

A photograph of an older man and woman hiking together in a forest. The man is wearing a blue sweater and jeans, and the woman is wearing a light-colored sweater and a blue scarf. They are both smiling and looking towards the right. The background shows a dense forest of tall trees.

Netzwerk Generation 55plus

Mit Genuss und in Bewegung
Gesund & aktiv mitten im Leben

Nadine Mutzbauer
Betriebswirtin für Ernährungs- und
Versorgungsmanagement

11.04.2019
Seniorenforum der Stadt Amberg

INHALT

- 1. Das Konzept „Ernährung in Bayern“**
- 2. Demografischer Wandel**
- 3. Das „Netzwerk Generation 55plus – Ernährung und Bewegung“ in Amberg**
 - > Ziele**
 - > Zielgruppe**
 - > Angebote**



1. Das Konzept „Ernährung in Bayern“

Ernährungsbildung

Zielgruppen:

- Junge Eltern / Familien mit Kindern von 0 bis 6 Jahren



Generation 55plus

- Verbraucher

Gemeinschaftsverpflegung

Zielgruppen:

- Kindertageseinrichtungen
- Schulen
- Gesundheits- und Sozialeinrichtungen
- Betriebe

1. Die „Generation 55plus“

Die neue Zielgruppe in der Ernährungsbildung!



