

Medienmitteilung

13. Monitor Ernährung und Bewegung von gfs.bern

Bern, 30. September 2026

Stimmberechtigte setzen in Ernährungsfragen auf Information und Aufklärung

Schweizerinnen und Schweizer bevorzugen in Ernährungsfragen Information und Aufklärung statt Gesetze und Verbote. Neue Steuern oder ein Mindestalter für einzelne Lebensmittel sind nicht mehrheitsfähig. Projekte mit dem Bund, wie zum Beispiel die Zuckerreduktion im Rahmen der Erklärung von Mailand, geniessen starken Rückhalt. Zudem möchten 28 Prozent der Stimmberechtigten Gewicht abnehmen. Die Einstellung zu Abnehmmedikamenten hängt dabei stark von den Motiven ab. Das zeigt der 13. Monitor Ernährung und Bewegung von gfs.bern.

Information und Aufklärung statt Steuern und Gesetze

Die Stimmberechtigten bevorzugen Eigenverantwortung gegenüber staatlichen Massnahmen. Im Spannungsfeld zwischen Eigenverantwortung (10 auf der Skala) und staatlicher Intervention (0 auf der Skala) möchte eine Mehrheit das Heft weiterhin selbst in der Hand haben. Es zeigt sich jedoch eine leichte Verschiebung in Richtung Staat (von 7.0 auf 6.2). Bei der Frage, wie Ernährungsverhalten beeinflusst werden soll, bleibt die Präferenz für Information und Aufklärung (0) gegenüber Steuern und Gesetzen (10) bestehen. Der Mittelwert steigt von 3.0 auf 3.3.

Grosse Mehrheit möchte Prävention statt Verbote

76 Prozent der Stimmberechtigten finden, dass die staatlichen Massnahmen gegen Übergewicht nicht ausreichen. Welche Massnahmen befürworten sie? Je 90 Prozent befürworten Präventionsprogramme bei Risikogruppen sowie gemeinsame Projekte mit der Wirtschaft. Die freiwillige Zuckerreduktion im Rahmen der Erklärung von Mailand ist ein gutes Beispiel für diesen Weg. 89 Prozent sind zudem für obligatorische Ernährungskunde.

Hohen Zuspruch erhalten neben vermehrtem Sportunterricht Werbeverbote für zucker-, salz- und fetthaltige Nahrungsmittel, die sich an Kinder richten (je 82 Prozent). Um diesem Anliegen zu begegnen, erarbeitet der Bund mit Lebensmittelherstellern eine freiwillige Selbstverpflichtung. Ziel ist eine Reduktion der Werbung für Lebensmittel und Getränke mit hohem Fett-, Zucker-, Salz- oder Energiegehalt, die sich an Kinder unter 13 Jahren richtet.

92 Prozent betrachten zugesetzten Zucker in Lebensmitteln als Dickmacher. 93 Prozent fordern, dass die Lebensmittelbranche aufhört, sogenannten versteckten Zucker in Fertiggerichte zu geben. 63 Prozent sehen die Ursachen von Ernährungsproblemen eher bei den Essgewohnheiten als bei den Lebensmitteln. Viele Menschen halten demnach nicht einzelne Lebensmittel für ungesund, sondern betrachten die konsumierte Menge als entscheidend.

Ein Mindestalter ist die unbeliebteste Massnahme gegen Übergewicht

Verbote und Steuern lehnen die stimmberechtigten Schweizerinnen und Schweizer mehrheitlich ab. Mit einem Verbot «ungesunder» Lebensmittel wären 46 Prozent einverstanden, 45 Prozent mit einer Lenkungsabgabe auf Zucker, die zur Aufklärung in Ernährungsfragen dient. Die mit Abstand unbeliebteste Massnahme bleibt die Einführung eines Mindestalters für den Kauf solcher Lebensmittel (19 Prozent). Die Stimmberechtigten bevorzugen Massnahmen, welche die Ernährungskompetenz fördern.

Zuckersteuer ist nach wie vor nicht mehrheitsfähig

Eine Lenkungsabgabe will das Verhalten beeinflussen und die Einnahmen zweckgebunden einsetzen. Eine Steuer hingegen fliesst in den Staatshaushalt. Die Umfrage zeigt, dass beides auf wenig Akzeptanz stösst. 68 Prozent der Befragten lehnen die Einführung einer Steuer auf zucker-, salz- oder fetthaltige Lebensmittel ab. Mit einer Zustimmung von 30 Prozent ist sie noch weniger mehrheitsfähig als die erwähnte Lenkungsabgabe. Die starke Ablehnung erklärt sich wie folgt: 79 Prozent finden eine zusätzliche Steuer ungerecht, weil sie ärmere Menschen stärker belastet. 72 Prozent sind der Ansicht, dass Ernährungsgewohnheiten nicht mit Steuern geändert werden können.

