

Im Alter IN FORM – Potentiale in Kommunen aktivieren

IN FORM Mittagstisch-Angebote für ältere Menschen

„Auf Rädern zum Essen“

1. Schulung im Saarland

Termin: 25. Oktober 2017 **Ort:** ASB Illingen, Poststr. 7, 66557 Illingen

Veranstalter: KISS - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland



in Kooperation mit dem Landkreis Neunkirchen,
Leitstelle „älter werden“ und dem ASB Illingen



Leitung: Beate Ufer

Referentin: Anne v. Laufenberg-Beermann, BAGSO

Teilnehmen können:

Haupt- und ehrenamtliche Akteure, die gerne die Idee von Seniorenmittagstischen aufgreifen wollen und/oder sich bereits in diesem Bereich engagieren. Dies können Personen sein von z.B.

- Wohlfahrtsverbänden, Seniorenvereinen, Nachbarschaftshilfen etc.
- kirchlichen Institutionen
- stationären Einrichtungen der Pflege, Gastronomie, Hauswirtschaft und Caterer
- Mitarbeitende von Kommunalverwaltungen, Seniorenbeiräte,
- Selbsthilfegruppen und freie Initiativen

Aspekte der Schulung

Unter dem Dach von IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung führt die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) e.V. bundesweit Schulungen für Angebote von Mittagstischen für ältere Menschen mit dem Motto „Auf Rädern zum Essen“ durch. Diese werden vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft finanziell unterstützt und sind für die Teilnehmenden kostenlos.

Ziel der IN FORM-Mittagstisch Schulungen ist es, die Angebotssituation von Mittagstischen mit ausgewogenen Mahlzeiten und gesunder Küche für ältere Menschen zu verbessern. Denn gemeinsame Mittagessen tragen wesentlich zur sozialen Teilhabe bei, ermöglichen eine abwechslungsreiche Ernährung und erhöhen damit das Wohlbefinden älterer Menschen. Auch im Landkreis Neunkirchen gibt es bereits 6 Senio-

renmittagstische, die sich großer Beliebtheit erfreuen und weitere sollen folgen. Diese

Schulung ist ein Schritt dazu. Möglichst viele Seniorinnen und Senioren sollen auch im Saarland die Möglichkeit haben, sich zu treffen und gemeinsam zu essen. Dazu kann ein ansprechendes Rahmenprogramm (Vortrag, Bewegungseinheit, Spiele etc.) geboten werden, das Körper und Geist aktiviert.

Die Themen der Schulung

- Bedeutung von Mittagstischen für ältere Menschen
- Organisationsformen und Rahmenbedingungen
- Planung ausgewogener Mahlzeiten
- Anforderungen an die Hygiene
- Kostenplanung und Finanzierung
- Information und Öffentlichkeitsarbeit
- Rahmenprogramme.

Wir bitten um schriftliche Anmeldung spätestens bis zum 11. Oktober 2017. Die Schulung ist kostenlos. Lediglich für das Mittagessen wird eine Gebühr erhoben (max. 5,00 €).

Die Anmeldung zur Schulung senden Sie bitte an (auch gerne per Mail):

Beate Ufer
KISS - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland
Futterstr. 27
66111 Saarbrücken
Tel.: 0681 960213-0
Fax: 0681 960213-29
Internet: www.selbsthilfe-saar.de
eMail: kontakt@selbsthilfe-saar.de

Ihre Anmeldung wird nicht bestätigt. Falls die Schulung ausfällt, geben wir Ihnen eine Woche vor dem geplanten Termin eine Rückmeldung. Sollte Ihnen eine Teilnahme an der Schulung nicht möglich sein, bitten wir um Abmeldung vor dem Schulungstermin. Ansonsten werden Ihnen ggf. die Kosten für das Mittagessen in Rechnung gestellt.

Haben Sie noch Fragen, so wenden Sie sich bitte an:

BAGSO Projekt: Im Alter IN FORM
Thomas-Mann-Str. 2-4
53111 Bonn
Mail: inform@bagso.de

oder KISS, Beate Ufer

Programm

Schulung

IN FORM Mittagstisch-Angebote für ältere Menschen „Auf Rädern zum Essen“ am 25. Oktober 2017

9.30 Uhr	Begrüßung, Vorstellungsrunde mit Erwartungsabfrage Leistungsfähigkeit älterer Menschen fördern Gesellschaftliche Bedeutung von Mittagstischen
10.45 Uhr	Kaffeepause
11.00 Uhr	Ausgewogene Ernährung im Alter Organisation von Mittagstisch-Angeboten
13.00 Uhr	Mittagspause
14.00 Uhr	Genussvolle und ausgewogene Menüs planen Sauberkeit und Hygiene - das sollte sein!
15.30 Uhr	Pause
15.45 Uhr	Kostenplanung und Finanzierung Bedeutung von Rahmenprogrammen Feedbackrunde und Verabschiedung
16.00 Uhr	Ende

Beate Ufer

KISS –Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland

Futterstr. 27, 66111 Saarbrücken

Tel.: 0681 960213-0, Fax: 0681 960213-29

eMail: kontakt@selbsthilfe-saar.de

Anmeldung Schulung „Im Alter IN FORM“

(25. Oktober 2017)

Bitte Anmeldung bis 11. Oktober 2017

Ich melde mich **verbindlich**^{*)} an:

zur Teilnahme an der Schulung

Name, Vorname
me

Organisation

Anschrift

Telefon

Mail

Besonderheiten
Essen
(vegetarisch..)

Datum

Unterschrift

*) Im Falle einer Verhinderung wird darum gebeten, dies bitte umgehend mitzuteilen, um eventuell anfallende Stornokosten in Restaurants zu vermeiden. Sollten Teilnehmende trotz vorheriger Zusage aus anderen Gründen als Krankheit oder objektiv nachvollziehbaren Ursachen nicht teilnehmen, behält sich die BAGSO vor, die anfallenden Kosten in voller Höhe in Rechnung zu stellen.