



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

Fachtagung der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) im Rahmen des Projekts „Im Alter IN FORM“ am 17. Oktober 2019 in Trier

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

#### **ARBEITSGRUPPE 3**

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

***Impulsvortrag:***

*Rita Novaki*  
Leiterin Mehrgenerationenhaus  
Gerolstein

***Moderation:***

*Gabriele Mertens-Zündorf*  
BAGSO – Im Alter IN FORM,  
Projektreferentin

#### **Begrüßung und Vorstellungsrunde**

An der Arbeitsgruppe nahmen 27 Personen aus verschiedenen Bereichen der Seniorenarbeit teil, darunter Mitarbeitende von Städten, Gemeinden, Kreisverwaltungen, Landeszentralen für Gesundheit, von Mehrgenerationenhäusern, Vereinen und Seniorenbeauftragte.

#### **Impuls aus der Praxis**

Rita Novaki berichtete über den im Mehrgenerationenhaus schon seit 2011 bestehenden täglich angebotenen Mittagstisch, der von den Besucherinnen und Besuchern des Hauses gut genutzt wird. Vorwiegend handelt es sich dabei um Seniorinnen und Senioren.

Eine Initialzündung hat das Angebot durch eine größere Spaghetti-Spende bekommen. Danach hat es sich permanent weiterentwickelt.

---

Der Impulsvortrag von Rita Novaki 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\\_Trier\\_2019\\_AG3\\_Impulsvortrag\\_Novaki.pdf](https://im-alter-inform.de/fileadmin/user_upload/6_Weiterbildung/Tagungen/Fachtagung_Trier_2019_AG3_Impulsvortrag_Novaki.pdf)

---

Im Anschluss an den Impulsvortrag beantwortete Rita Novaki Fragen der Teilnehmenden, die sich um Herausforderungen wie Hygieneanforderungen, Lebensmittelkennzeichnungen und allgemeine organisatorische Aufgaben drehten.

Die Mitarbeiterin eines Gesundheitsamtes richtete den dringenden Appell an alle, die Interesse am Neuaufbau eines Mittagstisches haben, sich keinesfalls von eventuellen Anforderungen abschrecken zu lassen. „Sehen Sie die Verwaltung als Partner, der Ihnen hilfreich zur Seite steht und Lösungen gemeinsam erarbeitet.“

## **Gruppenarbeit**

Vier Gruppen arbeiteten zu unterschiedlichen Fragestellungen. Die Ergebnisse waren:

### **Gruppe A**

**Thema:**

**Wer sollte sich für Mittagstische einsetzen?**

**Aufgeführt wurden:**

- Die, die Einfluss auf die Politik haben
- Kommunen
- Wohlfahrtsverbände
- interessierte Bürger, Nachbarn
- Gemeindefrauen plus
- Begegnungsstätten
- Seniorenbeauftragte, Seniorenbeirat, Seniorenbüros
- Landfrauen
- Schulen, Kita, VHS

### **Gruppe B**

**Thema:**

**Was sollte ein Mittagstisch älteren Menschen besonders bieten?**

**Aufgeführt wurden:**

Drei große Blöcke sind zu berücksichtigen:

a) Qualität der Speisen

- abwechslungsreich, gesund, frisch zubereitet, preiswert und regional
- optisch ansprechend serviert
- den Austausch von Rezepten ermöglichen

b) Soziale Dimension

- zusätzliche Angebote vor und nach dem Essen
- neue Projekte mitentwickeln
- Kontakte und Gespräche ermöglichen
- Verabredungen initiieren
- Ersatzfamilie

c) Rahmenbedingungen

- freundliche Umgebung / Team
- Mitsprache wünschenswert
- mithelfen dürfen

## **Gruppe C**

**Thema:** **Welche Zielgruppen sollten besonders für Mittagstische begeistert werden?**

- Aufgeführt wurden:**
- alleinlebende Seniorinnen und Senioren
  - einsame Menschen
  - Menschen mit Beeinträchtigungen
  - psychisch Erkrankte
  - Wohnungslose
  - Schulkinder
  - Alleinerziehende mit Kind
  - Kochbegeisterte
  - Frührentnerinnen und -rentner
  - Ehrenamtler/-innen
  - Schüler und Praktikanten
  - der Mittagstisch sollte kultur- und generationsübergreifend sein

## **Gruppe D**

**Thema:** **Wie können Träger für die Initiierung von Mittagstischen interessiert werden?**

- Aufgeführt wurden:**
- positive Außenwirkung nutzen
  - Akquise von Fördermitteln
  - Mitbewerbung eigener Angebote möglich
  - Erweiterung des Personenkreises für die Zielgruppen
  - Synergien nutzen, z.B. Transportbus, Referenten
  - Erweiterung des Netzwerkes
  - bessere Auslastung vorhandener Ressourcen

## **Botschaften**

- 1) Mittagstische fördern die Lebensqualität und das Wohlbefinden älterer Menschen!
- 2) Alle Akteure der Seniorenarbeit sollten sich für die Etablierung eines Mittagstisches einsetzen und sich dafür begeistern!
- 3) Ein Mittagstisch hat positive Auswirkungen (im Sinne von positivem Image) für die Träger!