure e conformi alle disposizioni legali. Una di queste disposizioni legali è naturalmente la protezione dagli in-

ganni: una denominazione non fuorviante delle derrate alimentari continuerà quindi ad essere imperativa.

Sicuramente interessanti per la nostra categoria professionale sono anche le seguenti modifiche previste: l'obbligo generale di dichiarazione dei valori nutritivi, l'obbligo di dichiarazione degli allergeni nella vendita di merce sfusa, una maggior trasparenza per quanto riguarda l'indicazione nel prodotto finito non solo del Paese di produzione ma anche della provenienza delle singole materie prime, l'ammissione come derrate alimentari di determinate specie di insetti.

Incoraggio tutti i colleghi e le colleghe a tenersi aggiornati sulle modifiche del diritto in materia di derrate alimentari, consultando il sito dell'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria USAV all'indirizzo www.blv.admin.ch.

La previdenza volontaria è sempre più importante

Per molti anni il tasso di interesse sulla previdenza professionale è rimasto fisso al 4%. Assieme ai contributi del datore di lavoro e del lavoratore, gli interessi costituivano la fonte di contribuzione principale fin quando, per la prima volta nel 2002, il Consiglio federale ha ridotto l'interesse mi-nimo che da allora si è mosso sempre in una sola direzione: verso il basso. Oggi l'interesse sui capitali LLP dei lavoratori attivi ammonta all'1,25%, ma l'anno prossimo potrebbe ridursi anche all'1%. In questo modo la terza fonte di contribuzione viene praticamente annullata e di conseguenza le pensioni diminuiscono ancora di più. Per poter contare su un reddito in età avanzata, ognuno dovrebbe investire nella previdenza privata, alla quale ben si adattano i versamenti al terzo pilastro. Quest'anno i lavoratori con una cassa pensione possono versare al pilastro 3a fino a 6768 CHF deducendo l'importo dal reddito imponibile. Il risparmio sulle imposte per ogni 1000 CHF versati varia da 200 a 400 CHF, in base al reddito imponibile e al luogo di residenza.

All'interno del pilastro 3a non è consigliabile risparmiare per l'età avanzata e allo stesso tempo assicurare la propria famiglia in caso di invalidità o morte. Le cosiddette polizze miste 3a riducono considerevolmente la flessibilità, poiché i premi sono a scadenza annuale. Per questo è meglio accumulare un capitale su un conto 3a e, se necessario, stipulare separatamente una polizza assicurativa contro il rischio di invalidità o morte. Inoltre, di solito, il conto titoli del pilastro 3a rende molto di più del conto interessi. Per esempio: un risparmiatore previdenziale che dal

1991 al 2015 ha versato ogni anno l'importo massimo consentito su un conto interessi 3a oggi dispone di un capitale di 250 000 CHF. Con una soluzione a titoli, grazie a un investimento del 40% in azioni, a questa cifra si dovrebbero aggiungere circa 34 070 CHF.

Chi può dovrebbe iniziare ad effettuare versamenti al pilastro 3a già in giovane età. Molti giovani occupati non lo fanno perché il denaro che rimane loro non è sufficiente a coprire l'importo massimo annuale, ma in questo modo evitano l'effetto dell'interesse composto. Inoltre, al contrario della cassa pensione, il pilastro 3a non permette di colmare le lacune contributive. Dunque, invece di non pagare niente per un anno e poi investire un importo maggiore nel pilastro 3a, vale la pena effettuare versamenti regolari, anche se l'importo è molto inferiore rispetto a quello massimo.

Oltre al pilastro 3a, gli acquisti nella cassa pensione rappresentano un'alternativa di risparmio. Come per i versamenti al pilastro 3a, anche gli acquisti nella cassa pensione possono essere dedotti dal reddito imponibile. Importante: chi vuole usufruire del proprio capitale di vecchiaia o di una sua parte sotto forma di liquidazione al momento del pensionamento, deve effettuare acquisti non oltre i tre anni precedenti, altrimenti è necessario corrispondere le imposte risparmiate per mezzo dell'acquisto.

Consulenza

Per una consulenza senza impegno il nostro partner assicurativo VCW Versicherungs-Treuhand AG è a vostra completa disposizione. Non esitate a contattarci:

Dietro le quinte della Banca dati svizzera dei valori nutritivi

Brigitte Buri, dietista ASDD, è una delle nostre due colleghe che su incarico della Confederazione si occupano della Banca dati svizzera dei valori nutritivi. Nell'intervista con SVDE ASDD Info ci permette di farci un'idea sulla sua interessante attività quotidiana.

Stéphanie Hochstrasser: Cara Brigitte, sono contenta di potermi fare grazie a te un'idea più approfondita della Banca dati svizzera dei valori nutritivi e del lavoro che si cela dietro ai suoi tanti numeri. Ma cominciamo dall'inizio: come si è arrivati ad avere la Banca dati svizzera dei valori nutritivi e cos'è esattamente questa banca dati?

Brigitte Buri: Nel 1998, all'Istituto di scienze alimentari dell'ETH di Zurigo è stato lanciato un progetto, in collaborazione con l'Ufficio federale della sanità pubblica (UFSP), per la creazione di una banca dati con dati svizzeri sui valori nutritivi.

Dal 2011 la Società Svizzera di Nutrizione SSN è responsabile, con un incarico del 50 %, della gestione e dell'ampliamento della banca dati. L'USAV ha confermato tale incarico anche per i prossimi due anni. Alla SSN siamo in due a lavorare alla banca dati e siamo spesso in contatto con i responsabili dell'USAV.

La Banca dati svizzera dei valori nutritivi è una raccolta dati gratuita e di libero accesso dell'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria USAV. È un importante e versatile aiuto per nutrizionisti, dietisti, tecnici alimentaristi e per tutti coloro che si occupano dell'alimentazione di singoli individui o gruppi della popolazione. Essa permette di effettuare calcoli per documentare un approvvigionamento eccessivo o insufficiente di sostanze nutritive.

La Banca dati svizzera dei valori nutritivi funge da strumento standard per la valutazione del primo sondaggio nazionale svizzero sull'alimentazione menuCH e sarà utilizzata come strumento standard anche per futuri sondaggi sull'alimentazione o studi epidemiologici. La banca dati serve alla Confederazione per stimare l'approvvigionamento delle diverse sostanze nutritive nella popolazione svizzera, così da poterne dedurre eventuali misure da prendere o, ad esempio, per fissare una strategia nutrizionale.

Come si svolge una giornata lavorativa tipo alla Banca dati dei valori nutritivi?

Nel lavoro alla Banca dati dei valori nutritivi non ci sono giornate tipo, i compiti sono solitamente molto variati. Oggi, ad esempio, la giornata è iniziata con una richiesta telefonica relativa alle referenze della Banca dati svizzera dei valori nutritivi. Poi dovrò sbrigare alcune questioni amministrative: devo fare una serie di telefonate a produttori di derrate alimentari per mantenere i nostri dati aggiornati. Dovrò anche contattare il programmatore informatico responsabile del programma FoodCASE (il software per la gestione dei dati), visto che c'è un problema nell'arrotondare i dati relativi alle sostanze nutritive. E poi abbiamo ricevuto nuove analisi dall'Istituto svizzero delle vitamine, analisi che devono essere confrontate con i dati già presenti e poi inserite e documentate. Per finire ci sarebbe da fare una ricerca, perché vorremmo inserire nella Banca dati svizzera dei valori nutritivi l'alimento quinoa.

Al momento, diamo la priorità alla qualità dei dati, vale a dire alla verifica sistematica e, se necessario, all'aggiornamento dei dati relativi ai valori nutritivi di alimenti generici, così come all'inserimento di nuovi alimenti generici. Entrambi i processi sono molto impegnativi: per avere dati di buona qualità, è infatti decisiva un'accurata ricerca in diverse banche dati soprattutto europee o in pubblicazioni scientifiche europee sulle sostanze nutritive.

Che formazione hai dovuto seguire per poter lavorare alla Banca dati svizzera dei valori nutritivi?

Nel 2015 ho avuto la fortuna di poter frequentare il corso di perfezionamento specialistico «The Production and Use of Food Composition Data in Nutrition» (Division of Human Nutrition and the Graduate School VLAG, Wageningen University, Paesi Bassi). Il corso comprendeva lezioni, esercizi attinenti alla prassi, la visita di un

laboratorio, e-learning e diversi lavori di gruppo. Il corso offriva la possibilità di approfondire le singole fasi della procedura necessaria per generare dati di ottima qualità sui valori nutritivi, con solide basi teoriche e diversi esempi pratici ed esercizi. Anche se il corso non era esplicitamente richiesto per questa posizione, non so se sarei in grado di svolgere il mio lavoro senza queste solide e approfondite basi. Ogni Paese ha bisogno di dati specifici e qualitativamente ineccepibili sui valori nutritivi: essi costituiscono una base importante a partire dalla quale vengono stabilite le strategie nazionali per l'alimentazione e la salute.

Quanto è ampia la Banca dati svizzera dei valori nutritivi?

La Banca dati svizzera dei valori nutritivi comprende attualmente circa 10 500 alimenti, suddivisi in 19 categorie principali e 105 sottocategorie, con dati completi sui macronutrienti nonché sul tenore di acqua, alcol ed energia.

