

## **Fit im Alter – Mehr Freude am Essen**

### **WORKSHOP D: Qualitätsstandards für die Seniorengemeinschaftsverpflegung**

*Von Dipl. oec.troph. Ricarda Holtorf, DGE, Projekt Fit im Alter, Bonn*

In diesem Workshop wurde der neue DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen und für Essen auf Rädern vorgestellt.

Zu Beginn gab es eine kleine Vorstellung des Projektes der DGE „Fit im Alter – Gesund essen, besser leben“. Das Projekt hat zum Ziel die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen und die Qualität des Angebots Essen auf Rädern zu verbessern und somit zu dem Wohlbefinden und zu der Lebensqualität der über 65-Jährigen beizutragen, deren Zahl und Lebenserwartung in Deutschland immer weiter ansteigt.

„Fit im Alter - Gesund essen, besser leben“ wird von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. durchgeführt und ist Teil des Nationalen Aktionsplans "IN FORM - Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.

Der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen“ besteht aus sechs Kapiteln. Kernstück ist Kapitel 2 zur Gestaltung einer seniorengerechten Verpflegung mit Angaben zu einer gesundheitsfördernden Lebensmittelauswahl, zur Speisenplanung und Speisenherstellung sowie zur Nährstoffzufuhr für über 65-Jährige. Des Weiteren wird das Speisenangebot bei besonderen Anforderungen wie beispielsweise bei Demenz oder Kau- und Schluckstörungen beschrieben.

Einleitend werden in Kapitel 1 die Hintergründe und Ziele des Qualitätsstandards dargelegt. Zurzeit leben in Deutschland ca. 1,94 Mio. über 65-Jährige. 34,3 % davon befinden sich in stationären Einrichtungen. Laut der ErnSTES-Studie sind 2/3 der Bewohner mangelernährt. Eine solche Situation ist ziemlich beunruhigend, deswegen hat der DGE-Qualitätsstandard das Ziel eine praktische Hilfestellung für die Verantwortliche bei der Umsetzung einer bedarfsgerechten und ausgewogenen Verpflegung zu leisten. Kapitel 3 widmet sich den Anforderungen an die Rahmenbedingungen in stationären Senioreneinrichtungen wie z. B. die Raum- und Tischgestaltung oder der Service und die Kommunikation. Rahmenbedingungen für die Verpflegung wie rechtliche Bestimmungen oder die Personalqualifikation sind in Kapitel 4 zu finden. Kapitel 5 stellt die beiden Zertifizierungsmöglichkeiten der DGE vor, die es für Senioreneinrichtungen mit einem vollwertigen Verpflegungsangebot gibt: Fit im Alter und Fit im Alter PREMIUM – Zertifizierung. Bei der PREMIUM – Zertifizierung müssen die Speisenpläne nährstoffoptimiert sein. Abschließend werden im Anhang Orientierungshilfen für die Lebensmittelmengen gegeben und es wird auf ökologische Aspekte sowie die Inhalte eines Leistungsverzeichnisses eingegangen.

„Essen auf Rädern“ ist ein Angebot dauerhafter und regelmäßiger Verpflegung, bei dem die Speisen direkt nach Hause gebracht werden. Es ermöglicht den Seniorinnen und Senioren, eine warme Mittagsmahlzeit in ihrer vertrauten Umgebung essen zu können. Es ist sehr wichtig, dass das „Essen auf Rädern“ alle Kriterien erfüllt, die zu einer gesundheitsfördernden und vollwertigen Verpflegung dazugehören. Im „DGE-Qualitätsstandard für Essen auf Rädern“ sind diese Kriterien festgelegt. Vom

Aufbau her ähnelt dieser Standard dem Standard für die stationären Senioreneinrichtungen. Inhaltlich beziehen sich alle Angaben auf die Mittagsverpflegung.

Es wurde jeweils ein Beispiel einer erfolgreichen Zertifizierung vorgestellt. Zu einem wurde im November die Zentralküche der Volkssolidarität Kreisverband Glauchau/Hohenstein-Ernstthal e.V. für ihr Angebot einer vollwertigen Verpflegung im Bereich „Essen auf Rädern“ ausgezeichnet. Im Juni hat die erste Einrichtung, das Klaus-Bahlsen-Haus in Hannover, eine Fit im Alter-PREMIUM-Zertifizierung erhalten.

Außerdem stellte Frau Holtorf während ihres Vortrages als Einleitung zu den jeweiligen Abschnitten der Präsentation einige Fragen an die Teilnehmer. Die Antworten wurden auf Karteikarten festgehalten und nach der Ausführung des jeweiligen Abschnittes auf Wunsch vorgelesen und diskutiert.

Folgende Fragen wurden gestellt:

1. Was würde in einer stationären Senioreneinrichtung für Sie Freude am Essen steigern?

Einige Antworten: Geruch, Ambiente, Geschmack

2. Sie möchten „Essen auf Rädern“ beziehen. Was macht für Sie die Qualität dieses Verpflegungsangebots aus.

Einige Antworten: Temperatur, Möglichkeit zur Mitgestaltung

Im Großen und Ganzen stimmten die Antworten der Teilnehmer mit den im Vortrag erläuterten Aspekten überein.

Am Schluss konnten die Teilnehmer Fragen stellen und Kritik äußern. Der Workshop bzw. der Vortrag wurde von einigen als gut, informativ und sehr hilfreich bewertet.

Quellen:

[www.fitimalter-dge.de](http://www.fitimalter-dge.de)

„DGE-Qualitätsstandard für Essen auf Rädern“

„DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen“