



SVDE ASDD

Schweizerischer Verband
dipl. Ernährungsberater/innen HF/FH
Association Suisse des
Diététiciens-ne-s diplômé-e-s ES/HES
Associazione Svizzera
Dietiste-i diplomate-i SSS/SUP

SVDE ASDD

Info

1 / 2013

Februar | février | febbraio



Behinderte Menschen und Ernährung
L'alimentation des personnes atteintes d'un handicap
I disabili e l'alimentazione

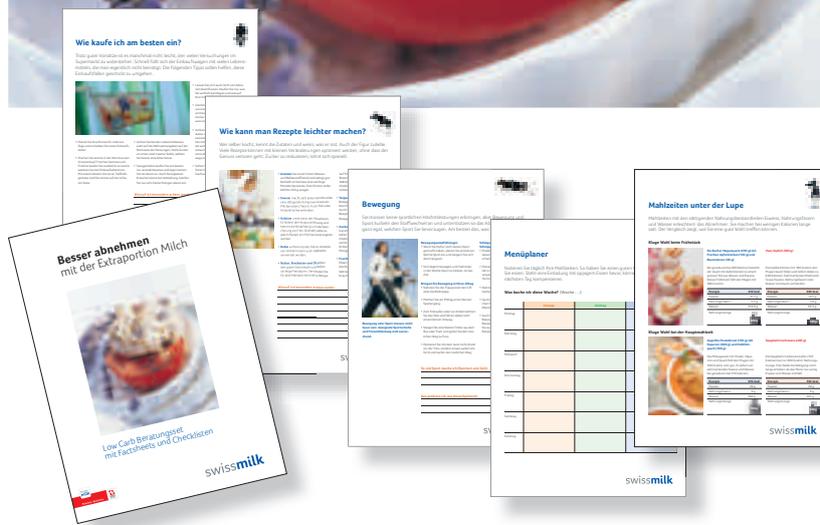
Neu: Low Carb Beratungsset

Besser Abnehmen mit der Extraportion Milch



Zahlreiche Studien belegen, dass die Extraportion Milch beim Abnehmen hilft und vor Übergewicht schützt.

Das neue, von Swissmilk konzipierte Beratungsset «Besser Abnehmen mit der Extraportion Milch» basiert auf einer Ernährung nach dem Low-Carb-Prinzip und mindestens drei, idealerweise vier Portionen Milch und Milchprodukten am Tag. Es enthält Factsheets, Checklisten und viele praktische Tipps. Und ist daher eine ideale Beratungshilfe für Ihren Praxisalltag.



«Besser Abnehmen mit der Extraportion Milch»

Beratungsmappe mit 18 Factsheets

Gratis (ab 4 Exemplaren CHF 3.00/Stück zzgl. Porto)

Jetzt bestellen

Per Mail webbestellungen@swissmilk.ch oder Telefon 031 359 57 28

Besuchen Sie uns im Internet unter www.swissmilk.ch/nutrition und erfahren Sie mehr über Milch und Milchprodukte. Nutzen Sie unsere bewährten Beratungsmaterialien und lassen Sie sich monatlich mit unserem Maillaiter gratis über Neuigkeiten aus der Ernährungswissenschaft informieren.

swiss
milk

Schweiz. Natürlich.

SUISSE
GARANTIE

swissmilk



SVDE ASDD

Schon reserviert?

GV 2013 SVDE

Datum: 19. April 2013, 09 h 00 bis 18 h 30

Ort: Hotel Arte, Olten

Déjà réservé?

AG 2013 ASDD

Date: 19 avril 2013, 09 h 00 bis 18 h 30

Lieu: Hôtel Arte, Olten

Già riservato?

AG 2013 ASDD

Data: 19 aprile 2013, 09 h 00 bis 18 h 30

Luogo: Hotel Arte, Olten

Nestlé Health Science

Spezialisten für individuelle Ernährungstherapie Spécialiste de la thérapie nutritionnelle individuelle

Resource® Trinknahrungen*
Suppléments Nutritifs Oraux® Resource® :

- entwickelt in der Schweiz
développés en Suisse
- bedarfsausgerichtet
adaptés aux besoins
- persönliche Beratung
un conseil personnalisé



* Resource® Trinknahrungen werden von der Krankenkasse für medizinische Indikationen gemäss GESKES Richtlinien rückersattelt.
* Les suppléments nutritifs oraux Resource® sont pris en charge par l'assurance maladie pour des indications médicales selon les directives de la SSNC.

Nestlé Suisse SA, HealthCare Nutrition
Entre-Deux-Villes, 1800 Vevey
InfoLine: 0848 000 303
Info@medical-nutrition.ch
www.medical-nutrition.ch



DEUTSCHSCHWEIZ

Editorial	2
Fachteil	8
Verbandsinfos	24
Weiterbildung	32

SUISSE ROMANDE

Editorial	2
Rubrique professionnelle	4
Info de l'ASDD	24
Formation continue	32

SVIZZERA ITALIANA

Editoriale	2
Rubrica professionale	13
Info dell'ASDD	24
Formazione continua	32

Impressum

**Offizielles Organ des SVDE / Organe officiel de l'ASDD /
Organo ufficiale dell'ASDD**

Herausgeber / Editeurs responsables / Editore responsabile
SVDE ASDD
Schweizerischer Verband dipl. Ernährungsberater/-innen HF/FH
Association Suisse des Diététicien-ne-s diplômé-e-s ES /HES
Associazione Svizzera Dietiste-i diplomate-i SSS/SUP
Altenbergstrasse 29, Postfach 686, 3000 Bern 8
Tel. +41 (0)31 313 88 70, Fax +41 (0)31 313 88 99
service@svde-asdd.ch, www.svde-asdd.ch

Redaktion / Rédaction / Redazione
Rosmarie Borle, Kirchbergerstrasse 50, 3008 Bern
Tel. 079 218 42 07
redaction@svde-asdd.ch, rosmarie.borle@bluewin.ch

**Stellenanzeiger + Inserate / Service d'emploi +
Annonces / Offerte d'impiego + Annunci**
SVDE ASDD, Sekretariat, Altenbergstrasse 29, Postfach 686,
3000 Bern 8

Abonnement / Abonnement / Abbonamento
Fr. 72.–/J., für SVDE-Mitglieder kostenlos, Ausland Fr. 85.–/J.
Fr. 72.–/an, gratuit pour les membres ASDD,
Etranger Fr. 85.–/an.
Fr. 72.–/anno, gratis per i soci ASDD, Estero Fr. 85.–/anno

Auflage/Tirage/Tiratura: 1150

Themen/Sujets/Temi

- 1/13: Behinderte Menschen und Ernährung /
L'alimentation des personnes atteintes d'un
handicap / I disabili e l'alimentazione
- 2/13: Bewegung und Ernährung / Exercice physique et
alimentation / Moto e alimentazione
- 3/13: Nutrition Days Zürich
- 4/13: Ernährungsbedürfnisse ab 40 im Wandel /
L'évolution des besoins alimentaires à partir de la
quarantaine / La trasformazione delle esigenze
alimentari dopo i 40 anni
- 5/13: Nutripoint – neues elektronisches Handbuch /
Le nouveau manuel électronique Nutripoint /
Nutripoint – Nuovo manuale elettronico
- 6/13: Personalisierte Ernährung /
La nutrition personnalisée /
Alimentazione personalizzata

Druck / Impression / Stampa
Multicolor Print AG, Baar

**Redaktionsschluss / Délai de rédaction /
Termine di redazione:**

Redaktionsschluss Nr. 2: 12. März 2013, le 12 mars, il 12 marzo
Erscheinungsdatum: 29. April 2013

**Inserateschluss/délais des insertions/
termine d'insertion:**
15. März 2013

**Tariffdokumentation / Documentation tarifaire /
Documentazione delle tariffe**
www.svde-asdd.ch

Geschäftsstelle/Sekretariat/Sekretariato
SVDE ASDD

Schweizerischer Verband dipl. Ernährungsberater/-innen HF/FH
Association Suisse des Diététicien-ne-s diplômé-e-s ES /HES
Associazione Svizzera Dietiste-i diplomate-i SSS/SUP
Altenbergstrasse 29, Postfach 686, 3000 Bern 8
Tel. +41 (0)31 313 88 70, Fax +41 (0)31 313 88 99
service@svde-asdd.ch, www.svde-asdd.ch

Präsidentin / Présidente / Presidente

Beatrice Conrad Frey, Platanenweg 10, 4914 Roggwil,
Tel. 062 929 01 31, beatrice.conrad@bluewin.ch

Vizepräsident/in / Vice-présidentes / Vice presidenti

Gabi Fontana, Untermuli 11, 6300 Zug
Tel. 041 760 51 00, gabi.fontana@bluewin.ch

Raphaël Reinert, Résidence de la Côte 60, 110 Morges,
ekchay@bluewin.ch

Vorstand/Comité/Comitato direttivo

Bildung/Formation/Formazione:
Gabi Fontana, Raphaël Reinert
Kommunikation/communication/comunicazione:
Barbara Richli, Alla Villa, 6746 Lavorgo
Telefon 091 880 40 40, barbara.richli@svde-asdd.ch

Tarif/tarif/tariffa:
Annemarie Gluch-Bosshard,
Rychenbergstrasse 272, 8404 Winterthur
Tel. 052 242 84 00, annemarie.gluch@svde-asdd.ch

Serviceleistungen/Services/Servizio:
Brigitte Christen-Hess,
Gerberstrasse 5, 6004 Luzern,
Tel. 041 410 45 00, brigitte.christen@svde-asdd.ch
Berufsqualität und Ethik/Commission pour qualité
professionnelle et éthique
Florine Riessen, Grand-Rue 174, 2720 Tramelan

