

RAVITSEMUSOHJAUSTUOKIO IKÄÄNTYNEELLE ASIAKASRYHMÄLLE

TEHTÄVÄN TAVOITE:

- Opitaan ja vahvistetaan ikäihmisen ravitsemusohjauksessa tarvittavia taitoja
- Oppia käyttämään ravitsemusohjaukseen suunniteltuja materiaaleja ja myös tehdä niitä tarvittaessa itse
- Opitaan ravitsemustilan arvioinnin pohjalta suunnittelemaan ja toteuttamaan toiminnallinen ohjaustuokio

OHJEISTUS:

- Voit toteuttaa tuokion yksilö- tai ryhmäohjauksena
- Asiakkaalle tehdään MNA, haastattelu tms.
- Suunnittele tarvittaessa tuokio MNA tulosten pohjalta
- Mikä on ohjaustuokion tavoite?
- Huomio mahdolliset sairaudesta johtuvat rajoitteet ravitsemukseen, erityisruokavaliot
- Huomio suunnittelussa mm. elämänhistoria, kulttuuritausta ym.
- Arvio tuokion onnistuminen ja pyydä asiakkailta palautetta

YHTEENVETO:

- Kirjoita yhteenveto edellä mainituista asioista
- Laita myös kuvia tuokiosta
- Muoto on vapaa esim. power point, video, paddlet, word

LÄHDEMATERIAALI:

- [Avuksi ohjaukseen](#)
- [LIIKUNTA JA RAVITSEMUS - OPAS OHJAUSTYÖHÖN](#)
- [Vireyttä seniorivuosiin - ikääntyneiden ruokasuositus](#)
- [Ryhmärenki - Aivomatkalaukku](#)