

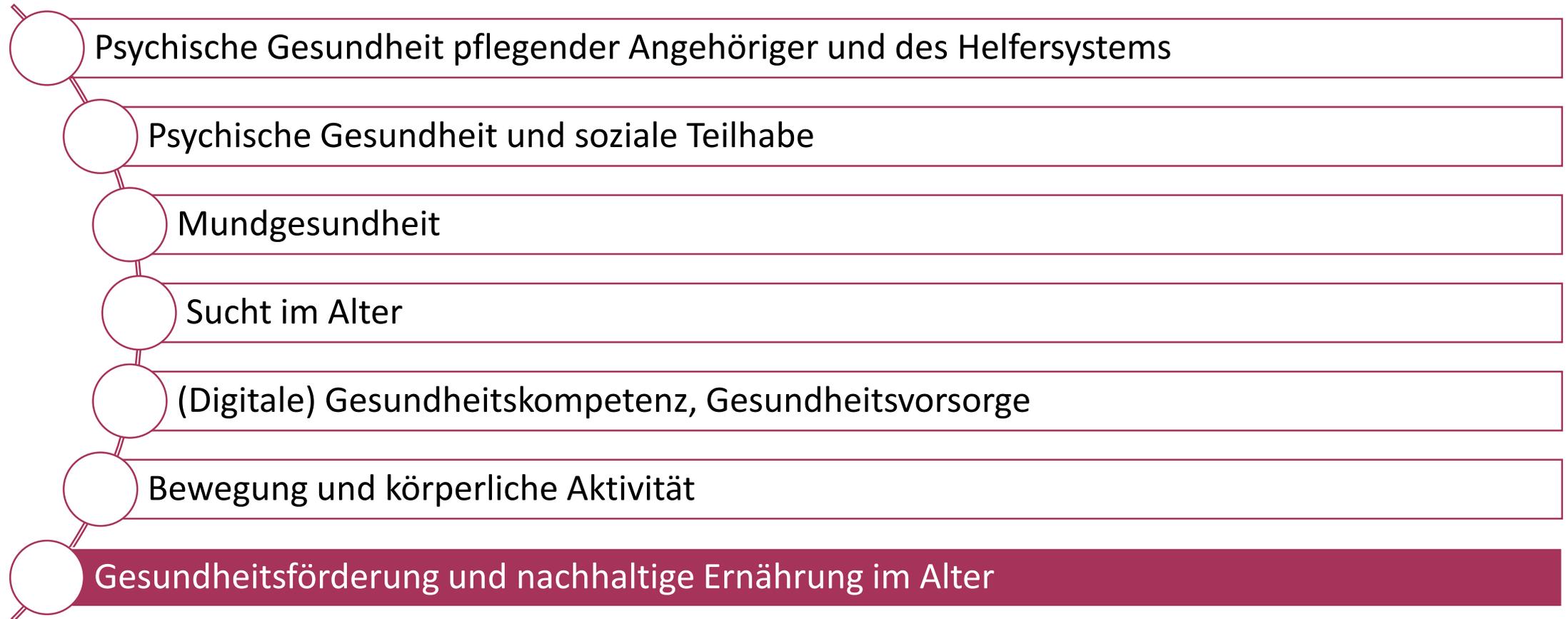


Vernetzungsstelle Seniorenernährung Thüringen  
*Alexandra Lienig*

Handlungsfeld  
Ernährung

