

JUBILÄUM 30 JAHRE DGE-SEKTION MV

Thema: **Ernährung in Wissenschaft und Praxis für Mecklenburg-Vorpommern**

Wann: 23. November 2023 von 10:00 bis 16:00 Uhr

Wo: Veranstaltungszentrum des MRV -Die Viehhalle- Speicherstraße 11 in 18273 Güstrow

Schirmherrschaft:

Ministerin Jacqueline Bernhardt, Ministerium für Justiz, Gleichstellung und Verbraucherschutz in MV (angefragt)

PROGRAMM

10:00

Begrüßung

- Prof. Dr. Jörg Meier, wissenschaftlicher Leiter der DGE-Sektion MV
- Ministerin Jacqueline Bernhardt, Ministerium für Justiz, Gleichstellung und Verbraucherschutz in MV
- Dr. Kiran Virmani, Geschäftsführerin der DGE e. V.

10:45

Gesundheitsfördernd und nachhaltig: die neuen lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen der DGE

- Prof. Dr. Bernhard Watzl, Präsident der DGE e. V.

11:30

Wir für Euch – Ernährung und Verpflegung in den Lebenswelten

- DGE-Sektion MV
- Vernetzungsstelle Kita-Verpflegung
- Vernetzungsstelle Schulverpflegung
- IN FORM Projekte der Vernetzungsstelle Schulverpflegung
- Vernetzungsstelle Seniorenernährung

12:20



Mittagspause (70 Minuten)
(auf Selbstzahlerbasis)



13:30

Workshop Runde 1: Wählen Sie einen Workshop aus

14:15

Pause (15 Minuten)

14:30

Workshop Runde 2: Wählen Sie einen Workshop aus

15:15

Pause (15 Minuten)

15:30

Präsentationen der Ergebnisse aus den Workshops und Resümee

JUBILÄUM 30 JAHRE DGE-SEKTION MV

Workshop 1: Auf den Geschmack gekommen - Zuckeralternativen im Vergleich



Leitung: Prof. Dr. Jörg Meier und Gesine Roß, DGE-Sektion MV

Inhalt: Von A wie Agavendicksaft und Ahornsirup über Gerstenmalz, Honig, Obstdicksäfte, Reissirup bis Z wie Zucker aus Kokosblüten. Die Auswahl an süßenden Lebensmitteln und Produkten wird immer größer. Oft werden sie als gesündere Alternative zu Rüben- und Rohrzucker ausgelobt. Aber stimmt das wirklich? In diesem Workshop stellen wir Ihnen verschiedene Zuckeralternativen vor. Welche Vor- und Nachteile haben die süßenden Lebensmittel im Vergleich zum Haushaltszucker, wie sind sie ernährungsphysiologisch zu bewerten und wie praxistauglich sind sie bei der Verarbeitung in der Küche? Nutzen Sie den Workshop, um die verschiedenen Zuckeralternativen sensorisch testen und analysieren. Denn diese Lebensmittel "können nicht nur süß" - sie bieten ganz unterschiedliche Geschmacks- und Aromaerlebnisse wie z. B. malzig, nussig, karamellartig oder sogar harzig. Anschließend erwartet Sie ein kleines Geschmacksexperiment: Seien Sie gespannt!

Workshop 2: Toolbox Verhaltensänderung - Die gesunde Auswahl zur einfachen Auswahl machen



Leitung: Dr. Sylvana Prokop und Meike Halbrügge, Vernetzungsstelle Schulverpflegung in MV

Inhalt: Der Außerhaus-Verpflegung kommt im Rahmen der Gesundheitsförderung eine immer größere Aufgabe zu. Sie ist mehr als nur Sattmachen, denn sie trägt auch zur Prävention und Ernährungsbildung bei. Doch wie kann es gelingen, dass diese Maßnahmen wirken und Essensteilnehmer*innen sich so entscheiden, dass sie das gesunde Angebot dem ungünstigeren Essen vorziehen oder doch zum Apfel statt zum Schokoriegel greifen.

