

© SOS-Kinderdorf Prignitz | Mehrgenerationenhaus Bürgerzentrum Wittenberge



**Bündnis**  
**Gesund  
Älter werden**  
im Land Brandenburg

  
**LAND  
BRANDENBURG**  
Ministerium für Soziales,  
Gesundheit, Integration  
und Verbraucherschutz



# GEMEINSAM ESSEN IM ALTER



© SOS-Kinderdorf Prignitz | Mehrgenerationenhaus Bürgerzentrum Wittenberge

**Bündnis**  
**Gesund  
Älter werden**  
im Land Brandenburg

## ESSEN IST MEHR ALS SATT WERDEN

Die Ausstellung  
GEMEINSAM ESSEN IM ALTER  
erzählt von Initiativen und  
Angeboten, die in ganz  
Brandenburg ältere Menschen  
zusammenbringen.  
Was sie verbindet, ist die  
gemeinsame Mahlzeit –  
miteinander statt einsam.



Gesundheit  
Berlin-Brandenburg e.V.  
Arbeitsgemeinschaft  
für Gesundheitsförderung

Fachstelle Gesundheitsziele im Land Brandenburg  
Gesundheit Berlin-Brandenburg e.V.  
Telefon 0331 8876 2020  
fachstelle-brandenburg@gesundheitbb.de |  
www.bgäw.de

Stand: April 2020

# GESUND ÄLTER WERDEN IM LAND BRANDENBURG

Was haben die Frühstücksrunde im Milower Land, die Kochgruppe aus Kindergartenkindern und Bewohnerinnen und Bewohnern eines Altenpflegeheims in Templin, die Sitzgymnastikgruppe am gemeinsamen Mittagstisch in Eisenhüttenstadt gemeinsam? In diesen und weiteren Projekten nehmen ältere Menschen Mahlzeiten in Gemeinschaft zu sich - miteinander statt einsam.

2017 startete das Bündnis Gesund Älter werden im Land Brandenburg eine Sammlung von Initiativen, die ältere Menschen beim gemeinsamen Essen zusammenbringen. 51 gemeinnützige Vereine, Wohlfahrtseinrichtungen, Städte- und Gemeindeverwaltungen und Nutzerinnen und Nutzer selbst stellen ihre Angebote vor. Die **Wanderausstellung GESA – GEMEINSAM ESSEN IM ALTER** erzählt beispielhaft von diesen Aktivitäten.

Hinter jedem der ausgestellten Projekte stecken eine klare Idee und die feste Überzeugung, dass Zusammenhalt und soziale Kontakte die Lebensfreude fördern. Und dafür braucht es keine anspruchsvollen Konzepte, jedoch die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen und Durchhaltevermögen zu zeigen. Lassen Sie sich von den gezeigten Aktivitäten und der Vielfalt an Mög-

lichkeiten für ein gesünderes Leben im Alter inspirieren und verwirklichen Sie Ihre eigene Projektidee!

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) hat Tipps für die Planung und Organisation von Mittagstischen mit und für ältere Menschen zusammengestellt. Diese finden Sie unter folgendem Link:

[www.im-alter-inform.de/weiterbildung/materialien/in-form-mittagstisch/](http://www.im-alter-inform.de/weiterbildung/materialien/in-form-mittagstisch/)