Vernetzungsstelle  
Seniorenernährung

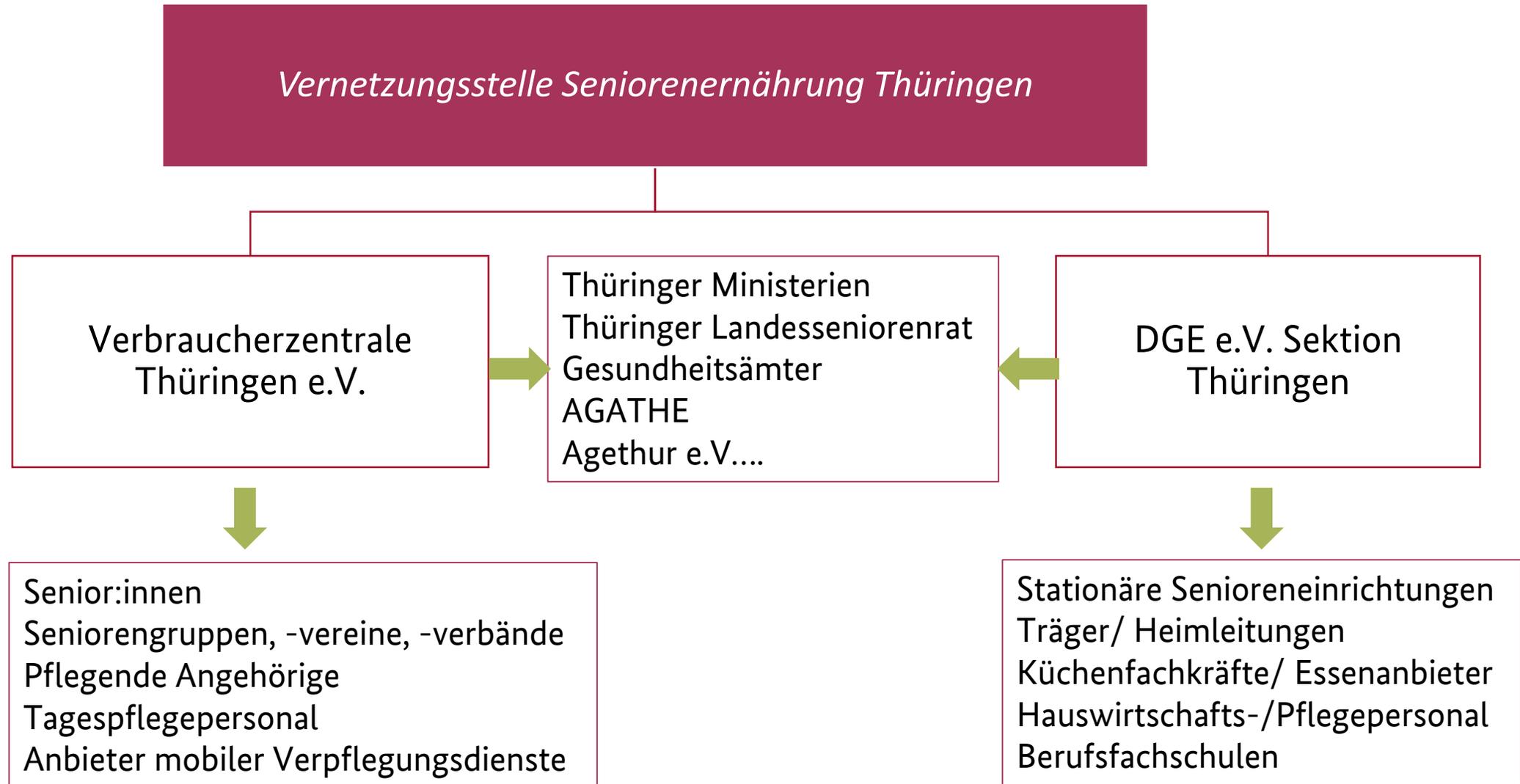
# Handlungsfelder im Zielesystem „Gesund alt werden“



