

## Umsetzungshilfen

Für die Umsetzung der Inhalte bieten wir Ihnen zahlreiche Hilfestellungen.

Auf unseren Internetseiten [www.fitimalter-dge.de](http://www.fitimalter-dge.de) und [www.station-ernaehrung.de](http://www.station-ernaehrung.de) finden Sie viele Informationen, News und Termine sowie hilfreiche Links rund um die Themen Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen, Essen auf Rädern sowie Verpflegung in Krankenhäusern und Rehabilitationskliniken. Eine Rezeptdatenbank unterstützt Sie bei der Gestaltung eines ausgewogenen Speisenplans. Testen Sie das Angebot unserer nährstoffoptimierten Speisenpläne. Für weitere praxisnahe Tipps bieten die Internetseiten einen umfangreichen Downloadbereich.

Kostenfrei erhalten Sie die DGE-Qualitätsstandards sowie weitere Informationsmaterialien rund um die Themen Diabetes mellitus im Alter, Essen und Trinken bei Demenz, Genussvolle Rezepte bei Kau- und Schluckstörungen und andere unter [www.dge-medienshop.de](http://www.dge-medienshop.de).

Ihr Wissen vertiefen Sie in unseren Seminaren für angeleitete Kräfte und für Fachkräfte in der Gemeinschaftsverpflegung.



Weitere DGE-Qualitätsstandards erhalten Sie auch für die Verpflegung in

- Kindertagesstätten
- Schulen und in
- Betrieben

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

**Haben Sie Fragen? Sprechen Sie uns an!**  
**IN FORM in der Gemeinschaftsverpflegung**

Telefon 0228 3776-873

Telefax 0228 3776-78-873

**E-Mail**

[info@fitimalter-dge.de](mailto:info@fitimalter-dge.de)

[info@station-ernaehrung.de](mailto:info@station-ernaehrung.de)

**Internet**

[www.fitimalter-dge.de](http://www.fitimalter-dge.de)

[www.station-ernaehrung.de](http://www.station-ernaehrung.de)

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE)  
Referat Gemeinschaftsverpflegung und  
Qualitätssicherung  
Godesberger Allee 18  
53175 Bonn  
[www.dge.de](http://www.dge.de)

**Über IN FORM:** IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern. Weitere Informationen unter: [www.in-form.de](http://www.in-form.de)

Durchgeführt von:



**in FORM**  
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung

## Ausgewogene Vielfalt statt Einheitspüree

Optimal verpflegt in Krankenhäusern, Reha-Kliniken, Stationären Senioreneinrichtungen und bei Essen auf Rädern mit den DGE-Qualitätsstandards



**Fit  
im Alter**

Gesund essen, besser leben.

**Station  
Ernährung**  
Vollwertige Verpflegung  
in Krankenhäusern und Rehakliniken

[www.in-form.de](http://www.in-form.de)  
[www.fitimalter-dge.de](http://www.fitimalter-dge.de)  
[www.station-ernaehrung.de](http://www.station-ernaehrung.de)

## Qualität, die schmeckt!

„Und wie ist das Essen?“ Dies ist wohl eine der häufigsten Fragen, die Bewohnern in Senioreneinrichtungen und Patienten in Rehakliniken und Krankenhäusern von Familie und Freunden gestellt wird. Zu Recht! Denn die Qualität der Verpflegung hat gerade für Personen in Senioreneinrichtungen oder Kliniken einen besonderen Stellenwert.

Eine vollwertige und ausgewogene Ernährung kann einen wesentlichen Beitrag zur Gesundheit leisten, den Genesungsprozess fördern und somit Einflussnahme auf das Wohlbefinden nehmen.

Was sollte angeboten werden, um eine gesundheitsfördernde und abwechslungsreiche Verpflegung in Krankenhäusern, Senioreneinrichtungen und Rehabilitationskliniken zu gewährleisten? Und wie kann ein Speisenplan aussehen, der auf die unterschiedlichen Bedürfnisse von Seniorinnen und Senioren oder kranken Menschen abgestimmt ist?



Der „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen, Krankenhäusern, Rehabilitationskliniken und für Essen auf Rädern“ zeigen, dass eine ausgewogene Verpflegung und guter Geschmack nicht im Widerspruch stehen müssen. Dabei geht es um mehr als um ausgewogenes Essen und Trinken. Lesen Sie nach, welche weiteren Aspekte ausschlaggebend für ein erfolgreiches Konzept sind.

## Was erwartet Sie?

Die DGE-Qualitätsstandards sind als Broschüren erhältlich und zeigen detailliert auf, wie ein ausgewogenes Verpflegungsangebot für Senioreneinrichtungen, Krankenhäuser, Rehakliniken und Essen auf Rädern aussehen sollte.



Der **Qualitätsbereich Lebensmittel** beschreibt die optimale Lebensmittelauswahl und die Häufigkeiten, in denen diese angeboten werden sollten, also das WAS und WIEVIEL. Darunter fallen zum Beispiel der Einsatz von Gemüse und Obst oder die Angebotsvielfalt an Getreide und Getreideprodukten.

Der **Qualitätsbereich Speisenplanung und Herstellung** definiert WIE die Speisen angeboten werden sollten. Hier finden Sie u. a. Anforderungen an den Speisenplan in Bezug auf Saison, Religion und Kultur. Für die Speisenherstellung sind Aspekte der Sensorik, der nährstoffschonenden und fettarmen Zubereitung sowie der Ausgabetemperaturen und Warmhaltezeiten festgelegt.

Der **Qualitätsbereich Lebenswelt** definiert die spezifischen Anforderungen an das Speisenumfeld, also WO gegessen wird. Pflegespezifische Rahmenbedingungen, die Einfluss auf die Essatmosphäre haben, werden festgelegt. Regelmäßige Essenszeiten sowie die Kommunikation mit Patienten und Bewohnern sind dabei von großer Bedeutung.

## Ihr Gewinn

Mit der Umsetzung des DGE-Qualitätsstandards

- zeigen Sie die Bedeutung, die Sie einer ausgewogenen Verpflegung in Ihrem Krankenhaus/Ihrer stationären Senioreneinrichtung geben.
- fördern Sie die Gesundheit Ihrer Patienten und der älteren Menschen.
- schaffen Sie Vertrauen bei den Angehörigen.
- leisten Sie durch z. B. den Einsatz von MSC-Fisch einen Beitrag zur Nachhaltigkeit.
- steigern Sie die Fachkompetenz des gesamten Teams rund um eine ausgewogene Verpflegung.



## AUSGEZEICHNET verpflegt!

Eine Möglichkeit der externen Qualitätssicherung und Auszeichnung einer vollwertigen Ernährung ist die Fit im Alter- oder die Station Ernährung-Zertifizierung durch die DGE.