Podrobnosti – rezervace:

- Na kurz je nutno se přihlásit elektronickou formou na http://www.jidelny.cz.
- Přihlášky přijímáme do naplnění kapacity sálu, nejpozději však 7 dní před datem kurzu.
- Vstupné na kurz se platí na místě a činí 600,-Kč. (max. 70 účastníků)
- Případné změny programu budou uveřejněny na portálu Jídelny.cz.
- V případě dotazů volejte 377 457 329 od 8:00 do 11:30 hod.

Kde a kdy se s námi můžete setkat:

12. 05. 2009	**Jihlava**	DKO, Tolstého 2
13. 05. 2009	**Hradec Králové**	Kulturní středisko MÉDIUM, Jana Masaryka 605
14. 05. 2009	**Pardubice**	ABC, Štolbova 2665
18. 05 2009	**Karlovy Vary**	ZŠ a ZUŠ, Šmeralova 336/15
19. 05. 2009	**Praha**	Hotel Michael, Pod Lysinami 474/1, Praha 4
20. 05. 2009	**Plzeň**	SPŠ dopravní, Karlovarská 99
21. 05. 2009	**České Budějovice**	Hotel Gomel, Pražská 14
26. 05. 2009	**Ústí nad Labem**	Dům techniky, Veleslavínova 14
27. 05. 2009	**Liberec**	Dům kultury, Soukenné nám. 613
01. 06. 2009	**Ostrava**	Kulturní zařízení, Dr. Martínka 1439/4
02. 06. 2009	**Olomouc**	U-Klub, Šmeralova 12
03. 06. 2009	**Zlín**	SZdŠ, Příluky 372
04. 06. 2009	**Brno**	Evropská škola, Čejkovická 10

Jídelny.cz

Odborný kurz ústavního stravování 2009

Kurzy jsou zařazeny do kreditního systému České asociace sester

Počet kreditů za účast na kurzu: 3 **ČAS / KK / 1156 / 2009**

Kurz je určen pro všeobecné sestry, asistenty ochrany veřejného zdraví, nutriční terapeuty, zdravotně sociální pracovníky, vedoucí pracovníky stravovacích provozů, kuchařky a kuchaře.

Program:

08:45 – 09:00	Prezence
09:00 – 09:20	Zahájení kurzu
09:20 – 09:30	Informačně propagační vystoupení
09:30 – 10:30	Éčka v potravinách Přednášející: MVDr. Marcela Mathesová, SZÚ Praha
10:30 – 11:30	Stravování osob s nadváhou a obezitou Přednášející: Mgr. Jana Dřevová, PhD., SZÚ Praha
11:30 – 11:40	Informačně propagační vystoupení
11:40 – 12:15	Přestávka
12:15 – 13:15	Stravování diabetiků Přednášející: Mgr. Jana Dřevová, PhD., SZÚ Praha
13:15 – 14:15	Rozbor konkrétního jídelního lístku Přednášející: MVDr. Marcela Mathesová, SZÚ Praha

(změna programu vyhrazena)

Vstup na základě elektronické rezervace **www.jidelny.cz**

Nechť je jídlo Tvým lékem a lék jídlem! (Hippokrates, 400 let př.n.l)
Pro všechny, kterým není lhostejná úroveň a kvalita stravování v ústavech sociální péče, v nemocnicích, v domovech seniorů a v dalších zařízeních podobného typu, připravily Jídelny.cz další vzdělávací seminář.

Zahájení kurzu

Kvalita stravování, aktivity pacientů a seniorů, zdravý a hodnotný životní styl; to jsou témata, na která je kladen čím dál větší důraz. Nechte se inspirovat příklady z praxe, objevte možnosti rozšíření spolupráce se SZÚ, které pomáhají zvyšovat úroveň Vámi poskytovaných služeb.

Éčka v potravinách

Řada lidí se chybně domnívá, že všechna éčka jsou škodlivá a že je lepší se jim vyhnout. Jenže ona éčka jsou dnes ve všech potravinách a je jen na výrobci, jestli na obal uvede kyselina citronová nebo E330. Zajímá Vás, co se pod symboly E skrývá? Co jsou to ta éčka za látky? Jak se rozdělují? Jak působí na lidský organismus? Z jakého důvodu se do stravy přidávají? Nahlédněte s námi do světa přídatných látek a naučte se v nich orientovat.
Přednášející: MVDr. Marcela Mathesová, SZÚ Praha

Stravování osob s nadváhou, obezitou

Již mnoho let platí, že obezita je důsledkem špatných stravovacích návyků a nesprávného životního stylu. V boji s nadbytečnými kilogramy je potřeba zvolit nejen správnou stravu, ale také vhodnou pohybovou aktivitu. Léky a podpůrné prostředky na hubnutí by měly přijít na řadu, až když to předchozí nepomáhá.

V přednášce se zaměříme na hlavní rizikové faktory obezity a na její zdravotní důsledky. Stanovíme zásady vhodného redukčního režimu seniorů, díky kterým dojde ke snížení tělesné hmotnosti a tělesného tuku. Zmíníme i vhodné pohybové aktivity pro vybrané typy pacientů.
Přednášející: Mgr. Jana Dřevová, PhD., SZÚ Praha

Stravování diabetiků

Diabetes mellitus neboli cukrovka je jedna z nejčastějších civilizačních nemocí naší doby. Každým rokem u nás přibývá pacientů s tímto závažným systémovým onemocněním. Připomeneme si hlavní rizikové faktory diabetu a stručně přiblížíme základní charakteristiku onemocnění. Nedílnou součástí péče o diabetiky jsou režimová opatření a zejména úprava stravovacího režimu. Proto se zaměříme na diabetické diety a společnými silami se pokusíme sestavit vhodný jídelníček pro diabetika.
Přednášející: Mgr. Jana Dřevová, PhD., SZÚ Praha

Rozbor konkrétního jídelního lístku

Kolik informací nám poskytuje jídelní lístek?
Naučíme Vás, jak správně sestavit jídelní lístek z hlediska biologické a nutriční hodnoty. Ukážeme Vám, které nutrienty, vitamíny nebo minerály by v něm neměly chybět nebo naopak přebývat. Nezapomeneme ani na zastoupení bílkovin, tuků a sacharidů. Doporučíme, jak jídelníček upravit a jak vyřešit chybnou skladbu pokrmů. Na ukázku rozebereme konkrétní jídelníček a vyhodnotíme jeho složení.
Přednášející: MVDr. Marcela Mathesová, SZÚ Praha

Vitana®
Biogena®
Dr.Oetker
Kvalita je nejlepší recept.
NOWACO®
Fit müsli
www.fitfruit.cz
TROPICO
TROPICKÉ ŠŤÁVY A KONCENTRÁTY