

## **„Die Gesundheit älterer Menschen in Kommunen kreativ gestalten – Genussvoll essen, Körper und Geist bewegen, Gemeinschaft und Freude erleben!“**

Fachtagung der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) im Rahmen des Projekts „Im Alter IN FORM“ am 8. Mai 2019 in Augsburg

### **Verlauf und Ergebnisse der Arbeitsgruppen**

## **ARBEITSGRUPPE 2**

### **In Gemeinschaft richtig gut essen – wichtige Voraussetzungen für Wohlfühl und Gesundheit**



***Impulsvortrag:***

*Susanne Greger*

*Werkleiterin der Altenhilfe der Stadt Augsburg*

***Moderation:***

*Theresa Stachelscheid*

*Deutsche Gesellschaft für Ernährung*

Foto © BAGSO

## **IMPULSVORTRAG**

Susanne Greger, Werkleiterin der Altenhilfe der Stadt Augsburg, hielt den Impulsvortrag zum Thema „In Gemeinschaft richtig gut essen“. Sie stellte das Betreuungs- und Pflegekonzept der stationären Einrichtungen der Altenhilfe in Augsburg vor. Dem Thema Essen und Trinken wird hier eine große Bedeutung und Wertschätzung beigemessen. Jedes der fünf Häuser hat eine eigene Küche. Für die Bewohnerinnen und Bewohner werden Beschäftigungsangebote mit Ernährungsbezug angeboten. Für die Eigenbewirtschaftung der Cafeteria werden Betreuungskräfte eingesetzt.

Das Credo ist stets: Normalität schaffen („Normalitäts- & Alltagsprinzip“). Die Bewohner/innen werden aktiv in die Mahlzeitenzubereitung eingebunden, zum Beispiel beim gemeinsamen Tischdecken oder bei der Zubereitung von Speisekomponenten. Bei der Mahlzeitenzubereitung (Schneiden, Verkosten, Riechen) werden alle Sinne angesprochen.

Die Zufriedenheit der Bewohner/innen mit dem Speisenangebot wird durch einen Bewohnerfragebogen erhoben. Dieser fragt anhand eines einfachen „Smiley-Systems“ die Zufriedenheit u. a. mit der Essensqualität, der Tischsituation und Umgebung sowie individuellen Faktoren wie Sättigungsgefühl oder persönliche Vorlieben ab.

Das Verpflegungsangebot ist nach den Kriterien des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen zertifiziert und trägt das „Fit im Alter“-Logo. Vielfach wird mit regionalen Lieferanten kooperiert. Die Küchenleiter können mit einem Verpflegungssatz von etwa 4,40 Euro (Wareneinsatz) gut arbeiten und auch die DGE-Standards umsetzen.

Durch hauseigene Verpflegungsleitlinien wird dem Thema Essen und Trinken noch mehr Bedeutung beigemessen. Alles, was darin verabschiedet wird, ist als Standard gesetzt, abgesegnet von Einrichtungs-, Pflegedienst- und Küchenleitung. Die Verpflegungsleitlinien nehmen dabei stets auch fachlichen Bezug zu Standards und Leitlinien wichtiger Fachgesellschaften wie dem DNQP-Expertenstandard „Ernährungsmanagement“, dem DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen oder der Grundsatzstellungnahme Essen und Trinken des MDS.

Die Thematisierung des Essens fungiert auch als Teil der Betrieblichen Gesundheitsförderung. Durch den hohen Stellenwert, der der Verpflegung eingeräumt wird, sind auch Mitarbeiter/innen angeregt, sich mit dem Thema Ernährung auseinanderzusetzen und das eigene Essverhalten zu reflektieren.

---

Der Vortrag von Frau Greger steht auf der Webseite **[www.im-alter-inform.de](http://www.im-alter-inform.de)** zum Download zur Verfügung.

[https://www.im-alter-inform.de/fileadmin/user\\_upload/5\\_Weiterbildung/Tagungen/Fachtagung\\_Augsburg\\_2019\\_AG2\\_Impulsreferat\\_Greger.pdf](https://www.im-alter-inform.de/fileadmin/user_upload/5_Weiterbildung/Tagungen/Fachtagung_Augsburg_2019_AG2_Impulsreferat_Greger.pdf)

---

## **DISKUSSION**

Im Anschluss an den Impulsvortrag wurden im Plenum zwei Fragestellungen behandelt:

### **1. Warum ist vollwertiges Essen und Trinken auch und vor allem im Alter so wichtig?**

Genannt wurden:

- Anpassung an den Stoffwechsel
- Anpassung an den (veränderten) Energie- und Nährstoffbedarf
- Abnahme der Sinne
- Abnahme des Durstempfindens
- soziale Teilhabe / Gemeinschaft durch Essen
- Gesundheit → Lebensqualität
- Wohlbefinden
- Prophylaxe
- Strukturschaffend (Mahlzeiten bieten Orientierung und Struktur im Tagesablauf).

## **2. Wer muss bei der Verbesserung des Verpflegungsangebots einbezogen werden?**

Genannt wurden:

- Leitungen / Entscheider / Träger
- Pflege, Hauswirtschaft, Küche
- Bewohner
- Angehörige
- Kostenträger / Ämter
- Lebensmittelüberwachung
- Hausärzte
- therapeutische Berufe
- Betreuer, sozialer Dienst
- Lieferanten.

### **LEITBOTSCHAFTEN**

Aus der gemeinsamen Diskussion leiteten die Teilnehmenden der Arbeitsgruppe zwei Leitbotschaften ab:

#### *1. Leitbotschaft:*

*„Erhaltung und Förderung von Lebensqualität durch vollwertiges Essen“*

Vollwertiges Essen und Trinken ist im Alter aus vielen verschiedenen Gründen wichtig. Diese lassen sich an den Dimensionen der Ernährung verdeutlichen. Neben der Anpassung an den physiologischen Bedarf und an altersbedingte körperliche Veränderungen spielt eine ausgewogene Ernährung auch mit Blick auf das Gemeinschaftsgefühl und die soziale Teilhabe eine Rolle. Mahlzeiten geben darüber hinaus dem Alltag Struktur und stiften Wohlbefinden. All diese Aspekte lassen sich unter dem Begriff „Lebensqualität“ am besten vereinen.

#### *2. Leitbotschaft:*

*„Gemeinsam Verantwortung übernehmen und handeln“*

An der Gestaltung einer abwechslungsreichen und bedürfnisorientierten Verpflegung sind viele Akteure und Berufsgruppen beteiligt: Von den Entscheidern, über die Küche, Hauswirtschaft und Pflege, von Medizinern und Therapeuten bis hin zu Lieferanten und Angehörigen. Alle tragen ein Stück Verantwortung und nur durch deren Handeln und Zusammenarbeit kann eine gute Verpflegung älterer Menschen gelingen. Letztere selbst sollten dabei stets im Mittelpunkt stehen.