

## Ernährung im Alter

Die Lebenserwartung in Österreich steigt stetig. Die Anzahl der über 65-Jährigen wird bis zum Jahr 2050 ca. 30 % der Gesamtbevölkerung ausmachen. Nicht nur in Österreich, sondern in allen westlichen Industrieländern nimmt die Prävalenz von Mangelernährung zu. Zahlreiche Studien der letzten Jahre zeigen, dass etwas 10 – 20 % der Bewohner in Pflegeheimen mangelernährt sind und bei etwa der Hälfte der Bewohner ein Risiko für Mangelernährung vorliegt. Die adäquate Ernährungsversorgung in den einzelnen Pflegeheimen unterstützt dabei, das Wohlbefinden und die Lebensqualität jedes einzelnen Bewohners bis ins hohe Alter zu erhalten. Im Seminar werden die wesentlichen Ursachen altersassoziierter Ernährungsprobleme aufgezeigt und Maßnahmen zur Verbesserung der Ernährungssituation besprochen.

### Seminarinhalte:

- Altersdefinitionen und -theorien, demografische Veränderungen
- Altersassozierte Veränderungen von Organen und Organsystemen
- Energie- und Nährstoffbedarf
- Ernährungssituation von SeniorInnen
- Kennzeichen, Ursachen und Folgen von Mangelernährung
- Diagnostik und Therapie einer Mangelernährung im Alter
- Bedarfsgerechte Ernährung seniorengerecht umsetzen
- Essen und Trinken bei Demenz und Dekubitus



**Zielgruppe:** Pflegekräfte, diätetisch geschulte KöchInnen

### Referentin: Daniela Gmeindl-Tscherner

Diätologin

Lehrende an unterschiedlichen Institutionen wie der Fachhochschule JOANNEUM, der Medizinischen Universität Graz und der österreichischen Ärztekammer

Lehrende im Zuge der Ausbildung zur Pflegeassistenz am BIT, BFI und dem Land Steiermark  
Betreuung und Beratung verschiedener Pflegeheime

**Termin: 13. Mai 2020**

**Zeit: 9:00 – 17:00**

**Veranstaltungsort:** Kärntnerstraße 532, 3.Stock, 8054 Graz /Seiersberg

**Teilnahmegebühr:** € 130,00 zuzüglich 20% Mwst.

Bei der Entsendung von mehr als einem Mitarbeiter geben wir der Einrichtung 10% Ermäßigung!