Per quel che riguarda i 9450 prodotti delle aziende, è possibile consultare solo i dati che le aziende ci hanno messo a disposizione e che non sono stati sottoposti a verifica da parte nostra. Per la maggior parte dei 961 alimenti generici attualmente presenti nella banca dati, sono disponibili tutti i 37 valori nutritivi che noi registriamo. Vale a dire, oltre ai macronutrienti e al tenore di acqua, alcol ed energia, anche il tenore di fibre alimentari e parecchie vitamine e minerali, nonché la composizione dei grassi. Se confrontato con altri Paesi europei, non è molto, ma viste le risorse date da un incarico al 50 %, si tratta comunque di un risultato considerevole.

Avete contatti con i responsabili di altre banche dati sui valori nutritivi oltre confine?

Certamente! Visto che per ogni Paese c'è solo una banca dati sui valori nutritivi, i contatti internazionali sono estremamente importanti. Esiste l'organizzazione europea EuroFIR (European Food Information Resource), un'organizzazione inter-

nazionale di pubblica utilità. Obiettivi di questa istituzione sono lo sviluppo e la pubblicazione di informazioni sulla composizione degli alimenti, la promozione della collaborazione internazionale e il miglioramento della diffusione delle informazioni. Noi siamo membri di questa organizzazione. Inoltre, durante il mio corso in Olanda, ho potuto stringere diversi contatti internazionali.

Da dove vengono i valori nutritivi?

Per la creazione della Banca dati svizzera dei valori nutritivi sono stati raccolti dati provenienti da fonti molto diverse. Una fonte frequente è sicuramente la Bundeslebensmittelschlüssel BLS tedesca, ma naturalmente fra le fonti vi sono anche altre banche dati. Una buona metà dei dati viene presa in prestito da altre banche dati. Disponiamo però anche di molte

analisi provenienti da diversi laboratori svizzeri.

Esistono quindi anche analisi proprie.

Come procedete in questi casi?

Le analisi di nuovi alimenti vengono commissionate su ordine dell'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria USAV. Partner importanti per queste analisi sono da un lato il nostro laboratorio, la stazione di ricerca Agroscope, e dall'altro l'Istituto svizzero delle vitamine di Losanna. In parte riceviamo anche analisi provenienti dall'industria, che analizza gli alimenti nei propri laboratori interni.

L'intero processo per effettuare le analisi e ottenere dati rappresentativi richiede molto tempo. Si inizia con la denominazione esatta dell'alimento desiderato, si passa poi alla documentazione, alla corretta procedura di conservazione fino alla scelta del

metodo di laboratorio adeguato e alla rielaborazione dei dati per poterli inserire nella banca dati. Le analisi dei nutrienti possono quindi costare diverse migliaia di franchi.

Chi decide quali nuovi alimenti inserire?

Negli ultimi tempi, è stato soprattutto lo studio menuCH a determinare quali nuovi alimenti fossero necessari per poterlo interpretare nel modo più rappresentativo possibile. Altrimenti, la mia collega Muriel Jaquet e io possiamo proporre al responsabile dell'Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria USAV gli alimenti che vorremmo inserire, indicandone la ragione. Di tanto in tanto riceviamo anche attraverso la pagina di contatto del sito o la nostra rete di conoscenze una richiesta precisa per un alimento o altre sostanze nutritive.

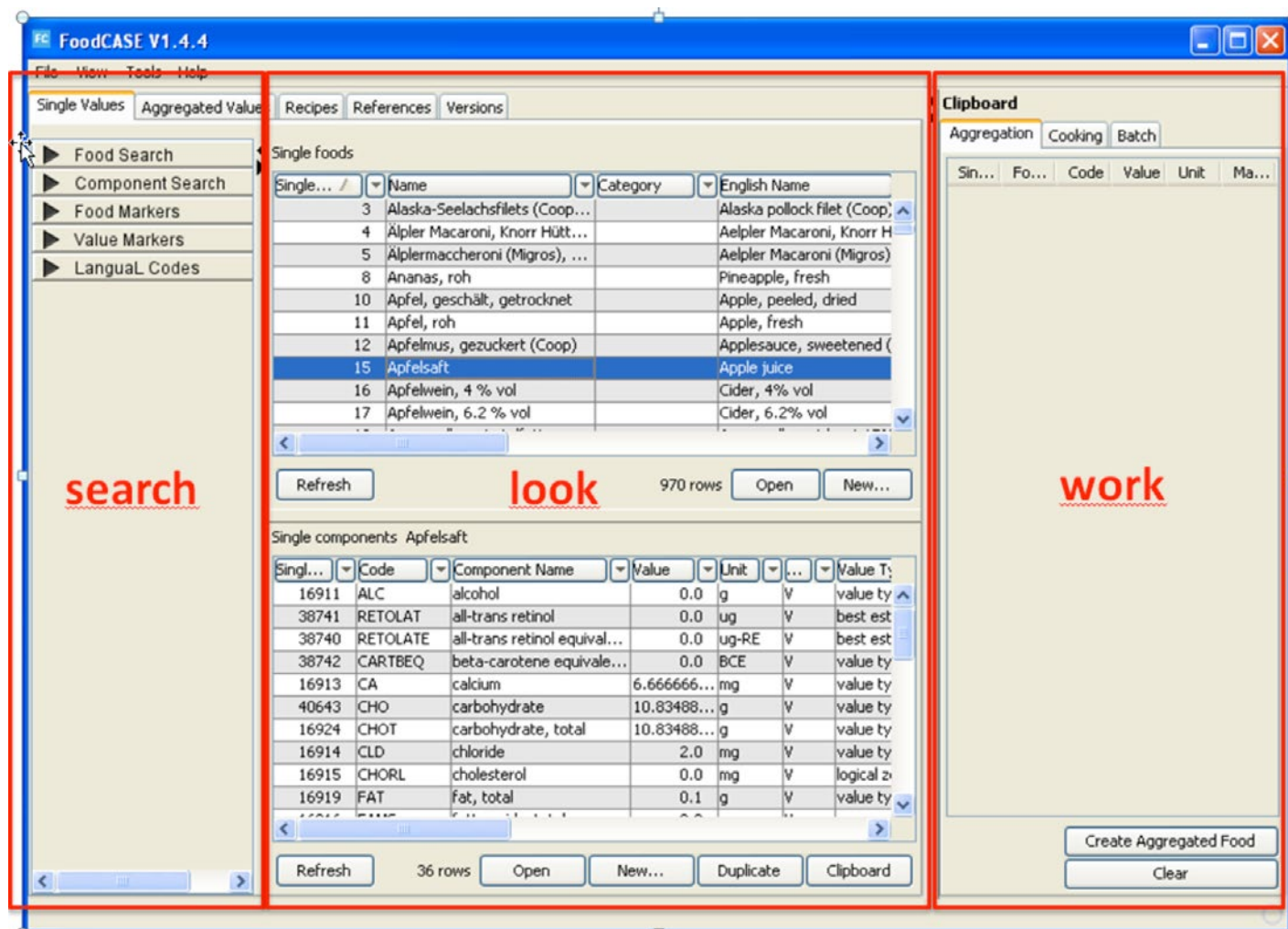


Fig. 1: una schermata di FoodCase, il software con cui vengono elaborati i dati della Banca dati svizzera dei valori nutritivi.

Da uno studio condotto da Coop Free From emergono nuovi dati sulla Svizzera

In Svizzera le intolleranze alimentari rappresentano una realtà effettiva e un tema a cui si è sempre più sensibili. Lo conferma uno studio di Coop realizzato con il supporto tecnico di aha! Centro Allergie Svizzera in occasione del 10° anniversario della marca propria Free From.

Una persona su quattro soffre di intolleranze alimentari

Le cifre delle persone affette superano le stime effettuate finora. Il 5 percento degli intervistati soffre di intolleranza al lattosio diagnosticata dal medico, l'11% ha una predisposizione familiare, mentre il 18% si sente meglio se rinuncia al lattosio. Nel caso del glutine, il 2% è affetto da celiachia, il 6% ha una predisposizione e il 14% vi rinuncia consapevolmente pur non essendo intollerante.

Per il 91 percento «lattosio» e «glutine» sono concetti noti

Anche se molte persone conoscono i termini lattosio e glutine, sono comunque necessari dei chiarimenti. L'85% degli intervistati pensa, infatti, che il formaggio a pasta dura contenga lattosio e una persona su tre non sa che le patate non contengono glutine.

La crescente sensibilità al tema emerge anche da un sondaggio di Coop presso l'Asso-

«Oggi un cliente su cinque acquista regolarmente prodotti senza lattosio e senza glutine. Un terzo dei clienti sceglie nettamente più spesso questo tipo di articoli: il latte senza lattosio, ad esempio, si vende otto volte di più rispetto a cinque anni fa»

ROLAND FREFEL

responsabile prodotti freschi da Coop

ciazione Svizzera delle-dei Dietiste-i (ASDD). Nove dietisti su dieci hanno dichiarato che il numero delle consulenze per intolleranze alimentari è aumentato considerevolmente negli ultimi cinque anni.

Gli acquirenti tipo sono giovani e persone sensibili al tema dell'alimentazione

I risultati dello studio mostrano un quadro preciso degli acquirenti di prodotti senza

lattosio e glutine. Sono giovani, spesso single, impiegati a tempo pieno, con un'istruzione superiore. Nella Svizzera romanda e in Ticino la domanda di prodotti privi di lattosio o glutine è più alta. In Ticino un cliente su tre acquista prodotti Free From e la quota di fatturato del cantone è due volte maggiore rispetto agli altri.

La confezione: una fonte preziosa di informazioni

Un sistema di etichette chiaro aiuta a identificare gli ingredienti di un prodotto facilitando gli acquisti. Il 97 percento delle persone con predisposizione a intolleranze considera queste informazioni fondamentali, mentre la percentuale si riduce all'89 percento nel caso di chi rinuncia volontariamente a glutine e lattosio. Coop risponde a questa esigenza con un nuovo design delle confezioni: tutti i prodotti speciali hanno una confezione di colore chiaro con un logo verde ben visibile sul fronte, in questo modo risultano facilmente identificabili anche sullo scaffale. Inoltre, grazie a ulteriori label di qualità è facile riconoscere se un prodotto è senza lattosio o glutine.



Molto nota, ma poco conosciuta

Il 91% conosce il significato di intolleranza al glutine e al lattosio.

Spiegazioni per chi ha una predisposizione familiare e vi rinuncia liberamente

Per 88% la confezione è la fonte d'informazioni principale

Fonte: Studio di mercato 2016 Coop - N° 519

Studio Coop 2016

Indicazioni chiare per una spesa facile e sicura



Per garantire a tutti acquisti ancora più facili e sicuri, per il 10° anniversario Coop ha ulteriormente sviluppato l'assortimento Free From: i prodotti si presentano con una nuova confezione, un'etichettatura più chiara e un'offerta ancora più ampia.

Il sistema di etichettatura Coop Free From

Tutti i prodotti speciali hanno una confezione di colore chiaro con il logo verde ben visibile sulla parte anteriore. In questo modo risultano ben identificabili anche nello scaffale. Inoltre, grazie a ulteriori label di qualità è facile riconoscere se un prodotto è senza lattosio o senza glutine. Sul fronte della confezione indichiamo in una banda gialla quali allergeni non sono presenti, per es. sedano, uova, senape, soia o solfiti.

Novità: etichettatura di altre marche proprie

Da ora utilizziamo le etichette Free From anche per i prodotti di altre marche proprie

come Betty Bossi, Karma e Naturaplan. Inoltre, sono stati introdotti sempre più articoli di marca senza lattosio o glutine di fornitori quali Barilla, Emmi e Schär. Oggi l'assortimento è dieci volte più ricco rispetto a dieci anni fa.

Certificazione indipendente per acquisti ancora più sicuri

Nel corso dell'estate Coop ha sottoscritto un nuovo contratto con Service Allergie Suisse (SAS), società affiliata indipendente della Fondazione aha! Centro Allergie Svizzera. SAS certifica i prodotti dell'assortimento Food e Non Food in virtù di questa consolidata collaborazione. Gli articoli vengono tutti adeguatamente contrassegnati con il Label Allergia Svizzero. Inoltre, i nostri prodotti senza glutine riportano il simbolo legalmente riconosciuto di IG Zöliakie: un cerchio con una spiga barrata al centro.



Il nostro assortimento conta attualmente oltre 350 articoli, prodotti appositamente per chi soffre di allergie o intolleranze e contrassegnati dagli appositi loghi. Coop è l'azienda di commercio al dettaglio con la varietà di prodotti più ampia della Svizzera.

Per saperne di più sulle novità, scoprire gustose ricette e l'elenco degli articoli potete consultare il sito coop.ch/freefrom.

Chi decide quali nutrienti vengono mostrati in dettaglio?

Nel 2003 le prime pubblicazioni (sotto forma di banca dati Access, raccolta su CD di fogli in formato PDF e opuscolo «Tabella Svizzera dei valori nutritivi») contenevano circa 675 alimenti e 32 nutrienti. Attualmente abbiamo 961 alimenti generici con i dati relativi a 37 nutrienti. La Banca dati svizzera dei valori nutritivi negli anni è costantemente cresciuta, e continuerà a farlo. La decisione riguardo ai nutrienti da indicare dipende da un lato dalle esigenze legate ad esempio a studi sull'alimentazione, dall'altro però anche dalla disponibilità di dati rappresentativi sui valori nutritivi, e naturalmente anche dalle risorse a nostra disposizione.

Sai chi utilizza i dati della Banca dati svizzera dei valori nutritivi? Ricevi dei feedback?

Tramite il formulario di contatto della homepage della Banca dati svizzera dei valori nutritivi riceviamo regolarmente domande su valori nutritivi. Si tratta di domande provenienti da differenti categorie professionali: dietisti, cuochi, ingegneri in tecnologia alimentare ma anche privati o produttori di alimenti. Spesso si tratta di domande molto specifiche su un determinato valore nutritivo, ad esempio se un certo dato sia davvero corretto. In questo modo a volte ci siamo accorte di valori sbagliati, che abbiamo così potuto correggere. Poiché la banca dati è accessibile gratuitamente, non sappiamo chi utilizzi i dati. Naturalmente spero che lo facciano in tanti visto che, ad esempio per latte e latticini, disponiamo di un ampio spettro di dati svizzeri. Proprio per la dichiarazione sulle confezioni delle derrate alimentari sarebbe ragionevole utilizzare i nostri dati svizzeri. In fondo non ci interessa sapere quale sia la composizione del latte negli Stati Uniti.

Cosa ti piace particolarmente del tuo lavoro?

Mi piacciono in particolare i molteplici contatti con le più svariate categorie professionali e lo scambio con i diversi esperti dei settori ricerca, scienze, laboratorio, industria e informatica. È sempre stimolante il contatto internazionale con gli altri

«compiler» (questa è la denominazione delle persone che curano le banche dati sui valori nutritivi) che spesso vantano un'esperienza professionale pluriennale e coltivano una grande passione per la gestione e lo sviluppo delle banche dati sui valori nutritivi. Apprezzo molto anche la stretta e stimolante collaborazione con la mia collega Muriel Jaquet. E le ricerche sui valori nutritivi, ad esempio finalizzate all'inserimento di un nuovo alimento, sono sempre estremamente interessanti.

E quali sono invece le situazioni quotidiane irritanti?

Nel mio lavoro sono ancora una novellina: il mio lavoro quotidiano mi piace molto, non è ancora diventato una routine. Se la tecnica non funziona, ecco, questo è irritante. L'intera banca dati si basa su un complesso software e quindi dipendiamo molto dai computer. Ma di solito funziona tutto benissimo.

Cara Brigitte, ti ringrazio per l'intervista e per averci concesso di farci un'idea della tua interessante attività!



Gabi Fontana
Präsidentin
Présidente
Presidentessa



Liebe Kolleginnen und Kollegen

Das Jahr 2016 neigt sich dem Ende zu. Unser Anliegen, den Beruf der Ernährungsberater/innen bekannter zu machen, hat uns auch in diesem Jahr begleitet. Wir haben viel investiert, um unser Netzwerk zu pflegen und beizubehalten sowie neue Partnerschaften einzugehen. Seit einigen Jahren vertrete ich den SVDE im Vorstand der SGE und arbeite dort zudem in der Kommission Wissenschaft und Gesundheitsförderung mit. Dieses Jahr war auch die Zusammenarbeit mit der GESKES wieder intensiver, da die Dreiländertagung «Ernährung 2017» in Zürich stattfinden wird und der SVDE im Organisationskomitee vertreten ist. Durch mein bereits bestehendes Mandat im Vorstand des SVBG wurden mir 2016 zwei neue Sitze zugetragen: im Stiftungsrat Gesundheitsförderung Schweiz und in der Allianz Gesunde Schweiz. Im Weiteren vertrete ich unsere Interessen bei der Plattform Interprofessionalität. Ausserdem wurde Anfang Jahr meine Wahl in die Eidgenössische Ernährungskommission durch Bundesrat Alain Berset bestätigt.

Durch all diese Mandate und Sitze ist es möglich – von der Gesundheitsförderung über die interprofessionelle Zusammenarbeit bis hin zur Fachkompetenz –, die Interessen und Kompetenzen unseres Berufes sichtbar zu machen und die Bekanntheit von Ernährungsberater/innen SVDE weiter zu fördern. Ich freue mich auf die weiteren Arbeiten für den SVDE und mit Ihnen allen 2017 das 75-jährige Bestehen unseres Berufsverbands zu feiern! Geniessen Sie die Festtage und starten Sie gut ins neue Jahr!

