

Presseinformation

Nr.: 128/2019

Potsdam, 20. August 2019

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

Pressesprecherin: Gerlinde Krahnert
Telefon: +49 331 866-5040
Mobil: +49 170 73 20 779
Fax: +49 331 866-5049
Internet: www.masgf.brandenburg.de
Mail: presse@masgf.brandenburg.de

Gesundheitsministerin Karawanskij eröffnet Ausstellung „Gemeinsam essen im Alter“ in Milow

Essen ist weit mehr als nur satt werden. Gemeinsame Mahlzeiten ermöglichen Kommunikation, fördern eine gesunde Lebensweise, sorgen für mehr Lebensfreude und stärken das soziale Miteinander. Das ist besonders für ältere Menschen wichtig, wie die Wanderausstellung „Gemeinsam essen im Alter“ zeigt. Das Bündnis Gesund Älter werden im Land Brandenburg hatte mit einer landesweiten Umfrage Initiativen und Angebote gesucht, die eine gesunde Verpflegung in einer Gemeinschaft für Seniorinnen und Senioren ermöglichen. Daraus entstand die Wanderausstellung, die Gesundheitsministerin Susanna Karawanskij heute im NABU-Besucherzentrum im Naturpark Westhavelland im Ortsteil Milow eröffnet hat. Die Ausstellung ist dort bis Ende August zu sehen. Anschließend wandert sie nach Wittenberge, und ab dem 4. Dezember wird sie in Potsdam im Gesundheitsministerium gezeigt.

Gesundheitsministerin **Susanna Karawanskij**: „Älter wird man von ganz allein, aber man kann im Alter auch wirklich allein sein. Einsamkeit im Alter ist für immer mehr Menschen ein Problem. Deshalb freue ich mich über diese Initiative vom Bündnis Gesund Älter werden. Gute Ernährung und gemeinschaftliche Aktivitäten steigern im hohen Alter das Wohlbefinden und die Gesundheit.“

Gemeinsam zu essen sei in jeder Hinsicht abwechslungsreicher als allein vor einer Mahlzeit zu sitzen. „Aber nicht nur, was auf dem Teller liegt und wie es angerichtet ist, auch die Gespräche sind wichtig. Sie verringern soziale Isolation: Denn egal, ob über Familie, Wetter, Politik oder Freud und Leid des Älterwerdens gesprochen wird – hier kommt alles auf den Tisch und wird ausgetauscht. Gemeinsam zu essen hat also eine ganz wichtige soziale Funktion. Das hält gesund und wirkt sich positiv auf die Lebensqualität im Alter aus. Die Ausstellung stellt tolle Beispiele vor. Wir wollen diese Projekte bekannter machen und natürlich zum Nachahmen anregen“, so **Karawanskij**.

Gute Projekte heißen zum Beispiel „Junges Gemüse trifft reifes Obst“ – ein generationenübergreifendes Konzept einer Kita und eines Altenpflegeheims, „Lirum, Larum, Löffelstiel“ – ein Mittagstisch für Menschen mit Demenz, „Mit Schwung an den Mittagstisch“ – ein gemeinsamer Mittagstisch einer Sitzgymnastikgruppe.

Die Ausstellung „GESA – Gemeinsam essen im Alter“ besteht aus zwei Einführungstafeln und sechs Ausstellungstafeln, auf denen die Vielfalt an Möglichkeiten

zum gemeinsamen Essen für und mit älteren Menschen im Land Brandenburg gezeigt werden. Die Projekte sind Teil der Sammlung GESA aus dem Jahr 2017 mit dem Thema „Mahlzeiten gemeinsam zubereiten und einnehmen“ als wirksames Rezept für ein gesundes Älterwerden in der Kommune.

Hintergrund

Das Gesundheitsministerium initiierte das **Bündnis Gesund Älter werden** im Jahr 2012. Ziel des Bündnisses ist es, die Bedingungen für ein gesundes Älterwerden in Brandenburg zu verbessern. Heute sind im Bündnis 39 Partner-Institutionen vertreten, unter anderem Krankenkassen, Wohlfahrtsverbände, Seniorenräte, Wohnungswirtschaft, Hochschulen, Landessportbund und Landeskrankenhausgesellschaft.

Vier Arbeitsgruppen widmen sich intensiv den Themen „Mundgesundheit“, „Gesundheits- und Bewegungsförderung“, „Impfschutz“. Und nicht zuletzt geht es darum, gute Praxisbeispiele für ein gesundes Älterwerden in Brandenburg zu initiieren, bekannt zu machen und so dazu einzuladen, es andernorts gleichzutun.

Die Idee zur landesweiten Umfrage und geplanten Wanderausstellung geht auf die AG Gesundheits- und Bewegungsförderung zurück.

Mehr Informationen zur Wanderausstellung im Internet unter: <http://www.buendnis-gesund-aelter-werden.de/Wanderausstellung-GESA-Gemeinsam-essen-im-Alter.2345.0.html>