

## LEHRGANG «DIÄTETIK UND GESUNDE ERNÄHRUNG»

Gelernten Berufsleuten werden die Diätetik und die gesunde Ernährung in vertiefter Masse vermittelt. Sie erlernen die wesentlichen und meist verbreitetsten diätetischen Kostformen, die entsprechenden Berechnungsformen und die Anwendung von speziellen Produkten. Schwerpunkt der Instruktion bilden die Menüplanung und -gestaltung sowie die kreativen und schonenden Zubereitungstechniken für diätetische Gerichte.

## ZIELGRUPPE

Gelernte Küchenfachleute aus Klein- und Mittelbetrieben, wie Alters- und Pflegeheimen sowie Spitälern. Weiter werden auch Teilnehmer aus der Gemeinschaftsgastronomie generell und aus der klassischen Gastronomie erwartet. Voraussetzung für die Teilnahme am Lehrgang ist der Lehrabschluss als Koch/Köchin. Diese Mindestanforderung ist unabdingbar.

MODULINHALTE/  
DAUER

## BASISMODUL (3 TAGE)

- × Bedeutung der Ernährungslehre/ Anatomie
- × Verdauung und Resorption von Fett, Eiweiss und Kohlehydraten
- × Ernährungsrichtlinien, Nährstoffregeln, gesunde Ernährung
- × Übersicht der verschiedenen Diäten

MODUL DIABETES-  
ERNÄHRUNG (3 TAGE)

- × Gesamter Bereich der diabetischen Ernährungsformen und der dazugehörigen Produkte sowie deren Einsatz
- × Reduktionskost
- × Cholesterolareme Ernährung
- × Diabetesdiät in Praxis und Theorie

MODUL ERNÄHRUNG IM  
ALTER (2 TAGE)

- × Altersernährung – Charakteristik und Problematik
- × Praxis und Theorie der leichten Vollkost und der konsistenzdefinierten Kostformen
- × Psychologie bei dieser speziellen Kundenbetreuung
- × Bedürfnisse der Ernährung im Alter
- × Praxis und Theorie über Diätetik und gesunde Ernährung

MODUL ALTERNATIVE  
ERNÄHRUNGSFORMEN  
UND NAHRUNGS-  
ALLERGIEN  
(3 TAGE)

- × Praxis und Theorie über die Zöliakie
- × Einblick in vegetabile Kostformen, Vollwerternährung und andere alternative Kostformen
- × Biologische Produkthanwendung
- × Was ist eine Nahrungsmittelallergie?
- × Die häufigsten Allergien
- × Nahrungsmittelallergien in die Praxis umgesetzt
- × Leben mit einer Allergie – eine Betroffene erzählt

MODUL SPEZIALDIÄTEN  
(1 TAG)

- × Anatomie der Niere
- × Die verschiedenen Nierendiäten
- × Leben mit einer künstlichen Niere
- × Purinararme Diäten

ABSCHLUSSMODUL  
(2 TAGE)

- × Menüplanung
- × Sporternährung
- × Kinderernährung
- × Abschlusstest
- × Persönliche Abschlussarbeit

## DATEN

- Lehrgang 2012/2013
- × Modul 1: 2. – 4. August 2012
  - × Modul 2: 10. – 12. Oktober 2012
  - × Modul 3: 31. – 1. Februar 2013
  - × Modul 4: 17. – 19. April 2013
  - × Modul 5: 1 Tag im Frühjahr 2013
  - × Modul 6: 2 Tage im August 2013

## REFERENTEN

Diätköchinnen und -köche, Praktiker, Ernährungsspezialisten, z. T. direkt betroffene Personen, weitere Spezialisten

## KOSTEN

ca. CHF 3.600.– Mitglieder mit BR  
ca. CHF 4.000.– Mitglieder  
ca. CHF 4.750.– Nichtmitglieder

## AUSWEIS/DIPLOM

Wenn der Lehrgang vollständig durchlaufen ist und der Abschlusstest sowie die persönliche Abschlussarbeit erfolgreich absolviert wurden, erhalten die Teilnehmer ein Attest, das den Besuch dieses Lehrgangs bestätigt. Ausserdem wird ein Diplom des Schweizer Kochverbandes überreicht.

## AUSKUNFT

Schweizer Kochverband  
Tel. 041 418 22 22  
Fax 041 412 03 72  
info@union-kochverband.ch

## ANMELDUNG

Hotel & Gastro Union  
Tel. 041 418 22 54  
sekretariat@hotelgastrounion.ch

## ANMELDESCHLUSS

Mai 2012