

# Ernährung im Alter

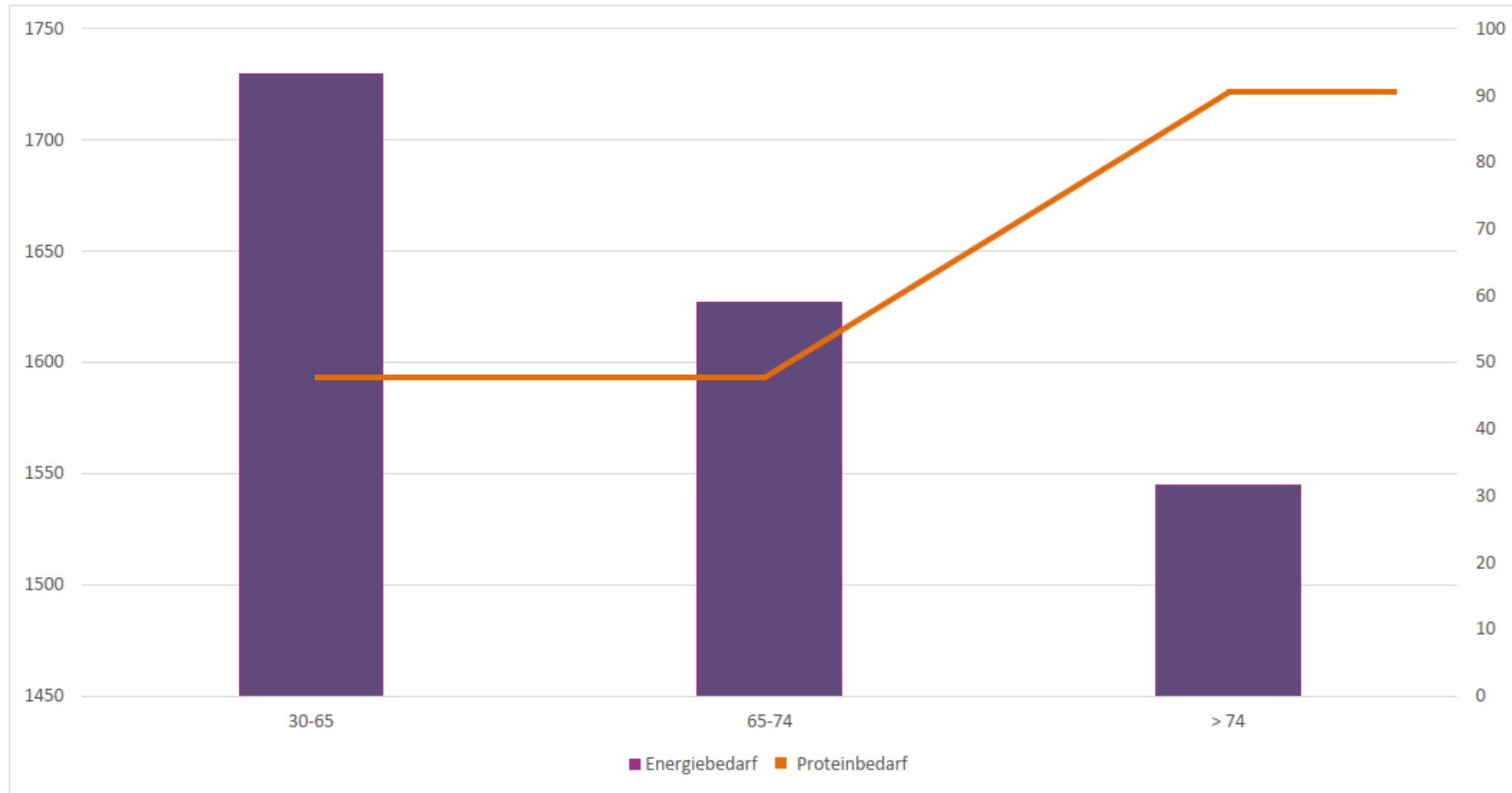
Einführung & praxisorientierte Ansätze



*Essen ist mehr als Ernährung*



# Was verändert sich im Alter?



# Was verändert sich im Alter?



# Was verändert sich im Alter?



# Herausforderungen

## Mangelernährung und die Rolle des Leucin

Joëlle Wickart, MSc Ernährungsberaterin SVDE, Alpina+Sana

## Gesundheit und Genuss: Herausforderungen und Chancen der Gerodentologie

Dr. med. dent. Ramona Buser, Oberärztin an der Klinik für Rekonstruktive Zahnmedizin und Gerodentologie, Universität Bern

## Sinnesbeeinträchtigungen: Auswirkungen und Herausforderungen

Pauline Solioz, Ernährungsberaterin SVDE, Stiftung Senso5, Sitten

## Ernährungsgewohnheiten und Verhaltensänderung – eine gerontopsychologische Herausforderung

Ronia Schiffan, MSc Psychologin, Gesundheitspsychologin FSP, Medien- und Ernährungspsychologie