# Handlungsfeld Ernährung

Gesundheitsfördernde und nachhaltige Ernährung im Alter	
<b>Zielgruppe</b>	Menschen ab 65 Jahren
<b>Setting</b>	Lebenswelt: Senior:innen die in der eigenen Häuslichkeit leben, Pflege- und Betreuungseinrichtungen, Kommune
Wirkungsziele zur Förderung der Ernährungskompetenz älterer Menschen	
<b>Veränderung im Wissen, Fertigkeiten und Fähigkeiten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Verbraucherkompetenzen von Senior:innen in der eigenen Häuslichkeit sind gestärkt</li> <li>✓ Altersgerechte Ernährungspraktiken und Mahlzeitengestaltung sind den Senior:innen sowie pflegenden Angehörigen bekannt</li> <li>✓ Fachkräfte der Pflege verfügen über Fachwissen zur Sicherung einer bedürfnisorientierten und bedarfsgerechten Ernährung</li> <li>✓ Fachkräfte der Küche sowie weitere Multiplikator:innen kennen aktuelle Handlungsempfehlungen zur Ernährung im Alter und können Mahlzeiten bei Bedarf individuell gestalten (vgl. DGE-Qualitätsstandard „Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen“)</li> <li>✓ Pflege- und Betreuungseinrichtungen verfügen über Verpflegungskonzepte zur Versorgung mit Essen und Trinken im Allgemeinen sowie bei altersbedingten Erkrankungen</li> <li>✓ Pflege- und Betreuungseinrichtungen verfügen ggf. über multiprofessionelle Regelungen zur Zusammenarbeit verschiedener Professionen</li> </ul>
<b>Veränderungen im Handeln</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Senior:innen verändern ihr Einkaufsverhalten, reduzieren den Fleischkonsum und versorgen sich bedarfs- und bedürfnisgerecht</li> <li>✓ es werden Mittagstische oder Nachbarschaftstische in Quartieren eingerichtet</li> <li>✓ Senioreneinrichtungen und Essenanbieter mobiler Menüdienste orientieren sich am entsprechenden DGE-Qualitätsstandard bei der Versorgung gesunder Senior:innen</li> <li>✓ Fachkräfte der Pflege berücksichtigen Handlungsempfehlungen und setzen die Verpflegungskonzepte zur Ernährung und Mahlzeitengestaltung bei der Versorgung gesunder und erkrankter Senior:innen um</li> <li>✓ Konzepte für eine inhaltliche und strukturelle Verzahnung von Angeboten der Gesundheitsförderung in Kommunen für ältere Menschen sind erarbeitet, Akteur:innen identifiziert und vernetzt</li> </ul>
<b>Veränderungen der Lebenslage</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Senior:innen können länger in der eigenen Häuslichkeit wohnen</li> <li>✓ ernährungsmitbedingte Erkrankungen stagnieren bzw. sind reduziert</li> <li>✓ der Anteil übergewichtiger Senior:innen stagniert bzw. ist reduziert</li> <li>✓ Gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung von Senior:innen in ambulanten und stationären Einrichtungen sowie bei Anbietern mobiler Menüdienste ist gesteigert</li> <li>✓ Angebote der Gesundheitsförderung in den Kommunen sind verzahnt und fest etabliert</li> </ul>

# Vernetzungsstelle Seniorenernährung



# Ziele

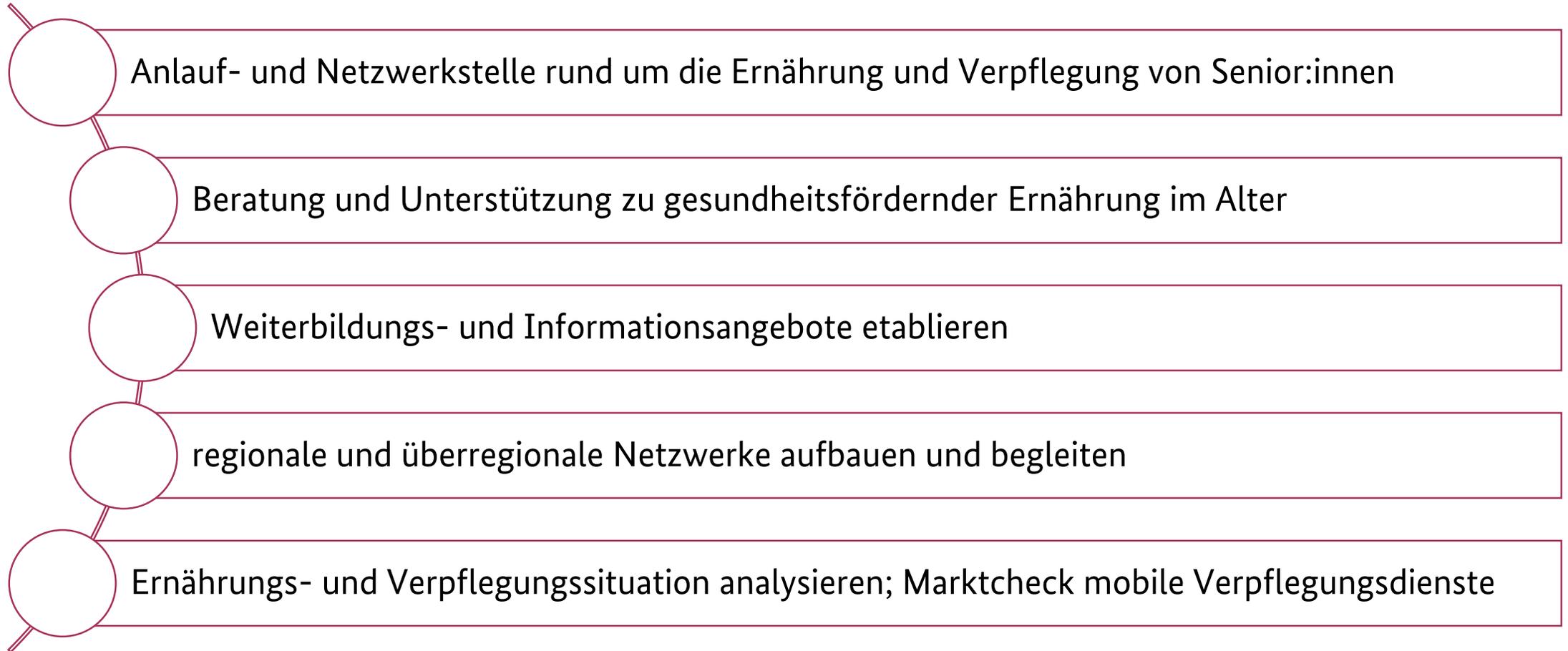
Stärkung der Ernährungskompetenz älterer Menschen sowie pflegender und versorgender Personen

