

Genussvoll und gesund essen im Alter

Bessere Ernährungsversorgung für pflegebedürftige Senioren

Koch- und Ernährungskurse für pflegende Angehörige und ambulante Dienste.
Denn Senioren, die nicht ausreichend essen und trinken, sind von Mangelernährung bedroht.

Mehr als zwei Drittel der pflegebedürftigen Senioren und Seniorinnen in werden zu Hause versorgt. Meist übernehmen Angehörige die Pflege von Eltern, Ehepartnern oder Schwiegereltern, zum Teil unterstützt durch ambulante Pflegedienste und ehrenamtliche Helfer.

Wer einen alten Menschen zu Hause versorgt, steht vor vielen Herausforderungen.

Viele Senioren

- ▶ sind demenziell erkrankt
- ▶ essen zu wenig
- ▶ können schlecht kauen
- ▶ trinken zu wenig
- ▶ klagen über Mundtrockenheit

Pflegende Angehörige haben viele Fragen zur Ernährung:

- ▶ Wie kann ich zum Essen animieren?
- ▶ Wie rege ich den Appetit an?
- ▶ Wie kann ich abwechslungsreich kochen?
- ▶ Wie lässt sich Püriertes zubereiten?

Mein Themenangebot

- ▶ Strategien für Essen und Trinken bei Demenz
- ▶ Genussvoll essen trotz Kau- und Schluckschwierigkeiten
- ▶ Ausreichend trinken, selbst bei eingeschränktem Durstgefühl
- ▶ Grundlagen der Ernährung im Alter
- ▶ Theorie- und Praxisworkshops, Vorträge
- ▶ Kochkurse

Das Kursangebot eignet sich ideal als Ergänzung des Leistungsspektrums für:

- ▶ Betreuungsvereine
(Beispiel: Leben mit Demenz e.V., Frankfurt/M.)
- ▶ Ambulante Pflegedienste
- ▶ Einrichtungen der Tagesbetreuung
- ▶ Hausgemeinschaften
- ▶ Kranken- / Pflegekassen
- ▶ Unternehmen

Ich biete flexible Kurskonzepte und unterbreite Ihnen gern passgenaue Angebote.



Ulrike Grohmann
Dipl. Oecotrophologin
Spezialistin für
Seniorenernährung

Steinmetzstraße 71 · 65931 Frankfurt am Main

Telefon und Fax 069 36402761

u.grohmann@t-online.de · www.ulrike-grohmann.de

f Seniorenernährung – das schmeckt mir!