

Stellungnahme

Ernährungsstrategie der Bundesregierung

BAGSO-Stellungnahme zum Eckpunktepapier des Bundes- ministeriums für Ernährung und Landwirtschaft

Am 21.12.2022 legte das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) das Eckpunktepapier „Weg zur Ernährungsstrategie der Bundesregierung“ vor.¹ Die Ernährungsstrategie soll einen Beitrag leisten auf dem Weg hin zu gesunden und nachhaltigen Ernährungsweisen. Das Eckpunktepapier benennt Handlungsfelder und Ziele und gibt Hinweise auf das weitere Vorgehen. Einleitend wird deutlich gemacht, dass eine unausgewogene Ernährung von der Kindheit bis ins hohe Alter zu großen Problemen führen kann. Deshalb seien bei der Ernährungsstrategie alle Generationen zu berücksichtigen. Die große Vielfalt unse-

rer Gesellschaft solle abgebildet werden. Ein besonderer Fokus müsse auf Personengruppen liegen, die spezifische Unterstützungsbedarfe haben oder die von Armut betroffen sind.

Die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen setzt sich im Rahmen von IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung seit mehr als 15 Jahren erfolgreich dafür ein, dass wissenschaftliche Erkenntnisse zu einer gesunden Ernährung und Bewegung im Alter in der kommunalen Praxis vermittelt, angewendet und umgesetzt werden. Frisches, gesundes und abwechslungsreiches Essen bedeutet dabei Genuss, Wohlbefinden und Lebensqualität – auch und gerade im Alter.

Die BAGSO begrüßt die Entwicklung einer Ernährungsstrategie, die auch die älteren Menschen in ihrer Vielfalt adressiert. Sie wird den Prozess mit ihrer Expertise und ihren Erfahrungen unterstützen und beglei-

1 Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft, Eckpunktepapier: Weg zur Ernährungsstrategie der Bundesregierung, 21.12.2022: https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/_Ernaehrung/ernaehrungsstrategie-eckpunktepapier.pdf?__blob=publicationFile&v=4

ten. Zur weiteren Ausgestaltung der Strategie gibt sie nachfolgend erste Anregungen mit Blick auf die Zielgruppe älterer Menschen.

1. Auch die älteren Menschen zu erreichen, ist ein wichtiger Erfolgsfaktor für den Strategieprozess

Menschen im Alter ab 65 Jahren machen bereits heute einen Anteil von 22 % der Bevölkerung aus;² die geburtenstarken Jahrgänge werden ihren Anteil in den kommenden 15 Jahren nochmals deutlich anwachsen lassen. Der Anteil der Menschen ab 85 Jahren steigt dabei überproportional. Damit verbunden ist eine deutliche Zunahme von Menschen mit körperlichen Einschränkungen, chronischen und multiplen Erkrankungen sowie demenziellen Erkrankungen. Die Dimensionen werden ansatzweise deutlich in der Pflegestatistik: Zum Jahresende 2021 waren knapp 5 Mio. Menschen pflegebedürftig, darunter etwa 4 Mio. Menschen ab 65 Jahren. Fünf von sechs Pflegebedürftigen werden zu Hause versorgt.³

Auch bei den älteren Menschen gibt es eine große ethnische, kulturelle und religiöse Vielfalt. Derzeit leben in Deutschland etwa 2 Mio. Menschen mit einem Migrationshintergrund, die über 65 Jahre alt sind.⁴ Modellrechnungen zufolge werden es im Jahr 2032 etwa 3,6 Mio. Menschen sein.⁵

Auch wenn ältere Menschen, verglichen mit anderen Generationen, derzeit nicht überproportional betroffen sind, leben viele ältere Menschen bereits heute an der Armutsgrenze. Dies betrifft insbesondere Frauen, Menschen mit Migrationshintergrund sowie Pflegebedürftige und pflegende Angehörige. Zudem gibt es deutliche Hinweise darauf, dass das Problem kontinuierlich wächst: Die Empfängerquote von Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung lag 2021 bei 3,4 %, mit deutlich steigender Tendenz.⁶ Eine immer größere Zahl älterer Menschen nimmt Angebote der Tafeln in Anspruch. Sie stellen nach den Bezieherinnen und Beziehern von Arbeitslosengeld II mit 26 % die zweitgrößte Kundengruppe.⁷ Diese Personengruppen gilt es besonders in den Blick zu nehmen.