Bekanntheit der Empfehlungen zur gesundheitsfördernden Verpflegung steigern

Verbesserung der Verpflegungsqualität in der Gemeinschaftsverpflegung



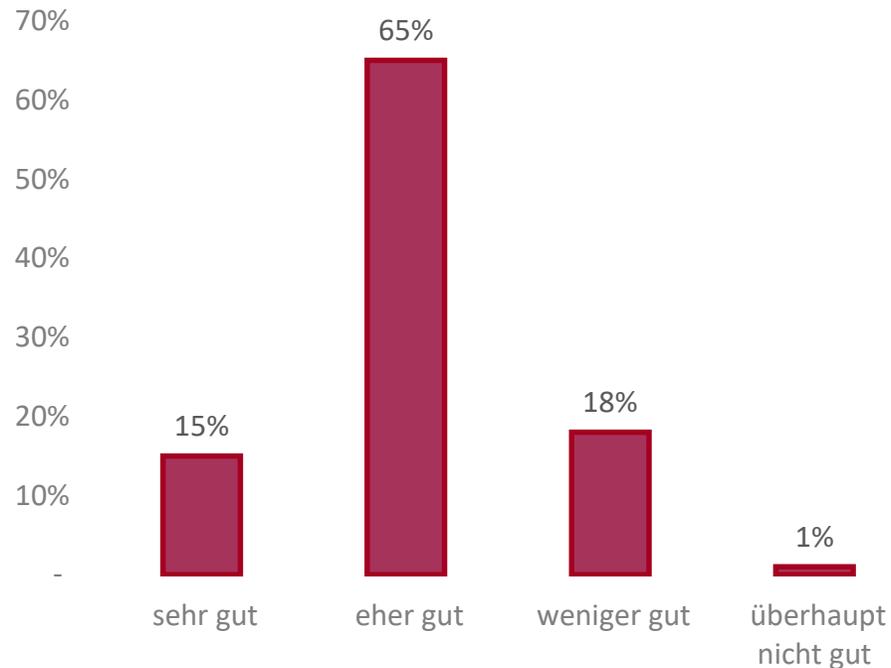
