StadtpunkteTHEMA

Informationen zur Gesundheitsförderung | Ausgabe 01 | Juni 2025

hag
Hamburgische Arbeitsgemeinschaft
für Gesundheitsförderung e.V.

Butter bei die Fische! Gerechte Ernährungsumgebungen gemeinsam gestalten

» 3 **Editorial**

» **Thema**

4 Faire Ernährungsumgebungen gestalten
Meike Ernestine Tecklenburg

6 Armut im Lebensverlauf
Irina Volf

9 Gutes Essen in Deutschland
Andreas Aust

11 Die Hamburger Ernährungsstrategie
Carsten Bargmann, Kristin Volke, Melanie Humboldt, Lisa Kühl, Sophie Harms

14 Armut und Ernährung in Familien mit Kindern
Anja Simmet, Nanette Ströbele-Benschop

16 Interview: Ernährung ist mehr als Essen
Carina Benthin, Silke Bornhöft, Mia Schafmeister, Selina Wachowiak

21 Gute Ideen in die Umsetzung bringen

22 Gerechte Ernährungsumgebung und soziale Teilhabe
Susanne Fink-Knodel

24 BESSER gesund leben
Birgit Pohler, Sandra Wilsdorf

26 Tausend Töpfe – was Essen uns angeht
MARKK – Museum am Rothenbaum

» 27 **Impressum**

» 28 **Termine**

Editorial

Liebe Leser:innen,

Ernährung hat soziale, kulturelle und politische Aspekte. Was wir essen, entscheidet mit darüber, wie gesund wir leben können – oder auch nicht. Essen ist ein Menschenrecht. Dieses Heft widmet sich der Frage, wie gerechte Ernährungsumgebungen gestaltet werden können, die alle Menschen einbeziehen – unabhängig von Alter, Herkunft oder Einkommen.

Wer in Armut lebt, hat oft schlechtere Chancen auf eine ausgewogene Ernährung und leidet häufiger an ernährungsbedingten Krankheiten. In Deutschland sind rund drei Millionen Menschen von armutsbedingter Fehl- und Mangelernährung sowie Hunger betroffen – mit ökonomischen, gesundheitlichen und psychosozialen Folgen. Gerechte Zugänge zu guten Lebensmitteln und das Wissen darum sind essenziell für soziale Teilhabe, Würde, Gesundheit und Lebensqualität.

Diese Fragen stehen im Fokus der Ausgabe: Wie prägt Armut die Ernährung von Familien mit Kindern – und welche strukturellen Barrieren stehen einem gesunden Aufwachsen im Weg? Was braucht es, um gesundheitsrelevante Entscheidungen im Alltag überhaupt möglich zu machen? Welche Strategien verfolgt die Bundespolitik – und welche Maßnahmen leitet Hamburg daraus für die Bürger:innen der Freien und Hansestadt ab? Denn: Wirksame und gute Ideen lassen sich umsetzen, wenn die Rahmenbedingungen stimmen.

In der HAG spielt das Thema Ernährung und Gesundheit seit vielen Jahren eine bedeutende Rolle. Lassen Sie sich von unseren Kolleg:innen aus dem Team Ernährung und Gesundheit in unterschiedliche Settings mitnehmen. Erfahren Sie, wie wir dort gemeinsam mit verschiedenen Adressat:innen und Akteur:innen nachhaltige, gerechte Ernährungsumgebungen gestalten.

Wir zeigen gute Beispiele und Initiativen, die das Thema Ernährung neu denken – niedrigschwellig, kultursensibel, sozial gerecht. Wir möchten Sie inspirieren, selbst aktiv zu werden. Sie haben bereits eine Projektidee zum Thema? Dann nutzen Sie eine der Fördermöglichkeiten, die wir in diesem Heft vorstellen. Denn gutes Essen darf keine Frage des Geldbeutels sein.

Besonders wichtig: Ideen dürfen nicht in Konzeptpapieren stecken bleiben. Wir brauchen wirksame Umsetzungen vor Ort – in Kitas, Schulen, Stadtteilen und Kommunen.

Diese Ausgabe will Denkanstöße geben und Mut machen, gerechte Ernährungsumgebungen als zentrale Aufgabe der Gesundheitsförderung zu begreifen – damit alle Menschen, unabhängig von Herkunft oder Einkommen, besser gesund leben können. Und manchmal beginnt Veränderung: bei einem gemeinsamen Topf.

Und: Ab sofort können Sie die StadtpunkteTHEMA auch digital abonnieren. Weitere Informationen finden Sie unter www.hag-gesundheit.de.

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Lektüre!
Petra Hofrichter und das Team der HAG

Folgen Sie uns!

Instagram: @hag.gesundheit

LinkedIn: www.linkedin.com/company/hamburgische-arbeitsgemeinschaft-fuer-gesundheitsfoerderung-e-v

Hier berichten und informieren wir regelmäßig über Veranstaltungen, Projektentwicklungen und -erfolge, Wissenswertes zu Gesundheitsthemen, Stellenausschreibungen und unser Team.

Faire Ernährungsumgebungen gestalten

Ein Blick auf Potenziale und den Status quo

Meike Ernestine Tecklenburg

Etwa 15 Prozent aller Todesfälle und 17 Milliarden Euro Kosten für das Gesundheitssystem pro Jahr gehen in Deutschland auf unausgewogene Ernährungsmuster zurück. Bisher wurde oftmals angenommen, eine ausgewogene Ernährung wäre vor allem durch Bildung und Information zu erreichen. Das 2020 veröffentlichte Gutachten „Politik für eine nachhaltigere Ernährung" des wissenschaftlichen Beirats für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) veränderte den Blick. Es wird verstärkt darüber diskutiert, wie faire Ernährungsumgebungen geschaffen werden können und welche Potenziale diese haben.

Verständnis von fairen Ernährungsumgebungen

Der Ort, an dem wir leben, spielt eine große Rolle für unsere Gesundheit. Gibt es dort einen Markt, Obst- oder Gemüsegeschäfte? Wo ist der nächste Supermarkt? Wie ist das Angebot dort gestaltet? Gibt es eine große Anzahl an Fast-Food-Läden und Kiosken? Viel Werbung? In der Kita, Schule oder im Betrieb ein leckeres Speisenangebot? All das wirkt sich auf unser Ernährungsverhalten aus.

Eine faire Ernährungsumgebung ist laut WBAE „eine Umgebung, die auf unsere menschlichen Wahrnehmungs- und Entscheidungsmöglichkeiten sowie Verhaltensweisen abgestimmt ist und uns damit eine nachhaltigere Ernährung im Alltag einfacher ermöglicht". Sprich: eine Umgebung, die die nachhaltige Wahl zu einer einfachen Wahl macht. Dies umfasst verschiedene Aspekte:

- Gesunde Lebensmittel sollten leicht verfügbar, bezahlbar und für alle Menschen zugänglich sein, unabhängig vom sozioökonomischen Status.
- Alle Menschen sollten Zugang zu klaren und verständlichen Informationen über eine nachhaltige Ernährung und Lebensmittel haben, die ihnen das Erkennen und die Auswahl nachhaltigerer Varianten erleichtern (z. B. durch Label oder Marketing).

Eine Veränderung hin zu einer fairen Ernährungsumgebung zielt darauf ab, eine nachhaltige und gesundheitsfördernde Ernährungsweise in der gesamten Bevölkerung zu fördern. Eine Veränderung von Ernährungsumgebungen und individuellem Verhalten benötigt Zeit. Ernährung ist hoch emotional: Alle Menschen bringen ihre eigenen Erfahrungen mit, haben bestimmte Vorlieben und Abneigungen und zum Teil langjährige Überzeugungen. Es geht daher darum, Ernährungsumgebungen zu schaffen, die eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Wahl erleichtern – beim Einkaufen, in Restaurants oder in der Gemeinschaftsverpflegung.

Potenziale fairer Ernährungsumgebungen

Vom WBAE wurden unter anderem folgende Maßnahmen vorgeschlagen, die die Ernährungsumgebungen positiv verändern können: Werbeeinschränkungen für Kinderlebensmittel, eine verpflichtende Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards für die Gemeinschaftsverpflegung, keine Mehrwertsteuer für Obst und Gemüse, eine Steuer auf zuckerhaltige Getränke, kleine Portionen als Standard und eine klare und verpflichtende Lebensmittelkennzeichnung. All diese Maßnahmen sorgen dafür, dass gesunde und nachhaltige Lebensmitteloptionen sichtbarer und zugänglicher sind. Dies kann die Ernährung der Bevölkerung verbessern und ernährungsmitbedingte Krankheiten, wie Adipositas, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen, reduzieren.

Ernährungsumgebungen fairer gestalten … in der Gemeinschaftsverpflegung

Die flächendeckende Umsetzung der DGE-Standards bis 2030 in Kitas und Schulen ist ein Ziel der Ernährungsstrategie der Bundesregierung. Wird in Kitas und Schulen eine Verpflegung nach den DGE-Qualitätsstandards flächendeckend umgesetzt, fördert dies die körperliche und geistige Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Eine Verpflegung nach den DGE-Qualitätsstandards bietet eine bedarfsgerechte Menge an Energie und Nährstoffen und ist daher ein Sicherheitsnetz für eine gesundheitsfördernde Ernährung von Kindern aus armutsgefährdeten Haushalten.

Neben dem, „was" Kinder und Jugendliche essen, ist entscheidend, „wie" sie essen, etwa in angenehmer Atmosphäre. Besteht die Möglichkeit, sich an einen ruhigeren Ort zurückzuziehen, sich zu kleinen oder größeren Gruppen zusammenzufinden, werden soziale Bindungen und der Zusammenhalt gefördert. Das sorgt für mehr soziales Wohlbefinden. Aktuell ist in der Schulverpflegung die Umsetzung des DGE-Qualitätsstandards in Berlin, Bremen, Hamburg, im Saarland und in Thüringen verpflichtend vorgeschrieben und in der Kitaverpflegung im Saarland und in Thüringen. Eine beteiligungskostenfreie Verpflegung gibt es in Berliner Grundschulen und in Hamburger Kitas.

In Gruppen gemeinsam zu essen, fördert soziale Bindungen und den Zusammenhalt.

Gerechte Ernährungsumgebungen brauchen gesetzliche Rahmen

Neben Zielen in der Gemeinschaftsverpflegung finden sich in der Ernährungsstrategie der Bundesregierung Ziele, die die Konsumlandschaft, das heißt im Lebensmittelhandel die Ernährungsumgebung, verändern sollen. So soll zum Beispiel die an Kinder gerichtete Lebensmittelwerbung eingeschränkt und der Nutri-Score weiterentwickelt werden, um die Wahl zwischen Produkten innerhalb einer Produktgruppe zu erleichtern. Im Rahmen der Reduktions- und Innovationsstrategie hat das BMEL 2019 mit der Lebensmittelindustrie und dem Lebensmittelhandel freiwillige Vereinbarungen getroffen, um Fertigprodukte im Zucker-, Salz- und Fettgehalt zu reduzieren. Die erzielten Veränderungen reichen bisher aber noch nicht aus, um im erforderlichen Umfang eine ausgewogene Ernährung zu unterstützen. Reviews zeigen, dass verpflichtende Reduktionsziele, wie ein festgelegter Zuckergehalt in Getränken, einen größeren Effekt erzielen als freiwillige Vereinbarungen mit der Industrie und dem Handel.

Darüber hinaus ist eine wirksame Maßnahme, zuckerhaltige Erfrischungsgetränke in kleineren Flaschen wieder zum Standard zu machen. Denn diese werden mit einem erhöhten Risiko für Übergewicht, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Karies in Verbindung gebracht. Bisher hat sich die Bundesregierung noch nicht an Maßnahmen herangetraut, die laut Studienlage sehr effektiv wären und auch vom Bürgerrat Ernährung empfohlen werden. Dazu gehören eine Steuer auf zuckerhaltige Erfrischungsgetränke oder die Senkung der Mehrwertsteuer für Obst und Gemüse, Hülsenfrüchte und Nüsse. Nicht zu allen Zielen in der Ernährungsstrategie sind bereits Maßnahmen beschlossen und es bleibt zu hoffen, dass es dem Bund gemeinsam mit den Ländern gelingt, die notwendigen Veränderungen konsequent weiterzuverfolgen und möglichst viele Menschen mit ins Boot zu holen, sodass eine nachhaltige und gesundheitsfördernde Ernährung eine breite Akzeptanz finden kann. Weitere Unterstützung bieten die neuen Empfehlungen für gutes Essen und Trinken der Deutschen Gesellschaft für Ernährung.