2 Vgl. Statistisches Bundesamt, Ältere Menschen: <https://www.destatis.de/DE/Themen/Querschnitt/Demografischer-Wandel/Aeltere-Menschen/bevoelkerung-ab-65-j.html>

3 Vgl. Statistisches Bundesamt, Pressemitteilung Nr. 554, 21.12.2022: https://www.destatis.de/DE/Presse/Pressemitteilungen/2022/12/PD22_554_224.html

4 Vgl. Statistisches Bundesamt, Bevölkerung in Privathaushalten nach Migrationshintergrund und Altersgruppen: <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Bevoelkerung/Migration-Integration/Tabellen/migrationshintergrund-alter.html>

5 Vgl. Olbermann, E., Gesundheitsförderung mit älteren Migrantinnen und Migranten gestalten, Hrsg. BAGSO, S. 8: https://im-alter-inform.de/fileadmin/user_upload/4_Gesundheitsfoerderung/Kommunale_Ebene/Gesundheitsfoerderung_MigrantInnen.pdf

6 Vgl. Institut Arbeit und Qualifikation der Universität Duisburg-Essen: https://www.sozialpolitik-aktuell.de/files/sozialpolitik-aktuell_Politikfelder/Sozialstaat/Datensammlung/PDF-Dateien/abbIII51.pdf

7 Vgl. Tafel Deutschland, Faktenblatt, S. 3: <https://www.tafel.de/fileadmin/media/Presse/Hintergrundinformationen/2021-03-10-Faktenblaetter.pdf>

Wir begrüßen daher sehr, dass mit der Ernährungsstrategie alle Generationen und somit auch ältere Menschen in ihrer Vielfalt angesprochen werden sollen. Richtigerweise legt die Ernährungsstrategie einen besonderen Fokus auf Personengruppen, die spezifische Unterstützungsbedarfe haben, sowie auf Menschen, die von Armut betroffen sind. Zu beiden Gruppen zählen nach dem Eckpunktepapier neben Kindern und Jugendlichen insbesondere Menschen mit Migrationshintergrund, Menschen aus armutsgefährdeten Haushalten und ältere Menschen.⁸

2. Ein gesundheitsförderliches Ernährungsverhalten ist gerade im Alter von besonderer Wichtigkeit

Viele im Alter vorherrschende chronische Erkrankungen können durch einen gesundheitsförderlichen Lebensstil, also eine ausgewogene Ernährung, mehr Bewegung, die Vermeidung von Übergewicht und Rauchen sowie einen zurückhaltenden Alkoholkonsum, vermieden oder zumindest in ihrem weiteren Verlauf positiv beeinflusst werden. Wissenschaftliche Erkenntnisse verdeutlichen, dass ein gesundheitsförderliches Ernährungsverhalten sogar einem Pflegebedarf vorbeugen oder diesen mindestens hinauszögern kann.⁹

Verschiedene Faktoren erhöhen das Risiko für eine Mangelernährung oder eine un-

gesunde Ernährung im Alter. Zu nennen sind zum einen physiologische Veränderungen wie eine Schwächung des Geschmacks- und Geruchssinns, aber auch des Sehvermögens, die Verlangsamung des Stoffwechsels und die Abnahme der Muskelmasse, Effekte von Krankheit oder Medikation oder eine unzureichende zahnärztliche Versorgung. Zum anderen spielen aber auch soziale und umweltbezogene Umstände wie das Alleinleben eine wichtige Rolle.

Die Stärkung der Ernährungskompetenzen und eine leichtere Unterscheidbarkeit von gesunden und ungesunden Lebensmitteln (Nutri-Score) leisten daher vor allem bei der Zielgruppe der älteren Menschen einen großen Beitrag zu einem gesundheitsförderlichen Lebensstil. Die Ernährungsstrategie muss daher gute Rahmenbedingungen für ein gesundheitsförderliches Ernährungsverhalten älterer Menschen setzen.

Vor allem die Bewohnerinnen und Bewohner von Einrichtungen der stationären Pflege sind auf die Verfügbarkeit von qualitativ hochwertigen, ausgewogenen und auch genussvollen Mahlzeiten angewiesen. Die Mahlzeiten bedeuten für sie eine wichtige Abwechslung, sie sind häufig ein Höhepunkt im Tagesablauf. Umso wichtiger ist, dass sie das körperliche und psychische Wohlbefinden fördern. Wir begrüßen daher ausdrücklich, dass in der Ernährungsstrategie ein besonderer Blick auf die Gemeinschafts-



⁸ Vgl. BMEL, Eckpunktepapier, s.o., S. 8

⁹ Siehe etwa Lührmann, P., Carlsohn, A. (2021), Ernährung und Ernährungsverhalten – ein wichtiges Feld der Prävention und Gesundheitsförderung. In: Tiemann, M., Mohokum, M. (Hrsg.), Prävention und Gesundheitsförderung. Springer Reference Pflege – Therapie – Gesundheit: https://doi.org/10.1007/978-3-662-62426-5_77

verpflegung geworfen werden soll und Pflegeeinrichtungen im Eckpunktepapier ausdrücklich benannt sind.

