

Ernährungsarmut bedeutet nicht nur, dass finanzielle Mittel fehlen, um sich gesundheitsförderlich zu ernähren. Ernährungsarmut bedeutet auch, dass Menschen von der gesellschaftlichen Teilhabe ausgeschlossen werden, da sie sich gemeinsame Mahlzeiten, Café-Besuche oder Unternehmungen nicht leisten können.

Info-Veranstaltungen im Rahmen des Projektes „Ernährungsarmut im Alter“ der Vernetzungsstelle Seniorenernährung in Kooperation mit der Stadt Wunstorf und dem Mehrgenerationenhaus Wunstorf



Veranstaltungsreihe
Thema Ernährung

Mehrgenerationenhaus, Bäckerstraße 6, 31515 Wunstorf

- Montag, 02. November 2026, 16:30 Uhr: **Grundsicherung im Alter als Ergänzung zur Rente**
- Mittwoch, 04. November 2026, 16:30 Uhr: **Clever einkaufen - Mehr sparen, weniger verschwenden**
- Freitag, 06. November 2026, 16:00 Uhr: **Ernährung bei Demenz für pflegende Angehörige**
- Montag, 09. November 2026, 14:00 Uhr: **Hygieneschulung**
- Dienstag, 17. November 2026, 10:00 Uhr: **Ernährung im Alter – alles anders?!**
- Donnerstag, 19. November 2026, 16:00 Uhr: **Ernährung im Alter und Zwischenmahlzeiten für Ehrenamtliche**

WUNSTORF stadt mit meer

Mehr Generationen Haus Wunstorf
Haus der Vielfalt
Diakonie Hannover-Land

VERNETZUNGSSTELLE SENIORENERNÄHRUNG Niedersachsen

Inhalte der Informationsveranstaltungen



Grundsicherung im Alter als Ergänzung zur Rente

- Es werden einfache Basisinformationen zur Grundsicherung im Alter vermittelt, wie die Grundlagen einer Bedarfsberechnung in einfachen Fällen, die Vorstellung von einfachen Musterfällen sowie Hinweise zur Heranziehung unterhaltspflichtiger Familienangehöriger. Der Vortrag soll evtl. Barrieren gegen den Zugang zu dieser gesetzlichen Sozialleistung abbauen.

Clever einkaufen - Mehr sparen, weniger verschwenden

- Wie lassen sich Einkäufe besser planen, Fehlkäufe vermeiden und Lebensmittel länger nutzen? Erfahren Sie während des interaktiven Vortrags praktische Tipps für einen bewussten Einkauf und einen nachhaltigen Umgang mit Lebensmitteln im Alltag.

Ernährung bei Demenz für pflegende Angehörige

- Welche Herausforderungen bringt eine Demenzerkrankung beim Essen und Trinken mit sich? Der Vortrag vermittelt wertvolle Informationen und zeigt, wie Angehörige und Pflegende Betroffene bei einer bedarfsgerechten Ernährung unterstützen können.

Hygieneschulung

- Die Hygieneschulung, vermittelt Basiswissen im Bereich Basishygiene, Händehygiene, Fachgerechte Flächenreinigung und Oberflächendesinfektion sowie Lebensmittelhygiene. Die Schulung richtet sich an alle Interessierte sowie insbesondere an Personen, die beruflich oder im Rahmen ihrer Tätigkeit mit Lebensmitteln umgehen.

Ernährung im Alter – alles anders?!

- Mit zunehmendem Alter verändern sich die Anforderungen an eine ausgewogene Ernährung. Erfahren Sie, welche Nährstoffe besonders wichtig sind und worauf es bei einer gesundheitsfördernden Ernährung im Alter ankommt.

Ernährung im Alter und Zwischenmahlzeiten für Ehrenamtliche

- Dieser Vortrag richtet sich an Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit. Neben Grundlagen zur Ernährung im Alter und wichtigen Nährstoffen stehen die gemeinsame Zubereitung und Ideen für kleine, gesunde Zwischenmahlzeiten im Mittelpunkt. (**Achtung**: Anmeldung erforderlich bis 17. November 2026 bei Jenny Müller: jenny.mueller@wunstorf.de oder 05031/101456)