

## Essen und Trinken

... gewinnen mit zunehmendem Alter an Bedeutung und tragen maßgeblich zur Lebensqualität bei. Mahlzeiten strukturieren den Tag und bieten Möglichkeiten für Gemeinschaft und Genuss. Ausgewogenes Essen und Trinken unterstützen den Erhalt körperlicher und geistiger Leistungsfähigkeit. Vielfalt in der Auswahl von Lebensmitteln, Gewürzen und Getränken sorgt für eine gute Nährstoffversorgung.

Die Verantwortung für ausgewogenes und genussvolles Essen liegt aber nicht nur in der eigenen Hand. Gesunde und nachhaltige Ernährung ist auch eine gesellschaftliche Aufgabe. Deshalb unterstützen die Vernetzungsstellen Seniorenernährung die Verantwortlichen von Senioren- und Pflegeeinrichtungen, Menüdiensten sowie Beratungs- und Bewegungsstätten bei der Qualitätsentwicklung der Verpflegungsangebote.

## Der Nationale Aktionsplan IN FORM

... ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Damit verfolgt die Bundesregierung das Ziel, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten in Deutschland nachhaltig zu verbessern. Es geht um die Förderung eines Lebensstils mit gesunder und nachhaltiger Ernährung und ausreichend Bewegung in allen Lebenswelten.

In diesem Zusammenhang strebt das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft die Einrichtung von Vernetzungsstellen Seniorenernährung in den Bundesländern im Rahmen von IN FORM an. Als Vorbild dienen die Vernetzungsstellen Kita- und Schulverpflegung, die bereits flächendeckend in den Ländern etabliert sind.

Weitere Informationen zu IN FORM finden Sie unter [www.in-form.de](http://www.in-form.de)

## Der DGE-Qualitätsstandard

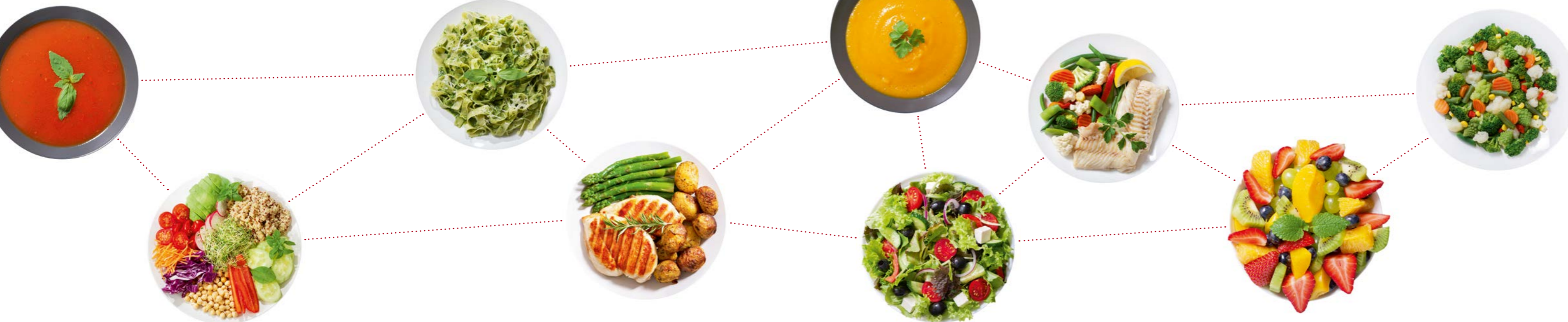
... für die Verpflegung mit „Essen auf Rädern“ und in Senioreneinrichtungen wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) im Rahmen von IN FORM entwickelt. Er unterstützt die Einführung und Umsetzung eines gesundheitsfördernden und nachhaltigen Verpflegungsangebotes für Seniorinnen und Senioren und ist Handlungsgrundlage für die Vernetzungsstellen Seniorenernährung.