Das Risiko für eine Mangelernährung in Einrichtungen der stationären Pflege ist hoch.¹⁰ Wir unterstützen insoweit ganz ausdrücklich die Forderung, dass in jeder Einrichtung eine zertifizierte Ernährungsfachkraft für die Ernährungsversorgung und damit auch für Prävention und Therapie einer Mangelernährung verantwortlich sein sollte. Voraussetzung sind ausreichend hohe Verpflegungssätze, um den Bewohnerinnen und Bewohnern eine entsprechende Speisenauswahl zu ermöglichen, sowie die Förderung moderner Pflege-Konzepte, die gemeinschaftliches Gärtnern und den Anbau von Gemüse einschließen.¹¹ Beides darf jedoch nicht zu einer weiteren Erhöhung der Eigenanteile der Pflegebedürftigen führen, denn sonst würde sich das Risiko sozialer Ungleichheit noch verschärfen.

Auch außerhalb von Einrichtungen lassen sich die Anreize zu gesunder und nach-

haltiger Ernährung steigern. § 71 SGB XII verpflichtet die kreisfreien Städte und Landkreise als Träger der Altenhilfe, ein Mindestmaß an Beratungs- und Hilfsangeboten bereitzustellen.¹² Auch der Siebte Altenbericht der Bundesregierung verweist auf die wichtige Rolle der Kommunen für die Schaffung gesunder Lebenswelten für ältere Menschen.¹³ Bisher gibt es entsprechende Angebotsstrukturen allerdings meist nur in Modellkommunen, die – beispielsweise von der BAGSO – auf diesem Weg unterstützt wurden und werden.

Ein weiterer Ansatz sind die Mittags- und Nachbarschaftstische, die überwiegend ehrenamtlich organisiert werden und daher noch stärker auf Unterstützung angewiesen sind. Sie eignen sich dazu, Menschen aus unterschiedlichen Kulturen und Generationen zusammenzubringen, gute Mahlzeiten für ein geringes Entgelt anzubieten und durch zusätzliche Informationsangebote mit geeigneten Materialien das Bewusstsein für gesundheitsfördernde und nachhaltige Themen zu fördern.

¹⁰ Siehe etwa Volkert, D., Weber J., Kieswetter, E. (2020), Ernährungssituation in Krankenhäusern und Pflegeheimen – Auswertung der nutritionDay-Daten für Deutschland. In: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.), 14. DGE-Ernährungsbericht, S. 199–258.

¹¹ Vgl. Deutsche Gesellschaft für Ernährung (2022), DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen, 1. Auflage: https://www.fitimalter-dge.de/fileadmin/user_upload/medien/DGE-QST/DGE-Qualitaetsstandard_Essen_auf_Raedern_Senioreneinrichtungen_aktualisiert.pdf

¹² Dies ist das Ergebnis eines Rechtsgutachtens, das die BAGSO im Jahr 2022 in Auftrag gegeben hat, vgl. Johannes Hellermann (2022), Die Altenhilfe nach § 71 SGB XII und der rechtliche Rahmen für ihre Weiterentwicklung: <https://www.bagso.de/studie/die-altenhilfe-nach-71-sgb-xii-und-der-rechtliche-rahmen-fuer-ihre-weiterentwicklung/>

¹³ Vgl. BMFSFJ (Hrsg.), Siebter Altenbericht, Sorge und Mitverantwortung in der Kommune – Aufbau und Sicherung zukunftsfähiger Gemeinschaften, insb. S. 148 ff.: https://www.siebter-altenbericht.de/fileadmin/altenbericht/pdf/Der_Siebte_Altenbericht.pdf,

Im Besonderen können auch ältere Menschen mit Migrationserfahrung von einer Stärkung der Ernährungskompetenzen profitieren. Vielfach wird von Barrieren berichtet, die ihren Zugang zu gesundheitsförderlichen Angeboten behindern. Dazu gehören kulturell geprägte Gewohnheiten bei der Speisenauswahl und -zubereitung, sprachliche Barrieren, aber auch die mangelnde Ausrichtung von Informationswegen und -materialien auf die Zielgruppe.