Chères collègues, chers collègues,

La fin de l'année approche. Notre préoccupation relative à l'amélioration de la notoriété de la profession de diététicien-ne nous aura encore accompagnées durant toute cette année. Nous avons consacré beaucoup d'énergie pour entretenir et maintenir notre réseau, mais aussi pour nous engager dans de nouveaux partenariats. Depuis quelques années, je représente l'ASDD au comité de la SSN, où je fais d'ailleurs partie de la commission Science et promotion de la santé. Cette année, la collaboration avec la SSNC a une fois de plus été très intense, parce que le congrès des trois pays «Ernährung 2017» se déroulera à Zurich et que l'ASDD fait partie du comité d'organisation. Par le biais du mandat que j'exerce déjà au comité de la FSAS, deux nouveaux sièges m'ont été confiés en 2016, le premier au conseil de fondation de Promotion Santé Suisse, et le deuxième au sein de l'association Alliance pour la santé en Suisse. Je représente en outre nos intérêts auprès de la plateforme Interprofessionalité. De plus, en début d'année, le Conseil fédéral Alain Berset a confirmé ma nomination à la Commission fédérale de l'alimentation.

Tous ces mandats et ces sièges me permettent, de la promotion de la santé aux compétences spécialisées en passant par la collaboration interprofessionnelle, de rendre visibles les intérêts et compétences de notre profession et de promouvoir la notoriété des diététicien-ne-s ASDD. Je me réjouis de poursuivre ce travail pour le compte de l'ASDD et de fêter avec vous toutes et tous l'année prochaine le 75^e anniversaire de notre association professionnelle! Profitez bien des fêtes de fin d'année et démarrez 2017 en beauté!

Care colleghe e cari colleghi

Il 2016 volge al termine. Il nostro obiettivo di rendere più nota la professione di dietista ci ha accompagnati anche quest'anno. Abbiamo investito molto per curare e alimentare la nostra rete di conoscenze e per stringere nuovi accordi di partenariato. Da alcuni anni rappresento l'ASDD nel Comitato direttivo della SSN, collaborando inoltre nella sua commissione Scienza e promozione della salute. Quest'anno si è nuovamente intensificata anche la collaborazione con la SSNC: il prossimo congresso delle Associazioni per la nutrizione clinica di Germania, Austria e Svizzera (Dreiländertagung D-A-CH) «Ernährung 2017» si svolgerà a Zurigo e l'ASDD fa parte del comitato organizzativo. Grazie al mio mandato in seno al Comitato direttivo della FSAS, nel 2016 mi sono inoltre stati assegnati altri due seggi, nel Consiglio di fondazione di Promozione Salute Svizzera e nell'Alleanza per la salute in Svizzera. Oltre a ciò, continuo a rappresentare gli interessi della nostra categoria professionale presso la piattaforma Interprofessionalità e, ad inizio anno, il consigliere federale Alain Berset ha confermato la mia nomina nella Commissione federale per l'alimentazione.

Grazie a tutti questi mandati e seggi è possibile – partendo dalla promozione della salute, passando per la collaborazione interprofessionale per arrivare alla competenza professionale – conferire maggior visibilità agli interessi e alle competenze della nostra categoria professionale, nonché promuovere ulteriormente la notorietà delle dietiste e dei dietisti ASDD. Con piacere continuerò a lavorare per l'ASDD e mi rallegro di poter festeggiare l'anno prossimo con tutti voi il 75° anniversario della nostra associazione professionale! Vi auguro buone feste e un felice anno nuovo!



Aus der Geschäftsstelle

«iischi» (Walliser Ausdruck für «unsere») Anuschka vervollständigte das SVDE-Team während fast 6 Jahren. Mit ihrer neuen beruflichen Tätigkeit, die sie seit Anfang Dezember ausübt, kann sich Anuschka Kummer nun ihrer Leidenschaft – dem

Sport – sowohl in der Freizeit als auch im Job widmen. Für die gemeinsame Zeit mit dir, liebe Anuschka, danken wir und wünschen dir für deine sportliche, berufliche und private Zukunft nur das Beste. Als Nachfolgerin dürfen wir Eva Schober

bei uns begrüßen. Zu ihrem Aufgabengebiet gehören Anliegen rund um die Organisation des Jubiläumsjahres 2017 und Sponsoringanfragen. Die Geschäftsstelle freut sich und heisst Eva Schober im Team herzlich willkommen.

Informations du secrétariat

Notre Valaisanne, Anuschka Kummer, a été un maillon de l'équipe ASDD pendant près de six ans. Avec sa nouvelle activité professionnelle, qu'elle a démarré début décembre, elle peut se consacrer à sa grande passion, le sport, non seulement pendant ses loisirs mais aussi au travail.

Nous te remercions pour cette période partagée avec toi, chère Anuschka, et ne te souhaitons que le meilleur pour ton avenir sportif, professionnel et privé. Pour succéder à Anuschka, nous avons le plaisir d'accueillir parmi nous Eva Schober. Les questions relatives à l'organisa-

tion de 2017, année du jubilé, ainsi que les demandes de sponsoring, rentrent dans son domaine d'attributions. Le secrétariat général s'en réjouit et souhaite une cordiale bienvenue à Eva Schober.

Notizie dal segretariato

Per quasi 6 anni, «iischi» Anuschka (la «nostra» Anuschka in dialetto vallesano) ha fatto parte del team dell'ASDD. Grazie alla nuova attività professionale che svolge da inizio dicembre, Anuschka Kummer potrà ora dedicarsi alla sua passione, lo sport, sia durante il tempo libero che sul lavoro.

Cara Anuschka, ti ringraziamo di cuore per il tempo passato insieme e ti auguriamo il meglio per il tuo futuro sportivo, professionale e privato! Annunciamo con piacere che ad Anuschka succederà Eva Schober, che si occuperà tra le altre cose delle questioni relative all'or-

ganizzazione dei festeggiamenti per il 75° anniversario della nostra associazione e delle richieste di sponsoring. Il segretariato è lieto di accoglierla nel suo team e le dà un cordiale benvenuto.

Wettbewerb zum Auftakt ins Jubiläumsjahr

Nächstes Jahr feiert der SVDE den 75. Geburtstag. Mit Stolz kann auf die letzten 75 Jahre zurückgeblickt werden – schlicht ein Grund zu feiern! Allerdings nicht ohne Sie,

liebe Mitglieder! Zur Eröffnung und Einstimmung in unser Jubiläumsjahr laden wir Sie ein, an unserem Wettbewerb teilzunehmen.

Link Wettbewerb

Concours au début de l'année jubilé

L'année prochaine, l'ASDD fêtera ses 75 ans d'existence. En jetant un regard rétrospectif sur ces 75 années, nous res-

sentons de la fierté, ainsi que l'envie de célébrer cet anniversaire! Mais pas sans vous, chère et cher membre! Pour marquer

le début de notre année de jubilé et vous mettre dans l'ambiance, nous vous invitons à participer à notre concours.

I. Ernährungsfachkongress Mikronährstoffe der Burgerstein Foundation:

Mikronährstoffsupplementation: Für alle sinnvoll?

Marion Wäfler, BSc, Ernährungsberaterin SVDE

Eine Antwort auf die Kongressfrage hatte ich bereits – etwas voreilig zugegebenermassen –, als ich am 25. Oktober nach Olten zum ersten Ernährungsfachkongress Mikronährstoffe der Burgerstein Foundation fuhr, und war gespannt, ob mich dieser Tag eines Besseren belehren sollte. Auf grosses Interesse stiess das Referat von Prof. Dr. med. H. K. Biesalski über seine Einschätzung von Risikopopulationen und Statusbestimmungen für Mikronährstoffe. Was mir zudem besonders gefallen hat, waren die Referate, bei denen ein Mediziner und eine Ernährungsberaterin gemeinsam über ein Thema referierten. So erhielt ich sowohl aktuelle wissenschaftliche Einblicke ins entsprechende Thema als auch einen konkreten Praxisbezug. Die Kongressfrage kann man nicht mit Ja oder Nein beantworten – womit ich mit meiner voreiligen Antwort recht behielt.

Mikronährstoffmängel sind in der Schweiz verbreitet und müssen individuell angegangen werden. Der Kongress lieferte wissenschaftliche Grundlagen und das aktuelle Praxiswissen dazu – uns Ernährungsberaterinnen kommt die wichtige Aufgabe zu, darauf basierend individuelle Empfehlungen abzuleiten. Ich trat denn zufrieden und mit Wissen gesättigt die Heimreise an und bin gespannt auf den II. Ernährungsfachkongress Mikronährstoffe am 30. Januar 2018. Für alle, die den I. Kongress verpasst haben: Alle Referate sind unter www.burgersteinfoundation.ch/weiterbildung verfügbar.



Prof. Dr. med. H. K. Biesalski

BIG DATA im Gesundheitswesen – wohin geht die Reise?

Symposium für Gesundheitsfachpersonen aller Bereiche | 3. März 2017 im Inselspital Universitätsspital Bern

Die Digitalisierung schreitet in allen Lebensbereichen rasant voran – auch in der Gesundheitsversorgung. Unter dem Begriff BIG DATA werden einerseits spezifische Eigenschaften von umfangreichen Datenbeständen verstanden und andererseits der Nutzen, welcher aus diesen Daten und den verwendeten analytischen Verfahren generiert werden kann. Entsprechend vielfältig sind die Anwendungsmöglichkeiten, welche aus BIG DATA hervorgehen. Schon heute beeinflusst BIG DATA Trends der Gesundheitsversorgung wie zum Beispiel «Precision Medicine» (Präzisionsmedizin), «Personalized Health» (personalisierte Gesundheit) oder «Quantified Self» (Selbstmessung von Gesundheitsdaten).