Titelbild:
Leila Sadeghi/Bianca Föhn



Leila Sadeghi
Redaktionskommission
Commission de la rédaction
Commissione di redazione

Ernährung und Behinderung

Das Erforschen eines neuen Gerichtes, um ein Zitat von Brillat-Savarin aufzunehmen, tut mehr für die menschliche Fröhlichkeit als das Erforschen eines neuen Sterns. Mit einer Behinderung ist das nicht immer einfach, und eine gesunde, ausgewogene und vor allem auch schmackhafte Ernährung weicht oft rein «funktionellen» Mahlzeiten. In solchen Fällen brauchen wir jemanden, der uns auf die Sprünge hilft, der unsere Sinne erweckt und hilft, uns unsere Möglichkeiten und den grossen Einfluss, den wir auf unsere Ernährung haben können, bewusst zu machen. In der Schweiz werden gerade Kampagnen zur Förderung einer gesunden und schmackhaften Ernährung lanciert, die den verschiedenen Behinderungen Rechnung tragen. Dieses Info entführt Sie in ein kleines Dorf, wo Ihnen der Chefkoch der kleinen Gemeinde die Pforten zu seiner Küche und seinem Herzen öffnet. Anschliessend laden wir Sie ein, jenseits unserer Landesgrenzen, nämlich in Frankreich, eine neue Initiative kennenzulernen, die von Mutualité française Rhône-Alpes im thematischen Rahmen von Ernährung und Behinderung lanciert wurde. Sie werden zu den Ersten gehören, die die Namen erfahren, die im Rahmen des ersten Awards «meingleichgewicht – Menschen mit Behinderung und gesundes Körpergewicht» von Migros Kulturprozent ausgezeichnet wurden.

Nicht nur wissenschaftliche Aspekte spielen für eine gesunde Ernährung eine Rolle, auch die kleinen Gaumenfreuden dürfen nicht zu kurz kommen.

Ich wünsche Ihnen eine übermässig gute und massvoll gesunde Ernährung und viel Vergnügen beim Lesen.

Leila Sadeghi

Nutrition et Handicap

La découverte d'un mets nouveau, pour reprendre une phrase de Brillat-Savarin, fait plus pour le genre humain que la découverte d'une étoile. Mais encore faut-il le pouvoir, ou alors prendre conscience des moyens que l'on a. Ceci n'est pas aisé, lorsqu'en situation de handicap, quel qu'il soit, les avantages d'une alimentation saine et équilibrée, et surtout agréable, laissent souvent place à une alimentation plus «fonctionnelle». Il faudrait un coup de main dans ce cas-là, une initiation à l'éveil sensoriel, à la prise de conscience de l'autonomie et de la grande influence que chaque personne peut avoir sur son alimentation. En Suisse des initiatives se développent dans le but de promouvoir une alimentation saine et agréable, tout en tenant compte du handicap de la personne. La lecture de ce bulletin vous emmènera faire une halte dans un petit village où le chef cuisinier d'une communauté vous ouvrira les portes de sa cuisine et de son cœur, qu'il a su combiner à merveille. Et puis, vous découvrirez au-delà de nos frontières, en France, une excellente initiative lancée dans le cadre de la thématique nutrition et handicap par la Mutualité française Rhône-Alpes. Enfin vous connaîtrez les noms des institutions récompensées dans le cadre du premier award «monéquilibre» – personnes handicapées et un poids corporel sain par le Pour-cent culturel Migros.

Si la nutrition relève de la science, l'alimentation quant à elle devrait pouvoir se traduire par l'art d'offrir à nos palais un peu de bonheur cuisiné. Dans les deux cas, un partage de savoir et de savoir-faire ne fait qu'en augmenter la valeur.

En vous souhaitant une alimentation démesurément plaisante, et mesurément saine et une bonne lecture à toutes et à tous.

Leila Sadeghi

Nutrizione e Disabilità

La scoperta di un piatto nuovo, per citare una frase di Brillat-Savarin, è più importante per il genere umano che la scoperta di una nuova stella. Certo, ma ciò presuppone che si possa scoprirlo o almeno prendere coscienza dei mezzi a propria disposizione. Non è però sempre facile quando, in una situazione di disabilità di qualsiasi tipo, i vantaggi di un'alimentazione sana ed equilibrata, ma soprattutto gradevole, spesso cedono il posto a un'alimentazione più funzionale. In questi casi ci vorrebbe un aiuto, un'iniziazione al risveglio dei sensi, alla presa di coscienza dell'autonomia e della grande influenza che ogni persona può avere sulla propria alimentazione. In Svizzera si stanno sviluppando iniziative aventi l'obiettivo di promuovere un'alimentazione sana e gradevole, pur tenendo conto della disabilità della persona. La lettura di quest'edizione vi porterà a fare una sosta in un piccolo villaggio, dove lo chef di una piccola comunità vi aprirà le porte della sua cucina e del suo cuore. In seguito vi sposterete oltre frontiera, in Francia, per scoprire un'eccellente iniziativa relativa alla tematica nutrizione e disabilità lanciata dalla Mutualité française Rhône-Alpes. Infine conoscerete i nomi delle istituzioni insignite del primo premio meingleichgewicht («Il mio equilibrio – persone con disabilità e un peso corporeo sano»), assegnato dal Percento culturale Migros.

Se la nutrizione è una scienza, l'alimentazione, per parte sua, dovrebbe potersi tradurre nell'arte di offrire al nostro palato un po' di piacere ben cucinato. In entrambi i casi, condividere conoscenze e competenze non può che aumentarne il valore.

Auguro a tutte e tutti voi un'alimentazione smisuratamente piacevole e sana con misura e buona lettura.

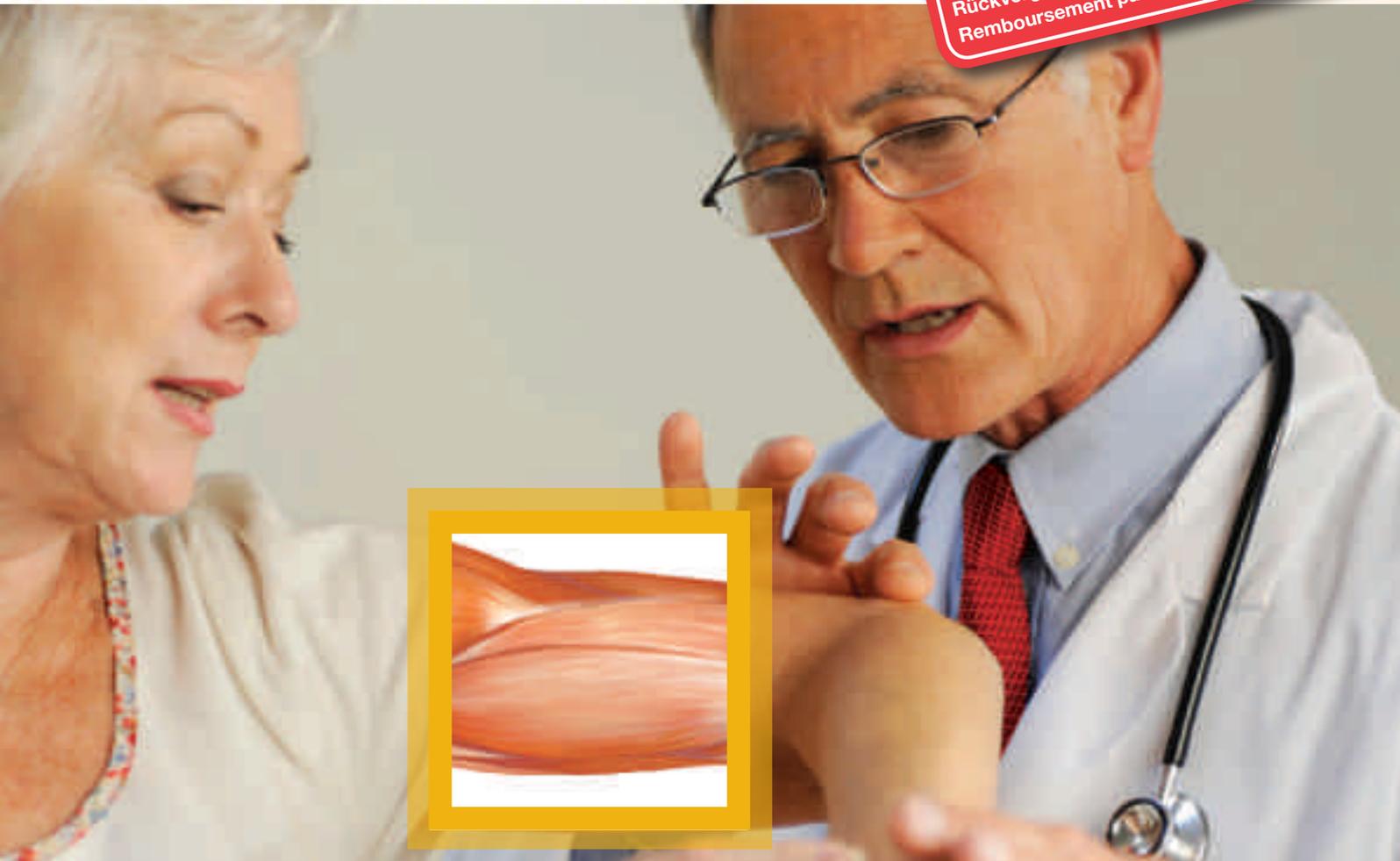
Leila Sadeghi



Ensure® Plus Advance

Mehr Kraft zum Leben
Plus de forces pour la vie

Ab/A partir de 1.7.2012
Rückvergütung durch Grundversicherung*
Remboursement par l'assurance de base*



Ensure® Plus Advance mit /avec **Nutrivigor™**
– einer Kombination aus Protein, Vitamin D und HMB*
– une combinaison de protéines, vitamine D et de HMB*

- **Zum Aufbau der Muskelmasse**
Pour la structure de la masse musculaire
- **Zur Förderung der Muskelkraft**
Pour favoriser la force musculaire

Vanille • Chocolate • Banane

* vorausgesetzt die Indikationsstellung ist gemäss den Richtlinien der GESKES vom Januar 2009
à condition que la prescription soit conforme aux directives de la SSNC de janvier 2009

*β-Hydroxy-β-Methylbutyrat

Antwort-Talon/Coupon-réponse

- Ich wünsche Unterlagen.
Je désire recevoir la documentation.
- Bitte senden Sie mir ein Ensure® Plus Advance Muster pro Aroma.
Merci de m'envoyer un échantillon de chaque arôme d'Ensure® Plus Advance.