3. Von Armut betroffene Menschen benötigen Unterstützung beim Zugang zu einer gesunden und nachhaltigen Ernährung

Die Auswirkungen von Armut auf die Ernährung sind vielfältig: So greifen von Armut betroffene Haushalte häufiger auf (billigere) Lebensmittel mit einem höheren Zucker- oder Fettgehalt zurück. Bei Menschen mit einem niedrigen sozioökonomischen Status konnte ein erhöhter Verzehr an Konserven aller Art, fettreichen Wurstsorten sowie generell von Produkten mit hohem Fettgehalt und geringer Nährstoffdichte nachgewiesen werden. Ernährungsempfehlungen (z. B. der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, der WHO etc.) zur täglichen Versorgung mit Energie und Nährstoffen können damit nicht eingehalten werden.

Bei steigenden finanziellen Nöten droht auch eine Mangelernährung; das Nutzen der Angebote von Tafeln oder Suppenküchen ist für viele mit Scham verbunden.¹⁴

Diese Befunde betreffen, wie oben gesehen, auch viele ältere Menschen. Preissteigerungen bei Lebensmitteln, wie wir sie 2022 erlebt haben, verstärken die Tendenz zu ungesunden und nicht nachhaltigen Lebensmitteln. Die BAGSO befürwortet daher die sozialen Aspekte, die bei der Ernährungsstrategie berücksichtigt werden sollen.

Es muss deshalb darum gehen, die Folgen von Armut auf das Ernährungsverhalten durch unterschiedliche Maßnahmen abzufedern. Die BAGSO unterstützt daher den Vorschlag des Bundesernährungsministers, gesunde und nachhaltige Lebensmittel steuerlich zu begünstigen. Flächendeckend sollten auf kommunaler Ebene beispielsweise Koch- und Backtreffs sowie Mittags- und Nachbarschaftstische kostenminimiert oder kostenfrei angeboten werden. Diese Angebote können mit Ernährungsbildungsmaßnahmen einhergehen. Um den Unterstützungsbedarf dort anzubieten, wo er dringend gebraucht wird, sind schließlich gute und verständliche Informationen nötig, die auch für ältere Menschen, die nicht mobil sind und nicht das Internet nutzen, leicht und niedrigschwellig zugänglich sind.



14 Vgl. Setznagel, D., Ernährungsverhalten in Armut, in: Soziales Kapital Nr. 23 (2020), S. 151 ff. u. 157 ff.: <http://www.soziales-kapital.at/index.php/sozialeskapital/article/viewFile/665/1201.pdf>

4. Die ökologischen Ziele der Ernährungsstrategie lassen sich nur erreichen, wenn Klimaschutz und Artenvielfalt als generationenübergreifende Aufgabe verstanden werden

Einerseits verfügen ältere Menschen häufig über große Kompetenzen beim nachhaltigen Umgang mit Lebensmitteln, speziell bei der Bevorzugung von saisonalen und regionalen Produkten als auch – aufgrund der Erfahrungen der Nachkriegszeit – bei der Vermeidung von Lebensmittelabfällen.¹⁵ Andererseits neigen viele ältere Menschen zu einem eher traditionellen Ernährungsverhalten, bei dem tierische Produkte und eine fettreiche Nahrung eine tragende Rolle spielen.

Die Ernährungsstrategie der Bundesregierung sollte dementsprechend vor allem bei Älteren das Bewusstsein für eine nachhaltige Ernährung schärfen und die Ernährungskompetenz steigern. Gerade hier kann eine Änderung des Ernährungsverhaltens maßgeblich zur Ernährungswende beitragen.

Im Hinblick auf den großen Anteil von Einpersonenhaushalten bei jungen und alten Menschen sollte die Lebensmittelindustrie dazu angehalten werden, ihre Waren immer auch in kleineren, auf Singlehaushalte zugeschnittenen Packungseinheiten anzubieten.

Die Bereitschaft, sich verstärkt mit dem Thema Nachhaltigkeit auseinanderzusetzen, ist in der Seniorenarbeit seit langem spürbar.