Am Symposium beleuchten wir die Bedeutung von BIG DATA in der Gesundheitsversorgung aus verschiedenen Perspektiven. Dabei werden Möglichkeiten, aber auch Risiken und Herausforderungen aus individueller und gesellschaftlicher Sicht diskutiert. Als Referenten konnten namhafte Personen aus Politik (Hr. B. Glättli, Nationalrat Grüne), Bildung (Prof. R. Riedl, Berner Fachhochschule), Klinik (Dr. A. B. Leichtle, Inselspital Bern; Herr Ch. Höchsmann, Sport- und Bewegungsmedizin Basel und Prof. E. Aghayev, ISPM Bern) und Forschung (Prof. M. Simon und Frau S. Musy, Insel Gruppe Bern) gewonnen werden. Zudem dürfen wir Frau Prof. Dr. Hannelore Daniel, Ernährungswissenschaftlerin und Inhaberin des Lehrstuhls Ernährungsphysiologie der Technischen Universität München als Referentin am Symposium begrüßen. Sie leitet das Arbeitsgebiet zur Entwicklung von Technologien für die personalisierte Ernährung. Frau Daniel wird uns darlegen, was personalisierte Gesundheit und Selbstvermessung in der Ernährung bedeutet und einen Überblick zum aktuellen Wissensstand der Beziehungen zwischen Nahrung und unseren Genen geben, sowie die Möglichkeiten und Risiken der personalisierten Gesundheit aufzeigen. Frau Daniel leitet das von der EU unterstützte Forschungsprojekt «Food4Me», welches zum Ziel hat, alle Aspekte zu diesem Thema zu untersuchen. Es erwartet Sie ein spannendes Programm. Konnten wir Ihr Interesse wecken, dann schauen Sie auf unsere Webseite www.inselgruppe.ch/sym2017/ und melden Sie sich heute noch an!

Rapsöl – die richtige Wahl für jede Anwendung!

Rapsöl ist aufgrund seiner ernährungsphysiologischen Vorteile und der Produktion in der Schweiz das ideale Öl in unserer Ernährung. Neue Empfehlungen zur Aufnahme von Fetten und Ölen und zu ihrer Verwendung in der Küche bestätigen dies. Die verschiedenen Öle, welche aus der Raps-pflanze gewonnen werden, erfüllen alle Anforderungen, sowohl für den Konsumenten wie auch für die Ernährungsfachleute.

Raps – zwei Sorten ...

Die beiden natürlichen Rapsorten, konventioneller Raps und HOLL-Raps, eignen sich für jede Anwendung: die kalte Küche, das Kochen, das Braten und Frittieren.

Das Öl aus der konventionellen Rapspflanze ist reich an Ölsäure und Alpha-Linolensäure, zwei Fettsäuren, die in unserer Ernährung wertvoll sind; und es enthält eine moderate Menge an Linolsäure, die ohnehin in einer ausgewogenen Ernährung ausreichend zu finden ist.

In der Schweiz wird seit 2003 auch HOLL-Raps angepflanzt: HOLL steht für «High Oleic Low Linolenic». Im Vergleich zum herkömmlichen Rapsöl besitzt HOLL-Rapsöl einen höheren Ölsäuregehalt, dafür einen reduzierten Gehalt an Alpha-Linolensäure und Linolsäure. Es erfüllt damit perfekt die Kriterien für die optimale Fettsäurezusammensetzung eines hoch erhitzbaren Öls.

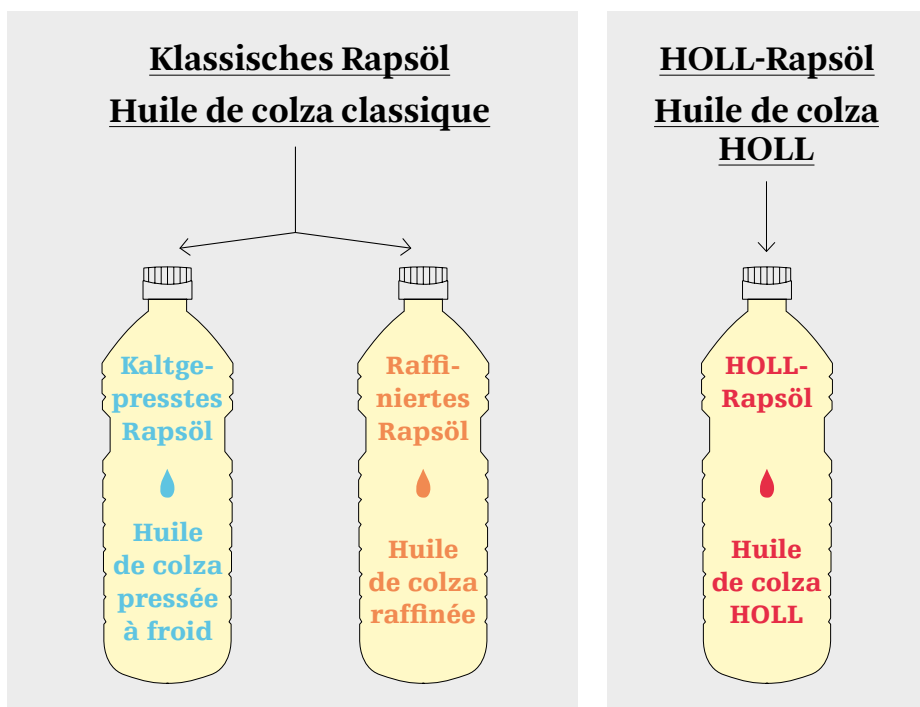
... für drei Öle

Die Samen von Raps können kalt oder auf herkömmliche Art und Weise heiss gepresst werden, um daraus Öl zu gewinnen.

Für die Kaltpressung werden die Samen zerkleinert, gemahlen und ohne Lösungsmittel gepresst; während dieses Prozesses überschreitet die Temperatur nie 50 °C. Das resultierende Öl wird filtriert und erfährt keine Raffination.

Es zeichnet sich durch seinen intensiven Geschmack aus, enthält dadurch aber Substanzen, die fragil sind und die Haltbarkeit begrenzen. Mit seinem typischen nussigen Geschmack ist es ideal für die Zubereitung von kalten Speisen, zum Beispiel für alle Salate, Dips und anderen Saucen. Es eignet sich aber auch hervorragend, um gekochte Gerichte und Suppen zu verfeinern. Im Kühlschrank, vor Licht geschützt aufbewahrt, behält es seine Qualitäten einschliesslich des Gehalts an Vitamin E länger.

Das heiss gepresste Rapsöl unterscheidet sich vom kaltgepressten durch die verschiedenen Raffinationen, die es von unerwünschten und aromatischen Substanzen befreien. Es ist somit stabiler und von neutralem Geschmack. In den Schweizer Ölen bleiben dank den



optimierten Produktionsverfahren maximale Mengen an Vitamin E und mehrfach ungesättigten Fettsäuren enthalten, dabei werden kaum Transfettsäuren gebildet. Das Fettsäureprofil unterscheidet sich nicht wesentlich von dem eines kaltgepressten Öls.

Man kann für die kalte Küche raffiniertes Rapsöl verwenden, aber damit auch mässig warm (bis zu 160 °C) schmoren, backen oder kochen. Eine kurze Kochzeit und moderate Heiztemperatur sind für den Erhalt der ungesättigten Fettsäuren wichtig.

Dank seiner besonderen Fettsäurezusammensetzung weist HOLL-Rapsöl eine exzellente thermische Stabilität auf. In Vergleichsstudien mit herkömmlichen Frittierölen zeigt sich HOLL-Rapsöl chemisch sehr stabil.

Neutral im Geschmack, kann HOLL-Rapsöl bis zu 220 °C erhitzt werden. Es ist perfekt zum scharf Anbraten und Frittieren und entwickelt selbst bei hohen Temperaturen keinen unerwünschten Beigeschmack.

Rapsöl Suisse Garantie ist ein vielseitig einsetzbares Öl und eignet sich mit seinen unterschiedlichen Sorten sowohl für die kalte als auch für die warme Küche. Es bietet jedem, den Konsumenten wie den Ernährungsexperten, Genuss und Qualität auf dem Teller!

Eine Information des Vereins
Schweizer Rapsöl. www.raps.ch



Schweiz. Natürlich.

L'huile de colza – le bon choix pour chaque usage !

L'huile de colza se positionne depuis plusieurs années déjà comme un produit de choix dans notre alimentation grâce à ses atouts nutritionnels et sa production suisse. Les nouvelles données concernant les recommandations sur les lipides et l'utilisation des matières grasses dans la cuisine confortent ce positionnement. Les différentes huiles tirées du colza répondent au mieux aux exigences des consommateurs et des professionnels de la nutrition.

Deux variétés de colza...

Les deux variétés naturelles de colza, colza conventionnel et colza HOLL, sont transformées spécifiquement pour convenir à chaque usage : cuisine froide, cuisson et friture. L'huile issue du colza conventionnel est riche en acide oléique et acide alpha-linolénique, deux qualités recherchées dans notre alimentation ; elle ne contient qu'une quantité modérée d'acide linoléique que l'on trouvera en suffisance dans une ration alimentaire équilibrée. Issue d'une variété spécifique cultivée en Suisse depuis 2003, colza HOLL signifie « High Oleic Low Linolenic ». En comparaison de l'huile de colza conventionnelle, l'huile de colza HOLL a donc une teneur plus élevée en acide oléique, réduite en acide alpha-linolénique et abaissée en acide linoléique. Elle remplit ainsi parfaitement les critères par sa composition optimale en acide gras, pour être employée à haute température.