Autorin: **Dr.in Meike Ernestine Tecklenburg, Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg, Fakultät Life Sciences, Department Ökotrophologie, ernestine.tecklenburg@haw-hamburg.de, www.haw-hamburg.de/hochschule/life-sciences/departments/oekotrophologie/**

Literatur bei der Verfasserin

Alle Menschen sollen die Möglichkeit haben, sich gesund, ausreichend und kulturell angemessen zu ernähren.

Armut im Lebensverlauf

Ursachen, Auswirkungen auf die Ernährung und Wege zu mehr Ernährungsgerechtigkeit

Irina Volf

Armut ist auch in Deutschland ein tiefgreifendes, strukturelles Problem – trotz des wirtschaftlichen Reichtums des Landes. Mehr als 14 Millionen Menschen gelten als arm oder armutsgefährdet, darunter rund drei Millionen Kinder und Jugendliche. Einkommensarmut wirkt sich negativ auf alle Lebensbereiche aus: Grundversorgung, Bildung, Gesundheit, kulturelle und soziale Teilhabe. Essen ist mehr als Nahrungsaufnahme. Essen hat auch eine starke soziale Komponente. Von Armut betroffene Menschen haben nicht nur schlechtere Voraussetzungen für eine ausgewogene Ernährung, sondern erfahren auch häufiger soziale Ausgrenzung. Der Beitrag zeigt, wie Armut gemessen wird, welche Auswirkungen sie auf die Ernährung hat – und was dagegen helfen kann.

Armut ist ein anhaltendes Problem

Wie Armut definiert und gemessen wird, ist eine politische Entscheidung. Die Weltbank setzt die Grenze für ein absolutes Überlebensminimum (absolute Armut) bei 2,15 USD pro Tag. Während absolute Armut lebensbedrohliche Mängel wie Hunger und Obdachlosigkeit umfasst, verweist relative Armut auf gesellschaftliche Ausgrenzung trotz gegebenenfalls ausreichender Grundversorgung. In Europa gilt als armutsgefährdet, wer weniger als 60 Prozent des mittleren bedarfsgewichteten Nettoeinkommens zur Verfügung hat – inklusive staatlicher Leistungen.

In Deutschland – einem der reichsten Länder der Welt – stellt relative Armut ein dauerhaftes politisches Problem dar. Mehr als 14 Millionen Menschen (16,6 Prozent) waren

gemäß Mikrozensus 2023 in Deutschland von Armut betroffen. Diese Gruppe unterscheidet sich in Bezug auf Alter und Geschlecht, Haushalte mit und ohne Kinder, Qualifikationsniveaus; Menschen mit und ohne Migrationshintergrund sind etwa gleich häufig vertreten. Knapp ein Viertel der von Armut betroffenen Menschen ist erwerbstätig und arm, weil das Einkommen für den ganzen Haushalt nicht ausreicht (Working Poor). Knapp drei Viertel bilden Kinder und Jugendliche, Rentner:innen und Pensionär:innen sowie sonstige Nichterwerbspersonen wie Menschen, die selbst krank sind oder kranke Angehörige pflegen. Nur ein kleiner Anteil der von Armut betroffenen Menschen – circa fünf Prozent – ist erwerbslos und steht dem Arbeitsmarkt zur Verfügung.

Konkret bedeutete relative Armut für eine erwachsene alleinstehende Person in Deutschland im Jahr 2023 weniger als 1.247 Euro netto im Monat. Zum Vergleich: Bei Familien mit zwei Erwachsenen und zwei Kindern unter 14 Jahren lag die Armutsschwelle bei 2.620 Euro.

(Kinder-)Armut ist ein strukturelles Problem

Um Armut als gesamtgesellschaftliches Phänomen zu verstehen, ist eine Unterscheidung zwischen Auslösern, Ursachen und Folgen notwendig. Armutsauslöser sind konkrete Lebensereignisse wie der Tod eines Elternteils, Arbeitslosigkeit oder Trennung, die Menschen von heute auf morgen in finanzielle Not bringen können.

Die Armutsursachen sind hingegen strukturell bedingt. Sie resultieren aus komplexen politischen Entscheidungen. Aktuell geltende Rahmenbedingungen – insbesondere in der Arbeitsmarkt-, Steuer- und Familienpolitik – wirken sich häufig nachteilig auf Familien mit Kindern aus. Die Gewährleistung eines menschenwürdigen Existenzminimums ist zwar grundgesetzlich verankert, wird aber durch komplexe und teilweise widersprüchliche Regelungen im Unterhalts-, Sozial- und Steuerrecht erschwert. Diese Faktoren tragen dazu bei, dass die Kinderarmutsquote in Deutschland auf hohem Niveau stagniert (20,7 Prozent). Ein-Eltern-Familien sowie Familien mit drei Kindern sind dabei besonders häufig von Armut betroffen (41,0 bzw. 30,1 Prozent).

Armut ist mehr als ein Mangel an Geld

Einkommensarmut kann als Mangel an Geld verstanden werden. Unterversorgung findet jedoch in verschiedenen Lebensbereichen statt und manifestiert sich im Lebensverlauf in schlechteren Bildungsabschlüssen, gravierenden gesundheitlichen Einschränkungen und zahlreichen negativen sozialen Folgen. Um Armutsfolgen systematisch zu erfassen, wurde im Rahmen der AWO-ISS Langzeitstudie zur Kinderarmut (1997 – 2021) ein kindbezogenes Armutskonzept in Anlehnung an den Lebenslagenansatz erstmalig erprobt und in den letzten knapp 30 Jahren stets fortentwickelt. Der Lebenslagenansatz besteht aus den vier Dimensionen: materielle, soziale, kulturelle und gesundheitliche Lage, in denen sich Armutsfolgen feststellen lassen (vgl. Abb. 1).

Abb. 1: Systematische Erfassung von Armutsfolgen mithilfe des Lebenslagenansatzes.

Materielle Lage

- Grundversorgung (Kleidung, Schuhe, Essen, Wohnung)
- Materielle Teilhabe (Freizeitgestaltung, Urlaub, Sicherung der Mobilität, Wohnungsausstattung)

Kulturelle Lage

- Formale Bildung (Bildungswege)
- Non-formale und informelle Bildung (Schüleraustausch, Auslandsaufenthalte)
- Kulturelle Aktivitäten, Medienkonsum

Soziale Lage

- Soziale Ressourcen (Familie, Freundeskreis, Partnerschaft)
- Sozialverhalten
- Soziale Kompetenzen
- Ehrenamtliches Engagement

Gesundheitliche Lage

- Physische Gesundheit (Krankheiten, Wohlbefinden)
- Psychische Gesundheit (traumatische Erlebnisse, psychosomatische Symptome)
- Gesundheitsverhalten (Ernährung, Sport, Suchtmittelkonsum)

Im Ergebnis lässt sich feststellen, dass das Leben junger Menschen, die in von Armut betroffenen Familien aufwachsen, von zahlreichen Entbehrungen und Einschränkungen geprägt ist. Armut wirkt sich negativ auf körperliches Wohlbefinden, gesellschaftliche Teilhabe und die Zukunftschancen insbesondere von Kindern aus.

Dabei sind Armut und Ernährung eng miteinander verflochten. Kita-Mitarbeitende beobachten, dass Kinder aus armen Familien häufiger als Kinder aus finanziell stabilen Familien hungrig in die Kita kommen, häufiger keine gesunde Vesper dabeihaben und sich weniger gesund und leistungsfähig fühlen. Sie haben ein höheres Verletzungsrisiko und leiden häufiger unter chronischen Krankheiten. Kinder und Jugendliche mit niedrigem Sozialstatus sind häufiger übergewichtig und von Adipositas betroffen. Sie nehmen seltener ein tägliches Frühstück an Schultagen zu sich, essen seltener Obst und Früchte sowie Gemüse und Salat. Sie klagen häufiger als nicht arme Kinder über psychosomatische Symptome wie Kopf- und Bauchschmerzen, Schlafstörungen, Unkonzentriertheit, Nervosität.

Essen ist weit mehr als reine Nahrungsaufnahme – es hat eine starke soziale Dimension. Gemeinsames Essen kann soziale Bindungen in Familien, Freundeskreisen, Schulen, Vereinen oder Nachbarschaften stärken und wertvolle Momente des Austauschs und der Verbundenheit schaffen. Wenn Familien das Geld fehlt, ihren Kindern eine Vereinsmitgliedschaft, Feiern von Geburtstagen oder den Restaurantbesuch zu ermöglichen, erfahren junge Menschen soziale Ausgrenzung. Auch das, was man isst, und der Ort, wo man isst, kann ein Ausdruck von sozialem Status sein. Armut kann dazu führen, dass Menschen sich minderwertig fühlen, weil sie sich „gutes Essen“ oder bestimmte Lebensmittel nicht leisten können. Ernährung ist somit ein weiterer Spiegel sozialer Ungleichheit.

Ernährungsgerechtigkeit als Teil der Armutsbekämpfung

Bei der Entwicklung von Maßnahmen zur Armutsbekämpfung ist es erforderlich, zwischen der Bekämpfung von Armutsursachen und Armutsfolgen zu differenzieren. Armutsursachen müssen mit politischen Instrumenten auf Bundes-, Landes- und kommunaler Ebene bekämpft werden. Armutsfolgen müssen dagegen immer individuell, das heißt kindbezogen von der Geburt an und bis zur Arbeitsmarktintegration, abgewehrt und/oder reduziert werden.

Im Feld Ernährung zeigen sich strukturelle Ursachen und individuelle Folgen von Armut deutlich. Gezielte Politik kann auf allen Ebenen wirksam zur Armutsbekämpfung und zur Förderung von Ernährungsgerechtigkeit beitragen. Im

Frühstück mit Freund:innen – doch Armut entscheidet oft, wer sich was leisten kann.

Ergebnis sollen alle Menschen – unabhängig von Einkommen, Herkunft oder sozialem Status – die Möglichkeit haben, sich gesund, ausreichend und kulturell angemessen zu ernähren. Entscheidende Schritte hin zu mehr Ernährungsgerechtigkeit sind unter anderem kostenfreie oder stark subventionierte Mahlzeiten in Kitas und Schulen, Förderung von Ernährungsbildung in allen Altersgruppen, eine gerechte Preispolitik für gesunde Lebensmittel sowie politische Maßnahmen gegen Lebensmittelarmut. Auch der Ausbau kommunaler Ernährungsstrategien – etwa durch Tafeln, Mittagstische, Ernährungsräte oder solidarische Landwirtschaftsprojekte – kann den Zugang zu frischen und regionalen Lebensmitteln erleichtern. Nur durch ein Zusammenspiel von Sozial-, Bildungs- und Gesundheitspolitik kann langfristig sichergestellt werden, dass gesunde Ernährung kein Privileg, sondern ein Grundrecht ist.

Autorin: **Dr.in Irina Volf, Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V., Frankfurt a.M., irina.volf@iss-ffm.de, www.iss-ffm.de**

Literatur bei der Verfasserin

Gutes Essen in Deutschland

Die Ernährungsstrategie der Bundesregierung – gut gemeint, aber aus sozialer Perspektive unzureichend

Andreas Aust

„Gutes Essen für Deutschland" – so überschreibt die Bundesregierung ihre am 17. Januar 2024 im Kabinett beschlossene Ernährungsstrategie. In dieser Strategie gibt sie ernährungspolitische Ziele und Leitlinien vor, definiert Handlungsfelder und fasst geplante und bestehende ernährungspolitische Maßnahmen zusammen.

