

Pressemitteilung

Gesellschafter:

- AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen
- BKK Landesverband Süd
- IKK classic
- KNAPPSCHAFT, Regionaldirektion Frankfurt
- SVLFG als landwirtschaftliche Krankenkasse
- Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek), Landesvertretung Hessen

ARGE GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen
Geschäftsstelle

Luisa Wieczorek

c/o Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek),

Landesvertretung Hessen

Walter-Kolb-Straße 9-11

60594 Frankfurt

Pressekontakt:

Heike Kronenberg

Tel.: 0 69 / 96 21 68 – 20

Fax: 0 69 / 96 21 68 – 90

E-Mail: heike.kronenberg@vdek.com

Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek),

Landesvertretung Hessen

Förderung durch die ARGE GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen

Gesund und nachhaltig: Neues Mikroprojekt „Klimafreundlich genießen – Ernährungskompetenz und Wohlbefinden im Alter stärken“ in Höchst im Odenwald gestartet

Frankfurt, 14.04.2026 – Anfang April ist das Mikroprojekt „Klimafreundlich genießen – Ernährungskompetenz und Wohlbefinden im Alter stärken“ in Höchst im Odenwald gestartet, das älteren Menschen zeigt, wie eine gesunde und klimafreundliche Ernährung im Alltag gelingt. Ziel ist es, Ernährungskompetenz zu stärken, Gesundheitsrisiken etwa bei Hitze zu reduzieren und gleichzeitig regionale, nachhaltige Essgewohnheiten zu fördern. Das Projekt wird von der Generationenhilfe Höchst e.V. konzipiert und umgesetzt. Die ARGE GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen unterstützt das Projekt im Rahmen des Förderschwerpunktes „Klima und Gesundheit“ in den kommenden zwölf Monaten mit über 12.300 Euro.

Workshops und Praxistage vermitteln alltagsnahe Ernährungstipps

Das Projekt bietet eine breite Palette an Bildungs- und Praxisangeboten. Eine Workshopreihe vermittelt leicht verständliches Grundlagenwissen zu Themen wie „Ernährung und Trinkverhalten bei Hitze“ oder „Kochen mit saisonalen Produkten“. Ergänzend dazu laden Koch- und Mitmachtage dazu ein, gemeinsam Rezepte mit regionalen und saisonalen

Zutaten auszuprobieren und direkt anzuwenden. Im Verlauf des Projekts werden zudem alle erprobten Rezepte gesammelt. Bis zum Projektabschluss entsteht daraus ein gemeinsames Rezeptheft mit saisonalen Gerichten.

Damit das Angebot über die Projektzeit hinaus wirkt, werden Mitarbeitende der Generationenhilfe Höchst zu „Ernährungsbotschafter:innen“ qualifiziert. Sie geben künftig das Wissen weiter und sorgen so für eine langfristige Verankerung im Alltag der Menschen vor Ort.

Projektpartner unterstreichen Mehrwert den Mehrwert für ältere Menschen

„Ältere Menschen sind besonders anfällig für gesundheitliche Belastungen bei extremen Wetterlagen. Mit der Verankerung des Themas ‚Klimawandel und Gesundheit‘ im Leitfaden Prävention wurde eine wichtige Grundlage geschaffen, um entsprechende Präventionsangebote zu entwickeln. Das Projekt „Klimafreundlich genießen – Ernährungskompetenz und Wohlbefinden im Alter stärken“ zeigt beispielhaft, wie durch praxisnahe Informationen zu ausgewogener, saisonaler Ernährung und ausreichender Flüssigkeitszufuhr sowohl die Gesundheit älterer Menschen gefördert als auch ein Bewusstsein für klimafreundliche Ernährung gestärkt werden kann“, betont Claudia Ackermann, Leiterin des Verbands der Ersatzkassen e. V. (vdek) stellvertretend für die Geschäftsführung der ARGE GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen.

