

Qualitätslabel von Fourchette verte.

Risiko, nicht mehr ausgewogen zu essen, steigt im Alter

Die Wichtigkeit einer gesunden Ernährung im Alter ist wissenschaftlich erwiesen. Erhält der Körper nicht mehr alle nötigen Nährstoffe, wirkt sich das schnell negativ auf die Gesundheit und die Lebensqualität aus. Ab 65 Jahren ist jede fünfte Person, die zu Hause lebt, im Alltag eingeschränkt. Sind ältere Personen auch in der Zubereitung von Essen eingeschränkt, tragen Mahlzeitendienste mit einer adäquaten Ernährung dazu bei, die Gesundheit von älteren Menschen zu unterstützen. Genau hier greift das Label Fourchette verte: Profitieren sollen Seniorinnen und Senioren, die zu Hause wohnen und einen Mahlzeitendienst in Anspruch nehmen. Mit Fourchette verte bieten Mahlzeitendienste Menüs an, die konkreten Qualitätskriterien entsprechen. Das heisst unter anderem: frische und saisonale Produkte, mindestens eine Portion Gemüse pro Menü, eine Extraportion Eiweiss und nur wenig Wurstwaren und Frittiertes.

Weitere Auskünfte

Judith Bögli, Fachexpertin Gesundheitsförderung, Gesundheitsamt,
judith.boegli@ddi.so.ch, 032 627 63 15

Der Kanton fördert die Gesundheit der Bevölkerung

Fourchette verte ist ein Qualitätslabel für die Gemeinschaftsgastronomie, das 1993 geschaffen wurde und heute von Gesundheitsförderung Schweiz und verschiedenen Kantonen unterstützt wird. Schweizweit tragen über 1600 Verpflegungsbetriebe das Label Fourchette verte. Im Kanton Solothurn wird das Label bereits seit vielen Jahren an Kindertagesstätten vergeben. Nun sollen auch ältere Menschen von den standardisierten Qualitätskriterien profitieren. Dazu werden die ersten zwei Mahlzeitendienste im Kanton zertifiziert – weitere sollen folgen. Das Gesundheitsamt im Departement des Innern setzt im Rahmen des kantonalen Aktionsprogramms Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit verschiedene Projekte im Bereich Gesundheitsförderung um. Fourchette verte für Seniorinnen und Senioren ist eines davon.

Weitere Informationen:

[Gesundheitsförderung und Prävention - Gesundheitsamt - Kanton Solothurn](#)