

Pressemitteilung Nr. 6/2017

Statement

von

Dipl. Betriebswirt (FH) Franz Wölfel

Vorsitzender der LandesSeniorenVertretung Bayern

anlässlich

der Eröffnung des Fachtages „Auf gutem Weg mit ausgewogener Ernährung“

am 26. April 2017 in München

Sehr geehrter Herr Ministerialdirigent Arians,

sehr geehrte Damen und Herren,

ich begrüße Sie alle, meine sehr verehrten Damen und Herren, sehr herzlich zum heutigen Fachtag der bayerischen Landesseniorenvertretung zu dem Thema „Auf gutem Weg mit ausgewogener Ernährung“ hier in der Katholischen Akademie in München.

Mein besonderer Gruß gilt dem Leiter der Abteilung „Generationenpolitik und Sozialversicherung, Frauen“ des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration, **Herrn Ministerialdirigent Karl-Heinz Arians**. Herr Arians, es freut mich sehr, dass Sie heute in Vertretung von Frau

Staatsministerin Emilia Müller gekommen sind und zu uns ein Grußwort sprechen werden.

Besonders begrüßen darf ich ferner die Referentinnen und den Referenten der heutigen Veranstaltung, nämlich **Frau Josefine Oberst, Frau Dagmar Wagner und Herrn Ralf Klöver.**

Herzlich willkommen heißen darf ich weiter die Vertreterinnen und Vertreter der **Presse** und des **Fernsehens.**

Begrüßen möchte ich schließlich meine Stellvertreterin, **Frau Hanka Schmitt-Luginger**, die Geschäftsführerin unseres Verbandes, **Frau Reyer-Gellert**, und die Büroleiterin unseres Verbandes, **Frau Gabriele Obst**, die den heutigen Tag mit sehr viel Engagement und Erfolg vorbereitet haben.

Meine Damen und Herren,

als ich heute Vormittag mit der Deutschen Bundesbahn anreiste, fragte mich mein Gegenüber, ein etwa 75jähriger Mann, warum ich nach München fahre. Ich sagte ihm, dass ich den Fachtag der LSVB „Auf gutem Weg mit ausgewogener Ernährung“ besuchen würde. Hierauf gab er mir zur Antwort: „Ich glaube, für mich ist es sehr vorteilhaft, wenn ich das esse, was meine Frau mir vorsetzt, ohne Kritik und ohne auf zu murren. Das wird sehr gesundheitsbewusst praktiziert.“

Was mein Gesprächspartner aus dem Zug täglich isst, weiß ich nicht; ich habe nicht danach gefragt. Was ich aber weiß, ist, dass eine ausgewogene und altersgerechte Ernährung in Verbindung mit genügend Bewegung sehr gute Voraussetzungen für ein gesundes und selbstbestimmtes Leben im Alter sind. Zu einer gesundheitsbewussten Lebensführung trägt die Ernährung in ganz entscheidendem Maße bei. Essen und Trinken haben gerade im Alter eine

besondere Bedeutung. Und wir Älteren wissen das. Nach der Generali Altersstudie 2013 haben von den 65- bis 85-jährigen auf die Frage „Was tun Sie alles für Ihre Gesundheit, was tun Sie, um gesund und fit zu bleiben?“ 53 Prozent „sich gesundheitsbewusst ernähren“ geantwortet. Das ist mehr als die Hälfte. Berücksichtigt man darüber hinaus, dass 79 Prozent mit „Nicht rauchen“, 62 Prozent mit „Gar keinen oder nur wenig Alkohol trinken“ und 56 % „Auf das Gewicht achten“ geantwortet haben, dann kann man Fug und Recht behaupten, dass wir Älteren auf eine gesunde Lebensweise großen Wert legen. Dass dies dem Einzelnen sehr viel Eigenverantwortung abverlangt, ist uns allen bekannt. Denn die Versuchungen, vom rechten Weg abzuweichen, sind sehr vielfältig und sehr groß. Preiswerte und schmackhafte Lebensmittel und Getränke mit hohem Energiegehalt sind nahezu überall erhältlich – egal ob zu Hause oder unterwegs. Und diese Faktoren machen es schwer, normalgewichtlich zu bleiben. Glauben Sie mir, ich weiß wovon ich rede. Ich war 32 Jahre lang berufsbedingt Pendler. Ich musste täglich zweimal durch den Münchner Hauptbahnhof, und dort gibt es bekanntermaßen mehr Imbissstände als stündlich Züge an- und abfahren.

Meine Damen und Herren, angesichts dieser Erkenntnisse fordern wir, die bayerische LandesSeniorenVertretung, von den politisch Verantwortlichen:

1. Die Eigenverantwortung für eine gesunde Ernährung muss im Kindesalter im Elternhaus, im Kindergarten und in der Schule beginnen und dann lebenslang fortgesetzt und von der öffentlichen Hand unterstützt werden.
2. Da ältere Menschen in der Regel zugänglich für Gesundheitsthemen sind, sollte diese Einstellung bei der Informations- und Motivationsarbeit seitens der öffentlichen Hand zielorientiert genutzt werden. Bestehende bundes- und landesweite Initiativen und Kampagnen sind weiter auszubauen und fortzuführen.
3. Alleinlebende ältere Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen oder psychischen Störungen stehen bei der Organisation ihrer

Mahlzeiten vor großen Herausforderungen. Hier wird zwar im Wege der Nachbarschaftshilfe bereits enorm viel geleistet. Kommen und Pflegeversicherung dürfen sich aber keineswegs zurücklehnen; im Rahmen der kommunalen Daseinsvorsorge sind auch sie gefordert.

4. Betreuende Personen, einschließlich der Angehörigen und Fachkräfte der ambulanten Dienste, sind für die Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung und die Sicherstellung eines ausreichenden Mahlzeitenangebotes auch im eigenen Wohnumfeld verstärkt zu sensibilisieren und zu schulen.

5. Neben der physiologischen Dimension weisen Essen und die Mahlzeiteneinnahme auch für ältere Menschen eine soziale, kulturelle, emotionale und psychische Bedeutung auf und bestimmen somit maßgeblich deren Lebensqualität. Wir alle kennen „Essen auf Rädern“, aber für die alten Menschen noch wertvoller wäre „Auf Rädern zum Essen“, wie es unsere frühere Bundesfamilienministerin Frau Prof. Dr. Ursula Lehr seit Jahren propagiert. Ich weiß nicht, Herr Arians, ob es im Freistaat Bayern bereits ein insoweit einschlägiges staatliches Förderprogramm gibt. Wenn ja, dann Chapeau; wenn nein, dann wäre es ein weiterer Eckpfeiler in der so erfolgreichen bayerischen Seniorenpolitik, wenn eine solche Förderung im nächsten Jahr eingeführt würde.

Meine Damen und Herren, ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit. Ich wünsche der heutigen Veranstaltung einen guten Verlauf und Ihnen allen allzeit gutes Essen und gute Gespräche.