

Unsere Strategie gegen Einsamkeit: Essen auf Rädern



Hendrik Rosery
Geschäftsleiter apetito Care &
Essen auf Rädern

Sehr geehrte Damen und Herren,

die meisten hochbetagten Menschen leben zu Hause. Die Versorgung in Pflegeheimen wird immer teurer und die Plätze sind rar. Unsere Gesellschaft benötigt eine Lösung für eine allumfassende gute Versorgung von Leib und Seele, die besonders auf diese Menschengruppe ausgerichtet ist. Mit Essen auf Rädern erreichen wir zwei wichtige Ziele: Zum einen wird die Verpflegung mit einer nährstoffreichen Mahlzeit sichergestellt, die auf individuelle Bedürfnisse der Seniorinnen und Senioren ausgerichtet ist. Zum anderen entsteht ein täglicher, sozialer Kontakt nach außen. Denn: Essen auf Rädern bedeutet auch gesellschaftliche Teilhabe.

Einsamkeit kann jeden Menschen treffen. Einsamkeit kann krank machen.¹ Deswegen hat das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend eine Strategie gegen Einsamkeit entwickelt. Das übergeordnete Ziel ist die Sicherstellung der gesellschaftlichen Teilhabe von Menschen, die von dieser betroffen sind. Im Februar 2022 startete das Kompetenznetz Einsamkeit (KNE)², das Wissen rund um dieses Thema bündelt. Bis Ende 2025 wird das KNE vom Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V. gemeinsam mit dem Bundesfamilienministerium Einsamkeit wissenschaftlich untersuchen. Die Dringlichkeit der Thematik wird mehr als deutlich.

Essen auf Rädern kann ein Teil der Lösung von Einsamkeit bei Seniorinnen und Senioren sein. Für viele Anbieter ist es wirtschaftlich immer schwieriger abbildbar. Insbesondere die Logistikkosten sind in den letzten Jahren signifikant gestiegen. Immer mehr Mahlzeitendienstleister müssen ihr Geschäft aufgeben. Mit einem Logistikkostenzuschlag kann die Politik gegensteuern. Angesichts der angespannten Situation in Pflegeheimen muss eine adäquate Lösung für alle geschaffen werden, die zu Hause leben wollen oder aber es sich nicht leisten können, einen Pflegeplatz zu bezahlen.

Ich wünsche eine inspirierende Lektüre und freue mich auf den persönlichen Austausch mit Ihnen.

Mit freundlichen Grüßen



Hendrik Rosery
Geschäftsleiter apetito Care und Essen auf Rädern



Mangelnde
Pflegeheimplätze und
Kostenexplosion – Ein
gesamtgesellschaftliches
Problem, S.3



Einsamkeit und ihre Aus-
wirkungen auf Seniorin-
nen und Senioren, S.4



Barrierefreie Sozial-
kontakte – Die Ver-
pflegung zu Hause, S.4



Unsere Handlungs-
empfehlungen auf
einen Blick, S.6

1) KNE_Expertise10_221126.pdf, S. 12.

2) Kompetenznetz Einsamkeit (KNE) (kompetenznetz-einsamkeit.de)

apetito stellt sich vor: Ernährungsspezialist für Kinder und Seniorinnen und Senioren

apetito bietet vielfältige, ausgewogene Menüs und zertifizierte Speisekomponenten nach „DGE ZERT-KONFORM“ für Kitas, Schulen und Seniorinnen und Senioren. Fest steht: Gemeinsam können wir es besser. Deshalb führen wir persönliche Gespräche mit politischen Entscheidern. Zusammen mit Ihnen wollen wir die strukturellen Voraussetzungen für eine flächendeckend gute Ernährung in Deutschland schaffen.

Ihr Ansprechpartner:

Geschäftsbereich Care:



Hendrik Rosery
Geschäftsleiter
apetito Care



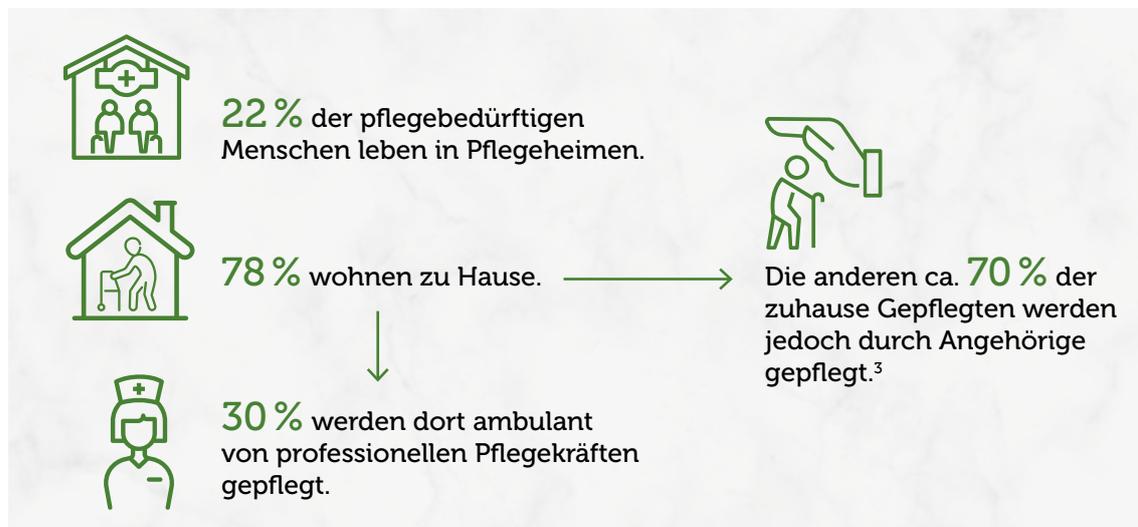
Die apetito AG ist ein mittelständisches Familienunternehmen mit Sitz im westfälischen Rheine (NRW). 1958 gegründet, ist apetito heute Marktführer im Bereich der **Gemeinschafts- und Individualverpflegung** und ist mit der Marke Costa auch im **Lebensmitteleinzelhandel** vertreten. apetito bietet in **Kindertagesstätten, Schulen,**

Unternehmen, Kliniken, Senioreneinrichtungen und für **Essen auf Rädern-Menüdienste** spezifische **Verpflegungslösungen** in Form von tiefkühlfrischen Menüs und Systemen an. Ebenfalls Teil der apetito Firmengruppe ist der apetito catering Konzern als einer der führenden Caterer in Deutschland.

Rund 1,4 Millionen Menschen verzehren täglich die Speisen des Unternehmens – davon in Deutschland rund 460.000 Kinder und Jugendliche in Kindertagesstätten und Schulen sowie 150.000 Menschen in Kliniken, Senioreneinrichtungen und durch Essen auf Rädern. Die apetito Gruppe beschäftigt weltweit rund 12.400 Mitarbeiter, davon 9.900 in Deutschland.

Mangelnde Pflegeheimplätze und Kostenexplosion – Ein gesamtgesellschaftliches Problem

Die Mehrheit der Seniorinnen und Senioren wird zu Hause versorgt, sei es durch Angehörige oder durch Pflegedienste. Die eigenen vier Wände bieten hierbei auch Vorteile gegenüber einer stationären Versorgung: Sie bieten Vertrautheit, geben Sicherheit und zeugen von einem selbstbestimmten Leben. Doch gerade alleinlebende Seniorinnen und Senioren empfinden oft auch Einsamkeit, die im Alltag leicht unbemerkt bleibt.



Dabei ist Einsamkeit ein deutliches und akutes Problem von Seniorinnen und Senioren sowie Pflegebedürftigen. Pflegeheime werden immer teurer – die Entwicklung der Kosten wurde in der **letzten aspekte-Ausgabe** näher beleuchtet. Aber auch die privaten Ausgaben für die pflegerische Versorgung in Heimen stiegen weiter an. Durchschnittlich betrug die Summe aus der Kenngröße des „Einrichtungseinheitlichen Eigenanteils“ (EEE), den Kosten für Unterkunft und Verpflegung sowie den Investitionskosten zum Jahresbeginn 2023 2.468 Euro pro Monat (Vorjahr: 2.179 Euro).³ Viele Seniorinnen und Senioren können sich das nicht mehr leisten und müssen zu Hause versorgt werden.

