

# Newsletter

Nr. 02/2022

## Neues aus der Vernetzungsstelle

### Gesund, lecker und nachhaltig essen—

#### Impressionen von der Fachtagung des Fachzentrums Ernährung (FZE) Rheinland-Pfalz



Mehr als 120 Interessierte aus Pflegeeinrichtungen, Kommunen, den Bereichen der Ernährungsberatung, sozialen Einrichtungen und Verbraucherarbeit sind unserer Einladung zur Fachtagung gefolgt und verbrachten am 06. Juli einen abwechslungsreichen Tag in der Stadthalle Vallendar.

Das FZE Rheinland-Pfalz mit Sitz am Dienstleistungszentrum Ländlicher Raum (DLR) Westerwald-Osteifel in Montabaur bildet das Dach für die Ernährungsberatung, die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung, die Vernetzungsstelle Seniorenernährung und die Projektstelle „Nachhaltige Verpflegung mit Konzept“. An verschiedenen Thematischen stellten die Schwerpunkte des FZE sich mit ihren vielfältigen Angeboten vor. Hier wurden interessante Gespräche geführt und die ein oder andere Idee für eine zukünftige Zusammenarbeit entwickelt.



Zum Programm gehörten außerdem sehr interessante Vorträge: von Dr. Margareta Büning-Fesel zum Thema „Folgen des Klimawandels - nachhaltige Konzepte für Ernährung und Landwirtschaft“ und von Karsten Bessai, der anschauliche Praxisbeispiele zu einer nachhaltigen, leckeren und gesunden Ernährung in der Gemeinschaftsverpflegung vorstellte. Dass Nachhaltigkeit und geschmackvolles Essen sehr gut zusammenpassen, davon konnten sich die Teilnehmenden dann direkt beim Mittagsimbiss überzeugen. Für die Verpflegung wurden fast ausschließlich Produkte aus Rheinland-Pfalz und der Region verwendet.

Nachmittags nahmen an der Ideenwerkstatt „Seniorinnen und Senioren gut gepflegt - zu Hause und in der Senioreneinrichtung“ Fachkräfte der Gemeindegewerkschaft Plus und Verpflegungsverantwortliche aus Senioreneinrichtungen teil. Anhand von Fallbeispielen wurden Ideen entwickelt, wie sich die Ernährung für Bewohnende von Senioreneinrichtungen und von daheimlebenden Seniorinnen und Senioren nachhaltiger und schmackhafter gestalten lässt. In regem Austausch und gegenseitigem Interesse an den Erfahrungen der Teilnehmenden wurden gute Lösungsansätze erarbeitet. Als absoluter Mehrwert wurde sowohl das Wohlbefinden der Bewohnerinnen und Bewohnern und als auch das der Mitarbeitenden herausgestellt.



Alle Vorträge, Berichte aus den Ideenwerkstätten und die leckeren vegetarischen Rezepte mit regionalen Zutaten finden Sie [auf unserer Internetseite](#).

Bilder: © FZE RP

## Termine

### Web-Seminar „Im Alter gut gepflegt – mit dem DGE-Qualitätsstandard“

Jetzt anmelden!

Für Verpflegungsverantwortliche, Hauswirtschaftskräfte, Küchenleitungen, Entscheider:innen, Caterer und Anbieter von "Essen auf Rädern"

In unserem **kostenlosen Web-Seminar** lernen Sie die Inhalte des DGE-Qualitätsstandards näher kennen. Außerdem gibt es eine praxisnahe Anleitung zu einem Speiseplancheck, der erste Hinweise auf Potenziale des Verpflegungsangebotes geben kann. Das Web-Seminar richtet sich an alle, die sich für eine vollwertige Verpflegung älterer Menschen einsetzen möchten.