Institution _____

Name /Nom _____

Strasse /Rue _____

PLZ /NPA _____

Ort /Lieu _____

Tél. _____

AN120120708DF

Perspective française: Atelier nutrition «bien vivre avec son handicap»

Présidée par Francis Navarro, la Mutualité française Rhône-Alpes fédère 250 mutuelles santé qui protègent plus de 3,3 millions de personnes en Rhône-Alpes, et reste ainsi le plus grand mouvement social de la région. Afin d'encourager une alimentation équilibrée auprès des personnes en situation de handicap, la Mutualité française Rhône-Alpes propose des ateliers nutrition «bien vivre avec son handicap» qui ont pour but de favoriser l'estime de soi, les compétences et l'autonomie de ce groupe-cible. Les animations sont programmées sous la forme d'échanges, d'outils adaptés, de jeux interactifs et de travail collectif.

Virginie Dénarié, Eve Cauquil

Comme l'indiquait l'Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé dans sa revue de Mars/Avril 2011¹, les personnes en situation de handicap présentent une vulnérabilité particulière, avec une accumulation de problèmes de santé, liés ou non à leur handicap, combinés à un manque d'accès à la prévention et aux soins.

La loi du 11 février 2005 sur l'égalité des droits et des chances des personnes handicapées a permis une prise de conscience des citoyens sur ces questions de santé. Mais les mentalités évoluent lentement. En Rhône-Alpes, on estime qu'environ 8000 personnes de moins de 39 ans vivant avec un handicap, sont dépendantes, 14700 entre 40 et 59 ans. Le service Prévention et Promotion de la santé de la Mutualité française Rhône-Alpes, acteur ma-

jeur de santé publique, s'investit depuis plusieurs années dans des actions auprès de ce public, donnant ainsi corps aux valeurs de solidarité du mouvement mutualiste. Il agit aussi bien en direction des établissements mutualistes ou non, des enfants, des adolescents ou des adultes porteurs de handicap et tout handicap confondu (moteur, mental, psychique ou sensoriel).

L'objectif poursuivi est de prévenir la perte d'autonomie des personnes en situation de handicap en renforçant leurs capacités.

Quelques éléments sur «nutrition et handicap»

Les études montrent que les personnes déficientes intellectuelles sont en moins bonne santé que le reste de la population. Elles ont aussi très peu accès à la prévention².

Parmi les problèmes rencontrés par les personnes en situation de handicap psychique, nous notons le surpoids et ses conséquences (diabète, problèmes cardiovasculaires, estime de soi, etc.), liés en partie aux effets secondaires des traitements et accentués par les comportements alimentaires.

Les études (DiFranco et al., 2006; Hutchinson et al., 2006) mentionnent, pour la population souffrant de troubles psychiques, des risques de mortalité plus élevés que la population générale du fait de co-morbidités: prévalence de maladies associées (problèmes cardio-vasculaires et endocriniens, diabète, obésité, cancer, problèmes de visions et dentaires, etc.).



Virginie Dénarié

Dans une revue de littérature, Hutchinson fait également état des facteurs psychosociaux et environnementaux qui augmentent ces risques (Hutchinson et al., 2006). Sont ainsi répertoriés les conditions de vie (pauvreté, faiblesse de la couverture maladie et de la qualité des espaces de soin), les modes de vie et comportements (la sédentarité, une alimentation déséquilibrée, une consommation élevée de tabac, etc.), un manque d'estime de soi et de reconnaissance sociale. Les symptômes de la maladie mentale sont également en jeu: déficits cognitifs et de la communication, problème pour gérer les soins, effets secondaires des médicaments.

L'acte de manger apparaît comme une activité indispensable pour vivre, mais il ne peut se limiter à une simple réponse aux besoins physiologiques de chacun. Nos choix alimentaires se révèlent dépendants de réalités pratiques: le budget disponible, le temps que nous pouvons consacrer à la préparation des repas et aux repas eux-mêmes, les aliments dont on dispose, les savoir-faire. Les ateliers nutrition «bien vivre avec son handicap» prennent en compte ses composantes essentielles de l'alimentation.

Bio professionnelle Virginie Dénarié

Après un Master 2 en Psychologie sociale et communautaire de la santé à Rennes (2005), Virginie Dénarié intègre le réseau bourguignon d'éducation pour la santé en occupant différents postes (2006 à 2008): chargée de projets au sein du Comité départemental d'éducation pour la santé (CODES) de Côte d'Or, chargée d'études à l'Observatoire régional de la santé (ORS) et chargée de projets au Collège régional d'éducation pour la santé (CORES) de Bourgogne.

Elle travaille à l'association Education santé Isère en tant que chargée de projets, avant de rejoindre la Mutualité française Rhône-Alpes, début 2010, en tant que responsable de projets.

v.denarie@mfra.fr

Ces choix sont également liés à la représentation que nous nous faisons de la «bonne alimentation», source de plaisir guidé par nos goûts, expression d'une culture à laquelle nous avons été initiés dès le plus jeune âge, insertion au sein d'une communauté dont un des rites le plus fréquent est celui de la prise du repas en groupe.

J.-P. Poulain, sociologue³, rappelle que l'alimentation ne se réduit pas à sa seule dimension nutritionnelle. Elle évoque les dimensions culturelles prenant en compte nos représentations et nos pratiques qui mêlent apprentissages et émotions.

Présentation du projet

C'est à travers ce constat que les ateliers nutrition «bien vivre avec son handicap» menés par la Mutualité française Rhône-Alpes trouvent leur légitimité. Ils s'inscrivent dans une démarche de santé globale et s'intègrent dans un projet global d'autonomie des résidents ou usagers de services spécialisés. Ces ateliers ont vu le jour il y a quelques années, mais l'expérimentation, le lien avec les professionnels et le retour des participants a permis une modélisation au cœur des préoccupations et des besoins des personnes.

Les ateliers proposés ont pour but de favoriser l'estime de soi, l'acquisition de compétences et d'autonomie. Ils sont construits à travers une démarche participative où les connaissances sont valorisées et où la personne devient acteur.

Les ateliers se déroulent sous la forme de séances d'1h30, suivies de 30 min de discussions plus informelles avec les participants s'ils le souhaitent. Les séances n'excèdent pas 1h30-2h, pour répondre aux difficultés de concentration des participants.

Les animations sont programmées sous la forme d'échanges, d'outils adaptés à ce public, de jeux interactifs et de travail collectif. L'objectif général de ces ateliers étant de leur donner les bases d'une alimentation équilibrée et de renforcer leur autonomie.

Les ateliers Nutrition «bien vivre avec son handicap» se sont déroulés en 2012 dans cinq structures du département de la Savoie (Région Rhône-Alpes):

- une structure expérimentale de première insertion qui accueille six personnes handicapées psychiques stabilisées, reconnues non aptes à une occupation professionnelle et désireuses de s'inscrire dans un processus de réinsertion sociale. Chaque personne possède son logement et a accès à une salle commune où des animations lui sont proposées en plus d'un suivi adapté.
- un service d'accompagnement à la vie sociale, qui s'adresse à toute personne adulte en situation de handicap ayant besoin d'être soutenue dans une démarche de vie autonome.
- un service d'accueil et d'activités de jour, qui est destiné à des personnes adultes déficientes intellectuelles qui ne peuvent pas accéder à une activité de travail en Etablissement et Services d'Aide par la Travail ou à des travailleurs en complément d'un temps partiel.
- Et dans deux foyers d'hébergements pour adultes handicapés mentaux ayant une autonomie relative, nécessitant la présence sécurisante de personnel éducatif, afin de les aider à gérer au mieux les temps importants de leur vie quotidienne.

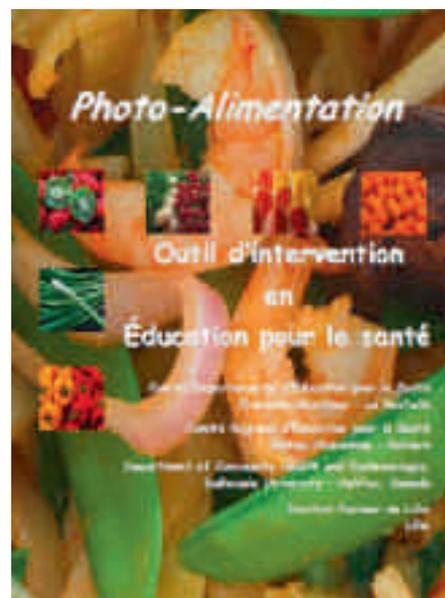
Présentation des séances

4 à 5 séances sont programmées:

1^{ère} séance:

Représentations liées à l'alimentation

Nous commençons ces ateliers par un échange où chaque participant se présente. C'est l'occasion de connaître leurs pratiques alimentaires et leur niveau d'autonomie face à l'alimentation (est-ce qu'ils cuisinent, font-ils leurs courses, leur budget, etc.). Ensuite, les participants sont invités à échanger autour de leurs représentations liées à l'alimentation. Pour cela, nous utilisons un outil, le photo-alimentation⁴, où les participants sont invités à choisir parmi des photo-graphies diverses (photos d'individus, d'aliments, de scènes de la vie quotidienne, de situations, etc.) celle(s) qui représente(nt) pour eux l'alimentation. Cet outil permet de faciliter la parole, auprès d'un public ayant parfois des difficultés pour s'exprimer. Nous pouvons ainsi confronter leurs représenta-



tions et faire prendre conscience des positionnements de chacun, sans porter de jugements. C'est aussi l'occasion de présenter les autres séances et de les adapter si besoin à leurs attentes.