Ziele der Ernährungsstrategie

Mit der Ernährungsstrategie formuliert die Bundesregierung den Anspruch, es allen Verbraucher:innen so einfach wie möglich zu machen, sich gut zu ernähren. Sie definiert dabei folgende strategische Ziele:

- Ausgewogen essen und ausreichend bewegen – angemessene Nährstoff- und Energieversorgung und Bewegung unterstützen
- Mehr Gemüse, Obst und Hülsenfrüchte – pflanzenbetonte Ernährung stärken
- Gesund aufwachsen und gesund alt werden – sozial gerechten Zugang zu gesunder und nachhaltiger Ernährung schaffen
- Vielseitig essen in Kindertagesbetreuung, Schule und Kantine – Gemeinschaftsverpflegung verbessern
- Gutes Essen für uns und unsere Erde – Angebot nachhaltig und ökologisch produzierter Lebensmittel erhöhen
- Essen wertschätzen – Lebensmittelverschwendung reduzieren

Die Bundesregierung identifiziert insbesondere Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung, wie Kitas, Schulen, Betriebe, Kliniken sowie Senioreneinrichtungen, als wirksame Hebel für die Umsetzung einer gesunden und nachhaltigen Ernährung. Ziel ist eine bedarfsgerechte, ausgewogene und nachhaltige Gemeinschaftsverpflegung auf Basis der DGE-Qualitätsstandards (Deutsche Gesellschaft für Ernährung). In Kitas und Schulen sollen die DGE-Qualitätsstandards bis 2030 verbindlich werden. Erreichen will die Bundesregierung diese Ziele vor allem durch Beratung. Als konkrete Maßnahme benennt die Strategie unter anderem die Unterstützung der Vernetzungsstellen für Kitas und Schulen sowie die Aktivitäten des Bundeszentrums Kita- und Schulverpflegung (früher: Nationales Qualitätszentrum für Ernährung in Kita und Schule [NQZ])

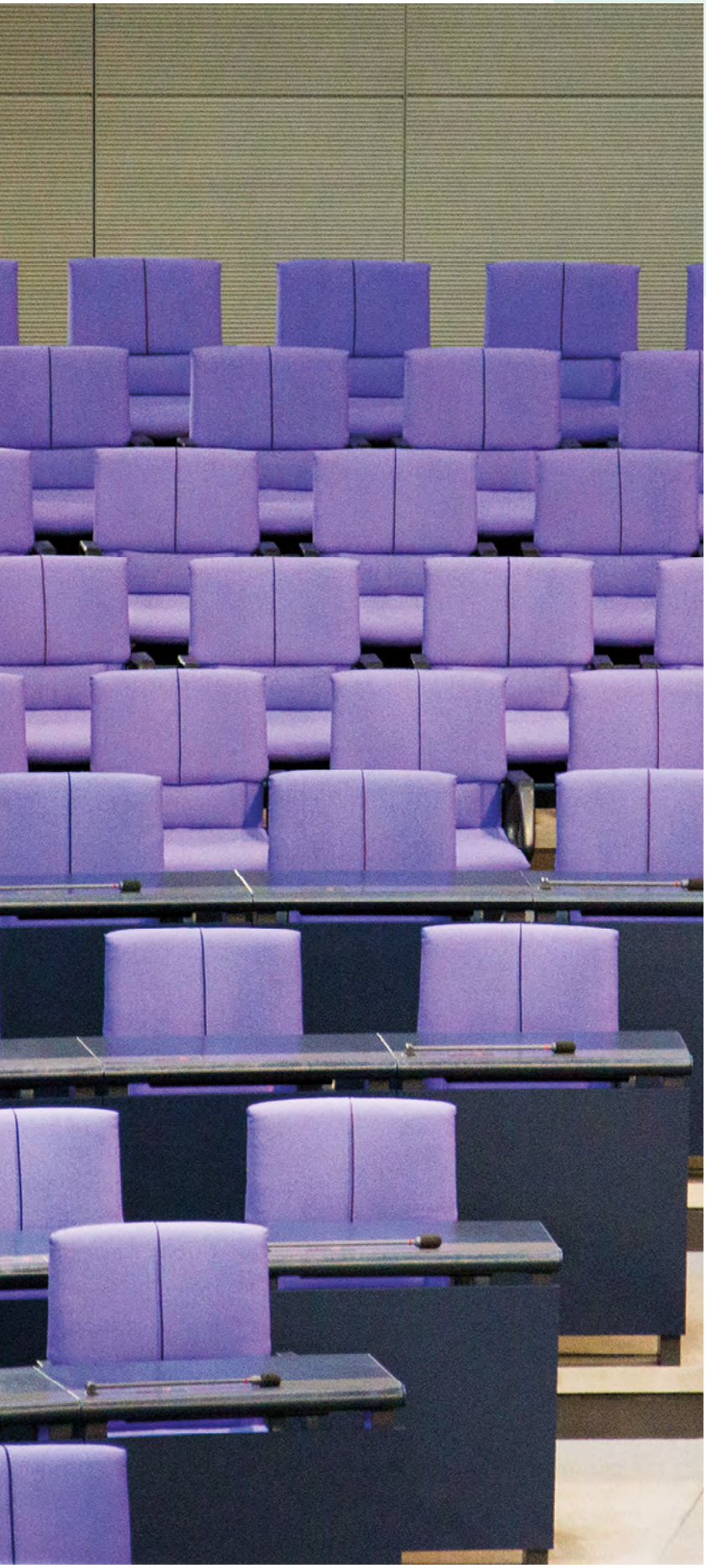
Ernährungsarmut – was hilft?

Die Ernährungsstrategie thematisiert auch die soziale Frage bei der Ernährung. Die Bekämpfung von Ernährungsarmut wird als ein ausdrückliches Ziel benannt. Das ist zu begrüßen und ein Fortschritt gegenüber früheren Regierungen. Unter Ernährungsarmut wird dabei eine „qualitativ oder quantitativ unzureichende Ernährung" verstanden. Als mögliche Gründe werden unter anderem „unzureichender Zugang zu gesunder und nachhaltiger Ernährung oder mangelnde Ernährungskompetenzen" genannt (S. 6). Dagegen ist zu betonen, dass (Ernährungs-)Armut im Kern immer ein Ausdruck ungerechter sozialer Verhältnisse ist. In Deutschland haben wir seit einigen Jahrzehnten keinen Mangel an Lebensmitteln. Es ist genug für alle da. Trotzdem haben wir ein erhebliches Problem mit „Ernährungsarmut". Das zentrale Problem sind die Verteilung der finanziellen Ressourcen und der sozial gerechte Zugang zu Lebensmitteln. Schlichter: Es fehlt das Geld, um die benötigten und gewünschten Lebensmittel zu kaufen.

An dieser Stelle fehlen in der Ernährungsstrategie aber entsprechende Maßnahmen. Im Vorfeld der Ernährungsstrategie wurde vielfach darauf hingewiesen, dass insbesondere die Leistungen der Grundsicherung nicht ausreichend sind. Auch der Wissenschaftliche Beirat beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) hat bereits in seinem umfassenden Gutachten für eine nachhaltigere Ernährungspolitik aus dem Jahr 2020 auf die Defizite in der Grundsicherung hingewiesen. In der Ernährungsstrategie findet sich die Kritik aber nicht.

Gegen Armut braucht es Geld

Neben einer notwendigen gerechteren Verteilung der Einkommen gibt es weitere denkbare Maßnahmen gegen Ernährungsarmut. Systematisch betrachtet können etwa (1) Preise von Lebensmitteln politisch reguliert werden. Es können (2) soziale Orte geschaffen und entwickelt werden, an denen unmittelbar (zusammen) gegessen wird oder zumindest Lebensmittel verteilt werden. Der Wissenschaftliche Beirat für Agrarpolitik, Ernährung und gesundheitlichen Verbraucherschutz (WBAE) hat mit guten Gründen den Ausbau der Verpflegung in Kitas und Schulen als einen zentralen Schwerpunkt gegen Ernährungsarmut benannt. Auch die Ernährungsstrategie benennt Gemeinschafts-



> Ernährungsarmut ist im Kern immer ein Ausdruck ungerechter sozialer Verhältnisse.

verpflegung als zentralen Ansatzpunkt. Schließlich (3) können die Menschen besser in ihrer Ernährungskompetenz befähigt werden („Empowerment“). Mehr Fähigkeiten schaden zwar nicht, sie können aber andere Maßnahmen nicht ersetzen.

Denn: Gegen Armut braucht es Geld. Die Ernährungsstrategie stellt aber kein Geld in Aussicht – weder mehr Geld für die einkommensschwachen Menschen noch Investitionen in den qualitativen und quantitativen Ausbau der Gemeinschaftsverpflegung (etwa: Schulverpflegung). Auch zu den Preisen der Lebensmittel schweigt die Ernährungsstrategie weitgehend. Die zentralen politischen Hebel zur Bekämpfung oder Abmilderung von Ernährungsarmut werden damit nicht angesprochen. Vorschläge wie die Verbesserung der Wissensbasis, „transformationsorientierte Forschung“, „innovative Ansätze im Bereich soziodiverse Ernährungsbildung“ sowie einzelne Pilotprojekte – dies sind die konkreten Ideen unter der Überschrift „Soziale Aspekte der Ernährung“ auf den Seiten 27ff. der Ernährungsstrategie – klingen vielleicht gut und sind sicherlich auch sinnvoll, helfen aber nur begrenzt gegen akute armutsbedingte Ernährungsdefizite.

Weitere Informationen

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) (2024): Gutes Essen für Deutschland – Ernährungsstrategie der Bundesregierung
www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/ernaehrungsstrategie/ernaehrungsstrategie.html

Autor: **Dr. Andreas Aust, Paritätischer Gesamtverband, Referent für Sozialpolitik, andreas.aust@paritaet.org, www.der-paritaetische.de/**

Literatur beim Verfasser

Hamburg – die essbare Stadt – will gerechte Ernährungsumgebungen schaffen.

Die Hamburger Ernährungsstrategie

Gutes Essen für alle

Carsten Bargmann, Kristin Volke, Melanie Humboldt, Lisa Kühl und Sophie Harms

Ende Mai 2024 hatte die Hamburger Bürgerschaft die Ausarbeitung einer Hamburger Ernährungsstrategie beschlossen. Zum Jahresende 2024 hat der Senat Eckpunkte für eine Strategie vorgelegt. In der StadtpunkteTHEMA gibt die Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft (BUKEA) Antworten auf zentrale Fragen.

Was ist der aktuelle Status der Hamburger Ernährungsstrategie?

Auf die Eckpunkte der Ernährungsstrategie hat sich die Bürgerschaft bereits verständigt (BüDrs. 22/173473). Erste unterstützende Maßnahmen wie eine Küchen- und Kantinenschulung für die Außerhausverpflegung sind auf den Weg gebracht und werden abgestimmt. Der nächste Meilenstein, der Aufbau eines Wertschöpfungskettenmanagements zur Stärkung des regionalen Absatzes und Unterstützung der Nachfrage bei der Außerhausverpflegung, ist in Angriff genommen. Eingebettet werden diese Bausteine in eine Gesamtstrategie, die unter Einbeziehung aller relevanten Akteure in einem partizipativen Prozess erarbeitet wird.

Welches Ziel verfolgt die Strategie?

Ziel ist der vereinfachte Zugang zu einer nachhaltigen, gesundheitsfördernden, saisonal/regionalen, wenn möglich biologischen und pflanzenbasierten Ernährung für alle Hamburger:innen. Dazu gehören frische Lebensmittel von hoher Qualität, produziert von einer starken regionalen Landwirtschaft, zubereitet und eingenommen in einer fairen Umgebung, der Ausbau regionaler Kreisläufe und Wertschöpfungsketten und weniger Lebensmittelverschwendung.

Welche Handlungsfelder beinhaltet die Hamburger Ernährungsstrategie?

Ein erfolgreicher Wandel muss an verschiedenen Stellen mit unterschiedlichen Instrumenten ansetzen. Insoweit wird die BUKEA gemeinsam und in Abstimmung mit den jeweils weiteren zuständigen Fachbehörden sechs zentrale Handlungsfelder bearbeiten.

Diese sind
1. die nachhaltige Erzeugung und Verarbeitung,
2. die Stadt als Vorbild,
3. die essbare Stadt,
4. Gesunde Ernährung,
5. Bildung – Lernorte für gesunde Ernährung und
6. Lebensmittelverschwendung verringern.

Die Gestaltung gerechter Ernährungsumgebungen ist dabei ein für die Freie und Hansestadt Hamburg ganz wesentlicher Aspekt:
Wir schaffen eine **Stadt als Vorbild**
- mit einer gesundheitsfördernden Ernährungsumgebung durch deutlich erhöhte Verfügbarkeit von biologischen, pflanzlichen, saisonal-regionalen Lebensmitteln in der Gemeinschaftsverpflegung und Ausbau entsprechender Wertschöpfungsketten,
- mit gesundem, abwechslungsreichem und bezahlbarem Essen für Kinder und Jugendliche in Schule und Kita,
- mit fairen Bedingungen für Erzeuger:innen.

Wir arbeiten für **Gesunde Ernährung** mit weniger Fleisch, mehr Obst und Gemüse, weniger Zucker und Salz in der Gemeinschaftsverpflegung.

» Ein besonderer Fokus der Ernährungsstrategie und deren Maßnahmen soll auf Anstrengungen zur Unterstützung armer oder armutsgefährdeter Bevölkerungsteile liegen.

(Drucksache 17347, S. 61)

Wir bieten **Bildung – Lernorte für gesunde Ernährung** durch Verankerung von Ernährungsthemen in der frühkindlichen, schulischen, universitären und außerschulischen Bildung.

Wie viel Zeit steht für die Umsetzung der Strategie zur Verfügung?

