

Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 46
19.05.2022

Veranstaltungshinweis: Gesunde Ernährung im Alter in Merseburg

Am Freitag, den 20. Mai 2022 lädt die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. (LVG) zwischen 10.00 Uhr und 11.00 Uhr zu einer Informationsveranstaltung unter dem Motto „Genussvoll Essen und Trinken – Gesunde Ernährung im Alter“ in den Seniorentreff des ASB-Regionalverbandes Saalekreis Süd e.V., Nulandplatz 13 in 06217 Merseburg ein. Die Veranstaltung findet im Rahmen des Seniorenfrühstücks des Seniorentreffs statt und richtet sich an interessierte Seniorinnen und Senioren aus Merseburg und Umgebung.

In einem kurzen Impulsvortrag wird praktisch erklärt, wie die Ernährung im Alter abwechslungsreich und ausgewogen gestaltet werden kann. Da Diabetes mellitus und Lebensmittelunverträglichkeiten zu den häufigsten Begleiterscheinungen im Alter zählen, wird hierauf ein besonderes Augenmerk gelegt. Die Ernährungsexpertin Sophia Schnaubelt aus der Praxis „geniess bewusst“ in Merseburg gibt einen Überblick über Lebensmittelgruppen, einfache Rezeptideen und Ernährungsempfehlungen im Alter. Die Teilnehmenden können sich außerdem auf eine kleine Lebensmittelverkostung mit leckeren Getränken und Rezepten für eine gesunde und ausgewogene Ernährung im Alter freuen.

Bitte melden Sie sich vorab telefonisch unter 0391 - 28 86 83-0 zu der Veranstaltung an. Ihre Ansprechpartnerin ist Nicole Hoppe, Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V.

Die Förderung eines gesunden Ernährungsverhaltens und gesunder Ernährungsangebote zählt auch zu den Gesundheitszielen Sachsen-Anhalts. Die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung Sachsen-Anhalt möchte durch Informations- und Weiterbildungsveranstaltungen zu einer vollwertigen, ausgewogenen und gesunden Ernährung älterer Menschen beitragen. Damit soll das Auftreten von Fehl- und Mangelernährung verringert, Herz-Kreislauf-Erkrankungen vermieden sowie der Verlauf von Herz-Kreislauf-Erkrankungen positiv beeinflusst werden.

Über weitere Angebote und Veranstaltungen können sich Interessierte auch unter <https://www.lvg-isa.de/veranstaltungen> informieren.

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

Die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. wird durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung des Landes Sachsen-Anhalt gefördert.

Gefördert durch:



#moderndenken

Vorsitzender: Prof. Dr. Andreas Geiger
Geschäftsführerin: Martina Kolbe
Vereinsregister: AG Stendal Nr. 10522

Die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft und des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung des Landes Sachsen-Anhalt gefördert. Die Ernährungsinitiative ist Teil von IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung.