



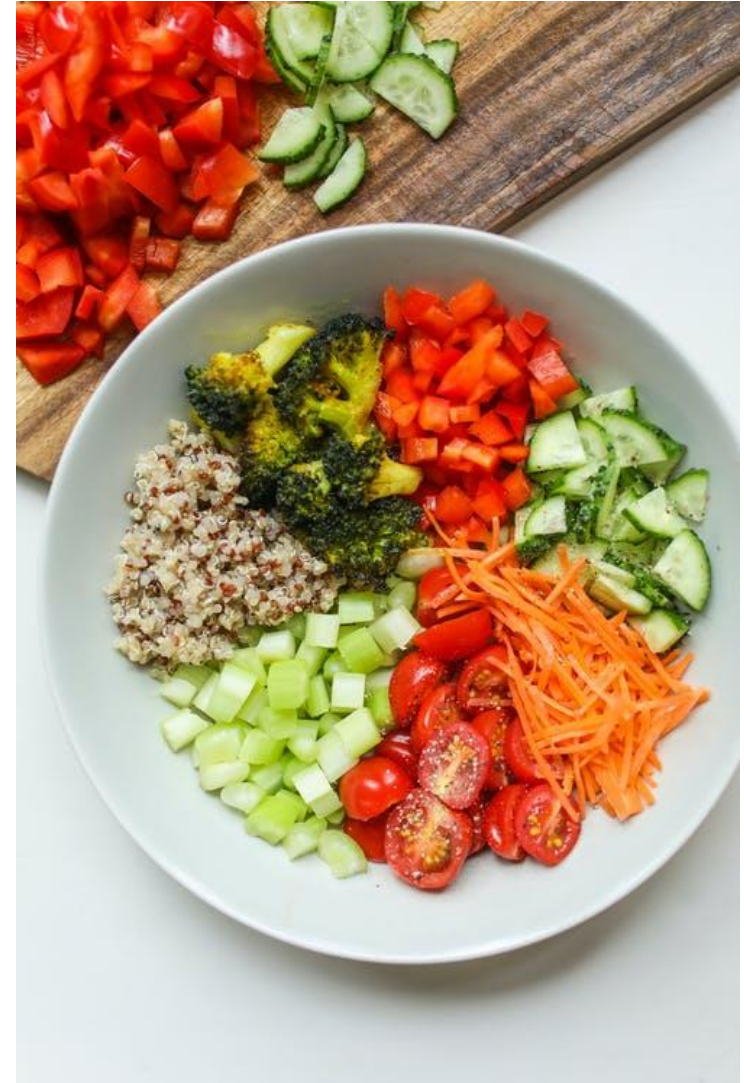
Auf einen Blick – Therapieangebot erklärt!

Diätassistentenz



Therapieangebot

1. Ernährungsberatung
2. Adipositas-Schulung
3. Offene Lehrküche
4. Vortrag „Gesunde Ernährung“
5. Infovortrag „Speisesaal“
6. Sonderkost (Abklärung & Überwachung)



www.pexels.com

1. Ernährungsberatung

Die Ernährungsberatung findet im Einzelgespräch statt. Die Beratung wird individuell auf Ihr Krankheitsbild und Ihre Bedürfnisse und Wünsche abgestimmt. Zentrale Themen sind unter anderem das aktuelle Ernährungsverhalten, die ernährungsrelevanten Krankheitsbilder, die Motivation und der Lebensstil.

Es erfolgt eine Ausarbeitung von Beratungsunterlagen und Handouts, die Sie anschließend ausgehändigt bekommen.

Ziele:

Fokussiert wird die Behandlung ernährungsbedingter Erkrankungen, das Erreichen einer nachhaltig gesunden Ernährung angepasst an individuelle Bedürfnisse sowie die Beschwerdefreiheit bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten/-allergien.



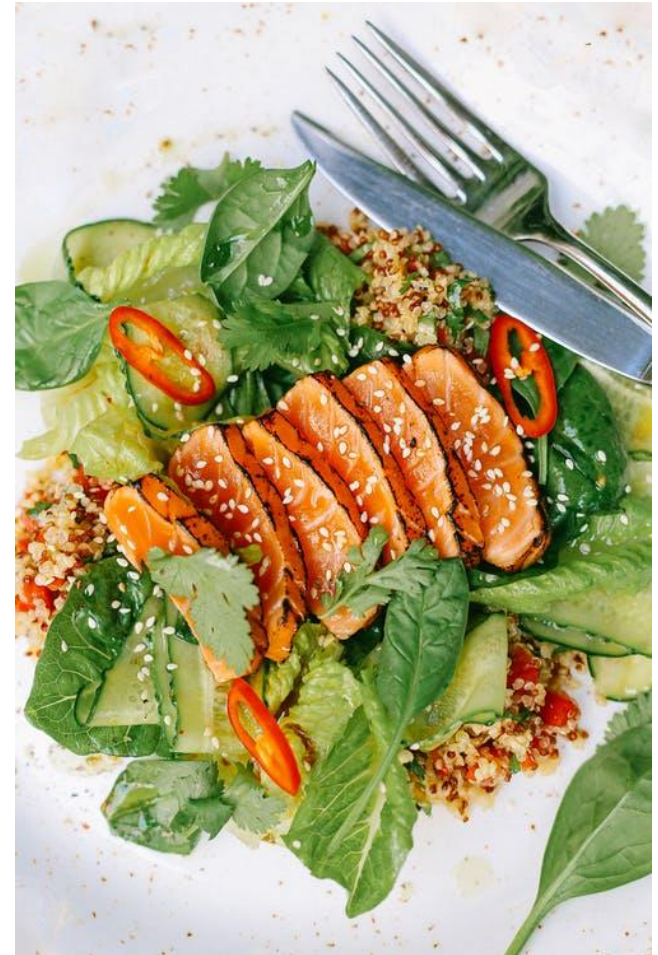
www.pexels.com

2. Adipositas-Schulung

Die Adipositas-Schulung ist eine Gruppentherapie für adipöse RehabilitandInnen (BMI > 30 kg/m²) mit dem Wunsch einer nachhaltigen Gewichtsreduktion. Das Angebot umfasst zwei Theorieeinheiten zu Ursachen und Risiken, eine individuelle Bedarfsberechnung sowie die Erläuterung von Nährstoff- und Lebensmittelgruppen und deren Bedeutung für den Körper. Abgerundet wird diese Schulung durch eine Praxiseinheit in Form eines Genusstrainings, wobei die Speisen selbst zubereitet werden.

Ziele:

Die Adipositas-Schulung verfolgt das Ziel, dass Sie ein gesundes Ernährungsverhaltens entwickeln und eine nachhaltige Gewichtsreduktion erlangen.



www.pexels.com

3. Offene Lehrküche

Die offene Lehrküche findet in einer Gruppe mit maximal vier TeilnehmerInnen statt und dauert ungefähr zwei Stunden.

Während dieser Zeit bereiten Sie in der Lehrküche zusammen mit Ihren Mit-RehabilitandInnen ein vegetarisches Menü vor, welches Sie im Anschluss gemeinsam verkosten dürfen.

Die offene Lehrküche wird nicht verordnet. Bei Interesse planen Sie es sich selbstständig ein. Die Anmeldung erfolgt durch Eintragen in TeilnehmerInnen-Liste vor dem Speisesaal.

Ziele:

Sie lernen neue Gerichte und Rezepte kennen und können Kontakt zu Ihren Mit-RehabilitandInnen in der angenehmen Atmosphäre einer Kleingruppe aufnehmen.



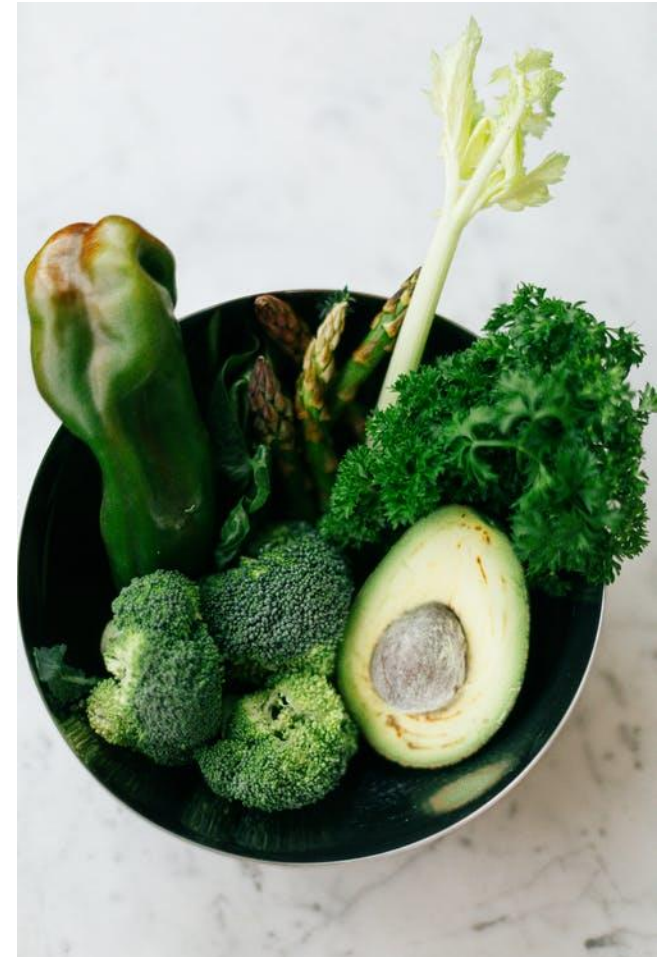
www.pexels.com

4. Vortrag „Gesunde Ernährung“

Der Vortrag „Gesunde Ernährung“ findet in der Gruppe statt und dauert ungefähr eine Stunde. Bei diesem Vortrag werden Ihnen die Ernährungsempfehlungen einer gesunden und ausgewogenen Ernährung auf Basis der Empfehlungen der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) vermittelt.

Ziele:

Der Vortrag dient dazu, dass Sie sowohl ein Verständnis über die Bedeutung einzelner Lebensmittelgruppen und Nährstoffen für eine gesunde Ernährung erlangen, als auch lernen den Einbezug idealer Portionsgrößen zu berücksichtigen.



www.pexels.com

5. Infovortrag „Speisesaal“

Der Infovortrag „Speisesaal“ findet in der Gruppe statt und dauert ungefähr eine dreiviertel Stunde. Dabei werden Sie über den Ablauf im Speisesaal aufgeklärt und über die „gesunde Zusammenstellung“ der verschiedenen Mahlzeiten in Bezug auf die Ernährungsempfehlungen der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) informiert.

Ziele:

Sie erhalten einen Überblick über die Abläufe im Speisesaal und der Küche und werden über die Angebote im Haus informiert.



6. Sonderkost (Abklärung und Überwachung)

Bei einer ärztlich nachgewiesenen Nahrungsmittelunverträglichkeit oder -allergie wird von Ihrem Bezugsarzt oder Ihrer Bezugsärztin eine Kostverordnung ausgestellt, um die individuelle Zubereitung der Speisen durch den Diätkoch oder der Diätköchin zu ermöglichen. Eine Menüwahl besteht bei einer Sonderkost aufgrund der individuellen Anpassung auf Ihre Bedürfnisse leider nicht. Wir versuchen in Abstimmung mit Ihnen Ihren Speiseplan so abwechslungsreich wie möglich zu gestalten.

Ziele:

RehabilitandInnen mit Lebensmittelunverträglichkeiten oder –allergien wird ermöglicht eine geeignete und passende Kostform zu sich zu nehmen.



www.pexels.com