Weitere Informationen zum DGE-Qualitätsstandard sowie Wissenswertes rund um die Seniorenverpflegung, inklusive Rezeptdatenbank und Wochenspeiseplänen für eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung, finden Sie unter [www.fitimalter-dge.de](http://www.fitimalter-dge.de)

## Die BAGSO

... (Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V.) setzt sich mit dem Projekt „Im Alter IN FORM“ für die Gesundheit und das Wohlbefinden älterer Menschen mit besonderen Bedarfen ein. Angebote zu gesunder und nachhaltiger Ernährung, mehr Bewegung und sozialer Teilhabe sollen das Wohlbefinden und die Lebensqualität älterer Menschen mit Einsamkeitsgefühlen, geringem Budget und Migrationserfahrung verbessern. Im Vordergrund stehen bundesweite Schulungen von haupt- und ehrenamtlich Engagierten in der Seniorenarbeit und die Beratung von Kommunen. Hinzu kommt die Organisation von regionalen Fachtagungen zu den Themen Ernährung, Bewegung und soziale Teilhabe für Seniorinnen und Senioren.

Weitere Informationen zum Projekt finden Sie unter [im-alter-inform.de](http://im-alter-inform.de) sowie über die Angebote der BAGSO unter [www.bagso.de](http://www.bagso.de)



**Vernetzungsstellen  
Seniorenernährung in  
den Bundesländern**

## Die Vernetzungsstellen Seniorenernährung

... werden seit 2019 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft zusammen mit den Bundesländern auf den Weg gebracht. In den Ländern stehen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für Fragen rund um eine gesundheitsförderliche und nachhaltigere Ernährung älterer Menschen zur Verfügung.

Sie bieten Beratung, vermitteln Wissen sowie vernetzen die Akteurinnen und Akteure in der Seniorenarbeit. Die Vernetzungsstellen Seniorenernährung unterstützen dabei, bundesweit das Essensangebot in Senioreneinrichtungen sowie von „Essen auf Rädern“ durch flächendeckende Anwendung der DGE-Qualitätsstandards zu verbessern. Auch die Ernährungssituation von zu Hause lebenden Seniorinnen und Senioren wird berücksichtigt. Außerdem leisten die Vernetzungsstellen einen Beitrag zur Förderung der sozialen Teilhabe von älteren Menschen.

Über die landesspezifischen Angebote und Schwerpunkte informieren die jeweiligen Webseiten sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Vernetzungsstellen Seniorenernährung.



## Kontaktdaten der Vernetzungsstellen

### Baden-Württemberg

#### Landeszentrum für Ernährung Baden-Württemberg

☎ 07171 – 917100  
✉ [ernaehrung@lel.bwl.de](mailto:ernaehrung@lel.bwl.de)  
🌐 [https://landeszentrum-bw.de/,Lde/Schwerpunkt\\_Seniorenernaehrung](https://landeszentrum-bw.de/,Lde/Schwerpunkt_Seniorenernaehrung)

### Bayern

#### Kompetenzzentrum für Ernährung Bayern \*

☎ 09221 – 40782246  
✉ [poststelle@kern.bayern.de](mailto:poststelle@kern.bayern.de)  
🌐 [www.kern.bayern.de](http://www.kern.bayern.de)

### Brandenburg

#### Vernetzungsstelle Seniorenernährung Brandenburg

☎ 0331 – 73061755  
✉ [info@seniorenernaehrung-brandenburg.de](mailto:info@seniorenernaehrung-brandenburg.de)  
🌐 [www.seniorenernaehrung-brandenburg.de](http://www.seniorenernaehrung-brandenburg.de)

### Hamburg

#### Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg

☎ 040 – 288036427  
✉ [seniorenernaehrung@hag-gesundheit.de](mailto:seniorenernaehrung@hag-gesundheit.de)  
🌐 [www.hag-gesundheit.de](http://www.hag-gesundheit.de)

### Hessen

#### Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hessen

☎ 06172 – 959809  
✉ [seniorenernaehrung@dge-hessen.de](mailto:seniorenernaehrung@dge-hessen.de)  
🌐 [www.dge-hessen.de](http://www.dge-hessen.de)

### Mecklenburg-Vorpommern

#### Vernetzungsstelle Seniorenernährung Mecklenburg-Vorpommern

☎ 0385 – 20756849  
✉ [info@dgevesen-mv.de](mailto:info@dgevesen-mv.de)  
🌐 [www.dgevesen-mv.de](http://www.dgevesen-mv.de)

### Niedersachsen

#### Vernetzungsstelle Seniorenernährung Niedersachsen

☎ 0511 – 54410382  
✉ [vernetzungsstellesenioren@dge-niedersachsen.de](mailto:vernetzungsstellesenioren@dge-niedersachsen.de)  
🌐 [www.vernetzungsstellesenioren-dge-ni.de](http://www.vernetzungsstellesenioren-dge-ni.de)

### Nordrhein-Westfalen

#### Vernetzungsstelle Seniorenernährung Nordrhein-Westfalen

☎ 0211 – 3809088  
✉ [seniorenverpflegung@verbraucherzentrale.nrw](mailto:seniorenverpflegung@verbraucherzentrale.nrw)  
🌐 [www.seniorenverpflegung.nrw](http://www.seniorenverpflegung.nrw)

### Rheinland-Pfalz

#### Vernetzungsstelle Seniorenernährung Rheinland-Pfalz

☎ 02602 – 92281162  
✉ [seniorenernaehrung@dlr.rlp.de](mailto:seniorenernaehrung@dlr.rlp.de)  
🌐 [www.fze.rlp.de/Seniorenernaehrung](http://www.fze.rlp.de/Seniorenernaehrung)

### Sachsen-Anhalt

#### Vernetzungsstelle für Seniorenernährung Sachsen-Anhalt

☎ 0391 – 2886830  
✉ [senioren@lvg-lsa.de](mailto:senioren@lvg-lsa.de)  
🌐 [seniorenernaehrung.lvg-lsa.de](http://seniorenernaehrung.lvg-lsa.de)

### Schleswig-Holstein

#### Vernetzungsstelle Seniorenernährung Schleswig-Holstein

☎ 0431 – 69664083  
✉ [seniorenernaehrung@dge-sh.de](mailto:seniorenernaehrung@dge-sh.de)  
🌐 [www.dge-sh.de/seniorenernaehrung.html](http://www.dge-sh.de/seniorenernaehrung.html)

### Thüringen

#### Vernetzungsstelle Seniorenernährung Thüringen

Für stationäre Senioreneinrichtungen:  
☎ 03641 – 949761  
✉ [seniorenverpflegung@dge-th.de](mailto:seniorenverpflegung@dge-th.de)

Für zu Hause lebende Seniorinnen und Senioren:

☎ 0361 – 5551436  
✉ [seniorenernaehrung@vzth.de](mailto:seniorenernaehrung@vzth.de)

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

## Impressum

### Herausgeberin

Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung  
Präsidentin:  
Margareta Büning-Fesel  
Deichmanns Aue 29  
53179 Bonn

Telefon: +49 (0)228 6845-0

[www.ble.de](http://www.ble.de)  
[www.bzfe.de](http://www.bzfe.de)  
[www.in-form.de](http://www.in-form.de)

### Redaktion

Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) in der BLE,  
Referat 623 – Nationaler Aktionsplan IN FORM

### Gestaltung

freigestaltet, Judy Frey, Birkenhof, 55288 Schornsheim

### Bildnachweis

Foto Titel: [contrastwerkstatt/stock.adobe.com](https://www.contrastwerkstatt.com)  
Foto Teller: [Nitr/stock.adobe.com](https://www.nitr.com)

© BLE 2024

**Über IN FORM:** IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern. Weitere Informationen unter: [www.in-form.de](http://www.in-form.de)

\* eigenständige vergleichbare Institution