Von Einsamkeit betroffene, ältere Menschen sind stärker auf Hilfen angewiesen als Jüngere. Insbesondere bei den über 80-Jährigen besteht ein deutlich höheres Risiko einer sozialen Isolation, wenn einige andere Problemlagen dazukommen, die Einsamkeit und soziale Isolation begünstigen oder auslösen können. Betroffene brauchen daher Unterstützung, um aus ihrer Vereinsamung und sozialer Isolation herauszufinden.⁴ Einsamkeit kann Auswirkungen auf die Gesundheit hochbetagter Menschen haben und sich sogar negativ auf die Lebenserwartung auswirken.⁵ Wissenschaftliche Studien zeigen, dass soziale Isolation und Einsamkeit mit schwerwiegenden, langfristigen Folgen für die körperliche Gesundheit in Verbindung gebracht werden können.⁶ So erhöht sich beispielsweise das Risiko für verschiedene Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems oder für eine Erkrankung an Diabetes.⁷ Bei den betroffenen Pflegebedürftigen im hohen Alter kann sich Einsamkeit außerdem in Apathie, Desinteresse, Appetitlosigkeit und Verwahrlosung äußern.

3) Daten zum Gesundheitswesen: Soziale Pflegeversicherung (SPV) (vdek.com)

4) BMFSFJ - Strategie gegen Einsamkeit

5) KNE_Expertise10_221126.pdf, S. 12.

6) Ebd., aus: Holt-Lunstad, Julianne (2021): The Major Health Implications of Social Connection. In: Current Directions in Psychological Science, 30 (3), S. 251–259 & Holt-Lunstad, Julianne/Smith, Timothy B./Baker, Mark/Harris, Tyler/Stephenson, David (2015): Loneliness and social isolation as risk factors for mortality: A meta-analytic review. In: Perspectives on Psychological Science, 10 (2), S. 227–237.

7) Ebd., S. 13.

Einsamkeit und ihre Auswirkungen auf Seniorinnen und Senioren

Menschen, die unter Einsamkeit leiden, sind nicht immer leicht zu erreichen. Die erfüllte und gelingende Beziehung zu nur einem Menschen kann hier den entscheidenden Unterschied zwischen „einsam“ und „nicht-einsam“ machen.⁸ Einsamkeit und soziale Teilhabe gehen dabei Hand in Hand. In der Studie

von Johanna Goll et al. „Barriers to Social Participation among Lonely Older Adults“ gaben die Befragten an, dass sich besonders sehr alte Menschen in öffentlichen Räumen unsicher fühlen, was Außer-Haus-Aktivitäten enorm einschränkt.⁹

Zu weiteren praktischen Problemen zählen beispielsweise ein niedriges Energieniveau, Schwierigkeiten bei der Nutzung von Verkehrsmitteln, Schwierigkeiten bei der Bewältigung von Symptomen und Probleme bei der Mobilität.¹⁰

In Pflegeeinrichtungen sind insbesondere die Pflegekräfte gefordert, Einsamkeit zu erkennen. Sie übernehmen in der Altenpflege pflegerische und soziale Tätigkeiten. Aber: Aus Zeit- und Personalmangel

können sie Einsamkeit nicht gezielt bekämpfen. Laut dem Institut der deutschen Wirtschaft in Köln könnten in Deutschland in der stationären Versorgung bis zum Jahr 2035 rund 307.000 Pflegekräfte fehlen. Die Versorgungslücke im Pflegebereich insgesamt könnte sich bis zu diesem Jahr auf insgesamt knapp 500.000 Fachkräfte vergrößern.¹¹ Dabei sind die Pflegekräfte oft die einzigen Bezugspersonen der zu pflegenden Menschen, denn die Seniorinnen und Senioren leben oft von Familie sowie Freundinnen und Freunden getrennt. Das bedeutet: Der Aufenthalt in einem Pflegeheim verhindert Einsamkeit nicht – im Gegenteil: Die Problematik wird sich künftig immer weiter verstärken.

Vereinsamung ist ein Thema, das Stadt und Land gleichermaßen betrifft.¹² Einsamkeit in ländlichen Räumen kann trotz vermeintlich größerer räumlicher Nähe und hoher sozialer Kontrolle durch Nachbarinnen und Nachbarn ebenso belastend sein wie in der Anonymität der Großstadt.¹³ Allerdings sind die Menschen in ländlichen Regionen häufiger auf Verkehrsmittel angewiesen, um beispielsweise in den Supermarkt zu fahren. Die langen Wege sind für Seniorinnen und Senioren abschreckend und bilden eine große Hürde.