2^{ème} séance:

Les catégories alimentaires et la lecture d'étiquettes:

Pour aborder les catégories alimentaires de manière ludique, nous avons créé un jeu de photos représentant des aliments de leur vie quotidienne (fruits, légumes, plats cuisinés, aliments sucrés, boissons, bonbons, condiments, etc.). Les partici-





pants doivent les classer dans les 7 catégories d'aliments avec un jeu de couleurs (fruits et/ou légumes [vert], viandes, poissons et œufs [rouge]; féculents [marron]; produits laitiers [bleu foncé]; matières grasses ajoutées [jaune]; produits sucrés [rose]; eau et boissons [bleu clair]). Cette séance permet d'aborder les groupes d'aliments, selon leur intérêt nutritionnel et leurs fréquences de consommation, pour favoriser chaque jour une alimentation équilibrée. Nous abordons également la lecture d'étiquettes, en présentant différents emballages que nous analysons ensemble. Nous

portons une attention particulière aux inscriptions essentielles et facilement repérables (par exemple: «les dates limites de consommation», «la dénomination du produit [nectar de fruits versus 100% pur jus]», etc.).

3^{ème} séance:

La gestion des courses:

Les participants étant souvent mis en difficulté dans la gestion de leurs courses, cette séance vise à les accompagner dans le choix des produits. Pour cela, nous utilisons le jeu *Pouss cady*[®] qui a pour objectif d'apprendre à faire ses courses avec pers-

picacité (choisir ses produits, bien gérer son budget, connaître la valeur des produits, savoir lire les étiquettes, reconnaître les logos, mieux appréhender l'espace d'une grande surface: repérage, navigation, ordonnancement des rayons, etc.). Ce jeu, sous la forme du jeu de l'oie, permet une mise en situation dans un magasin, avec pour chacun une liste de courses, à respecter, et des questions ou bonus/malus (ex: produits périmés, soldes, etc.) qui vont faire écho à des situations du quotidien rencontrées par les participants et ainsi permettre de décrypter leurs habitudes.

A PROPOS DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE RHÔNE-ALPES

Présidée par Francis Navarro, la Mutualité française Rhône-Alpes fédère 250 mutuelles santé qui protègent plus de 3,3 millions de personnes en Rhône-Alpes. Elle reste ainsi le plus grand mouvement social de la région.

Les mutuelles santé de la Mutualité française Rhône-Alpes interviennent comme premier financeur des dépenses de santé après la Sécurité sociale. Elles se distinguent fondamentalement par leurs valeurs et leurs principes:

- **absence de sélection du risque**, absence de tarification en fonction du risque santé propre à chacun, non-lucrativité, solidarité;
- **leur mode de fonctionnement**: une organisation démocratique qui permet à chaque adhérent d'intervenir directement dans les délibérations de sa mutuelle, elles n'ont pas d'actionnaires à rémunérer et leurs administrateurs sont élus par les adhérents;
- **leur indépendance**: vis-à-vis de tout pouvoir politique, financier, syndical ou philosophique ;
- **leur mission principale**: garantir l'égalité de la prise en charge en matière de santé et favoriser l'accès à des soins de qualité pour tous.

Les mutuelles disposent également d'un réel savoir-faire médical et exercent une action de régulation des dépenses de santé et d'innovation sociale à travers plus de 416 services de soins et d'accompagnement mutualistes: établissements hospitaliers, centres de santé médicaux, centres dentaires et d'optique, établissements pour la petite enfance, services aux personnes âgées et aux personnes en situation de handicap, etc. Pour accompagner leurs adhérents tout au long de leur vie pour tous leurs problèmes de santé, elles mettent à leur disposition Priorité Santé Mutualiste, le service d'information, d'aide à l'orientation et de soutien sur des questions de santé.

Le service **prévention promotion de la santé** met en œuvre des actions de prévention et de promotion de la santé au bénéfice des adhérents des mutuelles, des usagers des SSAM (Services de Soins et d'Accompagnement Mutualistes) et de la population en général.

Ses actions se déclinent sur les 8 départements de la région et sont axées, principalement, autour de 3 thématiques:

- Promouvoir la santé dans le champ de la petite enfance et de la jeunesse
- Contribuer à la prévention des maladies chroniques
- Favoriser le maintien de l'autonomie de la personne âgée et des personnes en situation de handicap



4^{ème} séance:

Les sens en éveil:

Cette séance est axée sur les sens qui dictent nos choix alimentaires. En effet, nous «mangeons» avec les yeux, le palais, le toucher, l'odorat et chacun de ces sens est interconnecté lorsque nous goûtons un aliment.

Trois jeux sont proposés:

Le toucher: des fruits et légumes sont cachés dans un panier, les participants doivent les deviner et les faire deviner ensuite aux autres. L'idée étant qu'ils portent une plus grande attention aux sensations tactiles des aliments.

Le goût et la vue: des sirops avec des colorants sont préparés (ex: sirop de menthe bio coloré en rose, eau sucrée colorée en vert menthe) et les participants doivent deviner leur goût. L'objectif est d'arriver à dissocier le goût de la vue. En effet, on constate qu'il est difficile d'occulter la couleur, et de se concentrer uniquement sur le goût pour retrouver le parfum des sirops.

L'odorat: les personnes doivent reconnaître les senteurs (épices, herbes, condiments, etc.) qui sont placées dans des pots opaques. C'est l'occasion de stimuler leur odorat en repérant quelques odeurs caractéristiques.

5^{ème} séance:

Courses et atelier cuisine:

Les ateliers cuisine sont proposés à un public handicapé vivant en appartement thérapeutique ou seul, qui fait ses courses et cuisine quotidiennement. Lors de cette

séance, nous concevons un menu équilibré, à partir d'un budget précis, des goûts de chacun et de la faisabilité technique. Nous préparons ensuite les listes de courses et du matériel nécessaire (ustensiles, vaisselle, etc.). Puis, nous mettons en application ce qui a été évoqué lors de la 3^{ème} séance en allant faire les courses nécessaires à la réalisation du menu.

Enfin, le menu est réalisé ensemble, avec un partage des tâches en binôme, avec l'aide d'une diététicienne et d'une personne référente de la structure.

Le repas est aussi l'occasion de faire un bilan et des retours sur l'ensemble de l'atelier. Des séances supplémentaires peuvent être programmées si les participants expriment le besoin. Certaines peuvent être co-animées avec une diététicienne pour aborder l'équilibre alimentaire en fonction des difficultés qu'ils peuvent rencontrer.



Evaluation de ces ateliers

L'évaluation utilisée est adaptée à ce public. Elle a permis de relever qu'il lui était difficile, dans la vie de tous les jours, de manger de manière équilibrée, de choisir ce qu'il allait manger, de varier son alimentation et de cuisiner. Ces éléments vont permettre de renforcer les ateliers pour les aider à être plus autonomes.

Les différentes séances ont beaucoup intéressé les participants: «on apprend des choses», «s'intéresser à l'alimentation de manière ludique», «les explications sont simples», «les jeux m'ont plu», «ça sert dans la vie de tous les jours».

Et l'activité physique...

En complément de l'atelier nutrition, nous avons expérimenté en 2012, l'organisation d'un atelier activité physique adaptée dans l'une de ces structures.

Six séances étaient proposées aux résidents pour qu'ils reprennent confiance en eux et se remettent à pratiquer une activité physique. Ces séances, animées par un coach athlétique santé, proposaient diverses activités: marche nordique, jeux de balle, sports collectifs, remise en forme ludique dans un bois à proximité de leur résidence ou en salle en cas d'intempéries.

Ces animations ont intéressé les participants («Nous sortons de la structure pour nous divertir tout en étant encadrés»; «Motivation extérieure par le coach sportif, en groupe»; «Ça fait du bien», etc.). Ils ont aussi beaucoup apprécié les activités proposées et se sont sentis à l'aise pour les réaliser. Ils ont tous souhaité poursuivre ces séances l'année suivante.

L'évaluation a également permis de mesurer les freins et les leviers à la pratique

d'une activité physique. Les freins énoncés sont: la motivation, la peur des autres, la crainte de sortir, un sentiment d'incapacité, les conditions climatiques. Et les leviers sur lesquels nous pouvons essayer d'agir: la réassurance suite à la réussite des activités, la motivation en musique ou en groupe, la présence d'un coach, la mise en route des activités avec l'arrivée des beaux jours.

Perspectives

Devant le succès de ces ateliers, de nouvelles structures souhaitent que nous intervenions sur cette thématique, notamment auprès d'Etablissement et Services d'Aide par la Travail et de structures accueillant des enfants. Ces ateliers sont en constante évolution et nous travaillons en

étroite collaboration avec la direction des établissements spécialisés, les équipes médico-éducatives et ce public pour proposer des ateliers adaptés à leurs attentes. Par ailleurs, nous sommes sollicités pour d'autres thématiques: prévention solaire, vie affective et sexuelle, accès aux droits, etc. pour lesquelles nous proposons des réponses adaptées.

