

11. Mai 2021

Online-Seminar des BAGSO-Projektes

# Die Gesundheit älterer Menschen in Kommunen kreativ gestalten – wissen warum

[www.im-alter-inform.de](http://www.im-alter-inform.de) [www.in-form.de](http://www.in-form.de)



## Sehr geehrte Damen und Herren,

Sie engagieren sich für ältere Menschen und Ihnen liegt die Gesundheit und Lebensqualität älterer Menschen sehr am Herzen! Es ist Ihnen auch nicht neu, dass eine köstliche Mahlzeit mit ausgewogenen Nährstoffen älteren Menschen in der Gemeinschaft gut schmeckt und Ihnen sowohl körperlich als auch emotional sehr gut tut. Gleichermäßen macht Bewegung mit Gleichgesinnten sehr viel Freude und fördert die körperliche und geistige Fitness älterer Menschen.



Im Online-Seminar werden Expertinnen und Experten aufzeigen, welche Einflussgrößen die Gesundheit im Alter bestimmen können. Es wird ebenfalls erörtert auf welche Weise das Wohlbefinden älterer Menschen im Rahmen der Seniorenarbeit gefördert werden kann.

Wir bitten um Verständnis, dass wir unsere geplante Fachtagung in Erfurt aus Gründen des Infektionsschutzes nun als Online-Seminar durchführen.

## Wir laden Sie herzlich zur Teilnahme und Mitarbeit ein.

Auf der Basis der Anmeldung werden wir Ihnen rechtzeitig einen Link für den Zugang zum Online-Seminar zusenden und per Post einige themenbezogenen Unterlagen zur Verfügung stellen.



### Anmeldungen:

Bitte unter: <https://im-alter-inform.de/termine/tagungen/regionale-fachtagungen/> oder mit beigefügtem Formular.

**Anmeldeschluss:** 3. Mai 2021

Das Online-Seminar ist kostenfrei.

### Veranstalter:

BAGSO-Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V.

Geschäftsstelle Im Alter IN FORM  
Noeggerathstr. 49

53111 Bonn

Telefon: 0228 24 99 93 22

Telefax: 0228 24 99 93 20

E-Mail: [inform@bagso.de](mailto:inform@bagso.de)

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



## Die Veranstaltung richtet sich insbesondere an:

- Verantwortliche und Akteure in der Seniorenarbeit, d.h.
  - haupt- und ehrenamtliche Akteure in der Kommunalpolitik,
  - zuständige Fachkräfte für Seniorinnen und Senioren sowie für Gesundheit in der Kommunalverwaltung,

- Verantwortliche und Akteure der Zivilgesellschaft, z. B. aus Wohlfahrtsverbänden, Sport- und Selbsthilfevereinen, Kirchengemeinden etc.

**Wir freuen uns über Ihre Anmeldung!**

Das Team der Geschäftsstelle Im Alter IN FORM

## PROGRAMM

9.30 Uhr **Einloggen Ankommen**

---

10.00 Uhr **Willkommen und Einführung**

---

10.20 Uhr **Grußwort**

Franz Müntefering, Vorsitzender der BAGSO-Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V.

---

10.35 Uhr **Im Alter IN FORM – ausgewogene Ernährung, mehr Bewegung und aktive soziale Teilhabe in Kommunen fördern**

Prof. Dr. Andreas Simm, Geschäftsführender Direktor Interdisziplinäres Zentrum für Altern Halle, Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg

---

11.05 Uhr **Seniorenarbeit und Gesundheitsförderung – Wie passt das zusammen?**

Diskussion

---

11.15 Uhr **Pause**

---

11.25 Uhr **Lebensqualität älterer Menschen fördern durch leckere und ausgewogene Mahlzeiten**

Theresa Stachelscheid, Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE)

---

11.55 Uhr **Förderung lecker und nährstoffreich Essen und Trinken in der Seniorenarbeit**

Arbeitsgruppen

---

12.10 Uhr **Mehr Bewegung zur Erhaltung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit**

Dr. Gudrun Paul, Deutscher Turner-Bund (DTB)

---

12.40 Uhr **Gesunde Lebenswelten für ältere Menschen gestalten**

Kathrin Fiebig, Leiterin Seniorenbüro Zwickau „Aktiv ab 50“ e.V.

Susanna Riemann-Störr, Pflegestützpunkt des Landratsamtes Nordhausen, Fachbereich Soziales

---

12.55 Uhr **Schlussworte**

Franz Müntefering, Vorsitzender der BAGSO

---