Die Ernährungsstrategie ist auf mehrere Phasen (kurz-, mittel-, langfristig) und Zeiträume bis 2045 ausgerichtet. Ziele und Maßnahmen werden so gestaltet, dass eine regelmäßige Überprüfbarkeit und Nachjustierung ermöglicht werden. Der extern begleitete Prozess zur Erarbeitung der Hamburger Ernährungsstrategie wird voraussichtlich Ende des Jahres 2025 starten und alle Akteure einbeziehen. Eine zentrale Zielsetzung des Prozesses sollen eine professionelle Kantinen- und Küchenberatung für ein flächendeckend hochwertiges Angebot in der Außer-Haus-Verpflegung und der Aufbau eines regionalen Wertschöpfungskettenmanagements sein. In Bereichen, in denen bereits begleitende Strukturen bestehen, z. B. durch die Arbeit der Vernetzungsstelle Schulverpflegung, erfolgt eine enge Abstimmung mit den verantwortlichen Behörden.

Welche Strukturen setzen die Hamburger Ernährungsstrategie um?

Federführend ist die Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft (BUKEA). Hinzu kommen unter anderem die Sozialbehörde, die Behörde für Schule und Berufsbildung, die Behörde für Justiz und Verbraucherschutz sowie die Behörde für Wirtschaft und Innovation, organisiert in der Arbeitsgruppe Bio-Stadt Hamburg. Weitere Partner:innen sind NGOs, Verbände, wissenschaftliche Einrichtungen, landwirtschaftliche Erzeuger:innen, verarbeitende Betriebe sowie der Handel.

Wie werden Bürger:innen beteiligt?

Maßnahmen zur Bürgerbeteiligung, wie Informationskampagnen, Veranstaltungen oder Umfragen werden im weiteren Prozess entwickelt.

Welche Themen und Maßnahmen sind zur Gestaltung gerechter Ernährungsumgebungen wichtig?

Gemeinsam haben wir als wesentlich ein schmackhaftes, nachhaltiges, gesundes und bezahlbares Speisenangebot in der Gemeinschaftsverpflegung, flankiert durch Aufklärung und Information, erkannt. Maßnahmen zur Erhöhung der Akzeptanz gesunder und nachhaltiger Speisen (Nudging) und die Gestaltung von modernen, ansprechenden und zielgruppenorientierten Speiseräumen sind wesentliche Gelingensfaktoren. Wichtig ist auch eine gute Unterstützung von Familien bei der Zubereitung gesunder Mahlzeiten und der Auswahl von Nahrungsmitteln und die Wertschätzung für die Lebensmittelproduktion, insbesondere für die regionale Erzeugung und Produktion im urbanen Raum; Gärtnern und Eigenanbau wollen wir fördern und regionale Produkte in der Außer-Haus-Verpflegung stärken und dadurch zu fairen Produktions- und Vermarktungsbedingungen beitragen.

Was wird bereits umgesetzt?

In der **Schulverpflegung** setzt die Schulbehörde Ernährungsbildung als obligatorischen Teil des Lehrplans sowie Projekte (auch an außerschulischen Lernorten) schon um. Sie hat ein pädagogisches und restevermeidendes Free-Flow-Ausgabesystem eingeführt, überzeugende Konzepte zur Gestaltung von Speiseräumen entwickelt und eine gute Beratung der Schulen (Vernetzungsstelle Schulverpflegung) etabliert. Vertraglich sind Qualitätsanforderungen an das Schulessen (Orientierung an DGE-Standards, anteiliger Einsatz saisonaler, regionaler, biologischer und fair gehandelter Produkte) festgelegt.

Eine soziale Staffelung ist durch Bezuschussung oder vollständige Finanzierung der Mittagessen gewährleistet und die Deckelung des Essenspreises durch Subventionierung der Schulbehörde garantiert. In der **Kitaverpflegung** sieht die Sozialbehörde bereits ein kostenloses warmes Mittagessen im Elementarbereich vor und hat Vorgaben für eine ausgewogene Ernährung verankert.

Was sind die nächsten Schritte?

Wir starten mit der oben genannten Kantinen- und Küchenschulung und der Installierung eines ökologischen und regionalen Wertschöpfungskettenmanagements.
Der begleitete Prozess zur Erarbeitung der Hamburger Ernährungsstrategie wird vorbereitet und zeitnah eingeleitet. Parallel dazu tauschen wir uns weiterhin regelmäßig mit den beteiligten Behörden in der AG Bio-Stadt aus.

Wie werden Wirkungen überprüft?

Methoden der Evaluierung einzelner Maßnahmen sind von uns noch im weiteren Prozess zu bestimmen.

Autor:innen: **Dr. Carsten Bargmann, Kristin Volke, Melanie Humboldt, Lisa Kühl und Dr.in Sophie Harms, Team der Ernährungsstrategie der Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft (BUKEA)**
Kontakt: **carsten.bargmann@bukea.hamburg.de, kristin.volke@bukea.hamburg.de, www.hamburg.de/politik-und-verwaltung/behoerden/bukea**

Weitere Informationen: Parlamentsdatenbank – Suchergebnis für 22. Wahlperiode (18.03.2020 – 26.03.2025), Dokumentart: Drucksache, Dokumentnummer: 17347

Armut und Ernährung in Familien mit Kindern

Die Studie MEGA_kids

Anja Simmet, Nanette Ströbele-Benschop

Im Jahr 2022 waren nach Angaben des Statistischen Bundesamts 14,7 Prozent der Bevölkerung in Deutschland armutsgefährdet; 12,2 Mio. Menschen verfügten also über weniger als 60 Prozent des mittleren Einkommens der Gesamtbevölkerung. Besonders häufig betroffen waren Alleinerziehende und Familien mit drei oder mehr Kindern. Die „Multidisziplinare Erhebung der Ernährungs- und Gesundheitssituation von Personen in armutsgefährdeten Haushalten mit Kindern“ (MEGA_kids) hat ebendiese Bevölkerungsgruppe, also Erwachsene, Kinder und Jugendliche aus armutsgefährdeten Haushalten, in den Blick genommen.

Ernährungsrealitäten armutsgefährdeter Familien

Bislang ist wenig bekannt darüber, in welchem Ausmaß armutsgefährdete Haushalte in Deutschland materielle und soziale Beeinträchtigungen im Bereich Ernährung erfahren. Die vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) geförderte MEGA_kids-Studie, die von 2021 bis 2024 von der Universität Hohenheim und der Charité Universitätsmedizin Berlin durchgeführt wurde, liefert nun wichtige Daten. Um einen umfassenden Einblick in die Ernährungsbedingungen, die Ernährung und weitere Aspekte der Gesundheit der Zielgruppe zu erhalten, wurden in einem Mixed-Methods-Design sowohl quantitative (standardisierte Befragung) als auch qualitative Methoden (semistrukturierte Interviews, World Cafés) angewendet. Die Ergebnisse der nicht repräsentativen Stichprobe zeigen, dass rund 19 Prozent der 489 an der standardisierten Befragung teilgenommenen Haushalte in den 30 Tagen vor der Befragung moderat und weitere rund 3 Prozent stark in ihrem ökonomischen Zugang zu Lebensmitteln eingeschränkt waren. Tritt dieser Aspekt der sogenannten Ernährungsunsicherheit auf, machen sich Betroffene typischerweise zunächst Sorgen darum, dass das Essen ausgeht. Verschärft sich die finanzielle Situation weiter, wird die Varietät von Lebensmitteln eingeschränkt. In den qualitativen Teilstudien berichteten die Eltern zum Beispiel, dass es dauerhaft oder am Ende des Monats als Brotbelag nur Marmelade gebe, weil diese günstiger sei als anderer Brotbelag. Zeitweise essen moderat Betroffene zumindest weniger, als sie normalerweise essen würden, weil das Geld nicht reicht. Bei starker Betroffenheit ist der ökonomische Zugang zu Lebensmitteln so stark eingeschränkt, dass die Betroffenen den ganzen Tag nichts essen und zumindest zeitweise Hunger leiden.

Ernährungsunsicherheit grenzt aus und macht krank

Auch die sozialen Funktionen der Ernährung waren bei einem großen Teil der Befragten eingeschränkt: 70 Prozent der Eltern waren von psychosozialer Ernährungsunsicherheit betroffen, was in diesem Zusammenhang meint, dass sie sich für ihre Ernährungssituation schämten und/oder sie es unfair fanden, dass andere Menschen sich alle Lebensmittel leisten können und sie sich nicht die Lebensmittel leisten können, die sie brauchen. Die qualitativen Teilstudien deuten darauf hin, dass auch die ernährungsbezogene soziale Teilhabe bei Betroffenen deutlich eingeschränkt war. Beispielsweise berichteten die Eltern, dass man sich auswärts keine Tasse Kaffee leisten könne oder die Kinder ihre Freund:innen nicht mit nach Hause bringen dürften, weil man außer Leitungswasser nichts anbieten könnte. Beide Aspekte der Ernährungsunsicherheit (ökonomischer Zugang, psychosozial) zeigen signifikante Zusammenhänge unter anderem mit dem Vorliegen psychischer Erkrankungen bei dem teilnehmenden Elternteil.

Reicht das Essen? – Ernährungsunsicherheit betrifft Alleinerziehende besonders häufig.

» Der Zugang zu Mahlzeiten in Kita und Schule muss für Kinder aus armutsgefährdeten Haushalten deutlich vereinfacht werden.

Bei den Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen der Stichprobe zeigten sich eine deutlich höhere mediane Verzehrmenge von Fleisch und Wurstwaren, eine höhere Energiezufuhr über nährstoffarme, energiedichte Lebensmittel, eine niedrigere Verzehrmenge an Obst, Gemüse, Fisch und Getreideprodukten als empfohlen und eine hohe Adipositasprävalenz.

Daten für Taten: Ernährungssicherheit individuell und strukturell stärken

Zusammengefasst zeigen diese Ergebnisse dringenden Handlungsbedarf. Um die Ernährungs- und Gesundheitssituation armutsgefährdeter Bevölkerungsgruppen besser zu verstehen und geeignete Präventionsmaßnahmen zu entwickeln, müssen armutsgefährdete Bevölkerungsgruppen an der Ernährungs- und Gesundheitsforschung stärker beteiligt werden. Dafür müssen Zugangswege und Erhebungsinstrumente optimiert werden. Die Teilnehmenden der qualitativen Teilstudien schlugen zur Verbesserung ihrer Ernährungssituation vor allem verhältnispräventive Maßnahmen wie etwa günstigere Preise für ernährungsphysiologisch günstige Lebensmittel vor. Weitere Maßnahmen könnten beispielsweise den Ausbau verlässlicher, niedrigschwelliger Unterstützungsangebote (wie Familien-/Gemeinschaftszentren mit Mittagstisch) umfassen. Zur Förderung ernährungsbezogener sozialer Teilhabe sollten innovative Ansätze, wie Restaurants und Cafés mit differenzierten Preisen und Zuschüssen für armutsgefährdete Familien, diskutiert und erprobt werden. In Anbetracht des zum Teil eingeschränkten Zugangs der Teilnehmenden zu Mahlzeiten in den Kinderbetreuungseinrichtungen und Schulen sollte dieser Zugang für Kinder und Jugendliche aus armutsgefährdeten Haushalten durch weniger bürokratischen Aufwand deutlich vereinfacht werden. Ergänzt werden sollten die verhältnisorientierten Maßnahmen durch verhaltenspräventive Maßnahmen, die die Lebensbedingungen armutsgefährdeter Familien berücksichtigen.

Autorinnen: **Dr.in Anja Simmet, Prof.in Dr.in Nanette Ströbele-Benschop, Universität Hohenheim, Fachgebiet Angewandte Ernährungspsychologie, Institut für Ernährungsmedizin, anja.simmet@uni-hohenheim.de, www.epsych.uni-hohenheim.de/**

Literatur bei den Verfasserinnen

Mehr Informationen: Simmet A., Schleicher R., Teut M et al. (2024): Die Ernährungs- und Gesundheitssituation armutsgefährdeter Familien mit minderjährigen Kindern – Ergebnisse der Studie MEGA_kids. In: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (Hrsg.): 15 DGE-Ernährungsbericht Bonn 2024, 116–188.

Interview

Ernährung ist mehr als Essen!

Wie die HAG nachhaltige Strukturen für gerechte Ernährungswelten vor Ort mitgestaltet

Die StadtpunkteTHEMA-Redaktion hat sich mit unseren Kolleg:innen aus dem Handlungsfeld Ernährung und Gesundheit zum Gespräch getroffen, um zu erfahren, was sie aktuell bewegt, wie ihre Angebote bei den Menschen ankommen und was sie sich für die Zukunft wünschen.