¹ Revue La Santé de l'homme N°412 «Promouvoir la santé des personnes en situation de handicap». INPES. Mars-Avril 2011

² Revue La Santé de l'homme N°412 «Promouvoir la santé des personnes en situation de handicap». INPES. Mars-Avril 2011

³ POULAIN (Jean-Pierre) – Sociologies de l'alimentation: Les mangeurs et l'espace social alimentaire – Paris: PUF, 2002: 286p–Coll. Sciences sociales et sociétés.

⁴ Pour plus d'informations: http://pmb.santenpdc.org/opac_css/index.php?lvl=notice_display&id=25941&seule=1

⁵ <http://pousscady.free.fr/jeu.htm>

Blick auf Frankreich: Ernährungsworkshop «Gut leben mit einer Behinderung»

Mutualité française Rhône-Alpes, présidiert von Francis Navarro, vereinigt 250 Krankensicherungen auf Gegenseitigkeit, die mehr als 3,3 Millionen Personen in Rhône-Alpes vertreten, was sie zur grössten sozialen Organisation der Region macht. Um eine ausgewogene Ernährung bei Menschen mit Behinderung zu propagieren, bietet Mutualité française Rhône-Alpes unter dem Titel «Gut leben mit einer Behinderung» Ernährungsworkshops an, die das Selbstwertgefühl, die Kompetenzen und die Selbstständigkeit dieser Zielgruppe fördern sollen. Die Workshops setzen auf den Austausch zwischen den Teilnehmenden, arbeiten mit angemessenen Tools und bieten interaktive Spiele und Gruppenarbeiten.

Virginie Dénarié und Eve Cauquil

Wie das Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (Nationales Institut für Prävention und Gesundheitserziehung) in der Ausgabe seiner Zeitschrift vom März/April 2011¹ festhielt, sind Personen mit einer Behinderung Gesundheitsrisiken besonders ausgesetzt. Sie haben vie-

le gesundheitliche Probleme, die mit ihrer Behinderung zu tun haben oder auch nicht, und leiden zudem häufig unter einem eingeschränkten Zugang zu Präventions- und Pflegeleistungen.

Das französische Gesetz Egalité des droits et des chances des personnes handicapées



Virginie Dénarié, v.denarie@mfra.fr

(Gleiche Rechte und Chancengleichheit für Personen mit Behinderung) vom 11. Februar 2005 hat die Menschen in Frankreich auf diese Gesundheitsfragen sensibilisiert. Um die Mentalitäten zu verändern, braucht es aber viel Zeit. Für die Region Rhône-Alpes wird geschätzt, dass etwa 8000 Personen unter 39 Jahren mit Behinderung auf Hilfe angewiesen sind, und 14700 zwischen 40 und 59 Jahren. Der Präventions- und Gesundheitsförderungsdienst von Mutualité française Rhône-Alpes – ein wichtiger Akteur im Gesundheitsbereich – engagiert sich schon seit mehreren Jahren für diese Zielgruppe und setzt so das Solidaritätsprinzip dieser Versicherungsform in die Tat um. Dieser Dienst arbeitet sowohl mit eigenen als auch fremden Einrichtungen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung (sei sie motorisch, geistig, psychisch oder sensorisch) zusammen. Ziel ist der Erhalt der Selbstständigkeit von Menschen mit Behinderung, indem ihre Kompetenzen verbessert werden.

Grundsätzliches zu Ernährung und Behinderung

Studien zeigen, dass Menschen mit Intelligenzdefiziten über eine weniger gute Gesundheit verfügen als der Rest der Be-

völkerung. Zudem ist ihr Zugang zu Präventionsdiensten eingeschränkt². Zu den Problemen von Personen mit psychischer Behinderung gehören Übergewicht und dessen Auswirkungen (Diabetes, Herz-Kreislauf-Probleme, geringes Selbstwertgefühl usw.), Probleme, die teilweise den Nebenwirkungen der Medikamente geschuldet sind und durch bestimmte Ernährungsverhalten verstärkt werden. Studien (DiFranco et al., 2006; Hutchinson et al., 2006) belegen, dass Menschen mit psychischen Problemen aufgrund von Begleiterkrankungen (Herz-Kreislauf- und Stoffwechselprobleme, Diabetes, Adipositas, Krebs, Sehbehinderungen, Zahnprobleme usw.) ein höheres Sterberisiko als die restliche Bevölkerung haben.

In einer Besprechung von Fachliteratur verweist Hutchinson auch auf psychosoziale und Umweltfaktoren, die diese Gesundheitsrisiken erhöhen (Hutchinson et al., 2006). Weiter wirken sich auch gewisse Lebensbedingungen (Armut, mangelnde Leistungsübernahme durch die Krankenversicherung und Qualität der Pflege- und Betreuungseinrichtungen), Lifestyles und Verhalten (körperliche Inaktivität, unausgewogene Ernährung, erhöhter Tabakkonsum usw.) sowie mangelndes Selbstbewusstsein und mangelnde gesellschaftliche Anerkennung negativ auf die Ge-

sundheit aus. Auch die Auswirkungen von psychischen Erkrankungen spielen eine Rolle: kognitive und Kommunikationsdefizite, Schwierigkeiten mit der Körperpflege, Nebenwirkungen von Medikamenten.

Essen erscheint uns als eine für das Leben unabdingbare Tätigkeit, es sollte sich aber nicht auf ein simples Reagieren auf die Bedürfnisse unseres Körpers reduzieren. Unsere ernährungsspezifischen Entscheidungen hängen auch von unseren Alltagsrealitäten ab: verfügbares Budget, die Zeit, die wir für die Zubereitung von Mahlzeiten und für die Mahlzeiten selbst aufwenden können, die Nahrungsmittel, über die wir verfügen, unser Know-how. Die Ernährungsworkshops «Gut leben mit einer Behinderung» tragen diesen grundlegenden Faktoren der Ernährung Rechnung.

Unsere ernährungsspezifischen Entscheidungen hängen auch davon ab, was für ein Bild wir uns von einer «guten Ernährung» machen: von unserem Geschmack geleitete Gaumenfreuden, Ausdruck unserer Kultur, in die wir von klein auf hineingewachsen sind, die Integration in eine Gemeinschaft, in der eines der beliebtesten Rituale darin besteht, gemeinsam Mahlzeiten einzunehmen.

Der Soziologe J.-P. Poulain³ erinnert daran, dass unser Essverhalten nicht auf eine rein ernährungsspezifische Dimension redu-

ÜBER MUTUALITÉ FRANÇAISE RHÔNE-ALPES

Mutualité française Rhône-Alpes, präsiert von Francis Navarro, vereinigt 250 Krankenversicherungsvereine auf Gegenseitigkeit, die mehr als 3,3 Millionen Personen in Rhône-Alpes vertreten. Damit ist sie die grösste soziale Organisation der Region.

Die Gesundheitsversicherungen von Mutualité française Rhône-Alpes sind nach den Sozialversicherungen die zweitgrössten Leistungsübernehmer im Gesundheitsbereich. Ihre Werte und Prinzipien unterscheiden sich grundlegend von anderen Versicherungen:

- **keine Risikoselektion**, keine risikospezifischen Tarife, nicht gewinnorientiert, solidarisch;
- **ihre Organisationsstruktur**: eine demokratische Organisationsstruktur, die es jedem Mitglied ermöglicht, an den Beschlüssen seines Versicherungsvereins mitzuwirken, es gibt keine Aktionäre, die entlohnt werden müssen, und der Verwaltungsrat wird durch die Mitglieder gewählt;
- **ihre Unabhängigkeit**: gegenüber politischen, ökonomischen, gewerkschaftlichen oder philosophischen Kräften;
- **ihre Hauptmission**: den gleichberechtigten Zugang zur Gesundheitsversorgung garantieren und die Qualität der Leistungen für alle sicherstellen.

Die Versicherungsvereine verfügen ausserdem über medizinisches Know-how und üben mit ihren 416 Pflege- und Betreuungsangeboten eine sozial innovative und die Gesundheitskosten regulierende Funktion aus: Spitäler, Gesundheitszentren, Zahnarztpraxen und Optiker, integrative Kinderbetreuung, Einrichtungen für ältere Menschen und Menschen mit Behinderung usw. Um seine Mitglieder das ganze Leben lang bei Gesundheitsfragen unterstützen zu können, bieten die Versicherungsvereine den Informationsdienst Priorité Santé Mutualiste an.

Der Präventions- und Gesundheitsförderungsdienst setzt Präventions- und Gesundheitsförderungskampagnen zugunsten der Mitglieder, der Nutzerinnen und Nutzer der SSAM (Services de Soins et d'Accompagnement Mutualistes, Pflege- und Betreuungseinrichtungen der Vereine) und der Bevölkerung im Allgemeinen um.

Mutualité française Rhône-Alpes ist in allen **acht Departementen** der Region aktiv. Ihre drei Hauptthemen sind:

- Gesundheitsförderung im Kleinkinder- und Jugendbereich
- Prävention von chronischen Krankheiten
- Erhalt der Selbstständigkeit von älteren Menschen und Menschen mit Behinderung

ziert werden kann. Auch kulturelle Dimensionen, also unsere Bilder und Praktiken, die das Erlernte und das Emotionale verbinden, spielen eine wichtige Rolle.

