

# Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 74 / 17. Oktober 2023

## Gesund im Alter genießen

Die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. und die Selbsthilfekontaktstelle des Diakonischen Werks Halberstadt laden zu einer Informationsveranstaltung zum Thema „Gesund im Alter genießen“ am Mittwoch, den 29. November 2023 von 10 bis 12 Uhr ein. Die Veranstaltung findet in den Räumen des Diakonischen Werks Halberstadt, Bödcherstraße 2 in Halberstadt statt und richtet sich an pflegende Angehörige, Seniorinnen und Senioren sowie alle am Thema Interessierten.

Ernährungsexpertin Gabriele Lausch wird über die Bedeutung einer ausgewogenen und gesunden Ernährung im fortgeschrittenen Lebensalter referieren. Dabei wird sie Bezug auf typische ernährungsassoziierte Krankheiten nehmen, z.B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes oder Darmerkrankungen. Außerdem gibt es praktische Ansätze und Tipps für eine gesunde Ernährung ab dem 65. Lebensjahr. Eine kleine Verkostung beweist ganz praktisch, dass „gesund“ auch „lecker“ sein kann. Ausgewählte Rezepte zum Nachkochen runden das Angebot ab.

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

Die Teilnahme an der Informationsveranstaltung ist kostenfrei. Um Anmeldung unter Telefon 0177/4708947 bzw. per E-Mail unter [n.nimmergut@diakonie-halberstadt.de](mailto:n.nimmergut@diakonie-halberstadt.de) oder auch persönlich im Diakonischen Werk wird gebeten. Die Anzahl der Plätze ist begrenzt.

Ihr Ansprechpartner: Martin Bormann, LVG, Telefon 0391/288 68 3-0

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](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. 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.

Gefördert durch:



#moderndenken

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