... pour trois types d'huiles

Les graines du colza conventionnel peuvent être pressées à froid ou de manière classique. Pour la pression à froid, les graines sont broyées, moulues, puis pressées sans usage de solvant ; lors de ces processus, la température n'excède jamais les 50°C. L'huile obtenue est filtrée et ne subit aucun raffinage. Elle se distingue par son goût et odeur intenses mais contient des substances qui la rendent fragile et limitent sa durée de conservation. Avec sa saveur typique de noisette, elle est idéale pour les préparations culinaires froides : par exemple pour toutes les salades, les dips ou la mayonnaise, mais aussi pour affiner mets et potages déjà apprêtés. Conserver l'huile au réfrigérateur et à l'abri de la lumière préservera plus longtemps ses qualités, notamment sa teneur en vitamine E.

L'huile de colza pressée de manière classique se distingue de l'huile pressée à froid par les différentes étapes du raffinage qu'elle subit, la débarrassant des substances indésirables et très aromatiques. Elle est ainsi plus stable et

de saveur neutre. L'optimisation du raffinage appliqué dans les huileries suisses permet de préserver au maximum les antioxydants naturels (vitamine E) et acides gras (AG) polyinsaturés tout en limitant la formation d'AG trans. Le profil des acides gras n'est pratiquement pas modifié par rapport à l'huile pressée à froid. On peut utiliser l'huile de colza classique pour la cuisine froide, mais également la chauffer modérément (jusqu'à 160°C) afin d'étuver, cuire ou mijoter du poisson, de la viande ou des légumes, ainsi que pour la cuisson au four. Un temps de cuisson court et une température de chauffage modérée sont déterminants pour la préservation des acides gras.

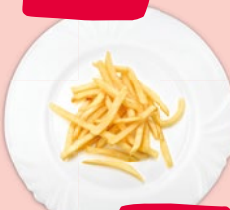
Grâce à sa composition particulière en acides gras, l'huile de colza HOLL se caractérise par une bonne stabilité thermique. Lors de tests

comparant les performances de différentes huiles à la cuisson, elle s'est montrée chimiquement très stable.

De saveur neutre, l'huile de colza HOLL peut être chauffée jusqu'à 220°C. Elle est donc parfaite pour saisir à feu vif, rôtir et frire. Même à température élevée, elle garantit l'absence de tout arrière-goût désagréable.

L'huile de colza Suisse Garantie est une huile polyvalente qui convient, grâce à ses différentes déclinaisons, aussi bien pour la cuisine froide que pour la cuisson. Elle offre à chacun, consommateur ou professionnel, plaisir et qualité dans l'assiette !

Une information de l'Association Huile de colza suisse. www.colza.ch

Cuisine froide HUILE DE COLZA CLASSIQUE : PRESSÉE À FROID ET RAFFINÉE  KLASSISCHES RAPSOÛL: KALTGEPRESST UND RAFFINIERT Kalte Küche	Cuisine chaude (jusqu'à 160°C) HUILE DE COLZA CLASSIQUE : RAFFINÉE  KLASSISCHES RAPSOÛL: RAFFINIERT Warme Küche (bis 160°C)	Cuisine chaude et friture (de 160 à 220°C) HUILE DE COLZA HOLL  HOLL-RAPSOÛL Heisse Küche und Frittieren (ab 160 bis 220°C)
--	---	--

Abschlussfeier des Bachelorstudiengangs Ernährung und Diätetik, Berner Fachhochschule, Fachbereich Gesundheit

Im Rahmen der Abschlussfeier des Fachbereichs Gesundheit der Berner Fachhochschule vom 28. Oktober 2016 im Kultur-Casino Bern gratuliert Andrea Mahlstein, Leiterin Bachelorstudiengang Ernährung und Diätetik, zusammen mit der stellvertretenden Studiengangsleiterin Sandra Jent und der Dozentin Andrea Räss-Hunziker, 50 Studierenden zum Abschluss ihres dreijährigen Studiums.

Charlotte Weidmann Schneider, BSc, Ernährungsberaterin SVDE, wissenschaftliche Mitarbeiterin Bachelorstudiengang Ernährung und Diätetik

An der diesjährigen Abschlussfeier wurde der Jahrgang ERB13 verabschiedet, der im Herbst 2013 das Vollzeitstudium in Angriff nahm und nun erfolgreich abschloss. Folgende herausragende Leistungen wurden prämiert:

Die beste Gesamtleistung im Bachelorstudiengang Ernährung und Diätetik erbrachte Frau Julie Dumas. Als Studierende französischer Muttersprache schloss sie das deutschsprachige Studium mit der Bestnote 5,3 ab. Für diese hervorragende Leistung erhielt sie den von der Insel Gruppe gesponserten Preis von CHF 1000.–, überreicht von der Bereichsleiterin Aus- und Weiterbildung Frau Henriette Schmid.

Frau Nadine Annaheim wurde ausgezeichnet für die beste Bachelor-Thesis: «Symptomrelevanz einzelner fermentierbarer kurzkettiger Kohlenhydrate und Polyole bei funktionellen gastrointestinalen Störungen». Die Thesis wurde vom Schweizerischen Verband der Ernährungsberater/innen (SVDE) mit einem Betrag von CHF 500.– und einer einjährigen Gratismitgliedschaft im SVDE prämiert, den die Präsidentin Gabi Fontana der stolzen Preisträgerin übergab.

Den Preis für die zweitbeste Bachelor-Thesis erhielt Frau Sabine Hercher. Der Titel ihrer Bachelor-Thesis lautet «Eine quantitative Erhebung nicht oder spät diagno-

stizierter PKU-Betroffener in Berner Pflegeinstitutionen». Frau Rita Küchler, Ausbildungsverantwortliche der Lindenhofgruppe Bern, überreichte ihr den Geld-Preis von CHF 500.–.

Die designierten Ernährungsberaterinnen BSc und Ernährungsberater BSc absolvieren derzeit ihr 10-monatiges Zusatzmodul B in unterschiedlichsten Berufsfeldern. Nach dessen Abschluss erhalten sie ihr Diplom von der Berner Fachhochschule und damit die Berufsbefähigung, um als Ernährungsberaterin/-berater BSc zu arbeiten.

Wir wünschen allen Absolventinnen und Absolventen einen guten Start ins Berufsleben!

Berner Fachhochschule
Fachbereich Gesundheit
Bachelorstudiengang Ernährung
und Diätetik
Murtenstrasse 10, 3008 Bern

www.gesundheit.bfh.ch/ernaehrung





Buitoni®

BACKGENUSS FÜR ALLE...

...3 x frei von Gluten, frei von Laktose



NEU

im Kühlregal

GLUTENFREIE REZEPTE
finden Sie auf www.LEISI.ch
und www.PIZZABUITONI.ch





Cérémonie de remise des diplômes – Haute école de santé – Genève

Lundi 21 novembre 2016 – Théâtre du Léman, Genève

Un grand jour que ce 21 novembre 2016 pour les nouveaux diplômés de la HES Santé de Genève, sésame pour l'entrée dans la vraie vie, celle de la vie active comme professionnel. Le théâtre du Léman recevait, cette année encore, du beau monde en plus des étudiants diplômés. C'est le Directeur de la Haute école de santé, M. Petitmermet qui a ouvert la cérémonie, introduisant les allocutions de M. F. Abbé-Decarroux, Directeur général de la HES-SO Genève puis de Mme L. Maury-Pasquier, Conseillère aux Etats, Présidente du Conseil académique. Celle-ci fit référence à de nombreuses reprises à la nouvelle loi sur les professions de la santé, évoquant

les notions de pratique autonome et responsable, dans un contexte de santé globale, tout en faisant vivre le lien social.

M. Petitmermet a eu le plaisir d'annoncer officiellement la création, pour septembre 2017, du Master en Santé qui sera ouvert à toutes les filières Santé sauf Soins infirmiers.

La cérémonie s'est poursuivie avec tout d'abord la remise des diplômes pour les techniciens en radiologie, puis les physiothérapeutes et enfin les 31 diététiciens de cette volée. Suivirent les sages-femmes et enfin les soins infirmiers. Le travail de Bachelor en Nutrition et diététique sélectionné pour le prix de l'ASDD a été remis par

mes soins à O. Ansermet et A. Aebi car la thématique qu'elles ont traitée est encore peu connue et surtout peu exploitée en clinique, à savoir: «Influence des protéines et des lipides chez les diabétiques de type 1: un outil pour la pratique.». Après la remise de tous les diplômes, la soirée s'est terminée autour d'un cocktail dinatoire. Ce travail a été présenté aussi au cours de la journée de formation «Diabète du sujet âgé» et a été fort apprécié pour son utilité pratique.

Nous félicitons avec fierté les nouveaux diplômés de la volée 2013 pour leur réussite et leur souhaitons la bienvenue dans le monde du travail.