Das Projekt

Die oben beschriebenen Ausführungen bilden den Rahmen, in dem die Ernährungsworkshops «Gut leben mit einer Behinderung» von Mutualité française Rhône-Alpes realisiert werden. Sie verschieben sich einem ganzheitlichen Gesundheitsansatz und arbeiten in einem größeren Kontext zur Förderung der Selbstständigkeit von Menschen mit Behinderung. Diese Workshops wurden vor einigen Jahren aus der Taufe gehoben und konnten im Laufe der Zeit dank viel Experimentierfreudigkeit, des Austauschs der beteiligten Fachpersonen und des Feedbacks der Teilnehmenden den Sorgen und Bedürfnissen der teilnehmenden Personen angepasst werden.

Die Workshops haben zum Ziel, das Selbstwertgefühl, das Erlernen von neuen Kompetenzen und die Selbstständigkeit zu verbessern. Sie bauen auf einem partizipatorischen Ansatz auf, der den individuellen Kenntnissen Rechnung trägt und die Teilnehmenden selber aktiv werden lässt.

Die Workshops finden in jeweils 1,5-stündigen Treffen statt, gefolgt von weiteren 30 Minuten, in denen auf informellerer Ebene mit den Teilnehmenden diskutiert wird, falls sie dies wünschen. Die Treffen dauern nicht länger als 1,5 bis 2 Stunden, um den allfälligen Konzentrationsschwierigkeiten der Teilnehmenden gerecht zu werden.

Die Workshops setzen auf den Austausch zwischen den Teilnehmenden, arbeiten mit angemessenen Tools und bieten interaktive Spiele und Gruppenarbeiten. Ziel der Workshops ist es, den Teilnehmenden die Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung zu vermitteln und ihre Selbstständigkeit zu verbessern.

Die Ernährungsworkshops «Gut leben mit einer Behinderung» wurden 2012 in fünf verschiedenen Einrichtungen des Departements Savoie (Region Rhône-Alpes) durchgeführt:

- In einem Integrationsbetrieb, der sechs Personen mit psychischer Behinderung

betreut, deren Zustand stabil ist, die anerkannterweise arbeitsunfähig sind, die sich aber gerne wieder besser in die Gesellschaft integrieren möchten. Jede Person verfügt über ein eigenes Zimmer und hat Zugang zu einem Gemeinschaftsraum, wo Aktivitäten und eine angemessene Betreuung angeboten werden.

- In einer Organisation der Hilfe und Pflege zu Hause, die sich an alle erwachsenen Personen mit einer Behinderung richtet, die für die Aufrechterhaltung eines selbstständigen Lebens auf Unterstützung angewiesen sind.
- In einer Tagesstätte, die sich an Erwachsene mit Intelligenzdefiziten richtet, die nicht oder nur teilweise in einer geschützten Werkstatt beschäftigt werden können.
- Sowie in zwei Wohnheimen für geistig behinderte Erwachsene, die über eine relative Selbstständigkeit verfügen, jedoch die beruhigende Präsenz von Betreuenden brauchen, die ihnen helfen, zumindest die wichtigsten Aktivitäten des täglichen Lebens zu meistern.

Die einzelnen Treffen

Es sind 4 bis 5 Treffen geplant:

1. Treffen:

Unsere Vorstellungen von Ernährung

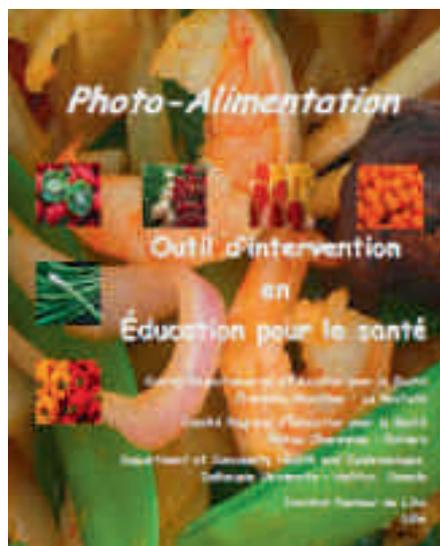
Wir beginnen dieses Treffen mit einem Austausch, bei dem sich die Teilnehmenden gegenseitig vorstellen. Dies bietet die Gelegenheit, die Ernährungsgewohnheiten

und den Grad an Selbstständigkeit in Bezug auf die Ernährung der Teilnehmenden kennenzulernen (kochen sie selbst, gehen sie einkaufen, ihr Budget usw.). Danach werden die Teilnehmenden eingeladen, sich über ihre Vorstellungen von Ernährung auszutauschen. Dazu verwenden wir ein Tool, das Ernährungsfoto⁴, und laden die Teilnehmenden ein, unter den verschiedenen Fotos (Fotos von einzelnen Menschen, Nahrungsmitteln, Alltagsszenen usw.) dasjenige oder diejenigen auszuwählen, das/die ihrer Vorstellung von Ernährung am besten entspricht/entsprechen. Dieses Tool soll die Diskussion erleichtern, insbesondere bei einem Zielpublikum, dem es oft nicht leicht fällt, sich auszudrücken. Danach können wir über ihre Vorstellungen sprechen und uns die verschiedenen Haltungen der Teilnehmenden bewusst machen, ohne sie zu bewerten. Dies ist auch der Moment, um einen Ausblick auf die weiteren Treffen zu geben und sie allenfalls den spezifischen Erwartungen der Teilnehmenden anzupassen.

2. Treffen:

Lebensmittelkategorien und Lesen der Etiketten

Um die Nahrungsmittelkategorien spielerisch anzugehen, haben wir ein Spiel mit verschiedenen Fotos der alltäglichen Nahrungsmittel entwickelt (Früchte, Gemüse, Fertiggerichte, Süßspeisen, Getränke, Bonbons, Gewürze usw.). Die Teilnehmenden müssen diese Fotos den sieben Nah-





ahrungsmittelkategorien zuordnen, wofür verschiedene Farben zum Einsatz kommen: Früchte und Gemüse (grün), Fleisch, Fisch und Eier (rot), Getreideprodukte, Kartoffeln und Hülsenfrüchte (braun), Milchprodukte (dunkelblau), Öle, Fette und Nüsse (gelb), Süßes (rosa) und Wasser und Getränke (hellblau). Dieses Treffen behandelt die Nahrungsmittelgruppen anhand ihres ernährungsspezifischen Wertes und thematisiert, wie häufig man sie für eine ausgewogene Ernährung verzehren sollte. Wir besprechen auch das Lesen der Etiketten und studieren zusammen verschiedene Packungsaufschriften. Besonderes Augenmerk legen wir dabei auf die wichtigsten und einfach zu erfassenden Informationen wie beispielsweise das Ablaufdatum oder die unterschiedliche Benennung der Produkte (Fruchtnektar vs. 100% reiner Fruchtsaft usw.).

3. Treffen: **Einkaufen**

Da die Teilnehmenden häufig Schwierigkeiten mit dem Einkaufen haben, zielt dieses Treffen darauf ab, sie bei der Wahl der Produkte zu unterstützen. Dafür verwenden wir das Spiel «*Pouss cady*®», das zum Ziel hat, vernünftiges Einkaufen zu erlernen (die Produkte auswählen, sein Budget im Griff haben, den Wert der Produkte kennen, die Etiketten lesen können, die Logos erkennen, sich in einem grossen Supermarkt orientieren können, die Anordnung der Regale kennen usw.). Dieses Brettspiel simuliert verschiedene Situationen in einem Lebensmittelladen.

Jede Spielerin und jeder Spieler hat eine Einkaufsliste und Bonus-/Malus-Karten (z. B. abgelaufene oder ausverkaufte Produkte), die alltägliche Situationen im Supermarkt nachstellen und damit die Gewohnheiten der Spielerinnen und Spieler aufzeigen.

4. Treffen: **Die Sinne schärfen**

Dieses Treffen dreht sich um die Sinne, die die Wahl unserer Lebensmittel und Speisen beeinflussen. Denn wir «essen» mit den Augen, dem Geschmackssinn, dem Tastsinn und dem Geruch. Alle diese Sinne sind beteiligt, wenn wir eine Speise kosten.

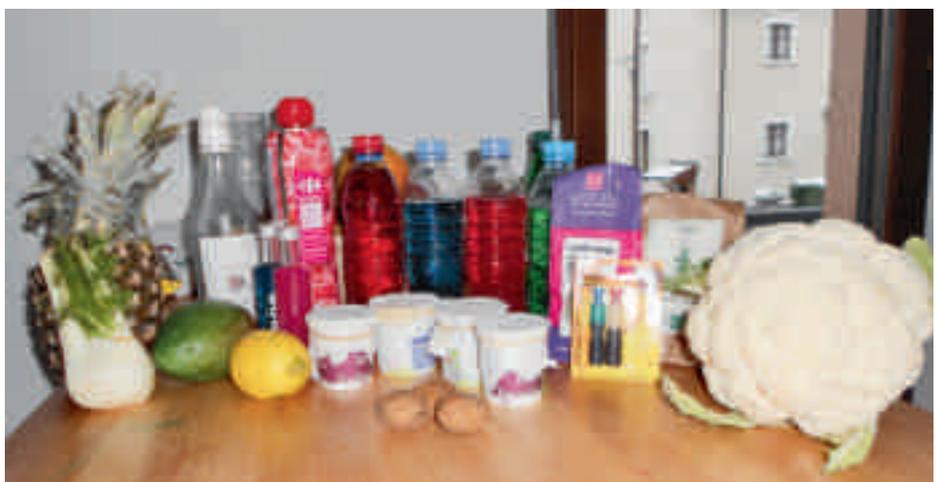
Dafür stehen drei Spiele zur Verfügung:

Das Tastspiel: Früchte und Gemüse werden in einem Korb verborgen und die Teilnehmenden müssen sie ertasten und erraten. Die Idee dahinter ist, dass die

Teilnehmenden den taktilen Eigenschaften der Lebensmittel grössere Aufmerksamkeit entgegenbringen.