Weitere Inhalte:

- Vorstellung des *DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen*
- Empfehlungen zu Lebensmittelhäufigkeiten
- Kriterien einer optimalen Verpflegungsgestaltung entlang der Prozesskette - von der Planung bis zur Entsorgung
- „Blick über den Tellerrand“ mit Aspekten, die auch außerhalb der Küche zu einer guten Verpflegung beitragen können
- Austausch von Erfahrungen und Problemlösungs-Strategien unter den Teilnehmenden

#### Termine:

- Donnerstag, 15.09.2022
- Mittwoch, 14.12.2022

jeweils 14:00-16:00 Uhr

#### Anmeldung & Informationen:

► [hier](#) oder per Mail an

[seniorenernaehrung@dlr.rlp.de](mailto:seniorenernaehrung@dlr.rlp.de)

Tel.: 02602 9228-1162

## Tag der Seniorenernährung 2022

### Fachtag *Seniorenverpflegung - so geht's nachhaltig und genussvoll!*

Freuen Sie sich auf spannende Berichte aus der Praxis und kommen Sie ins Gespräch. Bei unserem digitalen Fachtag stellen wir Projekte vor, die sich auf den Weg gemacht haben, die Verpflegung ihrer Tischgäste nachhaltiger zu gestalten. Dabei darf der Genuss natürlich nicht zu kurz kommen. Lassen Sie sich inspirieren, wie kreativ und schmackhaft vegetarische Gerichte gelingen können.

Neben der Möglichkeit sich miteinander auszutauschen und zu vernetzen, wartet auf die Teilnehmenden schon vorab ein Überraschungspaket.

Neugierig? Wir freuen uns über Ihre Teilnahme!

„Was wir heute tun, entscheidet darüber, wie die Welt morgen aussieht.“

(Marie von Ebner-Eschenbach)

#### Termin:

Mittwoch, 19.10.2022

13:30-17:30 Uhr

Online

► [zur Anmeldung](#)

## Für pflegende Angehörige, Seniorinnen & Senioren: Telefonische Beratung der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz

Für viele Angehörige ist es eine große Herausforderung, den Speiseplan für ihre pflegebedürftigen Eltern oder Ehepartner gut und bedarfsgerecht zu gestalten. Durch altersbedingte Erkrankungen und körperliche Veränderungen nimmt häufig der Appetit ab und manche Speisen können nicht mehr gekaut werden. Eine abwechslungsreiche Ernährung mit ausreichend Nährstoffen ist jedoch eine wichtige Voraussetzung, um die Leistungsfähigkeit und das allgemeine Wohlbefinden zu erhalten.

Dabei stellen sich viele Fragen: Wie kann ich den Appetit fördern? Was ist zu tun, wenn immer nur wenig gegessen wird? Kann ich den Energiegehalt der Speisen erhöhen, um eine Mangelernährung zu vermeiden?

Anlässlich des Internationalen Tages der älteren Menschen beantwortet eine Ernährungsberaterin der Verbraucherzentrale individuelle Fragen. Im gemeinsamen Gespräch können Anregungen und hilfreiche Tipps gegeben werden.

#### Termin:

Mittwoch, 19.10.2022

14:00-18:00 Uhr

Rufnummer: 06131/ 28 48 124

## Kommen Sie ins Gespräch! Dialogforen Seniorenernährung 2022

Als Vernetzungsstelle Seniorenernährung gehört es zu unseren Aufgaben, Engagierte und Interessierte miteinander zu vernetzen. Die Dialogforen sind offene Austauschplattformen und dienen dazu, Erfahrungen auszutauschen, voneinander zu lernen, Bedarfe vor Ort zu erkennen und Maßnahmen zu entwickeln.

Das übergeordnete Ziel: Gemeinsam eine gesundheitsfördernde Ernährung im Alter ermöglichen—ob im eigenen Zuhause oder in einer Senioreneinrichtung.

### Dialogforum

#### „Seniorenverpflegung in Einrichtungen“

Für Verpflegungsverantwortliche in stationären Senioreneinrichtungen und deren Träger, Anbieter von „Essen auf Rädern“, Caterer, Einrichtungsleitungen, Mitarbeitende aus den Bereichen Hauswirtschaft, Pflege, Qualitätsmanagement...

Leitthema: noch offen—Vorschläge sind willkommen! Was bewegt Sie zur Zeit?

### Dialogforum

#### „Zu Hause gut ernährt“

Für Multiplikator:innen auf kommunaler Ebene, politische Akteure, haupt- und ehrenamtlich Engagierte, Mitarbeitende von Anlaufstellen für Senior:innen und deren Angehörige wie Seniorenbüros und Pflegestützpunkte, kirchliche und andere gemeinnützige Organisationen...