»

HAG: Wie haben sich die Arbeit und die Schwerpunkte im Feld Ernährung und Gesundheit aus eurer Sicht in den letzten Jahren verändert?
Ernährungspädagogische Angebote (EPA): Die ernährungspädagogischen Angebote sind seit 2011 in der HAG verortet. Für Familien in Eltern-Kind-Zentren (EKiZen) und Elternschulen gibt es Gruppen-Elternberatungen. Für pädagogische Fachkräfte aus den Elternberatungen und Jugendhilfeeinrichtungen bieten wir ernährungspädagogische Fortbildungen an. Wir erleben, dass Eltern in der Gestaltung der Ernährung ihrer Kinder zunehmend unsicher sind. Sie möchten alles richtig machen und freuen sich über Unterstützung.
Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hamburg (VSSV): Die Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hamburg ist im September 2009 gestartet. Anfangs lag der Fokus auf dem Aufbau einer flächendeckenden gesundheitsfördernden Schulverpflegung. Ziel war es, Hamburger Schulen beim Angebot einer verbesserten Schulverpflegung – insbesondere im Rahmen der Entwicklung der Ganztagsschulen – zu unterstützen. Die Akzeptanz der Verpflegungsangebote sollte gefördert und damit die Teilnahmezahlen erhöht werden. Heute sind die Themen sehr breit gefächert und gehen über das reine Angebot einer gesundheitsfördernden Schulverpflegung hinaus.

Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hamburg

- **Adressat:innen:** alle Akteur:innen im Themenfeld „Schulverpflegung“
- **Ziele:** informieren, beraten, vernetzen
- **Finanzierung:** Behörde für Schule, Familie und Berufsbildung/ Landesinstitut für Lehrerbildung (LI), Behörde für Gesundheit, Soziales und Integration (Sozialbehörde), Behörde für Umwelt, Klima, Energie und Agrarwirtschaft (BUKEA), mit Projektmitteln des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) im Rahmen des Nationalen Aktionsplans IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung
- **Laufzeit:** seit 2009 bis heute
- **Alleinstellungsmerkmal:** einzige fachliche Anlaufstelle in Hamburg für alle Akteur:innen der Schulverpflegung

Webseite: **www.hag-gesundheit.de/arbeitsfelder/gesund-aufwachsen/schule/vernetzungsstelle**

Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hamburg

HAG: Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg und das Projekt „GePeK – Gemeinsam geht‘s besser! Peers stärken die Gesundheits- und Ernährungskompetenzen von Senior:innen im Quartier“ sind noch recht neue Vorhaben in der HAG. Wie kam es dazu? Und welche Ziele verfolgt ihr?
Vernetzungsstelle Seniorenernährung (VSSE): Die Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg gibt es seit Ende 2022. Sie wurde im Rahmen des Nationalen Aktionsplans „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ gegründet. Unser Ziel ist es, ältere Menschen in der eigenen Häuslichkeit, deren Angehörige sowie Fachkräfte in der Seniorenarbeit dabei zu unterstützen, ihre Ernährungskompetenz zu stärken. Denn eine bedarfsgerechte und gesundheitsförderliche Ernährung im Senior:innenalter trägt zum Erhalt und zur Steigerung der Gesundheit, des Wohlbefindens, der Selbstständigkeit und Lebensqualität bei.
Gemeinsam geht’s besser! Peers stärken die Ernährungs- und Gesundheitskompetenzen von Senior:innen im Quartier (GePeK): Wir werden immer älter und wollen dies möglichst gesund werden. Ernährung spielt dabei eine zentrale Rolle. Mit dem Projekt GePeK unterstützen wir Menschen ab 65 Jahren dabei, ihr Wissen über gesundheitsfördernde Ernährung zu erweitern. Es werden in Gemeinschaft Kompetenzen rund um Lebensmittel und Zubereitung vermittelt und Senior:innen zu einem selbstbestimmten, gesunden Lebensstil ermutigt. Dazu treffen sich Senior:innen einmal im Monat in kleinen Gruppen, um Neues zu lernen und sich auszutauschen; dabei ist GePeK explizit keine Kochgruppe. Es geht beispielsweise um das gemeinsame Verkosten verschiedener Öle oder Mineralwasser. Mit Neugier, Spaß und in Gemeinschaft soll der Zugang zu Ernährungs- und Gesundheitsthemen geschaffen werden. Ergänzt werden die monatlichen Treffen um Exkursionen, beispielsweise zu Wochenmärkten oder Stadtgärten.

HAG: Welche Themen sind in euren Feldern gerade im Trend?
VSSE: Wir haben bei der Konzeption bereits die zentralen gesellschaftlichen Herausforderungen für ältere Menschen mit aufgenommen: Alterseinsamkeit, Altersarmut und Mangelernährung.

In den aktuellen Modellprojekten richten wir gemeinsam mit Akteur:innen vor Ort Mittagstische für Senior:innen ein. Diese Angebote können älteren Menschen soziale Teilhabe ermöglichen und niedrigschwellig für eine gesundheitsförderliche und nachhaltigere Ernährung sensibilisieren.

Außerdem bauen wir Kochgruppen für alleinlebende Senior:innen gemeinsam mit Akteur:innen, wie Senioren- und Nachbarschaftstreffs, vor Ort auf. Diese Gruppenangebote schaffen Gemeinschaft und die Möglichkeit, Neues zu lernen sowie kostengünstige Mahlzeiten zuzubereiten. Wir haben zudem vollwertige Rezepte für Singlehaushalte zusammengestellt. Kostenfreie Veranstaltungen für Senior:innen rund um Themen einer gesundheitsförderlichen und nachhaltigen Ernährung im Alter vervollständigen unser Angebot.
GePeK: Im Projekt GePeK nutzen wir relativ neue Konzepte: Die Angebote werden von geschulten Senior:innen – sogenannten Peers – für Senior:innen angeleitet. So entsteht ein vertrauensvoller Rahmen, in dem Lernen alltagsnah und lebendig gestaltet ist. Die Kurse finden in bekannten Treffpunkten im jeweiligen Quartier statt – etwa Nachbarschaftstreffs, Seniorenzentren oder Stadtteilcafés. Diese wohnortnahen Angebote erleichtern den Zugang und stärken die soziale Teilhabe.
EPA: Es gibt viele Themen, die von den Eltern und den Fachkräften in EKiZen und Elternschulen regelmäßig nachgefragt werden, geradezu „Klassiker“ sind. Dazu gehören Fragen rund um die Gestaltung von gemeinsamen Familienmahlzeiten wie Regeln und Rituale oder „schlechte“ Esser:innen. In der Baby- und Kleinkindernährung gibt es

fortlaufend neue Erkenntnisse beispielsweise in der Allergieprävention – und auch hier „Trends“, etwa Baby Led Weaning, eine Art der Beikosteinführung, bei der dem Baby kein Brei, sondern feste Nahrung angeboten wird.

„Nachhaltige Ernährung“ ist ein zentrales Thema. Viele Eltern und Fachkräfte interessieren sich dafür, wie eine gesunde und nachhaltige Ernährung mit geringen finanziellen Ressourcen umgesetzt werden kann.

VSSV: In der Schulverpflegung gibt es viele Prozesse zur Qualitätssteigerung: Ein zentrales Thema ist die Umstellung des Ausgabesystem und die Frage, wie die Schüler:innen im Speiseraum ihr Essen erhalten. Hamburg ermöglicht Schulen, auf das Free-Flow-System umzustellen. Hier können sich die Schüler:innen an Buffets selbst bedienen – von warmen Speisen bis zur Salatbar. Das fördert Selbstbestimmung, soziale Interaktion und reduziert die Wartezeiten in den Mensen. Ein weiterer positiver Effekt ist die Reduktion der Lebensmittelreste – ein wichtiger Schritt für mehr Nachhaltigkeit in der Schulverpflegung. Wir informieren, beraten und vernetzen bei der Umstellung auf das Free-Flow-System.

Mit der Einführung von Free Flow wurden auch die Gestaltung der Speiseräume und deren Atmosphäre in den Blick genommen, um die Mensa als Wohlfühlort zu etablieren – nicht nur für die Mittagspause, sondern für eine ganztägige multifunktionale Nutzung. Zunehmend gewinnen auch die Aspekte fairer Ernährungsumgebungen an Bedeutung. Das meint eine Umgebung, die auf Wahrnehmungs- und Entscheidungsmöglichkeiten, aber auch auf Verhaltensweisen abgestimmt und gesundheitsfördernder, sozial-, umwelt- und tierwohlverträglicher ist.

Außerdem wird unsere Arbeit seit 2017 durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) im Rahmen von „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ unterstützt. Die Fördermittel ermöglichen es uns, flexibel auf gesellschaftliche Veränderungen zu reagieren und die Qualität der Schulverpflegung in Hamburg kontinuierlich weiterzuentwickeln.

Aktuell setzen wir das IN FORM-Projekt #MealMessageMensa um. Im Projekt begleiten wir weiterführende Schulen in Hamburg dabei, kreative Kommunikationsstrategien rund um die Ganztagsverpflegung zu entwickeln. Die Beteiligung der Schüler:innen steht im Fokus: Sie identifizieren geeignete Kommunikationskanäle und informieren sowie sensibilisieren die Schulgemeinschaft über eine gesunde und nachhaltige Verpflegung. Da Kinder aus sozioökonomisch schwächeren Haushalten tendenziell ein ungünstigeres Ess- und Trinkverhalten zeigen, sollen insbesondere auch Schüler:innen aus sozioökonomisch benachteiligten Lebenslagen angesprochen werden und so ihre Teilhabe an der Schulverpflegung gesteigert werden.

HAG: Die EPA und die VSSV gibt es inzwischen über 15 Jahre. Ihr habt Trends und Entwicklungen bereits beschrieben. Wie habt ihr in euren Projekten darauf reagiert?
EPA: Für die Elternberatung haben wir ein Modul zur vegetarischen und veganen Ernährung entwickelt. Zudem haben wir verstärkt praxisorientierte Elemente, wie gemeinsames Zubereiten von Mahlzeiten, Einkaufsschulungen oder Essbegleitung beim Mittagessen, integriert.
VSSV: Unsere Arbeit hat sich stark gewandelt. Während es früher eher darum ging, die Rahmenbedingungen für eine funktionierende Schulverpflegung zu schaffen, unterstützen wir heute Schulen gezielt bei der Qualitätsentwicklung und der Implementierung innovativer Konzepte, wie die Umstellung auf die „Free-Flow-Ausgabe“ oder die ganztägige Nutzung der Speiseräume.

Partizipation spielt eine größere Rolle: Schüler:innen und Schulakteur:innen werden stärker eingebunden. Zudem arbeiten wir zunehmend interdisziplinär und kooperieren mit Fachexpert:innen.

HAG: An euren Angeboten nehmen ganz unterschiedliche Menschen teil. Welche Reaktionen bekommt ihr? Was bewegt sie besonders?
VSSE: Die teilnehmenden Senior:innen unserer Kochkurse zeigen sich sehr offen gegenüber den Themen einer gesundheitsförderlichen und nachhaltigeren Ernährung.

Free Flow: Mehr als ein Ausgabesystem
Hrsg: Schulbehörde Hamburg (BSB), 2024
www.youtube.com/watch?v=5HWKppwtlSE

Fortbildung zum Thema Ernährung und Ernährungspädagogik

- **Adressat:innen:** Fachkräfte aus Eltern-Kind-Zentren, Elternschulen, Mütterberatungsstellen, Jugendhilfe
- **Ziele:** Empfehlungen zum Thema Ernährung von Säuglingen/Kleinkindern und Kindern/Jugendlichen vermitteln, um im Dialog mit Eltern, Kindern und Jugendlichen auskunftsfähig zu sein
- **Finanzierung:** Hamburger Krankenkassen (GKV)
- **Laufzeit:** seit 2012 bis heute
- **Alleinstellungsmerkmal:** kostenfreies Weiterbildungsangebot für pädagogische Fachkräfte

Ernährungspädagogische Veranstaltungen in Eltern-Kind-Zentren und Elternschulen

- **Adressat:innen:** Eltern und andere Bezugspersonen von Säuglingen und Kleinkindern
- **Ziele:** Wissen vermitteln, Ansprechpersonen und Projekte vorstellen
- **Finanzierung:** Hamburger Krankenkassen (GKV)
- **Laufzeit:** seit 2011 bis heute
- **Alleinstellungsmerkmal:** Die Veranstaltungen sind kostenfrei. Eltern und Bezugspersonen können sich mit individuellen Fragen, Sorgen und Problemen direkt an eine zertifizierte Ernährungsberaterin der HAG wenden.

Webseite: **www.hag-gesundheit.de/arbeitsfelder/gesund-aufwachsen/familie/ernaehrungspaedagogische-angebote**

Bunt, gemütlich, vielfältig nutzbar – Schulmensen der Zukunft sind im Flow.

