

Pressemitteilung

Lfd. Nr.: 68 / 11. September 2026

GemEINSAM statt einsam: Sachsen-Anhalt macht sich stark für offene Mittagstische im Alter

Essen verbindet – das gilt besonders im Alter. Rund um den Internationalen Tag der älteren Menschen am 1. Oktober wird bundesweit bereits zum sechsten Mal der „Tag der Seniorenernährung“ begangen. Auch die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e. V. (LVG) macht anlässlich dieses Tages auf die Bedeutung ausgewogener Mahlzeiten für ältere Menschen aufmerksam. Denn eine gemeinsame Mahlzeit ist mehr als Nahrungsaufnahme: Sie schafft Gemeinschaft, gibt dem Tag Struktur und wirkt Einsamkeit entgegen.

Für viele ältere Menschen, die aus körperlichen, psychischen oder familiären Gründen zunehmend allein sind, wird die tägliche Mahlzeitenzubereitung zur Herausforderung. Fällt zudem die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben schwer, drohen Rückzug und Einsamkeit. Offene Mittagstische setzen genau hier an: Sie bieten eine gesunde, warme Mahlzeit, motivieren, die eigenen vier Wände zu verlassen, und schaffen Raum für Gespräche.

Um solche Angebote in Sachsen-Anhalt weiter voranzubringen, lädt die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung am 19. November 2026 zur Fachtagung „GemEINSAM zu Tisch: Offene Mittagstische für ältere Menschen im Quartier gestalten“ ins Mehrgenerationenhaus EHFA nach Haldensleben ein. Die Veranstaltung richtet sich an Kommunen, Träger, Senioreneinrichtungen, Vereine und weitere Engagierte, die Mittagstische vor Ort aufbauen oder weiterentwickeln möchten. Der Titel ist Programm: Wo Mittagstische entstehen, wird aus EINSAM ein GemEINSAM.

Nachdem die Vernetzungsstelle das Thema 2025 mit einem bundesweiten Online-Fachtag aufgegriffen hat, geht sie 2026 einen Schritt weiter: Erstmals trifft sich die Fachöffentlichkeit in Präsenz und mit einem klaren Fokus auf Sachsen-Anhalt. Im Mittelpunkt stehen praxisnahe Fragen: Wie gelingt der Aufbau eines offenen Mittagstisches? Was braucht es für eine erfolgreiche Umsetzung und Verstetigung? Und wie können die verschiedenen Akteure vor Ort dafür an einem Strang ziehen? Neben fachlichen Impulsen – unter anderem von der Landesseniorenvertretung Sachsen-Anhalt – berichten Praxispartner wie das Kulturzentrum Kunstplatte e. V. aus Stendal und der Lewida Wohnpark „Albert Schweitzer“ aus Magdeburg von ihren Erfahrungen mit bestehenden Mittagstisch-Angeboten. In drei Workshops können die Teilnehmenden anschließend vertiefen, wie sich Mittagstische in Gemeinden, Mehrgenerationenhäusern oder Senioreneinrichtungen konkret umsetzen lassen. „Wir möchten Akteure vor Ort dabei unterstützen, Mittagstische

gefördert durch



SACHSEN-ANHALT
Ministerium für
Arbeit, Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

#moderndenken

Vorsitzender: Prof. Dr. Andreas Geiger
Stv. Vorsitzende: Jens Hennicke, Holger Häberer
Vereinsregister: AG Stendal Nr. 10522

aufzubauen und damit einen zentralen Baustein für Gesundheitsförderung und Teilhabe im Alter ermöglichen“, sagt Nicole Hoppe von der Vernetzungsstelle für Seniorenernährung.

Die kostenfreie Veranstaltung findet am 19. November von 13:00 bis 16:30 Uhr im Mehrgenerationenhaus EHFA, Gröperstraße 12, in 39340 Haldensleben statt. Eine Anmeldung ist online unter lvg-lsa.de/veranstaltungen möglich.

Die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung der Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e. V. unterstützt seit 2020 im Rahmen des Gesundheitszieleprozesses landesweit Akteure der Seniorenverpflegung, um die Ernährungssituation älterer Menschen in Sachsen-Anhalt nachhaltig zu verbessern.

Ihr*e Ansprechpartner*in: Nicole Hoppe, LVG, Telefon 0391 / 288 683 – 0

Die Vernetzungsstelle für Seniorenernährung wird aus Mitteln des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung des Landes Sachsen-Anhalt finanziert und unterstützt mit ihren Angeboten das Gesundheitsziel des Landes „Förderung eines gesunden Ernährungsverhaltens und gesunder Ernährungsangebote für die Bevölkerung“.