Günter Bittner, Sprecher des Vorstandes der Generationenhilfe Höchst e.V., macht deutlich: Zur Stärkung der Selbstständigkeit und Gesundheit, gerade im Hinblick auf die sich stetig verändernden Klimabedingungen, unserer Senioren freuen wir uns ab April das Projekt „Klimafreundlich genießen – Ernährungskompetenz und Wohlbefinden im Alter stärken“ umsetzen zu können. Im Rahmen des Projektes möchten wir u.a. Koch- und Mitmachtage mit regionalen Restaurants anbieten, bei denen die Teilnehmer Anregungen erhalten, wie Sie ihre Ernährung dauerhaft an die sich mit dem Alter ändernden Gewohnheiten anpassen können. Abrunden wollen wir das Projekt, indem wir ein Rezeptheft als unterstützende Maßnahme erstellen. Mit dem Projekt wird die Möglichkeit geschaffen ältere Menschen in ihrer Gesundheit zu stärken und dabei insbesondere ein Bewusstsein für klimabewusste Ernährung zu entwickeln.“

„Das Projekt der Generationenhilfe Höchst verdeutlicht eindrucksvoll, wie zentral eine gesunde und zugleich klimabewusste Ernährung auch im höheren Lebensalter ist. Es zeigt, dass es nie zu spät ist, Gewohnheiten zu verändern und damit sowohl die eigene Gesundheit als auch die Umwelt positiv zu beeinflussen. Durch seinen ganzheitlichen Ansatz und die geplante Weitergabe der Erfahrungen bietet das Projekt wertvolle Anknüpfungspunkte für andere Kommunen und kann als inspirierendes Modell dienen. Als Gesundheitsmanagerin sehe ich darin einen wichtigen Impuls, den ich gerne weitertrage – gerade auch, weil die kurzen Wege und gewachsenen Strukturen im ländlichen Raum eine nachhaltige und

erfolgreiche Umsetzung unterstützen“, erklärt Anika Schilder vom Gesundheitsmanagement Kreisausschuss Odenwaldkreis.

Jens Fröhlich, Bürgermeister der Gemeinde Höchst, betont: „Die Veranstaltungsreihe ‚Klimafreundlich genießen – Ernährungskompetenz im Alter stärken‘ macht deutlich, wie eng Gesundheit, soziale Teilhabe und Klimaschutz miteinander verknüpft sind. Gerade im Alter verändern sich Lebensumstände, Ernährungsbedürfnisse und oft auch die Möglichkeiten, sich ausgewogen und nachhaltig zu versorgen. Umso wichtiger ist es, hier gezielt Orientierung, Wissen und praktische Unterstützung anzubieten. Dieses Programm greift eine zentrale gesellschaftliche Herausforderung auf: den demografischen Wandel, steigende Gesundheitsanforderungen und die Notwendigkeit, unseren Alltag klimabewusster zu gestalten. Es schafft niedrigschwellige Zugänge zu Wissen, stärkt die Selbstständigkeit älterer Menschen und trägt dazu bei, Lebensqualität bis ins hohe Alter zu sichern – und das im Einklang mit unserer Verantwortung für Umwelt und Ressourcen. Mein besonderer Dank gilt unserem Vorstand des Generationenhilfe. Mit großem persönlichem Einsatz, Empathie und Überzeugungskraft bringen sie diese wichtigen Themen direkt zu den Menschen. Sie sind es, die das Projekt mit Leben füllen und den gesellschaftlichen Zusammenhalt stärken. Dieses Engagement verdient höchste Anerkennung. Denn nur gemeinsam gelingt es uns, eine lebenswerte, gesunde und nachhaltige Zukunft für alle Generationen zu gestalten.“

Über das GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen:

Das GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen ist eine Initiative der gesetzlichen Krankenkassen zur Förderung der Gesundheit und Prävention in hessischen Kommunen und kreisfreien Städten. Es unterstützt Projekte, die auf die Verbesserung der Lebensqualität ausgerichtet sind, und leistet wichtige Beiträge zur nachhaltigen Entwicklung kommunaler Gesundheitsförderung. Weitere Informationen zu den Tätigkeiten der ARGE GKV-Bündnis für Gesundheit in Hessen erhalten Interessierte auf der Website des GKV-Bündnisses für Gesundheit (<https://www.gkv-buendnis.de/>). Die Geschäftsstelle der ARGE steht darüber hinaus bei Fragen rund um die Projektberatung und Antragbearbeitung telefonisch unter 069 / 96 21 68 – 72 zur Verfügung.