# Aufgaben im Überblick



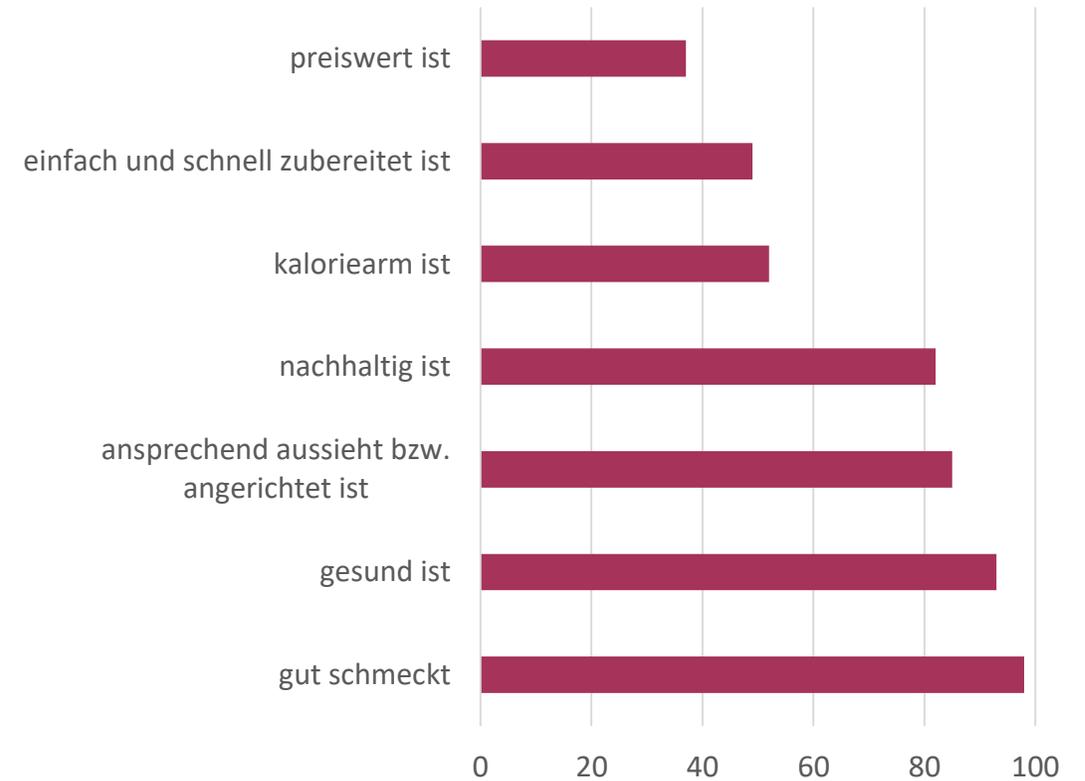


# Befragung der Thüringer Senior:innen

Wie gut kennen Sie sich mit gesunder Ernährung aus?



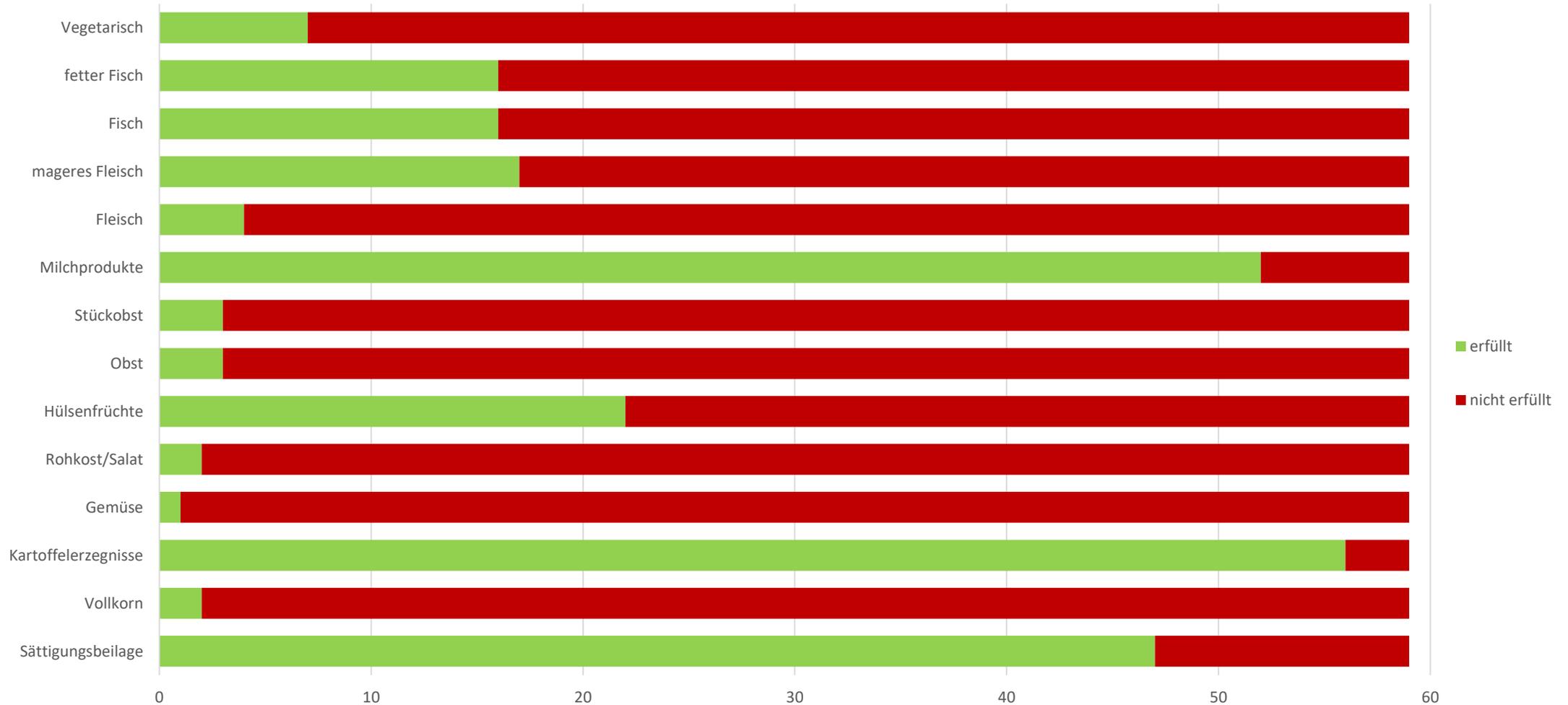
Beim Essen ist es (sehr) wichtig, dass es ...