Wie funktionieren Entscheidungen, wie kann die Essumgebung so gestaltet werden, dass die gesunde Auswahl zur leichteren Auswahl wird und auf die Entscheidung des Essensteilnehmers eingewirkt werden, oder ist da der Eingriff in die Persönlichkeitsrechte schon zu groß und Freiheitsrechte werden beschnitten? Zu all diesen Fragen und was Nudging bedeutet erhalten Sie im Workshop Antworten, die mit Erfahrungen aus der Praxis ergänzt werden.



Workshop 3: Hülsenfrüchte - Die regionalen Kraftpakete

Leitung: Zoe Louis und Katharina Kutzner, Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung in MV

Inhalt: Linsen, Bohnen und Erbsen auf den Speiseplänen nehmen an Bedeutung immer mehr zu, da diese für eine gesundheitsförderliche und nachhaltige Verpflegung geeignet sind. Sie sind bunt, vielfältig und können sehr abwechslungsreich eingesetzt werden. Auch der DGE-Qualitätsstandard empfiehlt den Einsatz von Hülsenfrüchten.

In diesem Workshop werden wir uns mit den Vorteilen und Eigenschaften der regionalen Kraftpakete beschäftigen und auch einige kreative Rezeptideen testen. Insbesondere in der Kita- und Schulverpflegung können Hülsenfrüchte auch gut in der Ernährungsbildung platziert werden, was wir ebenso mit Experimenten und Best-Practice-Ideen vorstellen wollen.

Nutzen Sie gern diesen Workshop, um sich gemeinsam mit anderen zu diesem Thema auszutauschen, die Vielseitigkeit der Hülsenfrüchte kennenzulernen und um leckere Rezeptideen für Ihren Zuständigkeitsbereich mitzunehmen.



JUBILÄUM 30 JAHRE DGE-SEKTION MV



Workshop 4: Einfach machen! Genuss und Lebensfreude am Essen und Trinken

Leitung: Simone Gladasch, Vernetzungsstelle Seniorenernährung MV und Danny Strübing, Leiter Verpflegungsservice im Pflegeheim Neubrandenburg gGmbH

Inhalt: Mahlzeiten haben eine sehr hohe gesundheitliche, emotionale, kulturelle und nicht zuletzt soziale Bedeutung. Sie geben dem Tag Struktur und sollen in erster Linie Genuss und Freude bringen. Für den Erhalt der Gesundheit und der Selbstständigkeit spielt eine bedarfsgerechte, vielfältige und genussvolle Ernährung und Verpflegung eine zentrale Rolle. Ob zu Hause, in einer Tagespflege oder einer stationären Senioreneinrichtung, die Anforderungen reichen von Wünschen und Bedürfnissen „rüstiger und selbstständiger“ Senior*innen, bis hin zu speziellen Angeboten und Kostformen für kranke und pflegebedürftige ältere Menschen. Zusätzlich sollten individuelle Essensvorlieben, Abneigungen, Gewohnheiten und Rituale ebenso beachtet werden. Eine große Herausforderung für alle Akteur*innen in der Seniorenernährung und -verpflegung. Im Workshop zeigt Ihnen Danny Strübing, mit einem beeindruckenden Erfahrungsbericht, die Chance, Gesundheit und Wohlbefinden der Senior*innen zu fördern, ihnen Wertschätzung entgegenzubringen und mehr Freude und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen. Anschließend werden verschiedene (angereicherte) Smoothies zubereitet und verkostet.



Gut zu wissen



Nun haben Sie die Qual der Wahl! Wählen Sie zwei Workshops aus, an denen Sie teilnehmen möchten. Pro Workshop können max. 20 Personen teilnehmen. Die Belegung erfolgt nach Eingang der Anmeldung. Details bitte bei der Anmeldung beachten!



Anmeldung unter www.dge-mv.de
oder
Gesine Roß: info@dge-mv.de



Teilnahmegebühr: **15,00 Euro**
Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung.



Für das Mittagessen (auf Selbstzahlerbasis) ist das Restaurant "Barlachstuben" vor Ort.
Getränke stehen kostenfrei zur Verfügung.