



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

Fachtagung der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. im Rahmen des Projekts „Im Alter IN FORM“ am 18. Februar 2020 in Münster

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

## **ARBEITSGRUPPE 3**

### **Mit organisierten Mittagstischen Geselligkeit und ausgewogene Mahlzeiten erleben**

#### *Impulsvortrag:*

Birgit Mescher

Gleichstellungs-, Familien- und Seniorenbeauftragte der Stadt Fröndenberg

#### *Moderation:*

Gabriele Mertens-Zündorf

BAGSO – Im Alter IN FORM, Projektreferentin

### **Verlauf der Arbeitsgruppe**

#### **1. Begrüßung und Vorstellungsrunde**

An der Arbeitsgruppe nahmen 12 Personen aus verschiedenen Bereichen der Seniorenarbeit teil, Quartiersmanager, Leitungen von Mehrgenerationenhäusern und Seniorenvereinen, Ökotrophologen, Vertreter des Seniorenbeirats, Mitarbeiter einer Kirchengemeinde und von der Verbraucherzentrale NRW.

Es wurden Fragen zur Bedarfsanalyse und zu den Hygienerichtlinien eines Mittagstisches, zur Motivierung älterer Menschen zur Teilnahme am gemeinsamen Essen und zu der Konkurrenzsituation mit der heimischen Gastronomie beantwortet.

---

Siehe das BAGSO-Im Alter IN FORM-Konzept „Mittagstische für ältere Menschen“.

[https://im-alter-inform.de/fileadmin/user\\_upload/6\\_Weiterbildung/Tagungen/Fachtagung\\_Muenster\\_2020\\_AG3\\_BAGSO-IAIF-Konzept-Mittagstisch.pdf](https://im-alter-inform.de/fileadmin/user_upload/6_Weiterbildung/Tagungen/Fachtagung_Muenster_2020_AG3_BAGSO-IAIF-Konzept-Mittagstisch.pdf)

---

## 2. Impuls aus der Praxis

Birgit Mescher stellte zwei verschiedene Mittagstische in Fröndenberg vor. Aus den Mittagstischen hat sich ein generationenübergreifendes Projekt ergeben. Gemeinsam wurde das Kochbuch „Die Fröndenberger Topfgeschichten“ geschrieben. Frau Mescher berichtete außerdem von dem Angebot „Suspended Coffee“ (siehe <https://suspendedcoffee.de>). In teilnehmenden Geschäften kann ein Produkt, z.B. eine Tasse Kaffee oder eine Dienstleistung für eine Person, die es sich momentan nicht leisten kann, gespendet werden. Dieses Projekt wird in Fröndenberg erfolgreich umgesetzt.

---

Die Präsentation von Frau Mescher steht auf der Webseite [www.im-alter-inform.de](http://www.im-alter-inform.de) zum Download zur Verfügung.

[https://im-alter-inform.de/fileadmin/user\\_upload/6\\_Weiterbildung/Tagungen/Fachtagung\\_Muenster\\_2020\\_AG3\\_Impulsvortrag\\_Mescher.pdf](https://im-alter-inform.de/fileadmin/user_upload/6_Weiterbildung/Tagungen/Fachtagung_Muenster_2020_AG3_Impulsvortrag_Mescher.pdf)

---

## 3. Erarbeitung von Fragestellungen

Die Teilnehmenden bearbeiteten in Einzelarbeit vier unterschiedliche Fragestellungen. Die Ergebnisse waren:

### *Frage 1*

*Wer sollte sich für die Etablierung von organisierten Mittagstischen einsetzen?*

- Pflegedienste
- Pflegeeinrichtungen
- Kirchengemeinden
- Stadt / Bürgermeister
- Apotheken
- kommunale Träger / Stadt bzw. Kreis
- Vereine
- Firmen / Unternehmen
- Kindergärten, Schulen, Unis
- Organisationen / Institutionen vor Ort (Vertrauen, kurze Wege)
- Konferenz Alter und Pflege
- Wohlfahrtsverbände
- Seniorenvertretung bzw. -beauftragter
- Quartiersprojekte
- Service Wohnen
- Sozialeinrichtungen sowie anerkannte Persönlichkeiten der Gemeinde
- Bürgerinnen und Bürger

### *Frage 2*

*Was sollte ein Mittagstisch älteren Menschen besonders bieten?*

Drei große Blöcke sind zu berücksichtigen:

a) Speisenangebot und Rahmenbedingungen:

- abwechslungsreiche Speisen
- Speisen sollten vielfältig und ausgewogen sein
- möglichst täglich sollten ausgewogene Mahlzeiten angeboten werden

- bezahlbares, leckeres Essen in Gemeinschaft
- einladendes Ambiente
- Fahrgemeinschaften

b) Rahmenprogramm:

- Informationen
- Bewegung
- Kultur: körperliche und geistige Bewegung; Singen, Lachen, Vorträge
- Abschließender Singkreis
- Vorstellung von Hilfs- / Unterstützungsangeboten, z.B. Schuldner- oder Pflegeberatung, Gesprächskreise, Handy- / PC-„Nachhilfe“, haushaltsnahe Dienstleistungen (kein Putzen)
- Bewegungsanregungen: Vorstellen von Angeboten bzw. Projekten der Vereine, Wandergruppen etc.
- kulturelle Anregungen: Termine, ggf. Ermäßigungsgutscheine für Veranstaltungen
- mehr Aktivität und positive Aktivierung im Alltag

c) Soziale Teilhabe:

- soziale Kontakte ermöglichen
- raus aus der Einsamkeit
- Geselligkeit
- Informationen über andere Seniorenangebote
- emotionale und mentale Anregung
- Gemeinschaft erleben, Kommunikation
- Kontakte und Gespräche zwischen allen Generationen
- Gesprächs- / Ansprechpartner
- Kompetenz zur Hilfevermittlung
- Netzwerk im Bedarfsfall

*Frage 3*

*Welche Zielgruppen sollten besonders für Mittagstische begeistert werden?*

- offen für alle Interessenten jeglichen Alters
- Einbinden auch von Kindern und Jugendlichen
- Alleinstehende
- finanziell bedürftige und einsame Menschen
- Menschen mit Handicap
- Männer
- Menschen mit besonderen Ressourcen (aus dem früheren Arbeitsleben bzw. Hobby)
- hochbetagte Senioren
- alle älteren Menschen im Quartier
- jede und jeder, die / der gemeinsam kochen und essen möchte
- Nachbarinnen und Nachbarn im Quartier

*Frage 4*

*Wie kann ich bei Trägern der Seniorenarbeit Interesse für organisierte Mittagstische wecken?*

- auf eine Erweiterung des Geschäftsfeldes aufmerksam machen
- Gewinnung bzw. Bindung von potenziellen Bewohnern in einer Pflegeeinrichtung / Kundenbindung
- Nutzung ohnehin vorhandener Ressourcen
- Synergien schaffen durch Kooperationen
- auf gute und erfolgreiche Beispiele hinweisen
- Engagement in der Kommune zeigen

Als Anregungen für alle Tagungsteilnehmenden formulierte die Arbeitsgruppe zwei **Leitbotschaften**:

*1) Mittagstische sollen soziale Vielfalt ermöglichen!*

*2) Mittagstische sollten für Jung und Alt angeboten werden!*