

Utbildningar 2017

Mat och måltider

För personal inom hemtjänst, särskilt boende, dagverksamhet och LSS-verksamhet.

Äldrecentrum erbjuder ett flertal utbildningar inom ämnesområdet mat, nutrition och måltider. Utbildningarna baseras på aktuell forskning samt riktlinjer och föreskrifter från Livsmedelsverket och Socialstyrelsen.

Exakt program och tid för utbildning skraddarsys efter era önskemål. Vi besöker er gärna för diskussion om lämpligt kursupplägg.

Utbildningarna sker på plats i er egen verksamhet. Beställaren ansvarar för inbjudan till målgrupp/er, lokalbokning, datoruppkoppling och förtäring.



Aktuell information om utbildningar, frukostseminarier, konferenser, etc finns på Äldrecentrums hemsida www.aldrecentrum.se

Mat och måltider vid demenssjukdom

För personer med demenssjukdom försvåras matsituationen successivt och ökar risken för undernäring.

Som personal inom äldreomsorgen krävs kunskap, engagemang och lyhördhet för att förstå vilka faktorer som påverkar olika nutritionsproblem och om hur man anpassar omvårdnadsåtgärder efter varje individs behov för att måltidssituationen ska bli så bra som möjligt. För att öka aptit och näringsintag har måltidsmiljön stor betydelse.

Kursen omfattar bland annat beteendeförändringar vid demenssjukdom, stöd vid måltid samt måltidsmiljöns betydelse.

Målgrupp: Personal på vård- och omsorgsboenden, servicehus, hemtjänstenheter och dagverksamheter.

Utbildningen omfattar: cirka 3 timmar.
Kostnad: 6 000:- (material ingår).



Mattraditioner och måltidsinspiration

Små förändringar i måltidsmiljön kan göra stor skillnad såväl till vardag som till fest. Utbildningen ger en god inblick om svensk husmanskost, lämpliga tillbehör och vilka högtider som traditionellt firas i Sverige. Du får även tips om bland annat det "lilla" extra och de viktiga småmålen.

Målgrupp: Personal på vård- och omsorgsboenden, servicehus och dagverksamheter.

Utbildningen omfattar: cirka 3 timmar.
Kostnad: 6 000:- (material ingår).

Bra måltider i hemtjänsten

Allt fler äldre personer bor kvar i sitt eget hem med stora vård- och omsorgsbehov. Ensamhet är ett stort problem och leder ofta till nedsatt aptit. Många vårdtagare behöver mycket stöd och hjälp inte minst vid måltidssituationen.

Personal inom hemtjänsten behöver ha kunskap bland annat om hur undernäring kan upptäckas i ett tidigt skede och hur man kan arbeta förebyggande samt kunna vara behjälpliga vid tugg- och sväljproblem. Ett hjälpmedel för att utveckla måltidssituationen presenteras.

Målgrupp: Omsorgspersonal inom hemtjänst.

Utbildningen omfattar: cirka 3 timmar.
Kostnad: 6 000:- (material ingår).

Palliativ vård och mat i livets slutskede

Vid vård i livets slutskede ställs krav på att personalen har kunskaper för att kunna tillgodose fysiska, psykiska, sociala och existentiella behov hos den döende personen utifrån ett palliativt förhållningssätt.

I slutet av livet minskar intaget av mat och dryck successivt och upphör till slut helt. I dessa situationer kan etiska dilemman lätt uppstå. Som personal behöver man kunna förklara för anhöriga och närstående hur döendet påverkar kroppen och när det inte längre finns någon mening med att ge mat eller vätska.

Målgrupp: Omsorgspersonal inom äldreomsorg och LSS-verksamhet.

Utbildningen omfattar: cirka 2,5 timmar.

Kostnad: Kontakta oss för prisuppgift.

OBS! Äldrecentrum erbjuder denna utbildning vid ett flertal tillfällen under våren, se hemsidan.

Mat för ett friskt åldrande

Goda matvanor är tillsammans med fysisk aktivitet en av de viktigaste faktorerna för att må bra, både på kort och på lång sikt. Trots att många hälsoproblem beror på gener, miljö och tidigare vanor i livet kan man fortfarande vid hög ålder påverka sin hälsa.


Men VAD är lämpligt att äta för att behålla en god hälsa så länge som möjligt? Förändras kroppens näringsupptag när vi åldras och behövs egentligen olika kosttillskott? Vad ska man äta/servera vid nedsatt aptit?

Målgrupp: Pensionärsföreningar, anhöriggrupper, frivilligorganisationer, med flera.

Informationen omfattar: 1–2 timmar.

Kostnad: Kontakta oss för prisuppgift.





Välkommen till E-lärandet om

MAT OCH HÄLSA FÖR ÄLDRE

Den här kursen vänder sig till dig som arbetar inom äldreomsorgen och på något sätt kommer i kontakt med mat för äldre; t ex i ett kök, på ett vård- och omsorgsboende eller i hemtjänsten.

Här får du lära dig hur kroppen påverkas av mat och näring i samband med åldrandet. Du får lära dig hur man anpassar maten efter individuella behov. Du erhåller en fördjupad kunskap om problem som kan uppstå kring mat och måltid vid sjukdom. Hur en god måltidsordning kan underlätta ätandet och förbättra matintaget hos den äldre med mera.

Kursen har sex avsnitt som alla avslutas med en gruppvärning och ett kunskapstest. Det rekommenderas att du genomgår kursen i den ordning som framgår av figuren nedan, d v s börja med kursavsnittet "Mat och måltider". Givetvis har du även möjlighet att gå direkt in på ett annat avsnitt. När samtliga avsnitt genomförts avslutar du kursen med en tentamen.

För att starta kursen, klicka på en avsnittssymbol nedan eller i kursmenyn till vänster.

- MAT OCH MÅLTIDER
- UNDER-NÄRING
- INDIVID-ANPASSAD MAT
- MAT I PRAKTIKEN
- MAT VID SJUKDOM
- MUNHÄLSA OCH DYSFAGI
- TENTAMEN

Webbutbildningen "Mat och hälsa för äldre"

är en grundutbildning för all personal inom äldreomsorgen som arbetar med eller kommer i kontakt med mat och måltider. Utbildningen omfattar mat och måltider ur flera perspektiv – säker mat, riskfaktorer vid undernäring, måltidssituationen, mat vid sjukdom och munhälsans betydelse. Gruppdiskussioner och kunskapstester finns till varje avsnitt. Efter genomförd utbildning och godkänd tentamen erhålls ett personligt diplom.

Åtkomst: Utbildningen är gratis och finns på www.aldrecentrum.se/kost och på www.stockholm.se under Stöd & Omsorg/Äldreomsorg/Övrigt äldreomsorg/Mat och måltider.

Kontakt:

Birgitta Villner Gyllenram

koststrateg

tel: 08-690 58 71

birgitta.villner.gyllenram@aldrecentrum.se