

Ernährungsrundbrief 4-2022

Seite Inhalt



2 **Der Mensch im Alter mit seinen Bedürfnissen**

Marianne Nitsche

7 **Ernährung im Alter**

Andrea Flemmer

11 **Ernährungsempfehlungen für ältere Menschen**

Ela Wallner

16 **Der Teufelskreis der Gebrechlichkeit**

Anita Pedersen

20 **Du bist so jung wie deine Zuversicht**

Albert Schweitzer

21 **Kochen für ältere Menschen im Haus Ederhöhe**

Interview mit Cliff Niekler

25 **Gesundes Altern mit Heilkräutertees**

Brigitte Kengeter

27 **Rezepte – Gemüsepürees**

34 **Meine Einstellung zur Ernährung**

Astrid Schmitt-Dossou

36 **Hormone im Alter X**

Petra Kühne

40 **Berichte:** Wege zur nachhaltigen Gesundheit – von Tessin-Zentrum Das Suppenprojekt im Altenheim – Fachgruppe „Ernährung in der Altenhilfe“ im Nikodemuswerk – Sektionskreis Ernährung

48 **Verein** Abschluss der Fortbildung 2022

50 **Umschau**

52 **Online Basiskurs** „Anthroposophische Ernährung“

53 **Büchertipps**

10 **Impressum**