Buitoni®

UN RÉGAL POUR TOUS...

...3 x sans gluten ni lactose



NOUVEAU

Au rayon frais



DES RECETTES SANS GLUTEN
sont disponibles sur www.LEISI.ch
et www.PIZZABUITONI.ch

BACHELOR OF SCIENCE ERNÄHRUNG & DIÄTETIK

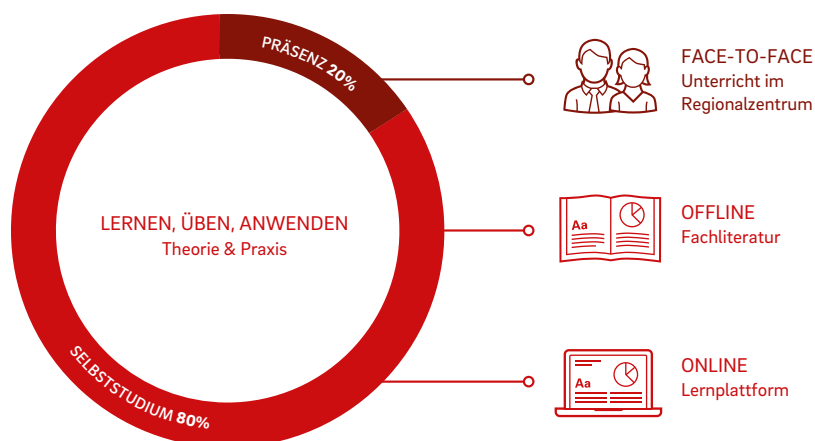
Die Fernfachhochschule Schweiz (FFHS) bietet als eidgenössisch anerkannte Fachhochschule seit 2015 den Bachelor-Studiengang Ernährung und Diätetik an. Im Herbst 2016 ist der zweite Jahrgang mit 50 Studierenden erfolgreich gestartet. Die FFHS wendet in ihren Studiengängen die Blended-Learning-Methodik an. Diese innovative Ausbildungsform kombiniert die Vorteile des E-Learning mit jenen des traditionellen Unterrichts.

SELBSTSTUDIUM

Den Grossteil der Ausbildung absolvieren die Studierenden im Selbststudium, unterstützt und geführt durch die Online-Lernplattform. Diese bietet Diskussionsforen, Fachliteratur, interaktive Übungen, Multimedia-Elemente und Online-Lernkontrollen, die in Lerngruppen oder individuell selbständig ausgeführt werden.

PRÄSENZ

Im Präsenzunterricht (jeden zweiten Samstag in Zürich oder Bern) können die Studierenden gemeinsam das Erarbeitete praktisch anwenden, üben und vertiefen. Es bietet sich die Möglichkeit zur direkten synchronen Interaktion zwischen Studierenden und Dozierenden im Flipped Classroom.



GRUNDLAGENSTUDIUM (80 ECTS)

1. Sem.	Anatomie / Physiologie	Ernährungslehre I	Gesundheitsförderung und Prävention	Englisch
2. Sem.	Ernährung versch. Bevölkerungsgruppen	Ernährungslehre II	Ernährungspsychologie	Lebensmittelkunde, Hygiene, Recht
3. Sem.	Pathophysiologie I	Ernährungslehre III	Gesprächsführung und Kommunikation	Einführung in das wissenschaftliche Arbeiten
4. Sem.	Pathophysiologie II	Beratung / Diätetik I	Forschungsmethoden/ Statistik	

INTEGRIERTE MODULE: BERATUNG UND DIÄTETIK

Auf Fallbeispielen basierend erarbeiten die Studierenden die Fachliteratur und üben das Beraten in der entsprechenden Situation:

- Gute, realitätsnahe Fall-Vignette als Ausgangslage
- Klare Formulierung der zu erreichenden Kompetenzen, handlungsnotwendigen Kenntnisse, Fähigkeiten und Haltung
- Strukturierte Lernziele für das Online- und Selbststudium
- Begleitung der Lernprozesse durch die Dozierenden über die Lernplattform
- Präsenzunterricht mit starker Fokussierung auf das Anwenden der Sozialkompetenzen

AUFBAUSTUDIUM (100 ECTS)

5. Sem.	Marketing & Öffentlichkeitsarbeit	Beratung / Diätetik II	Wissenschaftliches Praxisprojekt
6. Sem.	Gesundheitswesen	Beratung / Diätetik III	
7. Sem.	Praxisausbildung *	Beratung / Diätetik IV	
8. Sem.		Bachelor-Thesis	
12 Monate Praktikum Zusatzmodul C			

* Ab dem 7. Semester Praxisausbildung in der Ernährungspraxis im Umfang eines 50%-Penums während 12 Monaten (erstmalig im August 2018)



Fernfachhochschule Schweiz
Zürich | Basel | Bern | Brig

Mitglied der SUPSI

KONTAKT

Fernfachhochschule Schweiz (FFHS)
Dr. Stephanie Baumgartner Perren
Studiengangsleiterin
Tel. +41 27 922 38 29

www.ffhs.ch/bsc-ernaehrung

AGENDA

Weitere Informationen der folgenden Veranstaltungen finden Sie in der Agenda auf www.svde-asdd.ch.

Pour plus d'informations concernant les manifestations suivantes, consultez l'agenda sur www.svde-asdd.ch.

Per maggiori informazioni sui prossimi eventi consultate l'agenda al sito www.svde-asdd.ch.

Die Agenda wird ständig aktualisiert und mit weiteren Veranstaltungen ergänzt.

L'agenda est régulièrement actualisé et complété avec les nouvelles manifestations.

L'agenda è costantemente aggiornata e completata con altri importanti avvenimenti.

Datum Date Data	Ort Lieu Luogo	Veranstaltung Manifestation Manifestazione	SVDE-Punkte Points ASDD Punti ASDD
02.12.2016–03.12.2016	Lenzburg	Arbeitstechniken zum Umgang mit Ambivalenzen in Beratung und Therapie kontakt@wilob.ch	4
02.12.2016–03.12.2016	Zürich	Provozieren – aber richtig! – IKP Zürich	4
19.01.2017–26.01.2017	Lausanne	Maladie cœliaque, sensibilité non cœliaque au gluten et FODMAPs HEds Genève et SVDE ASDD	4
27.01.2017	Basel	Nutrition Care Process Terminologie – Umsetzung in die Praxis – SVDE ASDD	2
03.03.2017	Bern	Symposium für Gesundheitsberufe – Direktion Pflege/MTT, Insel Gruppe	1
14.03.2017–15.03.2017	–	Les protéines I Physiologie, qualité et actualités	4
24.03.2017	Bern	Jubiläumstagung und Generalversammlung SVDE – SVDE ASDD	1
30.03.2017	Lausanne	L'alimentation durable I Du concept à la réalité de terrain HEds Genève et SVDE ASDD	2
24.04.2017–17.02.2018	Lenzburg	Die Erfolgs-Kraft Hypnosystemischer Therapie und Beratung – wilob AG	6
04.05.2017	Yverdon	L'alimentation entérale à domicile HEds Genève et SVDE ASDD	2

Die SVDE-Geschäftsstelle bleibt vom 19. Dezember 2016 bis 8. Januar 2017 geschlossen.

Gerne kümmern wir uns ab dem 9. Januar 2017 wieder um Ihre Anliegen.

Wir wünschen Ihnen gute Weihnachtstage und das Allerbeste für 2017.

Herzliche Grüsse
Ihre Geschäftsstelle

Le secrétariat ASDD sera fermé du 19 décembre 2016 au 8 janvier 2017.

C'est avec plaisir que nous nous occuperons à nouveau de vos demandes à partir du 9 janvier 2017.

Joyeux Noël et bonne année 2017.

Cordialement
Votre secrétariat

La segreteria ASDD rimarrà chiusa dal 19 dicembre 2016 al 8 gennaio 2017.

E' con piacere che a partire dal 9 gennaio 2017 ci prenderemo di nuovo cura delle vostre richieste.

Auguri di buon natale e felice anno nuovo.

Cordialmente
La vostra segreteria

www.svde-asdd.ch

Ernährung in der Onkologie: Gewichtsverlust ist ein Thema!

Gerade für Krebspatienten ist es wichtig, sich ausreichend zu ernähren und so den Körper selbst sowie die körpereigenen Abwehrkräfte zu stärken. Besonders gilt es, ungewollten Gewichtsverlust zu vermeiden bzw. gegenzusteuern, um die Belastungen der Krebstherapie besser zu verkraften. Dabei sollte der Ernährungszustand bereits zu Beginn einer Krebsbehandlung so gut wie möglich sein.

