

## **ŻYWIENIE ZBIOROWE OSÓB STARSZYCH**

### **INFORMACJE O SZKOLENIU:**

W trakcie proponowanego szkolenia uczestnicy zapoznają się z kluczowymi zasadami żywienia osób starszych oraz prawidłowym sposobem prowadzenia gospodarki magazynowej środkami spożywczymi w zakładach żywienia zbiorowego. Uzyskają odpowiedzi na wiele pytań dotyczących tematyki szkolenia, będą mieć okazję do skonsultowania kwestii problemowych z trenerem, cenionym praktykiem w zakresie tematyki spotkania. Zapoznają się z zagadnieniami dotyczącymi bezpieczeństwa zdrowotnego żywności, a także normami i elementami systemu HACCP.

### **CELE I KORZYŚCI:**

**Uczestnicy biorący udział w szkoleniu otrzymają odpowiedzi m.in. na następujące pytania:**

- W jaki sposób wiek osoby żywionej determinuje sposób żywienia?
- Jak interpretować zapisy Ustawy o pomocy społecznej dotyczące wyżywienia, w szczególności w zakresie stałego dostępu mieszkańców do drobnych posiłków?
- W jaki sposób normy żywienia z 12.2020 r. i nowe zalecenia żywieniowe z 10.2020 r. wpływają na dotychczasowy sposób żywienia osób starszych w placówkach żywienia zbiorowego?
- Czy wyliczanie w posiłkach zawartości energii, białek, tłuszczów, węglowodanów i innych składników odżywczych jest obowiązkowe z punktu widzenia przepisów prawnych? Czy również żywienie dietetyczne i eliminacyjne powinno spełniać normy żywienia?
- Jakie programy komputerowe służą do wyliczania energii i zawartości składników odżywczych w posiłkach? Jak sprawdzić czy program, na którym pracuję, posiada aktualną bazę produktów spożywczych z Instytutu Żywności i Żywienia oraz czy ma wprowadzone aktualne normy żywienia? Jak sprawdzić czy program wylicza prawidłowo wartość energetyczną i odżywczą posiłków?
- W jaki sposób sanepid może skontrolować sposób żywienia w mojej placówce, jakich dokumentów może ode mnie zażądać podczas kontroli sanitarnej?
- Jak prawidłowo prowadzić rozchód wewnętrzny środków spożywczych aby nie zaburzał on wyliczeń wartości energetycznej i odżywczej?
- Jak wygląda prawidłowo przygotowana receptura na danie własne?
- W jaki sposób należy oznakowywać alergeny? Czy nie mając diet eliminacyjnych muszę oznakowywać alergeny? Dlaczego nie mogę używać cyfr, liter i symboli do oznaczenia alergenów?
- Czy i jak długo muszę przechowywać etykiety produktów spożywczych lub dokumenty zastępujące etykiety?
- Jakich dokumentów należy oczekiwać od dostawców produktów spożywczych nieopakowanych, co w takim przypadku zastępuje etykietę?

- Czy na jadłospisach przygotowywanych dla mieszkańców jest obowiązkowe podanie:
  - wartości energetycznej czyli ilości kcal,
  - gramatury serwowanego produktu/dania,
  - wykazu składników serwowanych produktów/dań,
  - procentowej zawartości poszczególnych składników w daniu,
  - alergenów w wersji innej niż oznaczenie cyfrowe/literowe?
- Jak długo należy przechowywać dokumentację systemu HACCP, w tym etykiety i dokumenty zastępujące etykiety? Dlaczego etykiety i dokumentacja zastępująca etykietę są elementami dokumentacji systemu HACCP?

### **PROGRAM:**

1. Dostosowanie sposobu odżywiania do zmian wynikających z procesu starzenia się.
2. Wymagania przepisów prawnych dotyczące żywienia zbiorowego osób starszych (w tym wynikające z ustawy o pomocy społecznej). Interpretacja przepisów w zakresie bilansowania racji pokarmowych osób starszych w kontekście zgodności z normami żywienia.
3. Piramida żywienia osób starszych, zalecenia zdrowego żywienia Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej w postaci „Talerzyka żywieniowego” z 10.2020 r. - realizacja ich zasad w żywieniu zbiorowym, w szczególności dotyczących nawodnienia organizmu i bezpiecznego zastępowania produktów zwierzęcych produktami pochodzenia roślinnego.
4. Realizacja norm żywienia z grudnia 2020 r. w żywieniu osób starszych – praktyczne aspekty:
  - a. Podział osób dorosłych na grupy żywieniowe i normy żywienia dla tych grup.
  - b. Zasady wyliczania średnich ważonych norm żywienia na energię i składniki odżywcze dla zróżnicowanych wiekowo grup żywieniowych.
  - c. Zasady wyliczania wartości odżywczej produktów, dań kulinarnych, posiłków i dziennych racji pokarmowych, tworzenie receptur zgodnie z wytycznymi Rozporządzenia 1169/2011.
5. Wzorcowe gramatury dla diety podstawowej o wartości energetycznej 2000 kcal i przeliczanie tych gramatur dla różnych grup żywieniowych o wartości energetycznej diety poniżej i powyżej 2000 kcal.
6. Zasady układania receptur i jadłospisów dla osób starszych.
7. Sposób oznakowywania alergenów na jadłospisach, sposób opisu tego zagrożenia w systemie HACCP, krzyżowe kontrole obecności alergenów.
8. Dokumentacja żywieniowa: dokumentacja dostaw surowców i składników, etykiety surowców i składników, jadłospisy – okres przechowywania w systemie HACCP, zasady udostępniania.
9. Konsultacja, dyskusja na każdym etapie szkolenia.

### **ADRESACI:**

Dyrektorzy placówek prowadzących zakłady żywienia zbiorowego osób dorosłych (domów pomocy społecznej, zakładów pielęgnacyjno – opiekuńczych, uzdrowisk, sanatoriów, szpitali, środowiskowych domów samopomocy, domów seniora itp.), dietetycy, intendenci, kucharze zatrudnieni w w/w placówkach, właściciele firm cateringowych wytwarzających posiłki dla osób dorosłych, pracownicy wojewódzkich i powiatowych stacji sanitarno-epidemiologicznych.

## ŻYWIENIE ZBIOROWE OSÓB STARSZYCH



Szkolenie będziemy realizowali w formie webinarium online



**7 grudnia 2022 r.**

Szkolenie w godzinach 9:00-15:00



**Cena: 359 PLN netto/os.** Udział w szkoleniu zwolniony z VAT w przypadku finansowania szkolenia ze środków publicznych.

### CENA zawiera:

udział w profesjonalnym szkoleniu on-line,  
materiały szkoleniowe w wersji elektronicznej,  
certyfikat ukończenia szkolenia,  
możliwość konsultacji z trenerem.

### DANE DO KONTAKTU:

**Ośrodek Kształcenia Samorządu Terytorialnego im. Waleriana Pańki**  
ul. Piłsudskiego 43, 50-032 Wrocław  
ul. Moniuszki 7, 40-005 Katowice  
tel. 32 206 98 43, 206 80 39, 71 372 41 21  
[milena.dudek@okst.pl](mailto:milena.dudek@okst.pl); [szkolenia@okst.pl](mailto:szkolenia@okst.pl)

## DANE UCZESTNIKA ZGŁASZANEGO NA SZKOLENIE

Nazwa i adres nabywcy  
(dane do faktury)

Nazwa i adres odbiorcy

NIP

Telefon

1. Imię i nazwisko uczestnika,  
stanowisko,  
E-MAIL i TEL. DO KONTAKTU

2. Imię i nazwisko uczestnika,  
stanowisko,  
E-MAIL i TEL. DO KONTAKTU

Oświadczam, że szkolenie dla ww. pracowników jest kształceniem zawodowym finansowanym w całości lub co najmniej 70% ze środków publicznych (proszę zaznaczyć właściwe) TAK  NIE

Proszę o certyfikat w formie: Papierowej   
Elektronicznej  e mail.....

Proszę o przesłanie faktury na adres mailowy: .....

Dokonanie zgłoszenia na szkolenie jest równoznaczne z zapoznaniem się i zaakceptowaniem regulaminu szkoleń Fundacji Rozwoju Demokracji Lokalnej zamieszczonym na stronie Organizatora [www.okst.pl](http://www.okst.pl) oraz zawartej w nim Polityce prywatności i ochrony danych osobowych.

**Wypełnioną kartę zgłoszenia należy przesłać poprzez formularz zgłoszenia na [www.okst.pl](http://www.okst.pl) do 2 grudnia 2022 r.**

UWAGA Liczba miejsc ograniczona. O udziale w szkoleniu decyduje kolejność zgłoszeń. Zgłoszenie na szkolenie musi zostać potwierdzone przesłaniem do Ośrodka karty zgłoszenia. Brak pisemnej rezygnacji ze szkolenia najpóźniej na trzy dni robocze przed terminem jest równoznaczny z obciążeniem Państwa należnością za szkolenie niezależnie od przyczyny rezygnacji. Płatność należy uregulować przelewem na podstawie wystawionej i przesłanej FV.

Podpis osoby upoważnionej \_\_\_\_\_