Leitthema: Essen & Trinken mit geringem Budget



© pixabay

Nähere Informationen zum Programm folgen in Kürze.

Die Teilnahme an den Dialogforen ist **kostenfrei und unverbindlich.**

Mi, 08.11.2022 | 14-15:30 Uhr

Online

► [zur Anmeldung](#)

Do, 09.11.2022 | 10-11:30 Uhr

Online

► [zur Anmeldung](#)

## Digitales Fachgespräch: Mittagstische für ältere Menschen organisieren

Gemeinsam mit der Vernetzungsstelle Seniorenernährung Saarland laden wir Interessierte aus dem Bereich Seniorenernährung zu einem digitalen Fachgespräch ein. Im Fokus steht die Frage, wie sich das Angebot eines (offenen) Mittagstisches für haupt- oder ehrenamtlich Engagierte in Kommunen realisieren lässt. Informationen gibt es von Fr. Mertens-Zündorf (BAGSO-Projekt „Im Alter IN-FORM“) und einen Einblick in die Praxis liefern IN-FORM-Pilotkommunen aus Rheinland-Pfalz und dem Saarland.



© pixabay

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

### Termin:

Mittwoch, 23.11.2022

14:00-17:00 Uhr

online

### Anmeldung unter:

[https://eveeno.com/  
MITTAGSTISCH](https://eveeno.com/ MITTAGSTISCH)

NEU:

## 3-Sterne-Qualifizierung

### Beratungsangebot für Senioreneinrichtungen und Anbieter von Essen auf Rädern



Sie möchten Ihren Tischgästen ein schmackhaftes, gesundheitsförderliches und bedürfnisgerechtes Verpflegungsangebot bieten? Sie möchten die Kommunikation und bereichsübergreifende Zusammenarbeit in Ihrer Einrichtung fördern? Sie möchten Ihren Mitarbeitenden und allen Beteiligten aktive Mitgestaltung ermöglichen?

Dann bewerben Sie sich jetzt für unser **kostenfreies Beratungsangebot!**

Wir unterstützen Sie bei der Gründung eines Runden Tisches und der Umsetzung von individuellen Maßnahmen. Bei erfolgreicher Umsetzung wird Ihr Verpflegungsangebot mit bis zu 3 Sternen ausgezeichnet.

Seien Sie als eine der ersten Einrichtungen in Rheinland-Pfalz dabei und werden Sie Vorreiter in Sachen Gesundheitsförderung und Nachhaltigkeit!

Sie haben Interesse an der Teilnahme oder möchten sich erst einmal unverbindlich informieren?

Schreiben Sie uns eine E-Mail oder rufen Sie an:

Tel.: 02602/9228-1162

Email: [seniorenernaehrung@dlr.rlp.de](mailto:seniorenernaehrung@dlr.rlp.de)

## Impressum

**Vernetzungsstelle Seniorenernährung Rheinland-Pfalz**  
am Fachzentrum Ernährung Rheinland-Pfalz

Tel.: 02602 9228-1162

E-Mail: [seniorenernaehrung@dlr.rlp.de](mailto:seniorenernaehrung@dlr.rlp.de)

[www.fze.rlp.de/seniorenernaehrung](http://www.fze.rlp.de/seniorenernaehrung)

Dienstleistungszentrum Ländlicher Raum Westerwald-Osteifel  
Bahnhofstraße 32  
56410 Montabaur

Falls Sie den Newsletter der Vernetzungsstelle Seniorenernährung Rheinland-Pfalz zukünftig nicht mehr erhalten möchten, senden Sie uns eine kurze Mitteilung an [seniorenernaehrung@dlr.rlp.de](mailto:seniorenernaehrung@dlr.rlp.de).

Gefördert durch



Bundesministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR  
KLIMASCHUTZ, UMWELT,  
ENERGIE UND MOBILITÄT



Rheinland-Pfalz

DIENSTLEISTUNGSZENTRUM  
LÄNDLICHER RAUM  
WESTERWALD-OSTEIFEL

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

**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](http://www.in-form.de)