

# Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 47  
19.05.2022

## Veranstaltungshinweis: Gesunde Ernährung im Alter in Magdeburg

Am Mittwoch, den 25.05.22 zwischen 15:00 Uhr und 16:30 Uhr lädt die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. (LVG) alle interessierten Seniorinnen und Senioren zu einer Infoveranstaltung unter dem Motto „Gesunde Ernährung darf auch schmackhaft sein“ in den „Offenen Treff“ des AWO Kreisverbandes in der Max-Otten-Straße 10, 39104 Magdeburg ein.

Wie verändert sich meine Ernährung im Alter? Welche Lebensmittelgruppen sind besonders wichtig für meine Gesundheit? Wie ernähre ich mich vollwertig und welche einfachen Rezeptideen kann ich umsetzen? Diese und ähnliche Fragen beantwortet Diät- und Ernährungsberaterin Kathleen Kremkau. Die Teilnehmenden können sich außerdem auf eine kleine Lebensmittelverkostung mit leckeren Probierhäppchen für eine gesunde und ausgewogene Ernährung im Alter freuen.

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-lsa.de/veranstaltungen> informieren. 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.

Ihre Ansprechpartnerin: LVG, Kristin Goedecke, Tel: 0391/ 28 86 83-0

**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)

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