Barrierefreie Sozialkontakte – Die Verpflegung zu Hause

Die Auslieferung der Essen auf Rädern Mahlzeiten bietet zwei Vorteile. Zum einen werden die Angehörigen bzw. Pflegedienste entlastet, denn sie müssen sich nicht um den Einkauf und das tägliche Mittagessen kümmern. Zum anderen ist dieses Angebot ein Alltagshelfer. Die hochbetagten bzw. zu pflegenden Menschen haben einen geregelten Alltag und einen täglichen sozialen Kontaktpunkt mit dem Auslieferdienst.

Diese Begegnung dient zeitgleich als Prävention. Essen auf Rädern Anbieter, wie beispielsweise apetito, bieten den Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit eines regelmäßigen Kontaktes, ohne ihre sichere Umgebung verlassen zu müssen. Das wiederum fördert die Interaktionsfreude der Seniorinnen und Se-

8) KNE_Expertise08_220919.pdf, S. 11.

9) KNE_Expertise10_221126.pdf, S. 31.

10) Ebd., S. 29.

11) Fachkräftemangel - Bedarf an Pflegekräften in Deutschland bis 2035 | Statista

12) KNE_Expertise08_220919.pdf, S. 40.

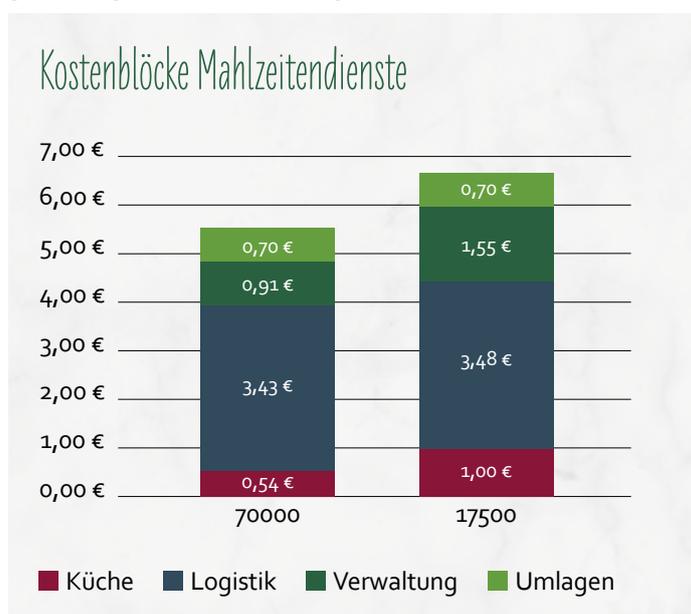
13) Ebd.

nieren – der Abneigung, neue Beziehungen zu „Fremden“ zu knüpfen, wird entgegengearbeitet.¹⁴ Die Fahrerinnen und Fahrer sind außerdem in der Lage, durch den regelmäßigen Kontakt den Versorgungszustand der Essensempfängerinnen und -empfänger einzuschätzen und wenn nötig, Notrufe abzusetzen. Das ist enorm wichtig, denn in der Studie „Barriers to Social Participation among Lonely Older Adults“ gaben alle Befragten an, dass sie niemanden – weder Personen noch Dienste – kontaktieren würden, wenn sie sich einsam fühlen.¹⁵ An dieser Stelle sei wiederholt: Nur eine einzige funktionierende Beziehung zu einem anderen Menschen – unabhängig, ob Familienmitglied oder fremde Person – kann den Unterschied zwischen einsam und nicht einsam machen.

Über digitale Tools sind die Fahrerinnen und Fahrer außerdem in der Lage, den Kontakt zu Verwandten zu ermöglichen, die nicht unmittelbar in der Nähe wohnen. Außerdem können über die logistische Telematik perspektivisch Informationen – wie beispielsweise die Übergabe des Menüs – an Verwandte gesandt werden. Somit gibt man den Angehörigen die Sicherheit, dass die Seniorinnen und Senioren gut versorgt sind. Das Essen auf Rädern Konzept kann in Bezug auf das körperliche Wohlbefinden einen präventiven Charakter haben. Durch die Versorgung mit einer bedarfsgerechten Mahlzeit wird nicht nur Kontakt zu den Seniorinnen und Senioren aufgenommen, es wird zeitgleich Mangelernährung entgegengewirkt. Einsamkeit kann wie oben beschrieben auch körperliche Auswirkungen haben. Durch die Auslieferung der Mahlzeiten wird das Essverhalten kontrolliert und auf erste Anzeichen von Mangelernährung kann früh genug adäquat reagiert werden.