Eine kleine Anekdote: Tofu bereiten die meisten Senior:innen selten zu. Er ist jedoch eine gesunde und klimafreundliche Alternative zu Fleisch. Beim Zubereiten eines Gemüsecurrys mit Tofu waren die Teilnehmenden zunächst skeptisch, doch nach dem Probieren reagierten sie durchweg positiv. Das Curry habe „unerwartet gut“ geschmeckt, so eine Teilnehmerin. Sehr oft betonen Teilnehmende, wie sehr sie sich über den Austausch und den Kontakt mit anderen freuen. Gemeinsam essen und trinken ermöglicht hier direkt und unkompliziert soziale Teilhabe.

GePeK: Die ersten GePeK-Gruppen starten erst im Sommer. Dass das Konzept hinter GePeK funktioniert, wurde bereits 2019 bis 2022 im Forschungsvorhaben „GUSTO – Gesund älter werden mit Genuss – Förderung der Ernährungskompetenz älterer Menschen in der Kommune“ an der Hochschule Coburg belegt. In Hamburg wurde es jetzt gemeinsam mit dem Forschungsleiter adaptiert.

Was sich Senior:innen speziell in Hamburg wünschen, können wir jetzt schon sagen: In Gesprächsrunden mit Ehrenamtlichen und Senior:innen hat sich unter anderem gezeigt, dass sie sich bessere Zugänge zu zuverlässigen Informationen rund um ausgewogene Ernährung wünschen. Von zentraler Bedeutung war außerdem die Machbarkeit: Wie können gesundheitsfördernde Mahlzeiten gut geplant werden? Was mache ich mit Resten? Diese Aspekte sind im GePeK-Konzept berücksichtigt. Alle GePeK-Angebote sind kostenfrei.

EPA: Die Eltern erhalten durch den Erwerb von Handlungsfertigkeiten mehr Sicherheit in der Umsetzung. Sie erleben in den Beratungen, dass auch andere Familien die gleichen Fragen und Probleme haben, was oft den Druck aus der Thematik nimmt. In der Nachbefragung attestieren die pädagogischen Fachkräfte ein besseres Hintergrundwissen zu Ernährungsthemen und bewerten die Ideen und Tipps zur Begleitung von Eltern besonders positiv.

VSSV: Rückmeldungen von Schulakteur:innen zeigen, dass eine gute Schulverpflegung weit über das reine Essen hinausgeht. Zwei Beispiele: Schüler:innen der Stadtteilschule Lurup berichten, dass Mitbestimmung ihre Wahrnehmung und ihr Verhalten in der Mensa verändert. Sie identifizieren sich stärker mit „ihrer“ Mensa und nehmen die Schulverpflegung mehr an. Alle Schulakteur:innen – von Schüler:innen bis zu Caterern – erkennen, dass eine angenehme Atmosphäre das soziale Miteinander stärkt und das Schulklima verbessert.

Auch unser Angebot „Tellerreste-Messaktion“, die Schüler:innen und Schulpersonal für Lebensmittelwertschätzung sensibilisiert, kommt sehr gut an: „Die Kinder strahlten uns am zweiten Tag an, wenn sie ihr Hungergefühl gut eingeschätzt haben und mit dem Teller ohne Reste ankamen.“ Oder: „Die Durchführung war einfach, die Materialien hilfreich – eine gelungene Aktion mit angemessenem Aufwand.“ – So oder so ähnlich lautet das Feedback zur kostenfreien Tellerreste-Messaktion, für die Schulen kostenfrei Materialien zur Umsetzung bei uns anfordern können.

HAG: Was wünscht ihr euch für euer Arbeitsfeld in den nächsten zehn Jahren?

EPA: Wir wünschen uns, dass wir in zehn Jahren in jedem Eltern-Kind-Zentrum und in jeder Elternschule in Hamburg Module zum Thema Ernährung (vom ersten bis zum dritten Lebensjahr) anbieten – kontinuierlich, in vierteljährlichem Abstand. Anschließende kurze Einzelberatungen bei Bedarf sowie eine regelhafte Essbegleitung beim Mittagessen (in den Einrichtungen) gehören dazu.

GePeK – Gemeinsam geht’s besser! Peers stärken die Ernährungs- und Gesundheitskompetenzen von Senior:innen im Quartier

- **Adressat:innen:** Senior:innen ab 65 Jahren, Einrichtungen (z. B. Nachbarschaftstreffs, Seniorenzentren, Stadtteilcafés)
- **Ziele:** Wissen vermitteln, Kompetenzen vermitteln, vernetzen
- **Finanzierung:** AOK Rheinland/Hamburg – die Gesundheitskasse
- **Laufzeit:** 2025 – Ende 2027
- **Alleinstellungsmerkmal oder Highlight:** kostenfreie Angebote für Senior:innen von geschulten Senior:innen – sogenannten Peers – an vertrauten Orten im Quartier.

Webseite: **www.hag-gesundheit.de/arbeitsfelder/gesundheit-im-alter/gepek-peers-staerken-ernaehrungskompetenz-von-seniorinnen-im-quartier**

Das Essen gemeinsam zubereiten: stärkt Selbstwirksamkeit und Gesundheitskompetenz

Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg

:: **Adressat:innen:** Senior:innen in der Häuslichkeit, (pflegende) Angehörige, Akteur:innen und Multiplikator:innen in der Seniorenarbeit, Mitarbeiter:innen von Mittagstischen und Mahlzeitendienstleistern, Pflegefachkräfte
:: **Ziele:** Wissen vermitteln, Kompetenzen vermitteln, sensibilisieren, vernetzen
:: **Finanzierung:** Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) im Rahmen des Nationalen Aktionsplans IN FORM, Behörde für Gesundheit, Soziales und Integration (Sozialbehörde)
:: **Laufzeit:** seit 2022 – Ende 2027
:: **Highlight:** Handreichung mit schnellen und einfachen Rezepten für eine Person. Webseite: hag-gesundheit.de/data/pages/Seniorenverpflegung-Handreichung-web/#0

Webseite: www.hag-gesundheit.de/arbeitsfelder/gesundheit-im-alter/vernetzungsstelle-seniorenernaehrung-hamburg

Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg

VSSV: Unsere Arbeit soll weiter dazu beitragen, dass eine gelingende Schulverpflegung als ein zentraler Baustein einer guten Schule betrachtet wird: Mit einer mindestens 60-minütigen und offen gestalteten Mittagspause, in der die Kinder und Jugendlichen im Ganztag selbst entscheiden können, wann und mit wem sie essen gehen oder ob sie erst Hausaufgaben machen oder parallele Angeboten nutzen möchten.

Ein großes Anliegen ist uns die Einrichtung einer Vernetzungsstelle Kitaverpflegung in Hamburg; denn Ernährungsgewohnheiten werden früh und an Orten der frühkindlichen Bildung wie Kitas geprägt. Eine Vernetzungsstelle Kitaverpflegung könnte hier Qualitätsstandards und die Umsetzung eines vollwertigen Verpflegungsangebotes für alle Kinder unterstützen.

Zudem wünschen wir uns eine stärkere Verzahnung der Schulmensen mit dem Quartier – als Orte des sozialen Miteinanders für alle Generationen. Schulverpflegung sollte als Teil einer gerechten, gesunden und nachhaltigen Ernährungsumgebung gesehen werden.

GePeK: Wir wünschen uns, dass alle Senior:innen befähigt sind, sich gesundheitsförderlich zu ernähren – unabhängig von Mobilität, Bildungsstand, finanziellen Mitteln und anderen Ressourcen. Essen soll außerdem ein verbindender Faktor sein, der Austausch und Miteinander im Quartier und gemeinsames Genießen ermöglicht.
VSSE: Für die Zukunft wünschen wir uns ein flächendeckendes kostengünstiges oder – noch besser – kostenfreies Angebot an Mittagstischen und Kochgruppen, das vor allem alleinstehenden Senior:innen die Möglichkeit bietet, gesundheitsförderliche Mahlzeiten einzunehmen und soziale Kontakte zu knüpfen.

Und wir schließen uns dem Wunsch der VSSV an: Wir würden gerne bestehende Einrichtungen, wie etwa Schulkantinen, stärker in den Stadtteil öffnen. So könnten neue Treffpunkte in der Nachbarschaft entstehen, an denen Menschen aller Altersgruppen zusammenkommen und gemeinsam eine leckere Mahlzeit genießen können.

Interviewpartnerinnen:
Carina Benthin, carina.benthin@hag-gesundheit.de
GePeK – Gemeinsam geht's besser! Peers stärken die Ernährungs- und Gesundheitskompetenzen von Senior:innen im Quartier

Silke Bornhöft, silke.bornhoeft@hag-gesundheit.de
Leitung Arbeitsbereich Ernährung und Gesundheit

Mia Schafmeister, mia.schafmeister@hag-gesundheit.de
Vernetzungsstelle Seniorenernährung Hamburg

Selina Wachowiak, selina.wachowiak@hag-gesundheit.de
Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hamburg

Mensaneugestaltung an der Stadtteilschule Lurup
Hrsg: Schulbehörde Hamburg (BSB), 2024
www.youtube.com/watch?v=fSU5J0D-lSY

Gute Ideen in die Umsetzung bringen

Fördermöglichkeiten für Projekte im Feld Gesundheitsförderung und Ernährung

Über verschiedene Förderprogramme können unter anderem Projekte rund um das Thema Ernährung und Gesundheit in Hamburg gefördert werden.

Die Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAG) berät und unterstützt Akteur:innen und Initiativen bei der Bewerbung um Fördermittel und fördert auch selbst Projekte. Förderfähig sind Projekte, die sich stark machen für:

:: den Aufbau und die Stärkung gesundheits- und teilhabefördernder Strukturen in den jeweiligen Lebenswelten und/oder

:: gesundheitsförderliche Verhaltensänderung und Kompetenzstärkung für einen gesunden Lebensstil in der jeweiligen Adressat:innengruppe.

Ob ein Projekt gefördert werden kann, ist abhängig von den jeweiligen Förderrichtlinien. Diese orientieren sich unter anderem am Leitfaden Prävention der Gesetzlichen Krankenkassen, den Good-Practice-Kriterien des Kooperationsverbundes Gesundheitliche Chancengleichheit oder den Inhalten der Landesinitiative Demenz.

Wer fördert?	Was wird gefördert?	Wer kann einen Antrag stellen?	Mehr Informationen
‚hamburg gemeinsam für prävention‘			
Gesetzliche Kranken- und Pflegekassen, Berufsgenossenschaften, Unfallkassen, Träger der gesetzlichen Rentenversicherung, gemeinsam mit dem Land Hamburg und den Bezirken und unter Beteiligung der Bundesagentur für Arbeit	:: Programme :: Projekte :: Preise	Vereine und Einrichtungen auf Stadtteil-, Bezirks- oder Länderebene mit Sitz in Hamburg	Förderübersicht: www.hag-gesundheit.de/fileadmin/hag/data/Arbeitsfelder/Gesundheit_in_der_Stadt/Geschaeftsstelle_Landesrahmenvereinbarung/HAG_Juni24_Programme_und_Fördermöglichkeiten.pdf Webseite: www.hag-gesundheit.de/arbeitsfelder/gesundheit-in-der-stadt/landesrahmenvereinbarung-umsetzung-des-praeventionsgesetzes-1
HAG-Projektförderung			
HAG mit Mitteln der Hamburger Krankenkassen (GKV) und die Hamburger Sozialbehörde im Rahmen von ‚hamburg gemeinsam für prävention‘	:: Projekte	Vereine und Einrichtungen auf Stadtteil-, Bezirks- oder Länderebene mit Sitz in Hamburg	Webseite: www.hag-gesundheit.de/projektfoerderung
Projektförderung der Landesinitiative Leben mit Demenz in Hamburg			
Fachstelle Leben mit Demenz in Hamburg in der HAG mit Mitteln der Hamburger Sozialbehörde	:: Projekte :: Veranstaltungen :: Öffentlichkeitsarbeit	bezirkliche Demenz-Netzwerke Hamburger Projekte und Initiativen, die als Teil der Landesinitiative Leben mit Demenz agieren	Webseite: www.hag-gesundheit.de/arbeitsfelder/gesundheit-im-alter/fachstelle-leben-mit-demenz-in-hamburg/projektfoerderung

Gemeinsames Essen füllt den Magen, lässt Menschen miteinander ins Gespräch kommen und sich weniger einsam fühlen.

Gerechte Ernährungsumgebung und soziale Teilhabe

Das Nachbarschaftsheim St. Pauli e.V.

Susanne Fink-Knodel

Der Nachbarschaftsheim St. Pauli e.V. macht vielfältige Unterstützungsangebote insbesondere für ältere, altersarme, (mehrfach) erkrankte Menschen des Viertels. Ein Schwerpunkt ist die Gesundheitsförderung der Besucher:innen mit vielfältigen Angeboten zur Ernährung. Es zeigt sich: Allein mit Beratung und Informationen lässt sich wenig beeinflussen. Die Bedeutung der Ernährungsumgebung wird direkt in der Praxis deutlich.