2. Der demografische Wandel

Bevölkerungsskizze im Jahr 2014 bzw. 2034

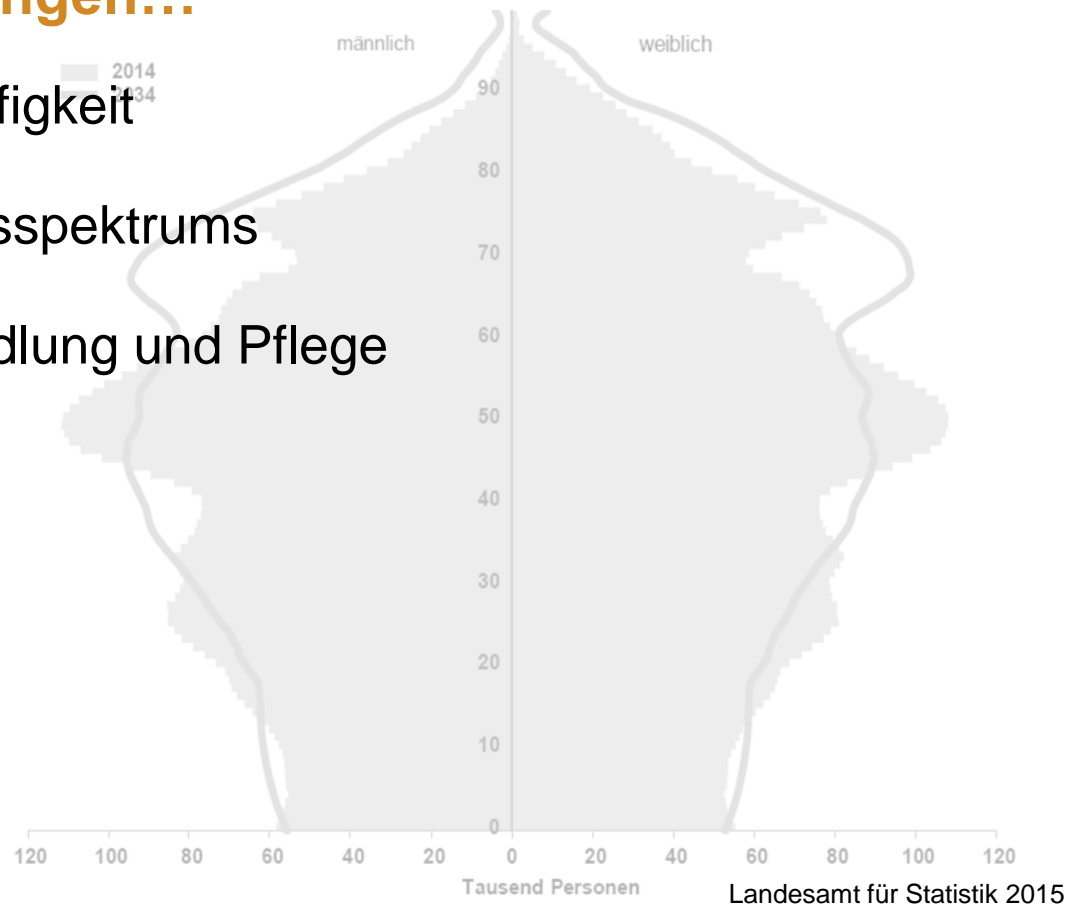


Im Jahr 2034 wird **mehr als jeder 3. Einwohner in Bayern älter als 60 Jahre** sein...

2. Der demografische Wandel

Folgen und Herausforderungen...

- Zunahme der Krankheitshäufigkeit
- Verschiebung des Krankheitsspektrums
- Steigende Kosten für Behandlung und Pflege
- Sinkendes Pflegepotenzial



2. Der demografische Wandel

Gesund und aktiv älter werden durch...

- > ausgewogene Ernährung
- > regelmäßige Bewegung



**Netzwerk Generation 55plus –
Ernährung und Bewegung**

- > geistige Aktivität
- > soziale Teilhabe

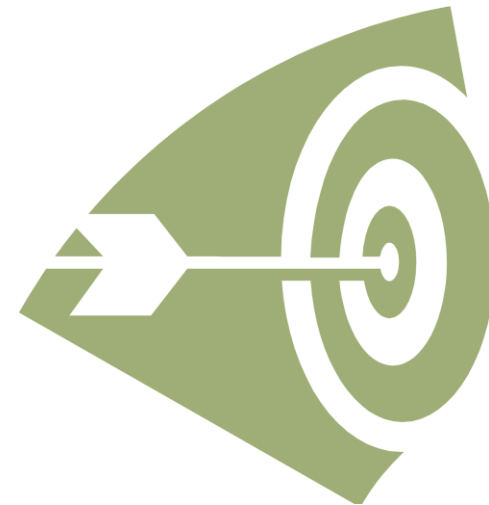


3. Netzwerk Generation 55plus - Ernährung und Bewegung

Hauptziel:

Ältere Menschen erhalten Anregungen für die Umsetzung einer ausgewogenen Ernährung und mehr Bewegung.

→ Stärkung der Ernährungs-
und Bewegungskompetenz



3. Netzwerk Generation 55plus - Ernährung und Bewegung

Ziele der Netzwerkarbeit:

- > Förderung von **Austausch & Kooperation** regionaler Akteure der Präventions- und Seniorenarbeit.
- > **Bündelung** und **Ergänzung** bestehender Ernährungs- und Bewegungsangebote in der Region.
- > **Sensibilisierung** von Multiplikatoren für die Bedeutung von Ernährung und Bewegung.

3. Netzwerk Generation 55plus - Ernährung und Bewegung

Zielgruppe:

