

Delitzsch, 24. Mai 2013

Einladung an Verantwortliche in der Arbeit mit Senioren

Schulung „Im Alter IN FORM: Gesunde Lebensstile fördern.“ am 19. Juni 2013 in Delitzsch oder am 20. Juni 2013 in Torgau

Sehr geehrte Damen und Herren,

herzlich laden wir Sie zu den Schulungen „Im Alter IN FORM: Gesunde Lebensstile fördern“ ein.

Die Schulung wird im Rahmen des Aktionsplans des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) „IN FORM - Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ gefördert. Sie wird von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO) in Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsamt des Landratsamtes Nordsachsen durchgeführt.

Ziel der Schulung ist es, die Zusammenhänge zwischen Bewegung, Ernährung und Gesundheit älterer Menschen aufzuzeigen. So ist zum Beispiel häufig bei der Ernährung von demenziell erkrankten Menschen zu berücksichtigen, dass sich ihre Ernährung von einer normalen Alltagsverpflegung durchaus unterscheiden kann. Die Ernährung älterer Menschen beeinflusst das körperliche Wohlbefinden der Bewohner sehr. Die Zusammenstellung der Mahlzeiten für ältere Menschen stellt besondere Anforderungen hinsichtlich der Nährstoffversorgung, der Akzeptanz und der Zubereitung gegenüber einer normalen Alltagsverpflegung arbeitender Erwachsener. Stürze lassen sich vermeiden, hier gibt es Tipps und Anregungen für den Alltag. Die für eigentlich jedes Alter wichtige Bewegung ist gerade im Seniorenalter ein entscheidender Beitrag zur Erhaltung der Selbstständigkeit, auch wenn einige Körperfunktionen vielleicht eingeschränkt sind und nicht mehr jede Bewegung möglich ist. Meist ist eine Mobilität verborgen und bietet Chancen für eine bessere Lebensqualität. Besonders Fachkräfte, die in Einrichtungen arbeiten oder in anderen Bereichen Hilfsbedürftige versorgen, sollten aktuelle Erkenntnisse der Forschung berücksichtigen und durch die Schulungen Input sowie Handlungsspielräume für Ihr Tätigkeitsfeld erhalten.

Darüber hinaus bietet sich Gelegenheit für einen intensiven Erfahrungsaustausch.

Unsere Schulung **richtet sich an alle Mitarbeiter in Senioreneinrichtungen und Menschen mit Vorkenntnissen im Bereich Ernährung. Schön wäre eine Mischung aus Küchenmitarbeiterinnen und -mitarbeitern, Hauswirtschafts- und Pflegekräften.** So wird ein intensiver Austausch der verschiedenen Arbeitsbereiche gewährleistet.

Kooperationspartner der BAGSO sind die Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), die Verbraucherzentrale Hamburg (VZ Hamburg), die Deutsche Gesellschaft für Alterszahnmedizin (DGAZ) und der Deutsche Turnerbund (DTB). Weitere Informationen finden Sie unter www.bagso.de

Inhaltlich gleiche Schulungen finden statt:

Termin: 19. Juni 2013 von 9:30 Uhr bis 16:30 Uhr

**Ort: Landratsamt Nordsachsen, Richard-Wagner-Str. 7a,
04509 Delitzsch, Haus B, 2.OG, Zi. 7.14**

Termin: 20. Juni 2013 von 9:30 Uhr bis 16:30 Uhr

**Ort: Landratsamt Nordsachsen, Schloßstraße 27, 04860 Torgau,
Heinrich-Schütz-Saal, Flügel D**

Das Programm der Schulung ist beigefügt.

Die Tagungen, Honorare und Reisekosten sowie Schulungsmaterialien und Getränke werden aus Projektmitteln finanziert. Die Kosten für das Mittagessen können nicht übernommen werden. Auch die Reisekosten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden nicht erstattet.

Die Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt.

Wir bitten Sie, sich **spätestens bis zum 05. Juni 2013** schriftlich anzumelden. Sollte Ihnen eine Teilnahme an der Schulung nicht möglich sein, bitten wir um Abmeldung bis spätestens 10 Tage vor dem Schulungstermin, andernfalls können ggf. Kosten für Schulungsmaterialien und Verpflegung in Rechnung gestellt werden.

Die Anmeldung zur Schulung senden Sie bitte an: (siehe beiliegendes Formular)

Landratsamt Nordsachsen - Gesundheitsamt
Frau Conny Dietze, Richard-Wagner-Str. 7a, 04509 Delitzsch
Tel.: 034202/988-6333 Fax: 03421/75885-6333 Email: conny.dietze@lra-nordsachsen.de

Ihre Anmeldung wird **nicht** bestätigt. Falls die Schulung ausfällt, geben wir Ihnen eine Woche vor dem geplanten Termin eine Rückmeldung.

Haben Sie noch Fragen, können Sie sich ebenfalls wenden an:

BAGSO
Projekt: Im Alter IN FORM
Bonngasse 10
53111 Bonn
Mail: inform@bagso.de

Mit freundlichen Grüßen

Conny Dietze

„Im Alter IN FORM: Gesunde Lebensstile fördern.“

| | |
|----------------------|---|
| Programm | <u>Weiterbildungsschulung am 19. oder 20. Juni 2013</u> |
| Zielgruppe | Verantwortliche in der Arbeit mit Senioren |
| Moderation | Frau Andrea Haase, BAGSO |
| Referentinnen | Frau Gabriele Lausch-Schulz, Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. Frau Sophie Jacob, Deutscher Turner Bund |

Tagesablauf

- 9:30 Uhr Begrüßung und Einführung des Projektes „Im Alter IN FORM“
- 9:45 Uhr Vorstellungsrunde: Abfrage des Namens, der Aufgaben bzw. Verantwortungen in der Seniorenarbeit und der Erwartungen an die Schulung
- 10:30 Uhr Ernährung und Demenz
- 12:30 Uhr Mittagspause
- 13:30 Uhr Sturzprävention
- 15:00 Uhr Das Thema „Im Alter IN FORM“ in der Seniorenarbeit inklusive Kaffeepause
- 15:45 Uhr Ergebnisse
- 16:15 Uhr Auswertung
- 16:30 Uhr Ende der Schulung

Landratsamt Nordsachsen - Gesundheitsamt
Frau Conny Dietze
Richard-Wagner-Str. 7a
04509 Delitzsch

Tel.: 034202/988-6333

Fax: 03421/75885-6333

Email: conny.dietze@lra-nordsachsen.de

**Anmeldung Schulung „Im Alter IN FORM“
(19. Juni 2013 in Delitzsch oder 20. Juni 2013 in Torgau)
Bitte Rückmeldung bis zum 05. Juni 2013**

Ich melde mich **verbindlich**^{*)} an zur Teilnahme an der Schulung

- am 19.06.2013 in Delitzsch
 am 20.06.2013 in Torgau

Name, Vor-
name _____

Organisation
und Funktion _____

Anschrift _____

Telefon _____

Mail _____

Besonderheiten
Essen (vegeta-
risch..) _____

Datum _____
Unterschrift _____

*) Im Falle einer Verhinderung wird darum gebeten, dies bitte umgehend mitzuteilen, um eventuell anfallende Stornokosten in Restaurants zu vermeiden. Sollten Teilnehmende trotz vorheriger Zusage aus anderen Gründen als Krankheit oder objektiv nachvollziehbaren Ursachen nicht teilnehmen, behält sich die BAGSO vor, die anfallenden Kosten in voller Höhe in Rechnung zu stellen.