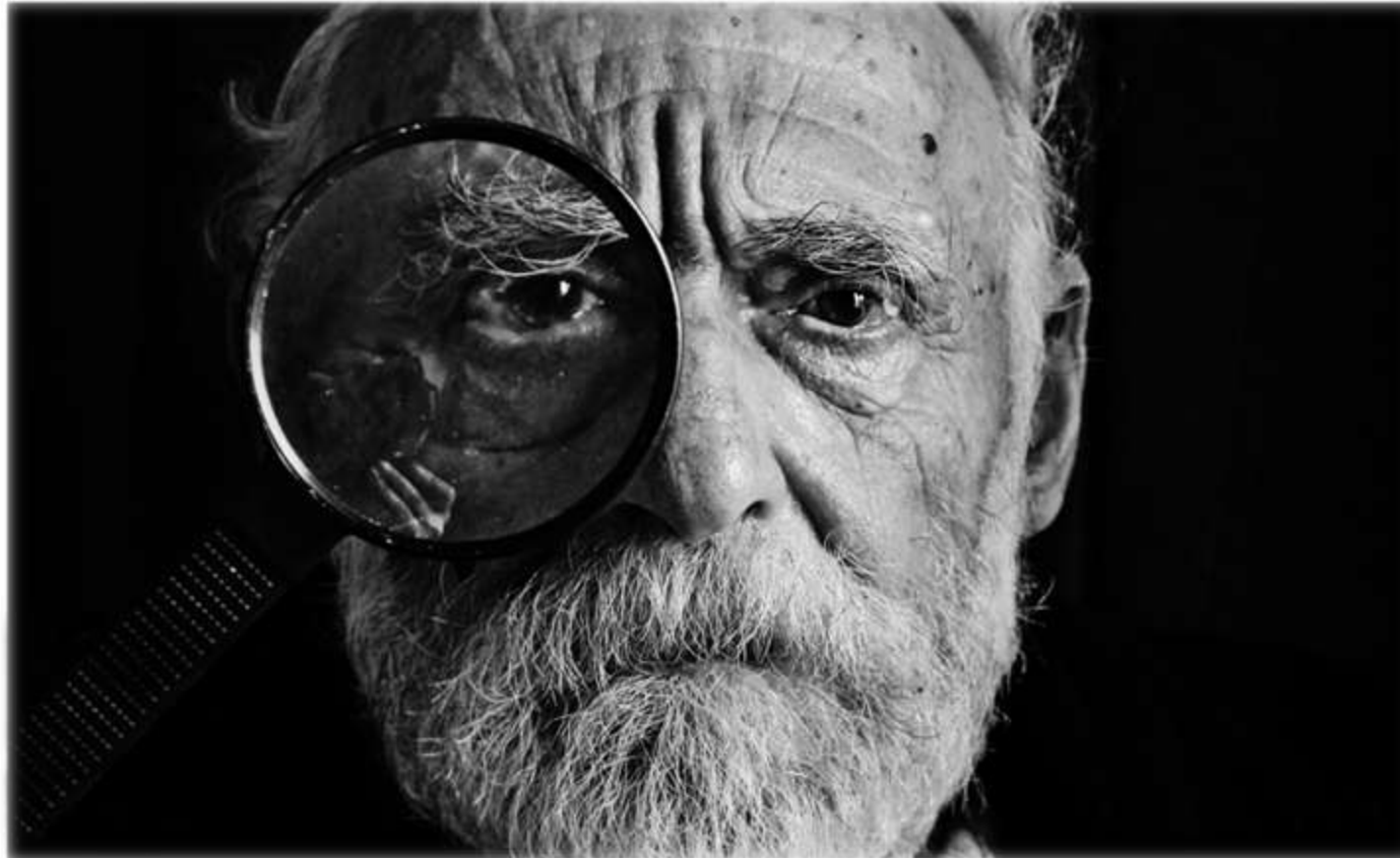
## Fourchette verte Waadt – welche Bedeutung hat das Label in Alters- und Pflegeheimen?

Carine Cescutti, Projektverantwortliche Ernährung, Ernährungsberaterin, Unisanté Lausanne

## Füreinander kochen, miteinander essen: TAVOLATA bringt Menschen zusammen

Daniela Specht, Geschäftsführerin Verein Tavolata, BSc Ernährungsberaterin SVDE, und Zita Stahel, Tavolata Bern

# Wie wird ein Mangel erkannt?



# Wie wird ein Mangel erkannt?



# Was braucht es künftig?

Information &  
Sensibilisierung

Damit Veränderungen früh erkannt werden.

Soziale Ansätze

Damit Essen Gemeinschaft und Struktur bleibt.

Niederschwellige  
Unterstützung

Damit Selbstständigkeit möglichst lange erhalten bleibt.

Interprofessionelle  
Zusammenarbeit

Damit Herausforderungen frühzeitig gemeinsam aufgefangen werden.

# Danke das ihr ein Teil vom Netzwerk seid



„Ernährung im Alter bedeutet weit mehr als Nährstoffzufuhr. Sie beeinflusst Selbstständigkeit, Lebensqualität, Gesundheit und soziale Teilhabe.

Die Herausforderungen sind komplex – und genau deshalb braucht es unterschiedliche Perspektiven und praxisnahe Lösungen.“