AUSGEWOGENE ERNÄHRUNG FÄNGT BEIM EINKAUFEN AN

Tipps und Tricks für die ehrenamtliche Unterstützung von Senior*innen

Sie haben das Gefühl, dass die Einkaufsliste Ihrer zu begleitenden Senior*innen sehr einseitig ist? Im Seminar erfahren Sie, was in der Ernährung von Senior*innen beachtet werden sollte und wie kleine Veränderungen in der Einkaufsliste herbeigeführt werden können.

Was machen Sie, wenn es das Lieblingsprodukt Ihrer zu begleitenden Senior*innen nicht mehr gibt und Ersatz gefunden werden muss? Nährwertkennzeichnungen, Mindesthaltbarkeitsdatum und Co. unterstützen bei der Auswahl neuer Produkte.

Anhand von Beispielen und Anschauungsmaterial werden Ihnen die Kennzeichnungen auf Produkten verdeutlicht und erklärt.

Hinweis

Dieses Angebot richtet sich im Speziellen an ehrenamtlich Tätige (Förderprogramm Alltagsbegleitung für Senior*innen des Freistaates Sachsen). Auch weiteren interessierten Ehrenamtlichen steht das Angebot als unterstützende Informationsquelle zur Verfügung.

Es ist NICHT Teil eines Qualifizierungskurses gemäß:

• § 45b SGB XI – Grund- und Aufbaukurs für Nachbarschaftshelfer*innen

• § 45a SGB XI – Schulungscurriculum zur Unterstützung im Alltag

• § 53b SGB XI – Qualifizierung zusätzlicher Betreuungskräfte in stationären Pflegeeinrichtungen

Dies ist ein kostenfreies Angebot der Ehrenamtsakademie Südwestsachsen. Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

Zielgruppe

Ehrenamtlich Tätige aus dem Bereich Altenhilfe (insbesondere ehrenamtliche Alltagsbegleiter*innen für Senior*innen ohne Pflegegrad), interessierte Ehrenamtliche aus allen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens

Inhalte

• Ernährung von Senior*innen – allgemeine Empfehlungen
• Hinweise zur Nährwertkennzeichnung, zum Mindesthaltbarkeitsdatum und Verbrauchsdatum

Methoden

Vortrag, Erfahrungsaustausch, Fragerunde

Voraussetzungen

Technische Voraussetzungen:

• PC, Laptop oder Tablet mit aktuellem Betriebssystem und Audio (ggf. USB-Headset) und Webcam

• stabile Internetverbindung

Hinweise

Dies ist ein kostenfreies Angebot der Ehrenamtsakademie Südwestsachsen. Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

Dozent*in:

Anja Schindhelm
(Dipl.-Gesundheitswirtin (FH), UGB-Gesundheitstrainerin Ernährung)

Kosten:
Kostenlos
Seminar-Nr:
EA 23-09-07
Anmeldung bis:
31.08.2023

Datum/Uhrzeit	Ort	Anmeldung
07.09.2023 15:30 - 17:30 Uhr	Online Online	