Um die Theorie nun auch in die Praxis umsetzen zu können, müssen wir einen Blick auf die Realität werfen. Und in dieser ist die Versorgungssicherheit stark gefährdet. Die Logistikkosten von Essen auf Rädern sind nämlich so hoch, dass es wirtschaftlich immer schwieriger abbildbar ist. Immer mehr Mahlzeitendienstleister müssen ihr Geschäft aufgeben. Dabei verlassen sich die Seniorinnen und Senioren sowie pflegende Angehörige auf die tägliche Auslieferung der Mahlzeiten. In der nachfolgenden Grafik zeigt apetito auf, wie hoch die Logistikkosten für Essen auf Rädern sind und wie diese im Verhältnis zu den anderen anfallenden Kosten ausfällt.

Unsere Erfahrung zeigt, dass die Logistikkosten oftmals bei über 60 % der Gesamtkosten liegen – wie die Grafik unten beispielhaft für 70.000 produzierte Menüs zeigt. Kostentreiber ist vor allem die mangelnde logistische Verdichtung in ländlichen Gebieten. Natürlich treibt das den Gesamtpreis für die Endverbraucherinnen und -verbraucher



in die Höhe, sodass Essen auf Rädern schon bald nur noch zu hohen Preisen angeboten werden kann. Besonders für Rentnerinnen und Rentner spielt der Preis für die Essenslieferung eine entscheidende Rolle, um nicht in Altersarmut zu geraten. Der Großteil der Hochbetagten bzw. Pflegebedürftigen wird zu Hause versorgt. Um Mangelernährung vorzubeugen und im Alter gut versorgt zu sein, ist eine auf die individuellen Bedürfnisse zugeschnittene Mahlzeit notwendig. Daher empfiehlt es sich, Essen auf Rädern als Gesundheitsprävention anzuerkennen.

14) KNE_Expertise10_221126.pdf, S. 30.

15) Ebd.

Die Versorgung von hochbetagten Menschen zeigt seit einigen Jahren enormen Handlungsbedarf – und dieser wird in den kommenden Jahren immer weiter steigen. Essen auf Rädern ist eine adäquate Lösung für alle, die zu Hause leben wollen oder aber sich einen Pflegeplatz nicht leisten können. Deswegen brauchen wir mehr denn je die Unterstützung der Politik. Um die Kosten für die Menüs überhaupt finanzierbar und somit für jeden hochbetagten Menschen erschwinglich zu machen, braucht es einen Logistikkostenzuschlag – denn: Im Alter wollen wir alle bestmöglich versorgt sein.

Unsere Handlungsempfehlungen auf einen Blick:

Soziale Orte lassen sich nicht allein mit gutem Willen und zivilgesellschaftlichem Engagement aufbauen. Auch von politischer Seite braucht es Unterstützung: hier setzt der Logistikkostenzuschlag für Essen auf Rädern an. Wir stellen fest, dass sich aufgrund der Kostensteigerungen – zum Beispiel Mindestlohn und Logistikkosten – immer mehr Essen auf Rädern Anbieter aus dem Markt zurückziehen. Dies birgt die Gefahr, durch mangelnde Versorgung Einsamkeit zu verstärken. Es besteht Handlungsbedarf:

- ✓ Angebote wie Essen auf Rädern helfen dabei, Seniorinnen und Senioren besonders im ländlichen Raum zu unterstützen und präventiv gegen Einsamkeit vorzubeugen. Darüber hinaus könnte eine Reduktion der Einsamkeit zu einer Stärkung des gesellschaftlichen Zusammenhalts beitragen.
- ✓ Eine regelmäßige bzw. tägliche Mahlzeitenversorgung über Essen auf Rädern-Angebote verbessert die körperliche Verfassung der Menschen und führt zur nachhaltigen Entlastung des Gesundheitssystems.
- ✓ Den gesamtgesellschaftlichen Auftrag und die gesellschaftliche Teilhabe eines jeden Menschen gilt es, konkret werden zu lassen und Maßnahmen zu ergreifen. Die Strategie gegen Einsamkeit muss in die Praxis umgesetzt werden.

Sprechen Sie mit uns:

apetito Politikdialog
 Christian Frevert
 Tel. +49 221 39 75 03 40
politikdialog@apetito.de