Das Nachbarschaftsheim St. Pauli und seine Besucher:innen

Die Bewegung der Nachbarschaftsheime kam ursprünglich aus Amerika und schuf Freizeiteinrichtungen für junge und ältere Menschen, die sich begegnen und füreinander Verständnis und Hilfsbereitschaft entwickeln sowie offen für die Nationalität, Religion oder politischen Auffassungen sein sollten. Der Verein Nachbarschaftsheim St. Pauli e.V. wurde 1952 gegründet und begann 1954 seine Arbeit – zunächst mit dem Fokus auf Kindern und Jugendlichen. 1966 wurde die Altentagesstätte eingerichtet.

Viele Besucher:innen des Nachbarschaftsheims St. Pauli haben eine Migrationsgeschichte. Sie sind überwiegend ehemals türkische und kurdische „Gastarbeiter:innen“ und/oder Menschen aus St. Pauli, die in der Gastronomie, Hauswirtschaft oder als Sexarbeiter:innen gearbeitet und gelebt haben. Viele Besucher:innen können nicht (gut) lesen oder schreiben, haben Schwierigkeiten mit komplexen Informationen und behördlichen oder medizinischen Anträgen. Hinzu kommen Sprachbarrieren. Ihr Leben ist von vielen Arten der Benachteiligung geprägt. Sie erleben Diskriminierung wegen ihres Geschlechts, geringer Bildung, Armut, Herkunft, schlechter Gesundheit, hohen Alters oder ihres sozialen und wirtschaftlichen Status. Aufgrund des Alters besteht häufig keine Aussicht darauf, diesen Zustand verändern zu können. Diese Voraussetzungen machen soziale und digitale Teilhabe kaum möglich. Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit sind schwierig zu erlangen. Gesundheitlich führen diese Faktoren zu Einschränkungen sowie psychischen, somatischen oder psychosomatischen Erkrankungen.

> Ziel des Nachbarschaftstreffs ist es, die gesundheitliche Situation der Menschen zu verbessern und ihre Selbstwirksamkeit zu stärken.

Teilhabe ist das Ziel! Angebote zu Ernährung und Gemeinschaft

Alle Angebote des Nachbarschaftsheims sollen zur Teilhabe beitragen. Daher sind sie niedrigschwellig und (fast) kostenfrei gestaltet. Zu diesen gehören unter anderem ein offener Treff mit Spiele- und Austauschangeboten, die Lebensmittelausgabe der Hamburger Tafel, soziale Beratung, Info-Veranstaltungen zu Themen wie Vollmachten, Patient:innenverfügung oder Pflege, Bewegungsangebote, eine Männergruppe, Grundbildungs- und Deutschkurse für ältere Migrant:innen, eine Fotogruppe, aber auch Feiern und Ausflüge. Die Mitarbeitenden vor Ort sind für die Besucher:innen täglich ansprechbar und unterstützen bei Anliegen aller Art. So werden auch Notfall-Situationen erkannt, die unmittelbare medizinische Hilfe erfordern.

Gastfreundschaft und Wohlfühlen stehen an erster Stelle. Offenheit der Mitarbeitenden sowie der Besucher:innen gegenüber verschiedenen Nationaltäten und Lebensentwürfen sind Voraussetzung, um in einem Raum friedlich miteinander Zeit zu verbringen, zusammen zu essen, sich auszutauschen, zu spielen, zu feiern, zu tanzen, zu lachen, zu diskutieren, zu streiten.

Gemeinsames Essen erfüllt dabei mehrere Bedürfnisse: Es füllt den Magen, lässt Menschen miteinander ins Gespräch kommen und sich weniger einsam fühlen. Somit ist es ein wichtiger Teil einer Psychohygiene für einsame und alleinlebende ältere Menschen. Die Lebensmittelspenden der Hamburger Tafel sind dabei ein wichtiger Teil zur Bewältigung der Folgen von Altersarmut. Das eingesparte Geld ermöglicht Freiräume, um selbstbestimmter einkaufen zu können. Das Nachbarschaftsheim als Ort der Ausgabe ermöglicht soziales Miteinander. Ein Beispiel: Die Besucher:innen suchen sich ohne Stress die Lebensmittel aus. Während sie zusammensitzen, probieren sie gemeinsam einzelne (für sie neue) Lebensmittel. Häufig tauschen sie sich über Rezepte, bislang unbekannte Lebensmittel oder das Kochen zuhause aus. Die Mitarbeiter:innen geben gerne Tipps und Rezepte weiter. So lernen alle gemeinsam. Ein Mittagstisch kann zurzeit nicht angeboten werden. Es fehlt an Spenden. Eine Weiterfinanzierung wird gesucht. Durch die Organisation des Treffpunkts und die Art der Lebensmittelverteilung können wir jedoch regelmäßig etwas zu essen anbieten, zum Beispiel Sandwiches, Joghurt, Müsli. Lebensmittel, die gekocht werden müssen, nehmen die Besucher:innen mit nach Hause. Die Lebensmittelauswahl und die ergänzenden Angebote des Nachbarschaftsheims verhindern so in vielen Fällen Mangel- und Unterernährung.

Gemeinsam kochen und zusammen frühstücken: Diese Angebote für ältere, einsame, alleinlebende Männer ermöglichen vor allem den Austausch und Kontakt miteinander. Grundsätzlich wird vegetarisch und ausgewogen gekocht. Immer im Blick: die einfache Umsetzung und geringe Kosten. Die Angebote sollen in die Lebensrealität der Menschen passen. Sie werden von einem Sozialarbeiter begleitet.

Was es noch braucht für mehr Gerechtigkeit und soziale Teilhabe

Die überwiegende Zahl der Besucher:innen hat hart gearbeitet, ist armutsbetroffen, krank und stirbt durchschnittlich früher. Sie sind nicht in der Lage, sich aktiv politisch oder rechtlich für ihre Interessen zu engagieren. Dafür braucht es Anwaltschaft in der Politik und Zivilgesellschaft, die sich für strukturelle Maßnahmen und Angebote wie den Nachbarschaftstreff stark machen und diese ausbauen. Ziel sollte es dabei sein, die Lebenssituation und gesundheitliche Situation der Menschen zu verbessern sowie ihre Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit zu stärken.

Autorin: **Susanne Fink-Knodel, Sozialarbeiterin (M. A.), Nachbarschaftsheim St. Pauli e.V., info@nbhstpauliat.de**

BESSER gesund leben

Ein Angebot zu Gesundheitsförderung und Prävention für Menschen mit intellektuellen Beeinträchtigungen

Birgit Pohler, Sandra Wilsdorf

Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen stellen im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung eine gesundheitlich vulnerable Gruppe dar. Sie haben ein größeres Risiko für bestimmte Erkrankungen, ihre Morbiditäts- und Mortalitätsraten sind erhöht. Gleichzeitig stoßen sie auf strukturelle Barrieren im Gesundheitssystem und weisen oftmals eine niedrigere Gesundheitskompetenz auf. Differenzierte Bildungs- und Unterstützungsangebote fehlen. Diesem Ungleichgewicht begegnet die Evangelische Stiftung Alsterdorf mit ihrer Intervention zu Gesundheitsförderung und Prävention „BESSER gesund leben“.

Frau H. lebt zusammen mit ihrem Partner. Von ihrer Arbeit fühlt sie sich oft gestresst und isst dann sehr viel. Sie hat deshalb massives Übergewicht, fühlt sich unwohl in ihrem Körper, ist häufig erschöpft und traurig. Außerdem leidet sie unter einer Unterfunktion der Schilddrüse. Als sie über ihre Assistentin von dem Projekt „BESSER gesund leben“ erfährt, nimmt sie Kontakt auf und wird eine von rund 250 Hamburger:innen mit intellektuellen Beeinträchtigungen, die von dem neuen Versorgungsansatz bereits profitiert haben.

Individuelle Begleitung für mehr Gesundheit

Im Rahmen des Projektes wurden diese von spezialisierten Gesundheits- und Pflegeexpert:innen über den Zeitraum von einem Jahr begleitet und darin unterstützt, ihren Alltag gesünder zu gestalten. Die Idee: Durch stärkere soziale Teilhabe an Präventions- und Gesundheitsförderungsangeboten in den vier Handlungsfeldern Bewegungsgewohnheiten, Ernährung, Stress- und Ressourcenmanagement, Suchtmittelkonsum sollen die individuelle Gesundheitssituation, Resilienz und gesundheitsbezogene Lebensqualität verbessert werden. Dabei stehen die Interessen der Adressat:innen im Vordergrund. Empowerment, Selbstwirksamkeit und Resilienz werden gestärkt, die Gesundheitskompetenz wird gefördert. Die Begleitung ist individuell und findet aufsuchend statt.

Abb. 1: Präventionsplan, erstellt von Sophie B. Santos

Angebote sozialraumorientiert miteinander verknüpfen

Die Gesundheits- und Pflegeexpert:innen sind regional verankert – in jeweils einem der sieben Hamburger Bezirke. Sie vernetzen Angebote der Prävention und Gesundheitsförderung sektorenübergreifend, interdisziplinär und zielgruppenspezifisch miteinander und koordinieren die Leistungserbringung sowie deren Akteur:innen kooperativ.

Dafür haben sie zu Beginn der Intervention zunächst Sozialraumanalysen zu regionalen Präventions- und Gesundheitsförderungsoptionen vorgenommen und dabei entsprechende Angebote identifiziert und auf ihre Zugänglichkeit hinsichtlich Barrieren und Zielgruppenorientierung eingeschätzt. Dabei kam das Tool „Standortanalyse“ der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. zum Einsatz.

Handlungsleitend für die Gesundheits- und Pflegeexpert:innen ist das Konzept der Sozialraumorientierung nach Hinte: Ausgangspunkt jeglicher Arbeit ist der Wille des Menschen.

Auf dieser Grundlage entwickeln die Gesundheits- und Pflegeexpert:innen gemeinsam mit den Teilnehmenden individuelle Ziele und zugehörige Maßnahmen in den vier oben genannten Handlungsbereichen der Prävention. Eine wichtige Rolle spielt dafür die zuvor erstellte biographieorientierte Ressourcen- und Netzwerkkarte, die individuelle Ressourcen, Bedarfe und Bedürfnisse sowie soziale Beziehungsgefüge und mögliche Unterstützungen aufzeigt. Die gesundheitliche Situation der Teilnehmenden wird mit zielgruppen- und interventionsspezifisch angepassten Assessments ermittelt.

Wichtig für eine barrierearme Verständigung: Leichte Sprache, Bildkarten und andere Mittel der Unterstützten Kommunikation.

Bedarfe und Ressourcen der Menschen bestimmen die partizipative Umsetzung

Die gemeinsam identifizierten Maßnahmen sowie mögliche Erfolgsparameter werden in einem partizipativ gestalteten Präventionsplan (s. Abb. 1) festgehalten. Dieser individuelle Plan wird regelmäßig überprüft und gegebenenfalls angepasst.

Zum Ende erstellen Teilnehmende:r und Expert:in einen finalen Präventionsplan. Dieser enthält gemeinsam vereinbarte Maßnahmen, welche über das Projekt hinaus weitergeführt werden.

Neben der individuellen Begleitung finden zur Förderung der Gesundheitskompetenz, der Motivation und des Empowerments Gruppenschulungen in den vier Handlungsfeldern der Prävention statt. Diese sind auf die besonderen Bedürfnisse und Bedarfe der Adressat:innen ausgerichtet.

Der Einsatz von Leichter Sprache, Bildkarten sowie je nach individuellem Bedarf weiteren Mitteln der Unterstützten Kommunikation ermöglichen eine barrierearme Kommunikation. Auch hinsichtlich der barrierearmen Kommunikation wurde der wissenschaftliche Titel des Projektes „FaPP MgB: Fallmanagement und Pflegexpertise als Präventionsansatz für erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung“ gemeinsam mit Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung in „BESSER gesund leben“ verändert.

„BESSER gesund leben“ – ein innovatives Modell für die Regelversorgung?!

Finanziert wurde „BESSER gesund leben“ für drei Jahre vom Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses der gesetzlichen Krankenkassen. Konsortialpartner waren die Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg, die Hochschule Bielefeld, AOK Rheinland/Hamburg, Mobilkrankenkasse und das Deutsche Krankenhausinstitut, außerdem Träger der Eingliederungshilfe wie alsterdorf assistenz ost und west, Leben mit Behinderung und Sozialkontor. Nach dem Ende dieser Phase wird nun geprüft, ob die Intervention in die Regelversorgung übernommen werden kann.

