

## **„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 26. Februar 2019 in Bonn

**Verlauf und Ergebnisse der Arbeitsgruppen**

### **ARBEITSGRUPPE 2**

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

**Impulsvortrag:**

*Helmut Wallrafen*

*Geschäftsführer der Sozial-Holding der Stadt  
Mönchengladbach GmbH*

**Moderation:**

*Ricarda Holtorf*

*Deutsche Gesellschaft für Ernährung*



#### **Teilnehmer**

Die Arbeitsgruppe umfasste insgesamt 6 Teilnehmende:

- 2 Mitarbeiterinnen der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE)
- 1 Mitarbeiterin des Ministeriums Baden-Württemberg
- 1 Sportwissenschaftlerin
- 1 Mitarbeiterin eines Caterers
- 1 Pflegekraft bei einem Wohlfahrtsverband

#### **Impulsvortrag**

Herr Wallrafen hielt den Impulsvortrag zum Thema „In Gemeinschaftseinrichtungen gut essen – wichtige Voraussetzungen für Wohlfühl und Gesundheit“.

---

*Die Präsentation von Herrn Wallrafen 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\\_Bonn\\_2019\\_AG2\\_Impulsreferat.pdf](https://www.im-alter-inform.de/fileadmin/user_upload/5_Weiterbildung/Tagungen/Fachtagung_Bonn_2019_AG2_Impulsreferat.pdf)

---

## Diskussion

Stichpunkte aus der Diskussion:

- Nicht nur das Essen zählt, auch das Personal.
- Neben Fachwissen ist auch der soziale Hintergrund entscheidend für die Gestaltung und Darbietung des Essens (Stichwort: Niedriglohngruppen, die häufig für die Verpflegung zuständig sind): Wer privat selbst wenig Bezug zu ausgewogenem, gutem Essen und schöner Darreichung kennt, der kann dies auch nicht für Bewohner/innen sicherstellen.
- Kulturelle Aspekte bei der Verpflegung nehmen zu (Beispiel: Halal).
- Der Bezug von Bio-Produkten ist manchmal schwer (Beispiel: Bio-Kartoffeln).
- Köche essen mit den Bewohnern: Ausdruck von Wertschätzung und Empathie; Möglichkeit, Rückmeldungen zum Essen und Wünsche aufzunehmen.
- Großgebäude werden auf die Wohnbereiche transportiert, um persönliche Ausgabe und Spontanität in der Auswahl zu ermöglichen.

### **Einstiegsfrage: Was bedeutet richtig gut essen?**

Gemeinsame Sammlung von Aspekten, die „gutes Essen“ kennzeichnen und ausmachen (Zurufabfrage). Dokumentation der Antworten auf einer Pinnwand.

### **Gruppenarbeit**

Aufteilung der Teilnehmerinnen in zwei Gruppen und Beantwortung jeweils einer Hauptfrage:

#### **Gruppe 1: Warum ist vollwertiges Essen und Trinken auch und vor allem im Alter so wichtig?** (Sammlung der Antworten auf Pinnkarten)

Genannt wurden:

- Vielseitigkeit und Auswahl
- Förderung von Genuss und Wohlbefinden
- Leistungserhalt und ggf. Steigerung
- Ältere Menschen reagieren sensibler auf Mangel- und/oder Fehlernährung
- Prävention von Erkrankungen und Beeinträchtigungen
- Gesunderhaltung
- Ernährung als Therapie / Teil der Therapie

## **Gruppe 2: Wer muss bei der Verbesserung des Verpflegungsangebots einbezogen werden?** (Sammlung der Antworten auf Pinnkarten)

Genannt wurden:

- Esser
- Externe Experten
- Wertschätzung und Entlohnung der Person
- Management
- Entscheider müssen Kenntnisse haben und Bewusstsein für die Bedeutung der Ernährung
- Küchenleiter, Hilfskräfte
- Hauswirtschaft
- Pflegedienstleiter und Pflegekräfte
- Lieferanten, Produzenten
- Verwandte, Besucher
- Ehrenamtliche Kräfte

### **Leitbotschaften**

Aus der Diskussion leiteten die Teilnehmenden der Arbeitsgruppe gemeinsam drei Leitbotschaften ab:

#### **1. Leitbotschaft:**

*„Viele Experten gestalten das Essen (älterer Mensch → Führung)“*

→ Den bekannten Ausspruch „Viele Köche verderben den Brei“ umkehrend, soll diese Botschaft verdeutlichen, dass für die Gestaltung einer abwechslungsreichen und bedürfnisorientierten Verpflegung viele Akteure und Berufsgruppen entscheidend sind. Beginnend bei den Entscheidern, über die Küche, Hauswirtschaft und Pflege bis hin zu externen Experten, Lieferanten und Angehörigen. Erst durch deren (enge) Zusammenarbeit kann eine gute Verpflegung sichergestellt werden. Dabei sollte der Wunsch des älteren Menschen die Basis sein.

## 2. Leitbotschaft:

*„Abwechslungsreiches Essen verbessert direkt die Lebensqualität“*

→ Das Essen und Trinken nimmt nicht nur über das ganze Leben, sondern auch ganz unmittelbar Einfluss auf das Wohlbefinden und das in vielerlei Hinsicht. Am Beispiel Trinken merkt man am schnellsten die Beeinträchtigungen, wenn die Trinkmenge nicht ausreicht.

Es ist wichtig, in der Einrichtung die Bedeutung einer vollwertigen Verpflegung zu kennen und dies zu einem wichtigen Thema im Haus zu machen.

## 3. Leitbotschaft:

*„Essen und Trinken bedeutet ganzheitliche Lebensqualität (= Basis für alles)“*

→ „Richtig gutes Essen“ umfasst zahlreiche Aspekte, die ganz unterschiedliche Ebenen betreffen. Essen und Trinken dienen zur Deckung des physiologischen Bedarfs, ebenso der sozialen Teilhabe wie auch dem Gefühl, für sein Essen verantwortlich zu sein, Sicherheit und Wohlfühl und Genuss zu empfinden.