Freiwillige Zuckerreduktion in Zusammenarbeit mit dem Bund

Ein grosser Teil der in der Schweiz hergestellten Erfrischungsgetränke sind zuckerfrei oder zuckerreduziert. Konsumentinnen und Konsumenten profitieren von einem breiten Angebot an kalorienarmen Getränken. 71 Prozent der Befragten sind der Ansicht, dass es genügend zuckerfreie und zuckerreduzierte Alternativen gibt.

Die Hersteller von Erfrischungsgetränken reduzieren den Zucker seit Jahren freiwillig und bedienen damit die Nachfrage nach leichten Durstlöschern. Mit der Erklärung von Mailand verpflichteten sie sich 2023, den Median-Zuckergehalt bis Ende 2024 um 10 Prozent zu reduzieren. Dank grossem Engagement der Branche wurde dieses Ziel insgesamt übertroffen. Am 21. August 2025 haben Hersteller mit Bundesrätin Elisabeth Baume-Schneider eine Erklärung für einen weiteren Reduktionsschritt von 10 Prozent bis Ende 2028 unterzeichnet.

Zuckerreduktion beeinflusst den Geschmack. Damit sie von Konsumentinnen und Konsumenten akzeptiert wird, muss sie langsam und schrittweise erfolgen. Süsstoffe sind von der Erklärung von Mailand ausgeschlossen.

Erfrischungsgetränke machen nur 10 Prozent des Zuckerkonsums aus

Laut dem Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) beträgt der durchschnittliche Zuckerkonsum in der Schweiz etwa 90 Gramm pro Person und Tag. Zahlen unserer Mitglieder zufolge machen Erfrischungsgetränke im Durchschnitt etwa 10 Prozent des Zuckerkonsums aus.

Der grösste Beitrag für ausgewogene Ernährung wird bei den Konsumenten gesehen

Welche Akteure tragen am meisten dazu bei, dass sich Schweizerinnen und Schweizer ausgewogen ernähren und ausreichend bewegen? Den grössten Beitrag sehen Stimmberechtigte bei den Konsumentinnen und Konsumenten mit 7.3 Punkten auf einer Skala von 0 bis 10. An zweiter Stelle stehen Konsumentenorganisationen mit 6.6. Darauf folgen Familie und Freunde (6.5) sowie die Schulen (6.2). Weiter unten rangieren das Bundesamt für Gesundheit (6.1), Medien (5.6), Lebensmittelhersteller (5.2), bekannte Vorbilder (5.1) und die Getränkebranche (4.7).

Akzeptanz von Abnehmmedikamenten hängt von den Motiven ab

28 Prozent der Stimmberechtigten möchten Gewicht abnehmen. Die Meinungen zum Einsatz von Medikamenten zu diesem Zweck sind geteilt. 41 Prozent sehen dies kritisch, 36 Prozent positiv. Eine grosse Mehrheit befürwortet den Einsatz von Abnehmmedikamenten aus gesundheitlichen Gründen (90 Prozent) oder wenn andere Methoden nicht funktionieren (78 Prozent). Skepsis besteht beim Einsatz von Abnehmmedikamenten aus rein ästhetischen Gründen, was nur 22 Prozent befürworten. Die Akzeptanz von Abnehmmedikamenten hängt somit von der medizinischen Notwendigkeit ab.

90 Prozent sind voll oder eher der Ansicht, dass Abnehmen vor allem durch Ernährung und Bewegung erzielt werden sollte und nicht mit Hilfe von Medikamenten. 64 Prozent denken, dass der Druck, schlank zu sein, steigt, wenn Medikamente zur Gewichtsreduktion leicht verfügbar sind.

Im Auftrag der Informationsgruppe Erfrischungsgetränke hat gfs.bern den Monitor Ernährung und Bewegung im März 2026 zum 13. Mal realisiert. Die Daten stammen aus einer repräsentativen Umfrage mit 1'013 stimmberechtigten Schweizerinnen und Schweizern. Für die vorliegende Medienmitteilung wurde eine Auswahl der Inhalte getroffen. Die vollständigen Resultate des Monitors sind im Schlussbericht einsehbar.

Weitere Auskünfte:

- David Arnold, Leiter Kommunikation und Public Affairs: Tel. 044 221 21 85
- Lukas Golder, Co-Leiter von gfs.bern: Tel. 031 311 62 10

Die «Informationsgruppe Erfrischungsgetränke – für einen aktiven Lebensstil und bewussten Trinkgenuss» ist ein unabhängiger und dialogorientierter Zusammenschluss von Persönlichkeiten aus Wirtschaft und Politik. Gegründet wurde sie 2013 auf Initiative der Erfrischungsgetränkehersteller.

Weitere Informationen:

www.ig-erfrischungsgetraenke.ch | X: @info_IGEG | Bluesky: @info-igeg.bsky.social

Cockpit von gfs.bern

<https://cockpit.gfsbern.ch/de/cockpit/monitor-ernaehrung-und-bewegung-2026/>