

408/2023: Ernährung im Alter



Zielgruppe

Mitarbeitende in Pflege und Betreuung, Mitarbeitende in der Küche in Einrichtungen der Altenhilfe und des Gesundheitswesens, pflegende Angehörige

ReferentInnen

Tessa Rehberg Dipl. oec. troph., MPH

Leitung / Organisation

Juliane Wilbrecht / Karin Friedrich

Termine

26.10.2023

Uhrzeit

09:00-16:15 Uhr

Ort

Diakonische Akademie für Fort- und Weiterbildung e.V.
Bahnhofstr. 9
01468 Moritzburg

Anmeldung

Nutzen Sie unser Angebot unter www.diakademie.de

Informationen

Tel.: 035207 - 843 50

Kursgebühren

160 €

Kursgebühren für Mitglieder

120 €

Bemerkungen zu den Kosten

Beschreibung

Die Ernährung ist tatsächlich in aller Munde und wird vielfältig diskutiert. Oft widersprechen sich Expertenmeinungen scheinbar und scheinbare Experten tragen weiteren sprichwörtlichen Senf bei, insbesondere wenn es um die Beschwerden und Erkrankungen der reiferen Jahre bzw. deren Vermeidung geht.

In der Fortbildung wird die Dozentin mit den Teilnehmenden ins Gespräch kommen, am praktischen Beispiel (Bilder, Verpackungen) diskutieren und üben und mit Impulsreferaten und Arbeitsblättern Grundgedanken einer physiologischen Ernährung im höheren Lebensalter vermitteln.

Fragen zu häufigen Symptomen wie Unverträglichkeitsreaktionen, Blutzuckerschwankungen oder hohe Blutfettwerte, aber auch zu Appetitlosigkeit, Förderung der Sinne durch Geschmackserlebnisse oder Lebensmittelauswahl für besondere Anlässe sowie viele Fragen mehr, die hoffentlich die Teilnehmenden mitbringen, sollen beantwortet werden.

Schwerpunkte

- häufige Veränderungen des Stoffwechsels und des Verdauungstraktes im höheren Lebensalter
- typische Beschwerden und gängige Ernährungsweisen
- kritische Auseinandersetzung mit weit verbreiteten Empfehlungen
- Hintergrundinformationen und Praxistipps für einfache, aber wirksame Veränderungen in der täglichen Kost, z.B. bei Unverträglichkeiten und Magen-Darm-Beschwerden
- Einsatz eines einfachen Instrumentes zum Erfassen der zugeführten Nährstoffe (Unterstützung bei der Pflegeplanung)
- praktische Hinweise für eine genügend hohe Proteinzufuhr mit Hilfe von Lebensmitteln, z.B. bei Mangelernährung durch Inappetenz oder Schluckbeschwerden
- einfache Zwischenmahlzeiten zur Verbesserung der Energie- bzw. Nährstoffzufuhr, die in der häuslichen Pflege angerichtet oder von Besuchern mitgebracht werden können

Registrierung beruflich Pflegender:

Für die Teilnahme erhalten Sie 8 Fortbildungspunkte.

Info und Anmeldung: www.regbp.de

Die Fortbildung ist geeignet als Aufbauseminar für zusätzliche Betreuungskräfte nach § 43b SGB XI (gemäß der RL nach § 53c SGB XI).

Zugangsvoraussetzungen

Bemerkungen

