

Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 61 / 4. September 2023

Mythen und Wissen rund um die gesunde Ernährung

Die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. wird auf dem 2. Seniorentag Sachsen-Anhalt des Seniorenbeirats der Landeshauptstadt Magdeburg mit einem Informationsstand vertreten sein. Am Mittwoch, den 13. September 2023, von 10 bis 16 Uhr können sich Seniorinnen und Senioren auf dem Alten Markt in Magdeburg rund um die gesunde Ernährung im Alter informieren.

Unter dem Motto „Von Senioren für Senioren“ eröffnet der Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Magdeburg erneut eine Plattform, um die Vielfalt und Angebotsbreite für ältere Menschen in der Region zu präsentieren. Der Seniorentag wird ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm mit Musik und Tanz, vielfältige Informationsstände sowie gastronomische Angebote bieten.

Besucherinnen und Besucher haben am Stand der Vernetzungsstelle für Seniorenernährung Sachsen-Anhalt die Möglichkeit, hausgemachtes Aromawasser zu probieren und sich Informationsmaterialien und Rezeptideen zu holen. Zudem wird mit einem Ernährungsparcours eine interaktive „Ernährungsberatung“ angeboten. Diese beinhaltet u.a. praktische Tipps zur richtigen Lagerung von Lebensmitteln, um sie möglichst lange haltbar und genießbar aufzubewahren. Ein Quiz zur Aufklärung über bekannte Ernährungsmythen rundet das Angebot ab.

Die Förderung eines gesunden Ernährungsverhaltens und gesunder Ernährungsangebote zählt zu den Gesundheitszielen Sachsen-Anhalts. Die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung Sachsen-Anhalt setzt sich daher durch Informations- und Weiterbildungsveranstaltungen für eine vollwertige, ausgewogene und schmackhafte Ernährung älterer Menschen ein. Durch diese Maßnahmen soll die Häufigkeit von Fehl- und Mangelernährung reduziert und der Verlauf von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes positiv beeinflusst werden.
Ihre Ansprechpartnerin: Kristin Goedecke, LVG, Telefon 0391/28 86 83-0

Die Ernährungsinitiative ist Teil von 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. Die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung wird aus Mitteln des Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft und des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung des Landes Sachsen-Anhalt gefördert.