



Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg

Ein Newsletter von IN FORM – Ausgabe 01/2024

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.

Möchten Sie auch weiterhin gut informiert sein? Dann können Sie sich [hier](#) zu unserem Newsletter anmelden. Leiten Sie den Newsletter gerne weiter

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](#)

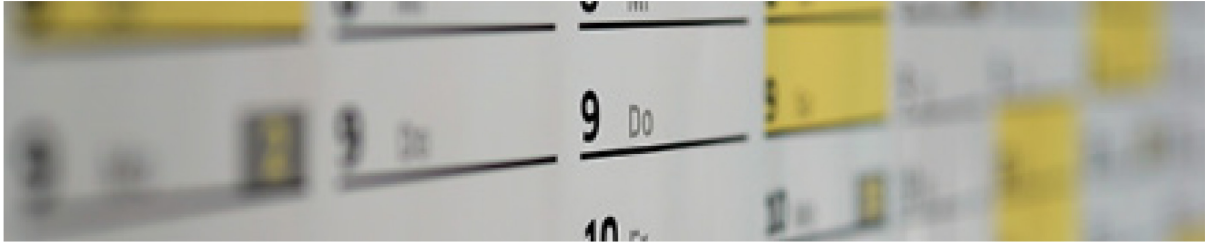
[Aktuelles und Wissenswertes](#)



Aus der Vernetzungsstelle

Seit Anfang 2023 sind wir mit der Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg am Start. Im ersten Jahr haben wir schon viel erreicht. Wir haben Kontakte zu Organisationen und Akteuren herstellen können und freuen uns über die positive Resonanz und das Interesse an der Arbeit der Vernetzungsstelle. Für 2024 haben wir einiges geplant, lesen Sie dazu auch die Ankündigung zu unserem nächsten [Workshop](#).

[Weiterlesen](#)



Termine



04.03.24 | Wenn sich Essen und Trinken verändert – Begleitung von Menschen mit Demenz

Ernährungs-Workshop für (pflegende) Angehörige von Menschen mit Demenz, Pflegekräfte, Akteure in der Seniorenarbeit sowie alle Interessierten.

Mit anderen Menschen zu essen und zu trinken ist ein zentraler Aspekt des menschlichen Miteinanders. Doch was geschieht, wenn sich Ernährungsgewohnheiten durch eine Demenz verändern? Wenn Getränke und Nahrung verkannt oder das Schlucken vergessen wird?

Veranstalterin: Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg

[Mehr Informationen und Anmeldung](#)



13.03.24 | Faktencheck: Ernährungsmythen

Gesundheits- und Ernährungsmythen gibt es viele. Doch was stimmt und was nicht? In dem Online-Vortrag der Verbraucherzentrale Hamburg werden einige der vermeintlichen Weisheiten genauer unter die Lupe genommen.

Veranstalterin: Verbraucherzentrale Hamburg

[Mehr Informationen und Anmeldung](#)



Aktuelles und Wissenswertes

Essen mit Genuss – Schwung für das Alter

Die kostenfreie Broschüre der Hamburger Sozialbehörde wendet sich mit Tipps, Rezepten und Informationen an Personen in der zweiten Lebenshälfte, die etwas für ihre Gesundheit tun möchten und können.

[Weiterlesen](#)

Essen und Trinken bei Gicht

Neue Broschüre der DGE zu Essen und Trinken bei Gicht erschienen. Gicht zählt zu den drei häufigsten ernährungsmitbedingten Stoffwechselkrankheiten bei Erwachsenen. In Deutschland haben etwa 1-3 % der Bevölkerung Gicht. Männer sind zehnfach häufiger betroffen als Frauen. Das Risiko steigt mit zunehmendem Alter.

[Weiterlesen](#)

Gutes Essen für Deutschland – Ernährungsstrategie der Bundesregierung

Das Bundeskabinett hat am 17.01.2024 die Ernährungsstrategie der Bundesregierung beschlossen. Die Strategie wurde federführend vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) erarbeitet. Sie bündelt rund 90 geplante und bestehende ernährungspolitische Maßnahmen mit dem Ziel, gutes Essen für alle Menschen in Deutschland leichter zu machen. Mit der Strategie erfüllt das BMEL einen Auftrag aus dem Koalitionsvertrag und der Gesellschaft.

[Weiterlesen](#)

DGE-Qualitätsstandard aktualisiert

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) hat ihre fünf DGE-Qualitätsstandards, unter anderem auch den „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit ‚Essen auf Rädern‘ und in Senioreneinrichtungen“ aktualisiert. Neben neuen Rechtsgrundlagen sind insbesondere aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse der Nachhaltigkeitsforschung berücksichtigt worden, die sich wie ein roter Faden durch alle Kapitel ziehen

[Mehr Informationen](#)

IN FORM MitMachBox

Die IN FORM MitMachBox unterstützt Leitungen von Seniorengruppen bei Thementagen rund um Ernährung und Bewegung. Das Informationspaket besteht aus vier Ordnern und einer DVD zu den Themen Wissen, Essen, Bewegen und Quiz. Zu jedem Gebiet sind jeweils 52 Thementage vorgesehen.

[Mehr Informationen](#)

Frisch serviert: Filme mit Tipps zur Verpflegung älterer Menschen

Von mehr Vollkorn bis weniger Fleisch: Das IN FORM-Projekt Fit im Alter – Gesund essen, besser leben hat eine Auswahl an Filmen zu verschiedenen Themen und oft gestellten Fragen rund um die Gestaltung einer gesundheitsfördernden und nachhaltigen Seniorenverpflegung erstellt. Die Filme richten sich an Verantwortliche und Praktiker:innen in der Gemeinschaftsverpflegung sowie an pflegende Angehörige.

[Zu den Filmen](#)

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