



Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg

Ein Newsletter von IN FORM – Ausgabe 02/2024

Liebe Leserinnen und Leser,

wir freuen uns, Ihnen die zweite Ausgabe des Newsletters der Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg zu senden.

Zweimal jährlich informieren wir Sie in unserem Newsletter über Aktivitäten und Angebote der Vernetzungsstelle, berichten zu aktuellen Themen rund um die Seniorenernährung und weisen auf Veranstaltungen hin.

Herzliche Grüße
Silke Bornhöft und Silke Hoops

Ihr Team der Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg

Leiten Sie den Newsletter gerne weiter.
[Hier können Sie sich zum Newsletter anmelden.](#)

Inhalt

[Aus der Vernetzungsstelle](#)

[Termine](#)

[Aktuelles und Wissenswertes](#)



Aus der Vernetzungsstelle

Unsere Vorbereitungen zum Start der Modellprojekte laufen auf Hochtouren. Wir freuen uns, dass wir ab Herbst in zwei Einrichtungen Akteure vor Ort unterstützen. Unter dem Motto „Genussvoll durch alle Jahreszeiten – schnelle und einfache Rezepte für eine Person“ starten wir in einer Einrichtung ein einjähriges Kochangebot für Senior:innen. Hierfür stellt die Vernetzungsstelle den Kursleitungen eine ausführliche Handreichung mit 12 saisonalen und kostengünstigen Rezepten für Kochanfänger:innen sowie zahlreiche Materialien und Hintergrundinformationen zur Verfügung. In einem anderen Stadtteil unterstützt die Vernetzungsstelle bei der Implementierung eines Mittagstisches. Wenn auch Sie Interesse an der Durchführung eines Modellprojekts haben, nehmen Sie gerne Kontakt mit uns auf: seniorenernaehrung@hag-gesundheit.de

[Weiterlesen](#)



Termine



01.10.24 | Zukunft gemeinsam gestalten – für eine gute und ausgewogene Seniorenernährung

Wie kann eine ausgewogene und zukunftsfähige Seniorenernährung aussehen, die dazu noch bezahlbar ist? Diese Frage beleuchtet der Fachtag zum diesjährigen Tag der Seniorenernährung.

Lassen Sie sich von leckeren, vegetarischen Rezepten inspirieren und erfahren Sie, wie eine ausgewogene und klimafreundliche Ernährung auch mit kleinem Geldbeutel möglich ist. Erhalten Sie Einblicke in die Ergebnisse des Marktchecks zu „Essen auf Rädern“ und lassen Sie sich zeigen, wie eine gute Wahl von Menüdienst und Speiseplan für Senior:innen gelingen kann.

Veranstalterinnen: Vernetzungsstellen Seniorenernährung Hamburg, Nordrhein-Westfalen und Thüringen

[Mehr Informationen und Anmeldung](#)



20.08. – 28.08.24 | Aktionstage Demenz 2024: Demenz – Gemeinsam. Mutig. Leben.

Demenz statt. Unter dem Motto "Demenz - Gemeinsam. Mutig. Leben." erwartet Sie ein vielfältiges Programm, welches Demenz-Betroffenen, An- und Zugehörigen, aber auch allen anderen Interessierten die Gelegenheit bietet, sich zu informieren und Rat einzuholen.

[Mehr Informationen und Programm](#)



Aktuelles und Wissenswertes

Tage der Seniorenernährung

Am 1. Oktober 2024, dem Internationalen Tag der älteren Menschen, wird in Deutschland der Tag der Seniorenernährung gefeiert. Rund um diesen Tag werden in vielen Bundesländern Aktionen zur Ernährung im Alter organisiert. Die Aktionen der einzelnen Vernetzungsstellen Seniorenernährung finden Sie auf der Seite des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft.

[Weiterlesen](#)

Neue Arbeitshilfe für Fachkräfte: Mahlzeiten-Angebote kultursensibel und gesundheitsförderlich gestalten

Die neue Broschüre der BAGSO enthält praktische Hinweise für Akteurinnen und Akteure in der Senior:innenarbeit, die gesunde gemeinsame Mahlzeiten für ältere Menschen aus verschiedenen Herkunftsländern organisieren wollen. Sie informiert über unterschiedliche Essgewohnheiten, religiöse Speisevorschriften und die Planung von Gerichten. Außerdem finden sich darin Tipps zu Kontaktaufnahme und Kommunikation sowie weiterführende Links.

[Weiterlesen](#)

Film: Ernährung im Alter

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Sektion Schleswig-Holstein hat einen Erklärfilm zum Thema „Ernährung im Alter: So gelingt sie ausgewogen, vielfältig & genussvoll“ veröffentlicht.

[Weiterlesen](#)

Online-Umfrage zur neugestalteten BZgA-Webseite „Gesund & aktiv älter werden“

Nehmen Sie an einer kurzen Online-Befragung teil und teilen Sie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) Ihre Eindrücke zur Webseite www.gesund-aktiv-aelter-werden.de mit. Die Webseite wurde 2023 umfassend überarbeitet und bietet nun aktualisierte Inhalte, eine verbesserte Bedienbarkeit sowie ein modernes Design. Die Teilnahme dauert ca. 5-10 Minuten und ist bis zum 20.10.2024 möglich.

[Weiterlesen](#)

Leitfaden zur Organisation von Mittagstisch-Angeboten

Interessierte Akteur:innen der Senior:innenarbeit, die neue Mittagstisch-Angebote mit nährstoffreichen Mahlzeiten für ältere Menschen etablieren möchten, finden im IN FORM-Leitfaden hilfreiche Tipps zur praktischen Umsetzung.

[Weiterlesen](#)

Über IN FORM

IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern.

Weitere Informationen unter: www.in-form.de.

Über die Vernetzungsstelle Seniorenernährung

Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg wurde im Rahmen des Nationalen Aktionsplans IN FORM gegründet. Sie wird vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und der Behörde für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Familie und Integration (Sozialbehörde) gefördert. Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung ist bei der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAG) angesiedelt.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft



Hamburg | Sozialbehörde

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Copyright © 2023 Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V., All rights reserved.

Impressum:

Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e. V.
Hammerbrookstraße 73 | 20097 Hamburg | Telefon: 040 288 03 64-0 | Fax: 040 288 03 64-29
E-Mail: senionernaehrung@hag-gesundheit.de | Internet: www.hag-gesundheit.de/senionernaehrung

Verantwortlich: Petra Hofrichter
Redaktion: Silke Bornhöft, Silke Hoops, Stephanie Schluck

Vereinsregister/Amtsgericht HH VR 5888
Vorsitz | Prof. Dr. Susanne Busch
Geschäftsführung:
Fachliche Leitung | Petra Hofrichter
Wirtschaftliche Leitung | Alexis Malchin

Wenn Sie diese E-Mail weitergeleitet bekommen haben und in den Verteiler aufgenommen werden wollen, [melden Sie sich mit unserem Online-Formular an.](#)

Bildnachweise:

Titelbild – iStock / wavebreakmedia
Bild "Aus der Vernetzungsstelle" von l. nach r. – iStock: Inside Creative House / AND-ONE / Halfpoint
Bild "Aktuelles und Wissenswertes": iStock / Alvarez
Bild "Termine": pixabay / webandi
Kalender-Icon: calendar-days-solid by fontawesome