

## HYVINVOINNIN JA TOIMINTAKYVYN EDISTÄMINEN 1

### KURSSIN HYVÄKSYTTY SUORITTAMINEN EDELLYTTÄÄ:

- Läsäoloa tunneilla
- Kaikkien tehtävien tekoa, jotka ovat:
  - Tehtävä 1: Kauppatehtävä (oppitunnilla)
  - Tehtävä 2: Ruokailutottumusten selvittäminen haastattelemalla (itsenäisesti)
  - Tehtävä 4: Ruokapäiväkirjatehtävä (oppitunnilla)

**Itsenäisen tehtävän palautus viimeistään 31.3 pedanetin palautuskansioon.**

<b>MA 7.3</b>  <b>12.15–16</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tavoitteet, sisältö, arviointi</li><li>• Ravitsemussuositusten kertaus parityönä</li><li>• Kirjan tehtävät kpl 8</li><li>• Itsenäisen tehtävän ohjeistus</li><li>• Opetellaan Finelin käyttö luodaan tunnukset</li></ul>
<b>MA 14.3</b>  <b>12.15–16</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ruokapäiväkirjatehtävä</li><li>• Kauppatehtävä</li></ul>
<b>MA 21.3</b>  <b>12.15–16</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Opetuskeittiöllä kasvisruokavalio, gluteeniton</li><li>• Aivoterveyttä edistävä ruokavalio</li></ul>
<b>MA 28.3</b>  <b>12.15–16</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Loihdi tyhjästä opetuskeittiöllä</li><li>• Itsearviointi</li></ul>