Geschmack und Aussehen: Verschiedene Sirupe werden eingefärbt (z. B. rosa gefärbter Bio-Pfefferminzsirup und mintfarbenes Zuckerwasser) und die Teilnehmenden müssen den Geschmack erraten. Ziel ist es, den Geschmack vom Aussehen trennen zu können. Denn tatsächlich ist es schwierig, die Farbe zu ignorieren und sich ausschliesslich auf den Geschmack zu konzentrieren, um die Geschmacksnote der Sirupe herauszufinden.

Der Geruch: Die Teilnehmenden müssen die Düfte von beispielsweise Gewürzen und Kräutern, die in undurchsichtigen Gefässen aufbewahrt werden, erkennen. Es geht darum, ihren Geruchssinn zu stärken und einige charakteristische Düfte kennenzulernen.



5. Treffen:

Einkaufen und Kochen

Für behinderte Menschen, die betreut wohnen, werden Kochworkshops angeboten, in denen das tägliche Einkaufen und Kochen geübt wird. An diesem Treffen stellen wir unter Berücksichtigung des Budgets, der Vorlieben der Teilnehmenden und der technischen Machbarkeit ein ausgewogenes Menü zusammen. Anschließend erstellen wir eine Einkaufsliste und eine Liste der benötigten Hilfsmittel (Kochgeräte, Geschirr usw.). Danach setzen wir das Wissen, das wir uns während des dritten Treffens angeeignet haben, um, indem wir die für unser Menü notwendigen Einkäufe tätigen. Schliesslich bereiten wir das Menü zu, indem die einzelnen Arbeiten an Zweiergruppen delegiert werden und eine Ernährungsberaterin und eine Betreuungsperson der jeweiligen Einrichtung helfend zur Seite stehen. Die gemeinsame Mahlzeit bietet dann auch Gelegenheit, Bilanz zu ziehen und auf den gesamten Workshop zurückzublicken.

Falls die Teilnehmenden das Bedürfnis verspüren, können weitere Treffen geplant werden. Davon können einige zusammen mit einer Ernährungsberaterin durchgeführt werden, um die Schwierigkeiten zu besprechen, die die Teilnehmenden in Bezug auf eine ausgewogene Ernährung haben.

Evaluation der Workshops

Die Art der Evaluation ist auf das spezifische Zielpublikum abgestimmt. Sie hat die Feststellung ermöglicht, dass es den Teilnehmenden im Alltag Mühe bereitet, sich ausgewogen zu ernähren, auszuwählen, was sie essen sollen, ihre Mahlzeiten abwechslungsreich zu gestalten und selber zu kochen. Diese Informationen helfen uns, die Workshops noch besser den Bedürfnissen der Teilnehmenden anzupassen und sie dabei zu unterstützen, grössere Selbstständigkeit zu erlangen.

Die verschiedenen Treffen haben die Teilnehmenden sehr interessiert: «Man lernt viel», «sich auf spielerische Art mit der Ernährung beschäftigen», «einfache Erklärungen», «die Spiele haben mir gefallen», «das kann man im Alltag gebrauchen».

Und körperliche Betätigung ...

Als Ergänzung zu den Ernährungsworkshops haben wir 2012 auch einen Bewegungsworkshop in einer dieser Einrichtungen durchgeführt. Der Workshop bestand aus sechs Treffen, die zum Ziel hatten, das Selbstvertrauen der Teilnehmenden zu stärken und sie zu körperlichen Aktivitäten zu motivieren. Die Treffen wurden von einem Gesundheitscoach geleitet und beinhalteten verschiedene körperliche Aktivitäten wie Nordic Walking, Ballspiele und Kollektivsportarten, die auf spielerische Art und Weise in einem nahen Wald oder bei Regen in einer Turnhalle durchgeführt wurden. Der Workshop stiess auf ein positives Echo: «Wir verlassen die Einrichtung und bewegen uns trotzdem in einem betreuten Rahmen», «Der Coach und die Gruppe motivieren», «Es tut gut» usw. Auch die vorgeschlagenen Aktivitäten kamen gut an und die Teilnehmenden fühlten sich gut aufgehoben, sodass sie sich auch traute, sie auszuprobieren. Alle Teilnehmenden haben den Wunsch geäußert, auch nächstes Jahr wieder einen solchen Workshop besuchen zu können. Die Evaluation hat es ausserdem ermöglicht, die Hemmnisse und Anreize in Bezug auf körperliche Aktivitäten zu ermitteln. Die genannten Hemmnisse sind folgende: Motivation, die Angst der anderen, die Angst, hinauszugehen, das Gefühl von Unfähigkeit, die klimatischen Bedingungen. Und die Anreize, mit denen wir arbeiten

können, sind folgende: die Bestätigung nach erfolgreicher Umsetzung einer Aktivität, die Motivation durch Musik oder die Gruppe, die Anwesenheit eines Coachs, das Umsetzen der Aktivitäten, wenn die Schönwettertage beginnen.

Ausblick

Angesichts des Erfolgs dieser Workshops haben verschiedene Einrichtungen das Interesse angemeldet, auch bei ihnen solche Treffen durchzuführen, insbesondere in betreuten Wertstätten und Heimen für behinderte Kinder. Die Workshops werden also kontinuierlich weiterentwickelt und wir arbeiten dabei sehr eng mit den Leitungen und dem Betreuungspersonal der verschiedenen Einrichtungen und der anvisierten Zielgruppe zusammen, um die Workshops den jeweiligen Bedürfnissen anpassen zu können.

Ausserdem erhalten wir auch Anfragen zu anderen Themen wie Sonnenprävention, Gefühls- und Sexualleben, Rechtszugang usw., für die wir ebenfalls angemessene Ansätze vorschlagen.

¹ Zeitschrift *La Santé de l'homme* Nr. 412 «Promouvoir la santé des personnes en situation de handicap». INPES. März–April 2011

² Zeitschrift *La Santé de l'homme* Nr. 412 «Promouvoir la santé des personnes en situation de handicap». INPES. März–April 2011

³ POULAIN (Jean-Pierre) – *Sociologies de l'alimentation: Les mangeurs et l'espace social alimentaire* - Paris: PUF, 2002:286 S. – Coll. *Sciences sociales et sociétés*.

⁴ Weitere Informationen (auf Französisch): http://pmb.santenpdc.org/opac_css/index.php?lvl=notice_display&id=25941&seule=1

⁵ Auf Französisch: <http://pousscady.free.fr/jeu.htm>



Prospettiva francese: atelier nutrizione «vivere bene con il proprio handicap»

Presieduta dal Francis Navarro, la Mutualité française Rhône-Alpes riunisce 250 società di mutuo soccorso sanitarie che proteggono più di 3.3 milioni di persone nella regione Rodano-Alpi, risultando così la più grande organizzazione sociale della regione. Al fine di promuovere presso le persone disabili un'alimentazione equilibrata, la Mutualité française Rhône-Alpes propone degli atelier nutrizione «vivere bene con il proprio handicap», con l'obiettivo di favorire l'autostima, le competenze e l'autonomia di questo gruppo di persone. Le animazioni sono programmate sotto forma di scambi, strumenti adattati, giochi interattivi e lavoro collettivo.

Virginie Dénarié et Eve Cauquil

Come indicato dall'Istituto nazionale francese di prevenzione ed educazione per la salute (INPES) nella sua rivista di marzo/aprile 2011¹, le persone disabili sono particolarmente vulnerabili, dato l'accumulo di problemi di salute, legati o meno alla loro disabilità, combinati alle difficoltà di accesso a prevenzione e cure.

La legge dell'11 febbraio 2005 sulla parità dei diritti e delle opportunità per le persone disabili ha fatto sì che i cittadini prendessero coscienza di tali questioni legate alla salute. La mentalità è però lenta a evolversi. Nella regione Rodano-Alpi si stima che circa 8000 persone disabili di meno di 39 anni e 14700 di età compresa tra 40 e 59 anni non siano autonome. Il servizio di prevenzione e promozione della salute della Mutualité française Rhône-Alpes, uno degli attori principali nell'ambito della salute pubblica, si impegna da diversi anni con azioni indirizzate a questo pubblico, applicando così i valori di solidarietà alla base del movimento mutualistico. È attivo in istituti mutualistici e non, nei confronti di bambini, adolescenti o adulti portatori di una qualsiasi disabilità (motoria, mentale, psichica o sensoriale).

L'obiettivo perseguito è prevenire la perdita di autonomia da parte delle persone disabili grazie al rafforzamento delle loro capacità.

Alcuni elementi sul tema «nutrizione e disabilità»

Studi dimostrano che le persone con deficit intellettivi presentano una salute meno

buona rispetto al resto della popolazione, e che hanno anche un accesso molto limitato alla prevenzione². Tra i problemi riscontrati nelle persone con una disabilità psichica, si notano il sovrappeso e le relative conseguenze (diabete, problemi cardiovascolari, problemi di autostima, ecc.), legati in parte agli effetti collaterali dei trattamenti e accentuati dal comportamento alimentare.

Gli studi (DiFranco et al., 2006; Hutchinson et al., 2006) citano, per la popolazione colpita da disturbi psichici, un rischio di mortalità più elevato rispetto alla popolazione generale, e ciò a causa delle comorbidità, vale a dire della prevalenza di malattie associate, quali: problemi cardiovascolari ed endocrini, diabete, obesità, cancro, problemi della vista e dentari, ecc.

