

Steckbrief Tischlein Deck Dich! – Ein Leitfaden sowie Förderprogramm für die Planung und Umsetzung von gesundheitsfördernden Mittagstischen	
Kommunales Gesundheitsziel	Lebensphase „Gesund altern“: <ul style="list-style-type: none"> „Lebensübergänge von Älteren werden präventiv gestaltet“
Handlungsfeld	Ernährung, Bewegung und seelische Gesundheit (soziale Teilhabe)
Hauptziele der Maßnahme	<ul style="list-style-type: none"> Flächendeckend gesundheitsfördernde Mittagstische in allen Gemeinden und Städten im Landkreis umsetzen Nachhaltige Verankerung der Gesundheitsförderung und Prävention in den Konzepten der Mittagstische
Lebenswelt	Kommunen
Ansatz	universelle Prävention
Relevante Akteure	Einrichtungen/Initiativen (Vereine, gewerbliche und gemeinnützige Träger, Pflegeeinrichtungen)
Umsetzungsbeginn	11/2022
Finanzierung	Förderrichtlinie des Landkreises Marburg Biedenkopf und der Universitätsstadt Marburg zur Umsetzung von Mittagstischen als gesundheitsförderndes Angebot. Der Gesamtbetrag pro Mittagstisch beträgt im ersten Jahr bis max. 2.500 €, danach bis 1.500 € für das zweite und dritte Jahr.
Zielgruppe	Teilnehmer*innen an den Mittagstischen in der zweiten Lebenshälfte.
Maßnahmenbeschreibung	<ul style="list-style-type: none"> Grundlage des Programms ist der von Landkreis und Stadt herausgegebene Leitfaden „Tischlein deck dich!“. Dieser vermittelt praxisnahe Hinweise zur Umsetzung von Mittagstischen, die Bewegungsaktivitäten einbeziehen sowie einen Fokus auf bewusste, physiologisch wertvolle Ernährung legen. Inhaltliche Voraussetzung für eine Förderung ist, dass die Finanzmittel zur Umsetzung von Maßnahmen der Gesundheitsförderung und Prävention im Rahmen von Mittagstischangeboten im Landkreis Marburg-Biedenkopf und der Universitätsstadt Marburg verwendet werden. Gegenstand der Förderung können vielfältige Aktivitäten und Anschaffungen im Sinne der genannten Zielstellung sein. Mit Hilfe der Fördermittel können die Empfänger*innen neben Sachmitteln (z.B. Fitness- und Yogamatten, sonstige Übungs- und Trainingsgeräte) auch Kosten für Öffentlichkeitsarbeit abdecken, die nachhaltig den Bekanntheitsgrad des Angebots erhöhen. Außerdem können Personalmittel gedeckt werden (u. a. Referent*innen und Übungsleiter*innen für gesundheitsförderliche Kurse). Insbesondere Kosten für Schulungen (Multiplikator*innenkonzept) zu unterschiedlichen Themen, wenn sie dem Zweck der Gesundheitsförderung und Prävention dienen, sind als nachhaltige Maßnahmen zu werten.
Partizipation	Die Bedürfnisse der Teilnehmer*innen werden bei der Auswahl und Ausgestaltung der inhaltlichen Themen und Methoden einbezogen
Evaluation	Vorlage eines Sachberichts mit den Ergebnissen der Förderung
Ansprechpartner*in	<ul style="list-style-type: none"> Geschäftsstelle der Initiative Gesundheit fördern – Versorgung stärken Altenplanungen des Landkreises Marburg-Biedenkopf und der Universitätsstadt Marburg