Und Frau H.? Die hat eine Ernährungsberatung aufgesucht und es mit Hilfe der Yuka-App geschafft, ihr Essverhalten zu ändern: Sie kocht jetzt gesünder, geht wöchentlich ins Fitnessstudio und fühlt sich weniger gestresst. Ihre Schilddrüsenunterfunktion ist medikamentös gut eingestellt, und sie hat während der Begleitung sechs Kilo abgenommen. Anschließend hat sie eine operative Magenverkleinerung vornehmen lassen und ist inzwischen schon 20 Kilo leichter. „BESSER gesund leben“ hat ihr Leben in Bewegung gebracht.

Autorinnen: **Birgit Pohler, Sandra Wilsdorf, Evangelische Stiftung Alsterdorf, BESSER gesund leben, birgit.pohler@alsterdorf.de, www.gesundheit-fuer-alle.jetzt/**

Literatur bei den Verfasserinnen

Tausend Töpfe – was Essen uns angeht

Eine Ausstellung im MARKK

Wie und was wir essen, geht uns alle an – in unterschiedlicher Weise. Das MARKK – Museum am Rothenbaum Kulturen und Künste der Welt – hat mit rund fünfzig verschiedenen Menschen zusammengearbeitet, die ihre Expertise und Geschichten ins Museum bringen. Wie wichtig Essen für uns alle ist, zeigt die Ausstellung „Tausend Töpfe – was Essen uns angeht“.

Die Ausstellung wurde gemeinsam mit Hamburger:innen umgesetzt, denn jeder Mensch hat seine ganz eigene Geschichte und Erinnerungen, die eng mit Essen verknüpft sind. Die Ausstellungsplaner:innen sprachen Menschen auf Wochenmärkten an und tauschten sich über Rezepte aus. Es gab Kochveranstaltungen und Workshops über Geschmacksveränderungen oder an Essen geknüpfte Erinnerungen. Gezielt wurden Personen und Gruppen angesprochen, die eine besondere Perspektive auf Ernährung und Kolonialwaren, Landwirtschaft, Migration oder Nachhaltigkeit haben.

Thema Essen im Dialog zwischen Gegenständen des Museums und der Stadtgesellschaft.

Die Beteiligten erzählten, wie sich in Gerichten und Geschmack schöne und schmerzhafte Erinnerungen, Beziehungen oder auch Ausgrenzung ausdrücken. Oder davon, wie sich das Lebensmittelangebot und ihre Essgewohnheiten durch Migration verändert haben. Die Ausstellung zeigt mitgebrachte Gedichte, Fotografien, Videos, Erinnerungsstücke oder Interviews der Beitragenden. Teilnehmende haben Objekte aus dem Museum ausgewählt, die sie mit ihren Erlebnissen und Erfahrungen verbinden. So entsteht über das Thema Essen ein Dialog zwischen den Gegenständen des Museums und der Stadtgesellschaft. Essgeschirr, Transportbehältnisse oder Lebensmittelproben zeugen von Kolonialismus und europäischen Ess- und Körpernormen, aber auch von alternativen Wissensformen, was gesund ist und wie nachhaltig angebaut werden kann. Diese Zusammenschau eröffnet überraschende Perspektiven, stellt bislang kaum gezeigte Dinge aus dem Museumsfundus vor und macht persönliche und politische Ebenen von Essen greifbar.

Die Ausstellung hält fünf Themenfelder bereit:

- Unersättliche Märkte: welche Auswirkungen globale Märkte auf unsere Gesundheit und Umwelt haben
- Verbinden und Ausschließen: wie Essen Menschen zusammenbringt – aber auch ausgrenzen kann
- Erinnerungen: wie Geschmack und Gerüche persönliche Erinnerungen wecken und wie sie im kollektiven und kulturellen Gedächtnis verankert sind
- Geschmacksflexibilität: wie wir unsere Essgewohnheiten anpassen, neue Geschmäcker entdecken können und kulinarische Traditionen vermischen können
- Mitmachen: in Workshops und Veranstaltungen die eigenen Geschichten und Rezepte teilen

Ausstellung
Tausend Töpfe – was Essen uns angeht
bis 2. November 2025

MARKK – Museum am Rothenbaum
Rothenbaumchaussee 6 | 20148 Hamburg
www.markk-hamburg.de

Hamburger Gesundheitspreis

Jetzt für den Hamburger Gesundheitspreis 2026 bewerben!

Schwerpunktthema: Respekt. Sicherheit. Gesundheit. Umgang mit Gewalt im Betrieb

Gewalt im Betrieb ist ein komplexes Phänomen, das alle Branchen betrifft und häufig tabuisiert ist. Die Auswirkungen auf die Gesundheit der Betroffenen und das Miteinander im Unternehmen sind weitreichend.

Tabus brechen, wirkungsvolle Strategien sichtbar machen

Die HAG sucht deshalb vorbildliche Konzepte, Maßnahmen und Strategien zum Umgang mit Gewalt und zur Gewaltprävention im Unternehmen, die den Schutz und die Gesundheit der Mitarbeitenden in den Mittelpunkt stellen.

Bewerben können sich Unternehmen aller Formen, aller Größen, aller Branchen bis zum 31. Oktober 2025.

Noch Fragen zum Bewerbungsprozess oder zum Schwerpunktthema?

Kostenfreie Informations- und Beratungsworkshops immer von 9:00 – 11:00 Uhr

- Donnerstag, 21. August 2025 | hybrid
- Dienstag, 9. September 2025 | hybrid
- Donnerstag, 9. Oktober 2025 | online

Mehr Informationen:
www.hag-gesundheit.de/hamburger-gesundheitspreis

Der HGP wird gefördert aus Projektmitteln der BGF-Koordinierungsstelle Hamburg, durch die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV) – Landesverband Nordwest und die Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW). Die Arbeit der HAG im Rahmen des HGP wird finanziert aus Mitteln der Hamburger Sozialbehörde. Die operative Umsetzung erfolgt in Kooperation mit Arbeit & Gesundheit e.V.

Impressum

Herausgeberin:
Hamburgische Arbeitsgemeinschaft
für Gesundheitsförderung e.V. (HAG)
Hammerbrookstraße 73 | 20097 Hamburg
Telefon: 040 288 03 64-0 | Fax: 040 288 03 64-29
E-Mail: buero@hag-gesundheit.de
Internet: www.hag-gesundheit.de
V.i.S.d.P.: Petra Hofrichter

Redaktion:
Stephanie Schluck | Dörte Frevel | Petra Hofrichter

Beiträge:
Dr. Andreas Aust | Dr. Carsten Bargmann | Carina Benthin | Silke Bornhöft | Susanne Fink-Knodel | Dr.in Sophie Harms | Melanie Humboldt | Lisa Kühl | MARKK – Museum am Rothenbaum | Birgit Pohler | Mia Schafmeister | Stephanie Schluck | Dr.in Anja Simmet | Dr.in Meike Ernestine Tecklenburg | Prof.in Dr.in Nanette Ströbele-Benschop | Dr.in Irina Volf | Kristin Volke | Selina Wachowiak | Sandra Wilsdorf

Koordination: Stephanie Schluck
Gestaltung: MedienMélange: Kommunikation!
Auflage: 1.500 | klimaneutral gedruckt
ISSN: 1860-7276
Erscheinungsweise: 2x jährlich (Juni und Dezember)

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des:der Autor:in wieder, nicht unbedingt die der Redaktion.

Titelbild: MedienMélange: Kommunikation! / iStock.com

Fotos: iStock.com / A-Digit (S. 5), iStock.com / SolStock (S. 6), iStock.com / zoranm (S. 8), iStock.com / dstaerk (S. 10), iStock.com / Ekaterina Osetrova (S. 11), MedienMélange: Kommunikation! / iStock.com (S. 12), iStock.com / SilviaJansen (S. 14/15), © Selina Wachowiak (S. 16), © Levin Grams (S. 16/19), © HAG (S. 16/20), © Yilmaz Kocarsla (S. 19), iStock.com / lineartestpilot (S. 21), © Susanne Fink-Knodel (S. 22), © Sophie B. Santos (S. 24), © Max Schroeter (S. 25), © MARKK Foto: Paul Schimweg (S. 26)

Sie können StadtpunkteTHEMA kostenlos bestellen oder digital abonnieren unter www.hag-gesundheit.de/medien/stp-thema/abo.

Die Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAG) macht sich für soziallagenbezogene Gesundheitsförderung und Prävention in Lebenswelten stark. Sie arbeitet auf Grundlage der Ottawa-Charta. Ihr Ziel ist, das körperliche, seelische und soziale Wohlbefinden der Hamburger Bevölkerung zu stärken. Als landesweites Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung organisiert sie Netzwerke, koordiniert fachlichen Austausch, berät Institutionen, Einrichtungen und Initiativen, bietet Qualifizierungsangebote, unterstützt Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsförderung, informiert zu aktuellen Fragen und fördert Projekte von Dritten. Die HAG ist unabhängig und gemeinnützig. Ihre Arbeit wird finanziert aus Mitteln der Behörde für Gesundheit, Soziales und Integration (Sozialbehörde) sowie aus Projektmitteln von Krankenkassen (GKV) und anderen Trägern.

Termine der HAG und des HAG-Kontors _ eine Auswahl

Informations- und Beratungsworkshops zur Bewerbung für den Hamburger Gesundheitspreis 2026
1. Juli (online), 21. August (Handelskammer Hamburg), 9. September (Handelskammer Hamburg), 9. Oktober (online) 2025, jeweils 9:00 – 11:00 Uhr
Hintergrundinformationen zum Schwerpunktthema „Respekt. Sicherheit. Gesundheit. Umgang mit Gewalt im Betrieb“ und Unterstützung bei der Erstellung der Bewerbung

Offener MHFA Ersthelfer-Kurs Youth für psychische Gesundheit
8. Juli, 14. – 18. Juli, 21. Juli 2025, 8:00 – 10:00 Uhr (online),
10./11. Juli 2025, HAG, 16./17. Oktober 2025, 9:30 – 17:00 Uhr, HAG
14-stündiger Kurs für Eltern, Lehrer:innen, Trainer:innen in Sportvereinen, Mitarbeitende in Kitas oder der Jugendhilfe, um Erste Hilfe für psychische Gesundheit bei Jugendlichen zwischen 12 und 18 Jahren zu leisten

Gesundheitliche Belastungen bei Kindern: Bedeutung und Unterstützungsmöglichkeiten für die Familie
11. September 2025, 13:00 – 14:00 Uhr (online)
Informationsveranstaltung zum Elternprogramm AUStauschZEITEN und zur Kinder- und Jugendreha für Fachkräfte, die in der Beratung von Familien und Kindern tätig sind

Offener MHFA Ersthelfer-Kurs für psychische Gesundheit
17./18. September 2025, 9:00 – 12:00 und 13:00 – 16:00 Uhr, HAG
1./2. Oktober 2025, 9:00 – 12:00 und 13:00 – 16:00 Uhr, HAG
12-stündiger Kurs zur Qualifikation als Ersthelfende:r für psychische Gesundheit

Weiterbildung zum:r Referent:in Schatzsuche
Grundlagenmodule: 8./9. Oktober, 13./14. November 2025
Praxismodule Schatzsuche Basis: 27./28. November 2025
Praxismodule Schatzsuche Schule in Sicht: 4./5. Dezember 2025
jeweils 9:00 – 16:00 Uhr, Sozialpädagogisches Fortbildungszentrum und online
Qualifizierung für pädagogische Fachkräfte in Kindertagesstätten, Vor- und Grundschulen und anderen Einrichtungen, die ihre Zusammenarbeit mit Eltern stärken möchten

Weitere Termine

Kongress Pakt für Prävention 2025: Mitgestalten?! Gesundheitsförderung, Demokratie, Beteiligung
17. September 2025, 9:15 – 15:00 Uhr, HafenCity Universität Hamburg (HCU)
Gesundheit fördern, Demokratie leben, Zukunft gestalten – wie hängt das zusammen? Wie können Beteiligungsverfahren erfolgreich umgesetzt werden? Die Sozialbehörde veranstaltet den Kongress in Kooperation mit der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAG)

Aktionstage Demenz 2025: Mensch sein und bleiben
19. – 28. September 2025, verschiedene Orte in Hamburg

Weitere Veranstaltungen unter www.hag-gesundheit.de und www.hag-kontor.de

StadtpunkteTHEMA jetzt auch digital abonnieren!

Ab sofort können Sie die aktuelle Ausgabe digital zugesendet bekommen.

Steigen Sie jetzt auf ein digitales Abo um oder ergänzen Sie Ihr Print-Abo.

Ich bin dabei!

www.hag-gesundheit.de/medien/stp-thema/abo