In ihrem Positionspapier „Generationenaufgabe Klimaschutz – für die Welt von morgen“ hat die BAGSO auf diese Bereitschaft und das Bewusstsein älterer Menschen hingewiesen, ressourcenschonende Verhaltensweisen aus ihrer Kindheit zu reaktivieren. Dazu zählt auch die Bereitschaft, auf pflanzliche und saisonal-regionale Nahrung zurückzugreifen.¹⁶

5. Die Nutzung vorhandener Strukturen ist maßgeblich für den Erfolg der Ernährungsstrategie. Seniorinnen und Senioren müssen im weiteren Verfahren angemessen repräsentiert sein

Das Eckpunktepapier verdeutlicht die Bedeutung etablierter Strukturen für die weitere Ausgestaltung und Umsetzung der Ernährungsstrategie. Die BAGSO begrüßt, dass dabei Ernährung und Bewegung zusammengedacht werden sollen und dass der Nationale Aktionsplan IN FORM als wichtiger Baustein gesehen wird und weiterentwickelt werden soll.

Für den Bereich der Seniorenernährung hat die BAGSO gemeinsam mit der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), dem Deutschen Turnerbund (DTB) und vielen weiteren Akteuren wichtige Strukturen etabliert und Netzwerke aufgebaut. Es besteht eine große Bereitschaft, sich an der weiteren Ausgestaltung und nachfolgenden Umsetzung der Ernährungsstrategie zu beteiligen.

¹⁵ Vgl. Schmidt Th. u. a. (2019), Wege zur Reduzierung von Lebensmittelabfällen (Thünen Report 73): https://www.thuenen.de/media/publikationen/thuenen-report/Thuenen-Report_73_Vol1.pdf

¹⁶ Siehe https://www.bagso.de/fileadmin/user_upload/bagso/o6_Veroeffentlichungen/2021/BAGSO-Positionspapier_Generationenaufgabe_Klimaschutz.pdf

So sehen wir den Hinweis im Eckpunktepapier, dass darauf geachtet wird, dass die Perspektive der jeweils im Fokus stehenden Zielgruppen ausreichend repräsentiert ist, auch als eine Einladung zur Mitarbeit, die wir gern annehmen.

Fazit

Das Eckpunktepapier spricht in seiner Gesamtheit die wichtigsten Aspekte einer gesunden und nachhaltigen Ernährung an. Wenn es um die Rahmenbedingungen und Strukturen geht, müssen auch die Älteren – in ihrer Vielfalt – in den Blick genommen werden. Sie profitieren besonders von einer ausgewogenen Ernährung im Hinblick auf eine möglichst lange selbstständige

Lebensführung. Da jedoch gerade viele ältere Menschen tradierte Ernährungsgewohnheiten zeigen, sind Informations- und Aufklärungsstrategien dringend nötig. Die BAGSO begrüßt daher sehr, dass Menschen in allen Lebensphasen und im Besonderen Zielgruppen mit besonderen Unterstützungsbedarfen in die Ernährungsstrategie einbezogen werden sollen. An die in den vergangenen 15 Jahren im Bereich der Seniorenorganisationen und der kommunalen Seniorenarbeit unter Federführung der BAGSO aufgebauten Strukturen kann bei der Umsetzung der Ernährungsstrategie angeknüpft werden.

Diese Stellungnahme wurde im Februar 2023 vom Vorstand der BAGSO verabschiedet.

Herausgeber

BAGSO
Bundesarbeitsgemeinschaft
der Seniorenorganisationen e.V.

Noeggerathstr. 49
53111 Bonn
Telefon 0228 / 24 99 93-0
Fax 0228 / 24 99 93-20
kontakt@bagso.de

www.bagso.de
facebook.com/bagso.de
twitter.com/bagso_de

Die BAGSO – Stimme der Älteren

Die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen vertritt die Interessen der älteren Generationen in Deutschland. Sie setzt sich für ein aktives, selbstbestimmtes und möglichst gesundes Älterwerden in sozialer Sicherheit ein. In der BAGSO sind mehr als 120 Vereine und Verbände der Zivilgesellschaft zusammengeschlossen, die von älteren Menschen getragen werden oder die sich für die Belange Älterer engagieren.

Die BAGSO fördert ein differenziertes Bild vom Alter, das die vielfältigen Chancen eines längeren Lebens ebenso einschließt wie

Zeiten der Verletzlichkeit und Hilfe- bzw. Pflegebedürftigkeit. Gegenüber Politik, Gesellschaft und Wirtschaft tritt sie für Rahmenbedingungen ein, die ein gutes und würdevolles Leben im Alter ermöglichen – in Deutschland, in Europa und weltweit.

In Positionspapieren und Stellungnahmen gibt die BAGSO Anstöße und Empfehlungen für politisches Handeln in Bund, Ländern und Kommunen. Die BAGSO veröffentlicht eine Vielzahl von Publikationen zu unterschiedlichen Themen, die kostenfrei zu bestellen sind oder auf der BAGSO-Internetseite heruntergeladen werden können.