

# GUSTO

Gemeinsam gesund  
älter werden mit Genuss

## FÖRDERUNG DER ERNÄHRUNGSKOMPETENZ ÄLTERER MENSCHEN IN DER KOMMUNE

Katrin Neher

Hochschule Coburg

Institut für angewandte Gesundheitswissenschaften

[katrin.neher@hs-coburg.de](mailto:katrin.neher@hs-coburg.de)

09561/317-207

[www.hs-coburg/iag](http://www.hs-coburg/iag)



HOCHSCHULE COBURG

laG

INSTITUT FÜR ANGEWANDTE  
GESUNDHEITSWISSENSCHAFTEN

Gesund. Leben. Bayern.



gefördert durch

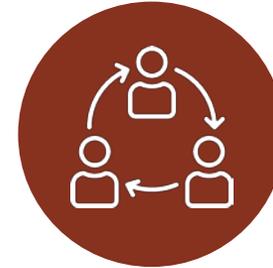
Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit und Pflege



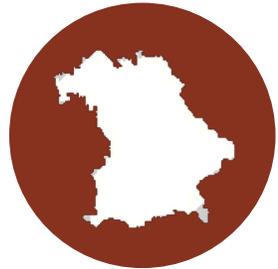
# GUSTO IM ÜBERBLICK



Kostenloses  
Gruppenprogramm für  
Personen ab 65 Jahren



Stärkung der sozialen  
Integration



Bayernweite  
Durchführung



Kooperation mit  
sozialen Einrichtungen



Förderung der  
Ernährungskompetenz



Peer-Moderation im  
Tandem

# ZIELE

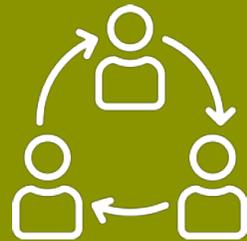
Ernährungs-  
kompetenz  
(Food Literacy)



Gesundheits-  
kompetenz  
(Health Literacy)



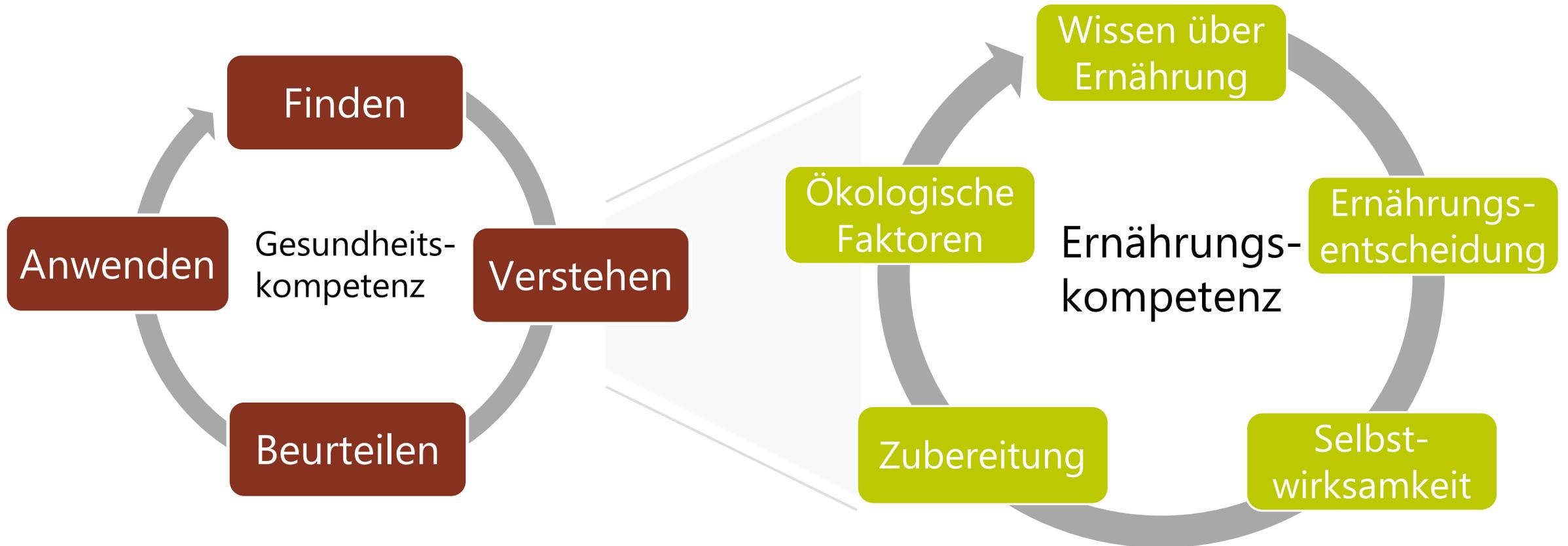
Soziale  
Integration



Schwer  
erreichbare  
Personengruppen



# HEALTH & FOOD LITERACY



# ZEITPLAN



05/2019

PROJEKTSTART



06/2019 – 12/2019

ENTWICKLUNG UND  
VORBEREITUNG DER  
INTERVENTION



01/2020 – 12/2020

INTERVENTION



01/2021 – 04/2021

NACHHALTIGKEIT  
UND EVALUATION

# INTERVENTION



*Jetzt genieße ich!*



24 Gruppentreffen  
à 90-120 Minuten



Peer-Moderation  
im Tandem



Gruppentreffen mit  
theoretischen &  
praktischen Inhalten

Ausflüge zu regionalen  
Produzenten

Alte Rezepte neu  
entdecken

Treffen mit  
Ernährungsexperten

# EVALUATION



24 Gruppentreffen zu gesundheits-  
und ernährungsspezifischen Themen



Ausgangslage zu  
Food Literacy &  
Health Literacy

Akzeptanz,  
Zufriedenheit &  
Wirksamkeit

# GUSTO STÄRKEN

Durchführung  
mit sozialen  
Einrichtungen

Peer-  
Moderation  
im Tandem

Regionales  
Kochbuch

Nachhaltiges  
Konzept

Weitere  
Schulungen  
für Gruppen-  
leitung

# KONTAKT

**Katrin Neher (B. Sc.)**  
Projektkoordinatorin

Tel.: 09561/317-207

E-Mail: [katrin.neher@hs-coburg.de](mailto:katrin.neher@hs-coburg.de)

[www.hs-coburg/iag](http://www.hs-coburg/iag)



HOCHSCHULE COBURG

laG

INSTITUT FÜR ANGEWANDTE  
GESUNDHEITSWISSENSCHAFTEN

*GUSTO*

Gemeinsam gesund  
älter werden mit Genuss