

Pressemitteilung

Nr.: 168/2024

Potsdam, 1. Oktober 2024

Henning-von-Tresckow-Straße 2-13
14467 Potsdam

Pressesprecher: Gabriel Hesse

Telefon: +49 331 866-5040

Mobil: +49 170 45 38 688

Internet: <https://msgiv.brandenburg.de>

X: https://twitter.com/MSGIV_BB

YouTube: https://www.youtube.com/@MSGIV_BB

Mail: presse@msgiv.brandenburg.de

Seniorenernährung: Gemeinsam Essen hilft gegen Einsamkeit

Bundesweiter „Tag der Seniorenernährung“ am 1. Oktober – Dritter Fachdialog in Potsdam

Am 1. Oktober 2024, dem Internationalen Tag der älteren Menschen, findet zum vierten Mal in Deutschland der „Tag der Seniorenernährung“ statt. Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung im Land Brandenburg veranstaltet aus diesem Anlass heute in Potsdam erneut einen Fachdialog zu den Herausforderungen der Seniorenernährung. Das Motto in diesem Jahr lautet: „Seniorenernährung im Land Brandenburg – in die Zukunft gedacht!“. Sozial- und Verbraucherschutzministerin Ursula Nonnemacher eröffnete die Veranstaltung mit einem Grußwort.

Ministerin Nonnemacher: „Das Thema einer gesundheitsfördernden Ernährung im Alter gewinnt in unserer älter werdenden Gesellschaft an Bedeutung. Ein aktives, selbstbestimmtes und gesellschaftlich erfülltes Älterwerden ist uns ein ganz besonderes Anliegen. Eigenständig zu leben und sich bis ins hohe Alter gut selbst versorgen zu können, bedeutet **Lebensqualität**. Mit steigendem Alter sinkt häufig der Appetit. Umso wichtiger ist daher eine ausgewogene, abwechslungsreiche Verpflegung, die gut schmeckt und wieder Lust aufs Essen macht. Und **gemeinsame Mahlzeiten** bedeuten soziale Kontakte – ein wichtiger Aspekt im Kampf gegen Einsamkeit im Alter. Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung leistet seit vier Jahren hierfür im Land Brandenburg einen wichtigen Beitrag. Sie zeigt Seniorinnen und Senioren, die sich selbst versorgen, Möglichkeiten auf, wie sie sich gesund ernähren können. Das ist sehr wichtig. Denn **Mangelernährung führt zu gesundheitlichen Problemen**, die vielfältige Beschwerden mit sich bringen können und ärztliche Behandlungen oder Krankenhausaufenthalte notwendig machen. Die Vernetzungsstelle leistet an dieser Stelle wertvolle Präventionsarbeit.“

Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung arbeitet eng mit dem Landesseniorenbbeauftragten Norman Asmus zusammen und ist, als eine Maßnahme im Bereich Gesundheitsförderung und Pflegeprävention, Bestandteil der in diesem Jahr fortgeschriebenen **Seniorenpolitischen Leitlinien**.

Landessenorenbeauftragten Norman Asmus, der beim Fachdialog an einer Diskussionsrunde teilnimmt, betonte: „Essen ist mehr als Nahrungsaufnahme, es hat eine wichtige soziale Funktion. **Besonders im Alter sind Mahlzeiten oft die einzige Möglichkeit für soziale Kontakte** und für viele 'der Höhepunkt des Tages. Gemeinsame Mahlzeiten fördern eine ausgewogene Ernährung und das Wohlbefinden der Seniorinnen und Senioren. In Brandenburg gibt es **viele gute Beispiele vor Ort**, die das unterstützen. Zum Beispiel das Seniorenfrühstück im Mehrgenerationenhaus Golßen (Landkreis Dahme-Spreewald), an dem einmal im Monat 60 bis 80 Seniorinnen und Senioren teilnehmen, oder das vom Träger des MGH zusammen mit dem örtlichen Seniorenbeirat organisiert wird.“

Laura Behrens, Ansprechpartnerin für Seniorenernährung in der Vernetzungsstelle, erklärte „Lokale Initiativen wie gemeinsame Mittags- und Nachbarschaftstische oder generationsübergreifende Kochaktionen können einen wertvollen Beitrag für eine gesundheitsfördernde und bedürfnisgerechte Ernährung leisten. Unsere Erfahrungen zeigen, es gibt zahlreiches Engagement in den verschiedenen Regionen Brandenburgs. Die oftmals ehrenamtlich Tätigen brauchen jedoch auch fachliche Unterstützung und wünschen Austausch untereinander. Das fördern wir mit unserer Netzwerkarbeit.“

Hintergrund

Ziel der „Vernetzungsstelle Seniorenernährung Brandenburg“ ist die **Förderung der Ernährungskompetenz** von älteren Menschen sowie Multiplikatoren. Dazu zählt die Beratung von Seniorinnen und Senioren, die sich selbst versorgen sowie die Verbesserung der Qualität der Ernährung in der Gemeinschaftsverpflegung oder von Essen auf Rädern. Anliegen des Projektes ist zudem, durch gute Ernährung ein gesundes Altern mit möglichst langem Erhalt der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit zu fördern.

Im Rahmen der **Ernährungsinitiative des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) für Seniorinnen und Senioren** wird seit 2019 die Einrichtung von Vernetzungsstellen für Seniorenernährung oder vergleichbaren Institutionen in den Bundesländern gefördert. Die Vernetzungsstellen bieten Beratung, vermitteln Wissen und vernetzen die Akteure in der Seniorenarbeit. Die Ernährungsinitiative für Seniorinnen und Senioren ist Teil von IN FORM - Deutsche Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung.

Die „Vernetzungsstelle Seniorenernährung Brandenburg“ in Trägerschaft der Projektagentur gGmbH wird gemeinsam durch das BMEL und durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit, Integration und Verbraucherschutz des Landes Brandenburgs von September 2020 bis August 2025 gefördert.

Internet: www.vernetzungsstelle-brandenburg.de