

OGFS

OSTSCHWEIZER
GASTRONOMIEFACHSCHULE

rehaklinik
DUSSNANG



Stolpersteine bei der Ernährung im Alter

Die Facetten der gesunden Ernährung

Eine genussvolle und ausgewogene Ernährung gilt als wichtige Voraussetzung für ein gesundes Leben und ein hohes Wohlbefinden – über die gesamte Lebensspanne. Gerade im Alter kommt der Ernährung eine besondere Bedeutung zu: Sie beeinflusst die psychische und körperliche Gesundheit, eine Grundvoraussetzung für Mobilität und Selbstständigkeit im Alter.

Zielgruppe.

Diese praxisnahe Schulung vermittelt die Grundlagen und Empfehlungen für Spital- und Heimköche in Alters- und Pflegeheimen und andere interessierte Personen.

Kursinhalt.

- Mangelernährung im Alter, Grundwissen und Problemstellung
- Ernährungsempfehlungen für gesunde und kranke Bewohner von Alters- und Pflegeheimen
- Therapie gegen die Mangelernährung, Umsetzungsideen in der Küche im Alltag
- Die Relevanz der «Ernährungsbiografie» im Alter
- Praktische Anwendungen

Kursleiter.

Ramon Helbling Ernährungsberater & REHA Klinik Dussnang

Dauer. Ort. Kosten.

Dienstag, 11. Februar 2025 14.00 – 17.00 Uhr

Ostschweizer Gastronomiefachschule

CHF 180.00 inkl. Kursunterlagen

Weitere Infos und die AGB finden Sie unter www.ogfs.ch



Anmeldung

Stolpersteine bei der Ernährung im Alter

11. Februar 2025

Sie können sich auch online Anmelden: www.ogfs.ch

10 % Rabatt Mitglied Gastro SG/AI/AR/TG Nr. _____

20 % Lehrlingsrabatt

Mitglied VHO Mitglied CCC Mitglied Hotellerie Ostschweiz

Frau Herr

Name _____

Vorname _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Betrieb _____

E-Mail _____

Telefon _____

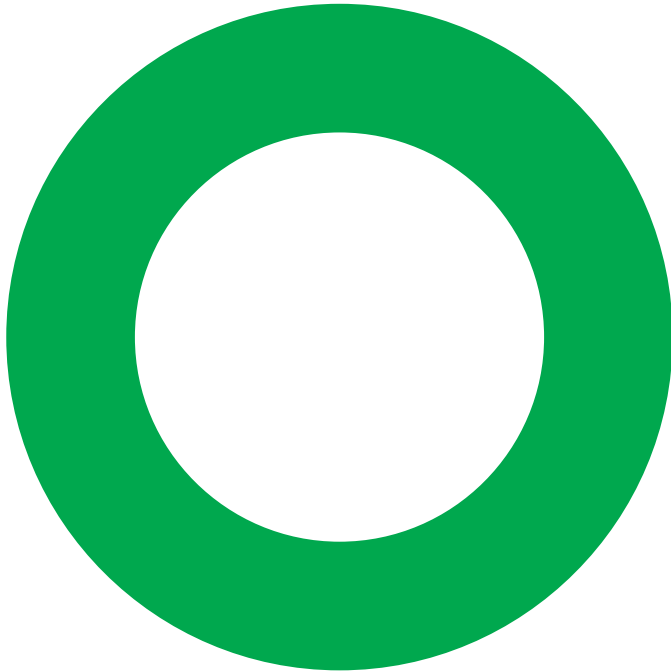
Datum _____

Unterschrift _____

Datenschutzerklärung akzeptiert

AGB: Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die Allgemeinen Kursbedingungen der Ostschweizer Gastronomiefachschule

Bildung die bewegt!



OGFS
Fürstenlandstrasse 53
9000 St.Gallen

 **OGFS**
OSTSCHWEIZER
GASTRONOMIEFACHSCHULE

rehaklinik
DUSSNANG

GASTR^oSG
KANTONALVERBAND FÜR
HOTELLERIE UND RESTAURATION