

# Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 109 / 18. November 2022

## Gesunde Ernährung im Alter

Unter dem Motto „Gesunde Ernährung im Alter“ lädt die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. am Mittwoch, den 30. November 2022 zwischen 9:00 Uhr und 11:30 Uhr interessierte Seniorinnen und Senioren aus Eisleben und Umgebung zu einer Informationsveranstaltung in die Räumlichkeiten der Begegnungsstätte – Ort der Begegnung im Kutscherhaus, Markt 34 in 06295 Eisleben ein.

Ernährungsexpertin Haike Seeger aus Roßla informiert zum Thema und beantwortet Fragen, z.B. Welche Ernährung benötigt man im Alter? Welche Lebensmittelgruppen fördern die Gesundheit älterer Menschen besonders? Wie ernährt man sich vollwertig und welche einfachen Rezeptideen gibt es für eine ausgewogene Ernährung? Die Teilnehmenden können sich außerdem auf Alltagstipps und eine kleine Lebensmittelverkostung mit leckeren und gesunden Probierhäppchen freuen.

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 sowie der Verlauf von ernährungsassoziierten Erkrankungen positiv beeinflusst werden. Die Förderung eines gesunden Ernährungsverhaltens und gesunder Ernährungsangebote zählt zu den Gesundheitszielen Sachsen-Anhalts.

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.

Bitte melden Sie sich vorab telefonisch unter 0391/ 28 86 83-0 zu der Veranstaltung an. Ihr/e Ansprechpartner/-in: LVG, Martin Bormann, Tel: 0391 288683-0

**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