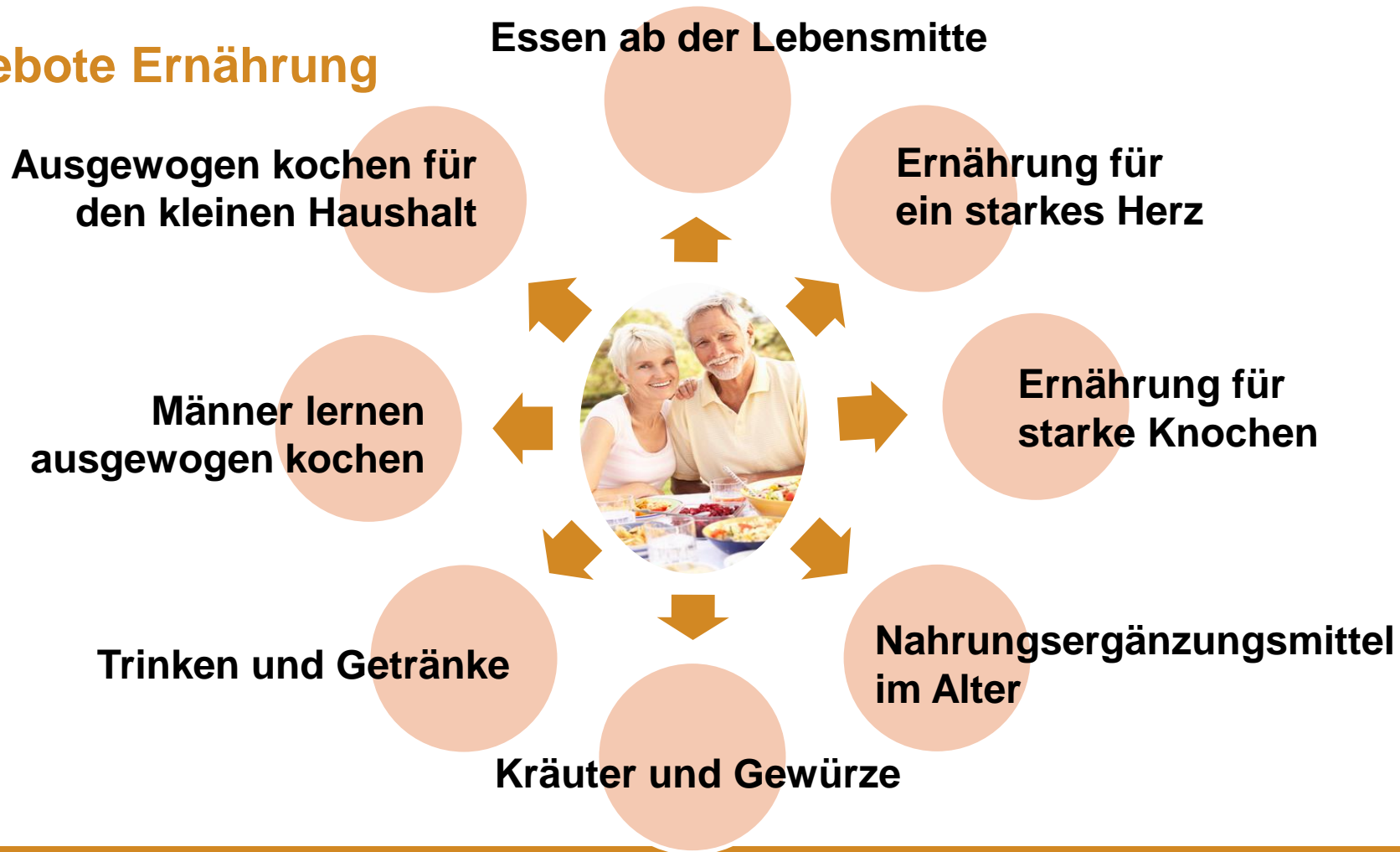
Unabhängig lebende, mobile ältere Menschen ab 55 Jahren

- Personen in der ausklingenden Erwerbsphase
- Menschen im Ruhestand



3. Netzwerk Generation 55plus - Ernährung und Bewegung

Angebote Ernährung



3. Netzwerk Generation 55plus - Ernährung und Bewegung

Angebote Bewegung



3. Netzwerk Generation 55plus - Ernährung und Bewegung

Angebote: Kennzeichen

- > Impulscharakter
- > Alltagstauglichkeit
- > Praxisbezug
- > Ressourcen-, keine Defizitorientierung



10 Standorte in Bayern

- AELF Uffenheim
- AELF Amberg
- AELF Schwandorf
- AELF Deggendorf
- AELF Regen
- AELF Pfarrkirchen
- AELF Erding
- AELF Kaufbeuren
- AELF Kempten
- AELF Rosenheim

● Modellstandorte AELF Ebersberg, Augsburg, Landshut





Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

Nadine Mutzbauer

Hockermühlstraße 53

92224 Amberg

Tel. 09621/6024-1226

nadine.mutzbauer@aelf-am.bayern.de