Gewichtsverlust ist eine häufige Begleiterscheinung von Krebs

Die Prävalenz des Gewichtsverlusts beträgt bis zu 80%, abhängig von der Primärtumorart.¹ Um die Ansprechraten der Chemotherapie zu verbessern, sollte der Gewichtsverlust reduziert werden. Studien zeigen, dass bei 9 von 12 Tumorarten die Überlebensrate bei Patienten ohne Gewichtsverlust signifikant besser ist.² Gerade in der frühen Behandlungsphase sind Tumorpatienten besonders motiviert, selbst am Behandlungserfolg mitzuwirken. Das eigene Körpergewicht bietet einen guten Ansatzpunkt, um aktiv zu werden. Je-

doch ist es für viele Tumorpatienten nicht einfach, das Gewicht stabil zu halten oder zuzunehmen. Gründe dafür sind Appetitverlust und ein frühes Sättigungsgefühl, Malabsorption, Hypermetabolismus, Übelkeit und Erbrechen, Veränderungen des Geschmacksempfindens oder Entzündungen im Mund- und Rachenraum. Eine frühzeitige und intensive Ernährungsintervention bei Tumorpatienten wird von führenden Fachgesellschaften in den Leitlinien empfohlen (z.B. DGEM, ESPEN)^{3,4,5}. Das innovative Fortimel Compact erweist sich hierbei als die einfachere Lösung für Tumorpatienten, ihre Energie- und Nähr-

stoffaufnahme zu erhöhen und Gewichtsverlust entgegenzuwirken.

Die Vorteile:

- Kompakte Nährstoffversorgung mit 125 ml (300 kcal und 12 g Eiweiss pro Flasche)
- In 8 Geschmacksvarianten inklusive einer neutralen Variante zur Anreicherung von Speisen
- Hilft, den Gewichtsverlust zu reduzieren

- 1 Laviano A, Meguid MM: Nutrition 1996; 12: 358-71.
 - 2 DeWys WD, Begg C, Lavin PT et al.: Am J Med 1980; 69: 491-7.
 - 3 Arends J et al.: Klinische Ernährung in der Onkologie. Aktuel. Ernährungsmed 2015; 40: e1-e74.
 - 4 Arends J et al.: ESPEN Guidelines on Enteral nutrition. Non-surgical oncology Clin Nutr, 2006; 25(-); 245-249.
 - 5 Van Cutsem E, Arends J: Eur J Oncol Nurs 2005; 9 Suppl 2: S51-63.
- * DGEM: Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin
ESPEN: Europäische Gesellschaft für Klinische Ernährung und Stoffwechsel

L'alimentation en oncologie: La perte de poids est un thème!

C'est justement chez les patients souffrant d'un cancer qu'une alimentation suffisante est importante, permettant ainsi de renforcer le corps ainsi que ses propres défenses immunitaires. Il s'agit en particulier de limiter la perte de poids involontaire, respectivement de la compenser de sorte à mieux combattre la charge que représente un traitement anticancéreux. Pour cela, déjà au début d'un traitement contre le cancer, l'état nutritionnel devrait être aussi bon que possible.

La perte de poids accompagne souvent un cancer

En fonction du type de tumeur primaire, la prévalence de la perte pondérale peut atteindre 80%¹. Pour améliorer le taux de réponses à une chimiothérapie, la perte de poids devrait être réduite. Des études montrent que pour 9 types de tumeurs sur 12 chez des patients sans perte de poids, le taux de survie est significativement meilleur². C'est justement au début de la phase thérapeutique que les patients cancéreux sont particulièrement motivés à contribuer personnellement au succès du traitement. Le poids corporel personnel offre un bon point de départ pour être ac-

tif. Toutefois, pour beaucoup de patients cancéreux, maintenir un poids stable voire même en prendre n'est pas si facile. Les raisons à cela sont une perte d'appétit et un sentiment précoce de satiété, une malabsorption, un hypermétabolisme, des nausées et des vomissements, la modification du goût ou des inflammations dans la cavité oropharyngée.

Une intervention intensive et précoce au niveau nutritionnel chez des patients présentant un cancer est recommandée dans les directives des sociétés médicales européennes (par exemple, l'ESPEN)^{3,4,5}. Pour les patients avec une tumeur, le Fortimel Compact innovateur s'avère être une solu-

tion particulièrement plus simple pour améliorer l'absorption des nutriments et de l'énergie et pour contrer une perte de poids.

Les avantages:

- Apport nutritionnel compact avec 125 ml (300 kcal et 12 g de protéines par bouteille)
- 7 arômes disponibles de même qu'une variante neutre pour enrichir les repas
- Aide à réduire la perte de poids et à soutenir la chimiothérapie de manière optimale

- 1 Laviano A, Meguid MM: Nutrition 1996; 12: 358-71.
 - 2 DeWys WD, Begg C, Lavin PT et al.: Am J Med 1980; 69: 491-7.
 - 3 Arends J et al.: Klinische Ernährung in der Onkologie. Aktuel. Ernährungsmed 2015; 40: e1-e74.
 - 4 Arends J et al.: ESPEN Guidelines on Enteral nutrition. Non-surgical oncology Clin Nutr, 2006; 25(-); 245-249.
 - 5 Van Cutsem E, Arends J: Eur J Oncol Nurs 2005; 9 Suppl 2: S51-63.
- * Société Européenne de Nutrition Clinique et Métabolisme (ESPEN: European Society for Clinical Nutrition and Metabolism)

Fortimel Compact

Nährstoffe in kompakter Form

Des nutriments dans une forme plus compacte



Mehr
Energie. Kleinere
Portion. Einfacher
für Patienten.*

Plus d'énergie. Portion
plus petite. Plus
simple pour les
patients.*



* im Vergleich zu herkömmlicher 200 ml Standard-Trinknahrung (Quelle: Hubbard et al: Proceedings of the Nutrition society [2010] 69 [OCE], E164). En comparaison avec 200 ml d'une alimentation buvable conventionnelle standard (Source: Hubbard et al: Proceedings of the Nutrition society [2010] 69 [OCE], E164).

Fortimel Compact ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (Bilanzierte Diät). Zum Diätmanagement von Patienten mit fehlender oder eingeschränkter Fähigkeit zur ausreichenden normalen Ernährung bzw. mit krankheitsbedingter Mangelernährung. Fortimel Compact est un aliment destiné à des fins médicales particulières (diète équilibrée). Pour la gestion de la diète des patients dans l'incapacité ou avec une capacité limitée de s'alimenter normalement en suffisance, respectivement avec une carence alimentaire liée à une maladie.



Kleines Trinkvolumen – kompakte Nährstoffversorgung mit 125 ml (2,4 kcal/ml)

Petit volume à boire – apport compact de nutriments avec 125 ml (2,4 kcal/ml)



Vielfalt im Geschmack – für mehr Abwechslung in 8 Geschmackssorten inklusive einer neutralen Variante, die besonders zur Anreicherung von Speisen geeignet ist

Diversité dans le goût – 8 arômes différents pour plus de diversité, y compris une variante neutre particulièrement indiquée pour enrichir les repas



Niedrige Viskosität – für ein angenehmes Trinkgefühl

Viscosité faible – pour une agréable sensation lors de la boisson

ENSURE® PLUS ADVANCE

Bei Mangelernährung hilft Ensure® Plus Advance den Betroffenen, das aufzubauen und zu erhalten, was sie zum Überleben brauchen: Muskelmasse.¹⁻³

En cas de malnutrition, Ensure® Plus Advance aide les patients à construire et maintenir ce dont ils ont besoin pour survivre: la masse musculaire.¹⁻³

**LAUT NEUER KLINISCHER
STUDIE^{4*} VERRINGERT
ENSURE® PLUS ADVANCE
DIE MORTALITÄT UM**

**D'APRÈS UN NOUVEL
ESSAI CLINIQUE^{4*},
ENSURE® PLUS ADVANCE
RÉDUIT LA MORTALITÉ DE**

50%



mit / avec
HMB



▲ ERNÄHRUNGSZUSTAND⁴
ÉTAT NUTRITIONNEL⁴



▲ ÜBERLEBEN⁵
SURVIE⁵



▲ KRAFT⁵
FORCE⁵

ERHÄLTICH IN 5 AROMEN
DISPONIBLE EN 5 ARÔMES

1. De Luis DA et al. *Nutr Hosp* 2015;32(1):202-207. 2. Oliveira G et al. *Clin Nutr* 2015;pii:S0261-5614(15)00255-1. 3. Cramer J et al. *Eur Geriatr Med* 2015;6S1:S32-S156. 4. Deutz NE et al. *Clin Nutr* 2016;35(1):18-26. 5. Ekinici O et al. *Nutr Clin Pract* 2016;pii:0884533616629628.

* über einen Zeitraum von 90 Tagen nach der Entlassung aus dem Spital. Nourish ist eine prospektive, randomisierte, doppelblinde, Placebo-kontrollierte, multizentrische Studie, in der 652 mangelernährte Patienten (Alter: ≥ 65 Jahre) mit Herzinsuffizienz, akutem Myokardinfarkt, Pneumonie oder COPD beobachtet wurden.

* Sur 90 jours post-sortie d'hôpital. Nourish est une étude multicentrique, prospective, randomisée, contrôlée contre placebo et réalisée en double aveugle portant sur 652 patients ≥ 65 ans en situation de malnutrition et souffrant d'insuffisance cardiaque, d'infarctus aigu du myocarde, de pneumonie ou de broncho-pneumopathie chronique obstructive.

Abbott AG, Neuhofstrasse 23, CH-6341 Baar
Tel: 041 768 43 33, Fax: 041 768 43 50
Abbott Hotline: 0800 88 80 81
E-Mail: marketing.nutritional.ch@abbott.com
www.abbottnutrition.ch

Life in full

Abbott