# Marktcheck „Essen auf Rädern“



# Marktcheck „Essen auf Rädern“

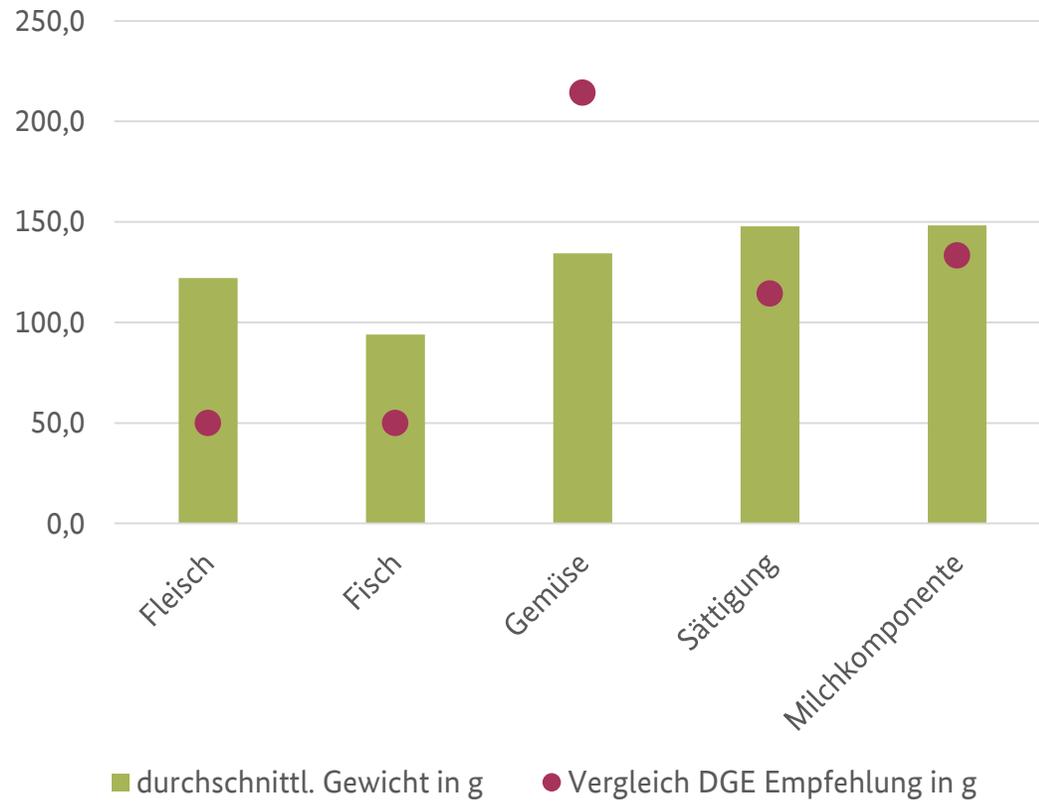


n=59 Menülinien

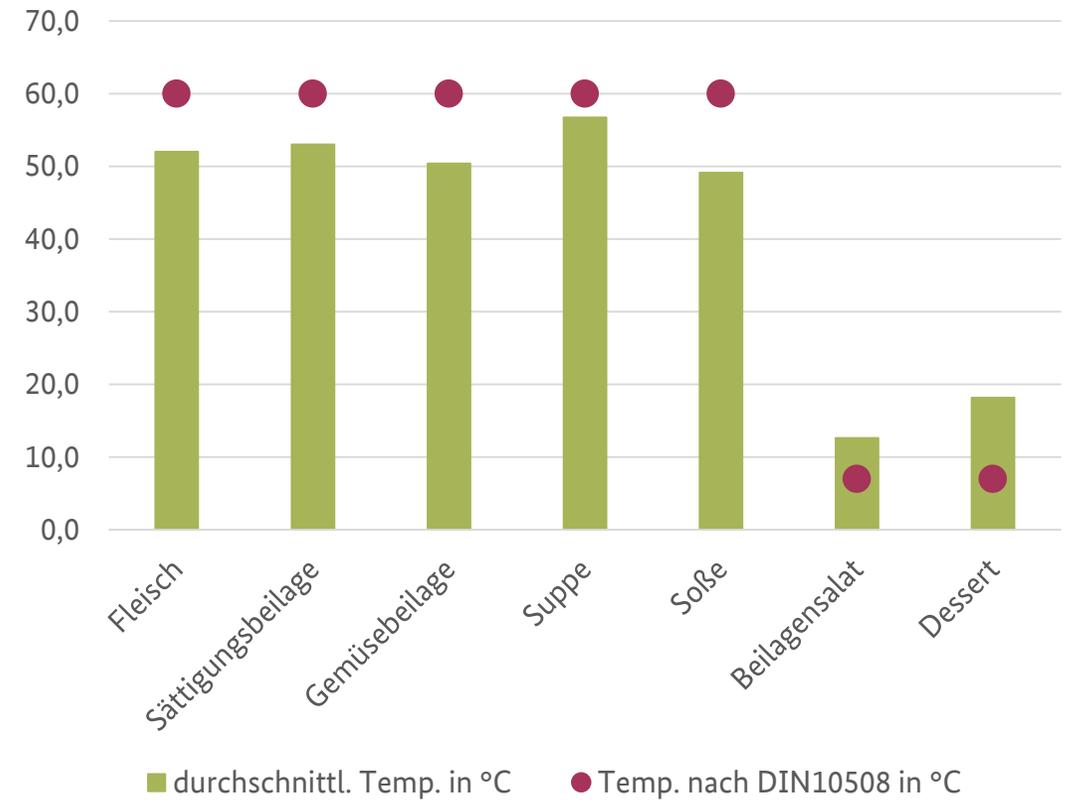
Marktcheck der Vernetzungsstelle Seniorenernährung Thüringen, 2023

# Marktcheck „Essen auf Rädern“

Gewicht der Menükomponenten in g (10 Menüs)



Temperatur der Menükomponenten in °C (8 Menüs)



UNSER ANGEBOT ▾

ÜBER UNS ▾

NEUIGKEITEN ▾

EINFACHE SPRACHE



**in form**  
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung

Vernetzungsstelle  
**SENIORENERNÄHRUNG**  
Thüringen

Seniorenernährung ▾

Gemeinschaftsverpflegung ▾

Besondere Anforderungen ▾



[www.seniorenernaehrung-th.de](http://www.seniorenernaehrung-th.de)

## Senior:innen in Privathaushalten



a.lienig@vzth.de



a.beck@vzth.de

## Gemeinschaftsverpflegung



catharina.thelen@dge-th.de



hilke.hempelmann@dge-th.de

**Über IN FORM:** IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern. Weitere Informationen unter: [www.in-form.de](http://www.in-form.de)

Gefördert durch:



Ministerium  
für Migration, Justiz  
und Verbraucherschutz



[www.in-form.de](http://www.in-form.de)  
[www.seniorenernaehrung-th.de](http://www.seniorenernaehrung-th.de)

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages