



**sg**e Schweizerische Gesellschaft für Ernährung  
**ssn** Société Suisse de Nutrition  
**ssn** Società Svizzera di Nutrizione

## Ernährung im Alter – Projekte und Angebote im Ausland

Angelika Hayer, Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE

# Ernährung im Alter – Projekte und Angebote im Ausland

## Inhalte

- Beispiele aus Deutschland
- Beispiele aus Frankreich
- Diverse Aktivitäten im Überblick

## Im Alter IN FORM (Deutschland)

- Ein Projekt unter dem Dach von „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“
- Geschäftsstelle angesiedelt bei der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO)
- Gesundheitsförderung für ältere Menschen in Kommunen
  - Beratung von Kommunen
  - Lehrgänge für Kommunen, Schulungen, Fachtagungen
  - Online: Informations- und Schulungsmaterialien, FAQ

[www.im-alter-inform.de](http://www.im-alter-inform.de)

# IN FORM-Leitfaden für Kommunen



- Herausgeber: BAGSO
- Praxishandbuch + CD
- Anleitung zur Planung von kommunalen Angeboten

Kostenlose Bestellung unter [www.im-alter-inform.de](http://www.im-alter-inform.de) > Weiterbildung > Materialien

# IN FORM-Leitfaden „Mittagstische“



- Herausgeber: BAGSO
- Leitfaden zum Download
- Planung und Organisation von Mittagstisch-Angeboten

Kostenloser Download unter [www.im-alter-inform.de](http://www.im-alter-inform.de) > Weiterbildung > Materialien

# IN FORM MitMachBOX



- Herausgeber: BAGSO
- Anregungen, Arbeitsmittel etc. für 52 Thementage
- 4 Ordner (Wissen, Essen, Bewegung, Quiz) + DVD

Kostenlose Bestellung für Multiplikatoren / Institution in Deutschland unter [www.im-alter-inform.de](http://www.im-alter-inform.de) > Weiterbildung > Materialien

## Fit im Alter (Deutschland)

- Projekt der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE)
- Ziel: Optimierung der Verpflegungsqualität in stationären Senioreneinrichtungen und bei „Essen auf Rädern“
- [www.fitimalter-dge.de](http://www.fitimalter-dge.de)



Gesund essen, besser leben.

# Fit im Alter – Qualitätsstandards für die Verpflegung

- DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen
- DGE-Qualitätsstandards für Essen auf Rädern



## Fit im Alter – Zertifizierung

- Fit im Alter-Zertifizierung:
  - Lebensmittel
  - Speisenplanung und –herstellung
  - Lebenswelt
- PREMIUM-Zertifizierung
  - zusätzlich: Nährstoffe



## Fit im Alter – weitere Leistungen

- DGE unterstützt Umsetzung der Qualitätsstandards
- Speisepläne, Rezeptdatenbank, Fachinformationen
- Fachmedien für Multiplikatoren
- In-house-Seminare für Fachkräfte und Servicekräfte
- [www.fitimalter-dge.de](http://www.fitimalter-dge.de) > Fachinformationen > Medien

## Weitere Angebote in Deutschland (Beispiele)

- Informationen (Online und Print), Auskunftsservice  
(Bundeszentrum für Ernährung BZfE) [www.bzfe.de](http://www.bzfe.de)
- Weiterbildungen und Veranstaltungen für Senioren  
(Verbraucherzentrale, BAGSO)
- Projekt «Wir kochen und (oder) essen gemeinsam»  
(FÜREINANDER e.V.) [www.fuereinander.eu](http://www.fuereinander.eu)
- Präventive Hausbesuche (Krankenkasse AOK Niedersachsen)
- Wissenschaftliche Grundlagen und Broschüren (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA) [www.gesund-aktiv-aelter-werden.de](http://www.gesund-aktiv-aelter-werden.de)
- Projektdatenbank (BZgA) [www.gesund-aktiv-aelter-werden.de/projektdatenbank/](http://www.gesund-aktiv-aelter-werden.de/projektdatenbank/)

## Programme national nutrition santé PNNS (Frankreich)

- Nationales Programm zur Verbesserung der Gesundheit der gesamten Bevölkerung
- Informationen und Materialien unter [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)



# PNNS-Broschüren für Senioren bzw. Angehörige



<http://www.mangerbouger.fr/PNNS/Guides-et-documents/Guides-nutrition>

# PNNS-Informationen für Fachleute

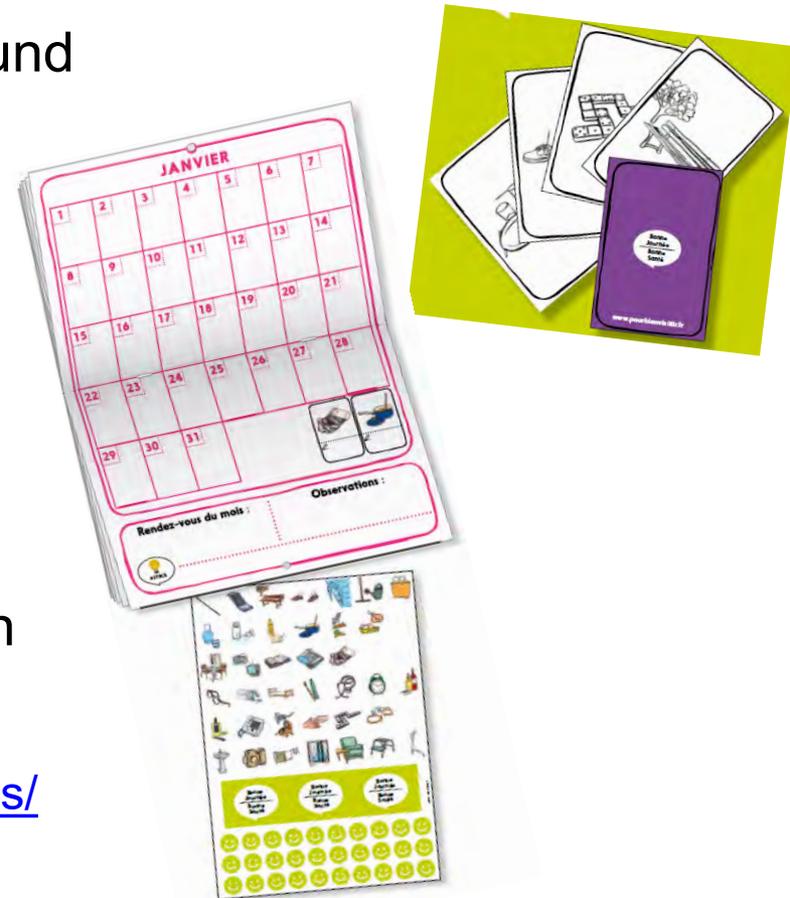


[www.mangerbouger.fr/pro/](http://www.mangerbouger.fr/pro/)

## Kit « Bonne journée, bonne santé »

- Arbeitsmaterialien für Multiplikatoren und Senioren zu div. Themen
- Inhalte:
  - Broschüre
  - 38 Dialog-Karten
  - 6 Themendossiers für Fachleute
  - DVD mit didaktischen Hinweisen
  - Plakat und Kalender mit Aufklebern

<http://inpes.santepubliquefrance.fr/10000/themes/bien-vieillir/index.asp>



## Weitere Angebote in Frankreich

- Informationsplattform [www.pourbienvieillir.fr](http://www.pourbienvieillir.fr)
- Programme national pour l'alimentation (PNA)  
[www.agriculture.gouv.fr](http://www.agriculture.gouv.fr)
- Praxisführer Gemeinschaftsgastronomie [www.gemrcn.fr](http://www.gemrcn.fr)
- Überprüfung von Menüs in Senioreneinrichtungen  
Weiterbildungen für Senioren; Konferenzen  
(Défi santé et nutrition, [www.defisantenutrition.fr](http://www.defisantenutrition.fr))
- Erhebung und Strategie zur Reduktion der Mangelernährung bei Älteren (Haute Autorité de Santé, [www.has-sante.fr](http://www.has-sante.fr))

# Diverse Aktivitäten im Überblick (Teil 1)

## Aktivitäten auf Verhaltensebene

- Spiele zur Sensibilisierung und Wissensvermittlung (z. B. Quiz)
- Informationen (z. B. Broschüren, Webseiten)
- Auskunftsservice
- Vorträge für Senioren
- Veranstaltungen (z. B. gemeinsam kochen und essen)
- Präventive Hausbesuche
- ...

## Diverse Aktivitäten im Überblick (Teil 2)

### Aktivitäten auf Verhältnisebene

- Qualitätsstandards für die Seniorenverpflegung / Zertifizierung
- Fachinformationen, Arbeitshilfen für Multiplikatoren
- Weiterbildungen für Multiplikatoren
- Schulungen für div. Berufsgruppen (Pflegekräfte, Küchenpersonal)
- Konferenzen zum Wissens- und Erfahrungsaustausch
- Instrumente für die Strategie- und Projektentwicklung
- Forschung, wissenschaftsbasierte Empfehlungen, Screening
- Instrumente der Ernährungspolitik (Subventionen, Labelling ...)
- ...

**Wissen, was essen.**

**sgе-ssn.ch**

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE  
Eigerplatz 5 | CH-3007 Bern  
T +41 31 385 00 00 | [info@sge-ssn.ch](mailto:info@sge-ssn.ch)

 **tabula** | Zeitschrift für Ernährung  
Redaktion T +41 31 385 00 17 | [www.tabula.ch](http://www.tabula.ch)

 **Ernährungstests**  
[www.sge-ssn.ch/tests](http://www.sge-ssn.ch/tests)

 **shop sge** | Der Online-Shop der SGE  
T +41 31 385 00 00 | [www.sge-ssn.ch/shop](http://www.sge-ssn.ch/shop)

Folgen Sie uns auf



**Wissen, was essen.** [sge-ssn.ch](http://sge-ssn.ch)