

FOCUS ^O_P VOEDING

Voedings- en dieetleer

DOELGROEP:

Voedingsassistenten en zorgassistenten uit alle zorgsectoren

DOEL:

Bijscholing over voedings- en dieetleer. Aan het einde van de dag heb je inzicht in de basisprincipes van een goede voeding, ken je de meest voorkomende dieetvoorschriften en kan je deze toepassen in de praktijk.

METHODIEK:

Zelfstudie, lezingen en opdrachten (workshops).

Kleinschalig (maximaal 20 deelnemers) zodat veel interactie mogelijk is.

ZELFSTUDIE:

Voorafgaand bestudeer je een aantal artikelen waarvan de inhoud gedurende de cursus wordt besproken.

Als huiswerkopdracht vragen we het volgende. De uitslagen worden gedurende de cursusdag besproken.

- Hoeveel zou je volgens de Schijf van 5 moeten eten?
- Houdt gedurende een dag je voeding bij, bereken deze voeding in de eetmeter (nadruk op energie, eiwit, vezel en vocht).
- Neem een verpakking/foto/plaatje mee van het meest zoute product die in je instelling bij de lunch wordt verstrekt.
- Stel je vraag. Waarover wil je zeker iets leren tijdens de cursus?

Programma

	Onderwerp
9:15 – 9:30	Ontvangst
9:30 – 9:45	Welkom
9:45– 11:00	Wat is een goede voeding voor patiënten en ouderen? <ul style="list-style-type: none">- energie, eiwit, koolhydraten en vet

FOCUS ^O_P VOEDING

	<ul style="list-style-type: none">- vitamines en mineralen- vezels en vocht
11:00 - 11:15	<i>Pauze</i>
11:15 - 12:30	Hoeveel eten hebben patiënten nodig? <ul style="list-style-type: none">- energie en eiwitbehoefte- ondervoeding
12:30 - 13:15	<i>Lunch</i>
13:15 - 14:30	Diëten <ul style="list-style-type: none">- koemelkeiwit en lactose- vegetarisch en veganistisch- diabetes- vochtbeperking- voedingsregels in religies- gluten- zout
14:30 - 14:45	<i>Pauze</i>
14:45 - 15:45	Voeding met speciale consistentie <ul style="list-style-type: none">- dun vloeibaar- dik vloeibaar- gemalen- workshop verdikken
15:45 - 16:30	Drinkvoeding en eiwitrijke producten <ul style="list-style-type: none">- assortiment- workshop drinkvoeding
16:30 - 17:00	Plenaire terugkoppeling