



© SOS-Kinderdorf Prignitz | Mehrgenerationenhaus Bürgerzentrum Wittenberge

Bündnis

**Gesund
Älter werden**
im Land Brandenburg



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: Juni 2019



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.

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 stellten 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/