In una revisione sistematica della letteratura, Hutchinson indica anche i fattori psicosociali e ambientali che aumentano tale rischio (Hutchinson et al., 2006), repertoriando le condizioni di vita (povertà, debolezza della copertura assicurativa e carenze nella qualità degli spazi di cura), lo stile di vita e i comportamenti (sedentarietà, alimentazione non equilibrata, elevato consumo di tabacco, ecc.), la mancanza di autostima e di riconoscimento sociale. Anche i sintomi della malattia mentale entrano in gioco: deficit cognitivi e della comunicazione, problemi nella gestione delle cure, effetti collaterali dei medicinali.

L'atto di mangiare appare come un'attività indispensabile per sopravvivere, ma non può limitarsi ad essere una semplice risposta a un bisogno fisiologico. Le nostre scel-

te alimentari si rivelano essere dipendenti da realtà pratiche: il budget di cui disponiamo, il tempo che possiamo dedicare alla preparazione e alla consumazione dei pasti, gli alimenti a nostra disposizione, le nostre conoscenze e capacità. Gli atelier nutrizione «vivere bene con il proprio handicap» prendono in considerazione queste componenti essenziali dell'alimentazione.

Tali scelte sono legate anche a ciò che rappresenta per noi la «buona alimentazione», fonte di piacere guidata dai nostri gusti, espressione di una cultura alla quale siamo stati iniziati fin da piccoli, inserimento in seno a una comunità nella quale uno dei riti più frequenti è quello del mangiare insieme.

Il sociologo J.-P. Poulain³ ci ricorda che l'alimentazione non si riduce alla sola dimensione nutrizionale. L'alimentazione evoca le dimensioni culturali, tenendo conto delle nostre rappresentazioni ed esperienze, che uniscono apprendimento ed emozioni.

Presentazione del progetto

È alla luce di tali constatazioni che gli atelier nutrizione «vivere bene con il proprio handicap», organizzati dalla Mutualité française Rhône-Alpes, trovano la loro legittimità. Si inseriscono in un approccio completo alla salute e si integrano in un progetto globale volto a favorire l'autonomia di residenti o utenti di servizi specializzati. Questi atelier sono stati creati qualche anno fa, e la sperimentazione, il legame con i professionisti e i feedback dei partecipanti hanno permesso l'elaborazione di un modello centrato sulle preoccupazioni e i bisogni delle persone interessate. Gli atelier proposti mirano a favorire l'autostima e l'acquisizione di competenze e autonomia. Si basano su un approccio partecipativo che valorizza le conoscenze e che vede al centro la persona in quanto «attore».

Gli atelier si svolgono sotto forma di sessioni di un'ora e mezza, seguite da trenta minuti di discussione più informale con i

partecipanti, se essi lo richiedono. Tenuto conto delle difficoltà di concentrazione dei partecipanti, le sessioni non durano più di un'ora e mezza o due.

Le animazioni sono programmate sotto forma di scambi, strumenti adattati a questo tipo di pubblico, giochi interattivi e lavoro collettivo. L'obiettivo generale di questi atelier è fornire le basi per un'alimentazione equilibrata e rinforzare l'autonomia dei partecipanti.

Nel 2012 gli atelier nutrizione «vivere bene con il proprio handicap» si sono svolti in cinque strutture del dipartimento della Savoia (regione Rodano-Alpi):

- una struttura sperimentale di primo inserimento che accoglie sei disabili psichici stabilizzati, riconosciuti inabili ad un'occupazione professionale e desiderosi di entrare a far parte di un processo di reinserimento sociale. Ognuna di queste persone dispone di un proprio alloggio e ha accesso a una sala comune nella quale le vengono proposte delle animazioni, in aggiunta alle cure specifiche del caso;
- un servizio di accompagnamento alla vita sociale che si rivolge a tutte le persone adulte disabili che necessitano di sostegno nell'approccio alla vita autonoma;
- un servizio di accoglienza e di attività diurne destinato a persone adulte con deficit intellettivi che non possono accedere a un'attività lavorativa in un istituto medico-sociale di lavoro protetto (Eta-

blissement et Service d'Aide par le Travail – ETAS), oppure a persone con un'occupazione a tempo parziale, in complemento ad essa;

- due foyer di alloggio per adulti con un handicap mentale e un'autonomia relativa, che necessitano della presenza rassicurante di personale educativo che li aiuti a gestire al meglio i tempi importanti della loro vita quotidiana.

Presentazione delle sessioni

Si programmano 4–5 sessioni:

1ª sessione:

rappresentazioni legate all'alimentazione
Cominciamo l'atelier con uno scambio durante il quale ogni partecipante si presenta. È l'occasione per conoscere le loro esperienze alimentari e il loro livello di autonomia in rapporto all'alimentazione (cucinano? fanno la spesa? gestiscono da soli il loro budget? ecc.). In seguito, i partecipanti sono invitati a discutere con gli altri su che cosa rappresenta per loro l'alimentazione. A questo scopo utilizziamo uno strumento, il photo-alimentation⁴: i partecipanti sono invitati a scegliere tra differenti fotografie (foto di individui, alimenti, scene di vita quotidiana, situazioni ecc.) quella o quelle che per loro rappresentano l'alimentazione. Questo strumento permette di facilitare gli scambi verbali in un pubblico che ha a volte difficoltà ad espri-

mersi. Possiamo così confrontare le loro rappresentazioni e rendere ognuno cosciente della propria posizione, senza esprimere giudizi. È anche l'occasione per presentare le sessioni future e adattare se necessario alle aspettative dei partecipanti.

2ª sessione:

le categorie alimentari e la lettura delle etichette:

Per affrontare le categorie alimentari in modo ludico, abbiamo creato un gioco, con delle fotografie che illustrano gli alimenti tipici della vita quotidiana dei partecipanti (frutta, verdura, piatti già pronti, alimenti zuccherati, bevande, caramelle, condimenti, ecc.). Con un gioco di colori i partecipanti devono classificarli in sette categorie di alimenti: frutta e/o verdura – verde; carne, pesce e uova – rosso; farinacei – marrone; latticini – blu scuro; grassi aggiunti – giallo; prodotti zuccherati – rosa; acqua e bevande – azzurro. Questa sessione permette di introdurre i gruppi di alimenti dal punto di vista del loro interesse nutrizionale e della loro frequenza di consumazione, per favorire ogni giorno un'alimentazione equilibrata. Affrontiamo anche la lettura delle etichette, presentando differenti confezioni che analizziamo insieme. Poniamo l'attenzione in particolare sulle iscrizioni essenziali e facilmente reperibili, come ad esempio le date di scadenza, la denominazione del prodotto (nettare di frutta o succo di frutta puro), ecc.

LA MUTUALITÉ FRANÇAISE RHÔNE-ALPES

Presieduta da Francis Navarro, la Mutualité française Rhône-Alpes riunisce 250 società di mutuo soccorso sanitarie che proteggono più di 3,3 milioni di persone nella regione Rodano-Alpi, risultando così la più grande organizzazione sociale della regione.

Le società di mutuo soccorso sanitario della Mutualité française Rhône-Alpes intervengono come prime finanziatrici delle spese sanitarie dopo la Sécurité sociale. Si contraddistinguono fundamentalmente per i loro valori e principi:

- l'assenza di selezione dei rischi; l'assenza di stratificazione delle tariffe in funzione del rischio sanitario individuale; l'essere organizzazioni non a scopo di lucro; la solidarietà;
- il loro funzionamento: un'organizzazione democratica che permette ad ogni aderente di intervenire direttamente nelle discussioni della propria mutua; non hanno azionisti da remunerare e i loro amministratori sono eletti dagli aderenti;
- la loro indipendenza: nei confronti di qualsiasi potere politico, finanziario, sindacale o filosofico;
- la loro missione principale: garantire l'uguaglianza nella presa a carico nell'ambito sanitario e favorire l'accesso a cure di qualità per tutti.

Le mutue dispongono anche di un reale know-how medico e svolgono un'azione regolatrice dei costi della salute e innovativa per la società, tramite più di 416 servizi di cure e di accompagnamento mutualistici: stabilimenti ospedalieri, centri di salute medici, centri dentistici e oftalmologici, istituti per la prima infanzia, servizi per le persone anziane e le persone disabili, ecc. Per accompagnare i loro aderenti nel corso di tutta la vita e per qualsiasi problema di salute, mettono a loro disposizione Priorité Santé Mutualiste, un servizio d'informazione, aiuto all'orientamento e sostegno su questioni relative alla salute.

Il servizio prevenzione e promozione della salute mette in atto delle azioni di prevenzione e promozione della salute a beneficio degli aderenti delle mutue, degli utenti dei servizi di cura e accompagnamento mutualistici.

3ª sessione:
gestire la spesa:

Dal momento che i partecipanti sono spesso in difficoltà nella gestione dei propri acquisti, la sessione ha come obiettivo accompagnarli nella scelta dei prodotti. A questo scopo utilizziamo il gioco *Pouss cady*⁵, che insegna a fare la spesa con perpicacia (scegliere i prodotti, gestire bene il proprio budget, conoscere il valore dei prodotti, saper leggere le etichette, riconoscere i logo, capire meglio lo spazio dei grandi supermercati: individuare i prodotti, muoversi al loro interno, capire la disposizione dei reparti, ecc.).

Questo gioco, che funziona come il gioco dell'oca, permette di simulare una situazione in negozio, con una lista della spesa da rispettare per ogni partecipante e delle domande o bonus/malus (p. es. prodotti scaduti, saldi, ecc.) che fanno da eco a situazioni quotidiane vissute dai partecipanti, permettendo quindi di deciptarne le abitudini.

4ª sessione:
il risveglio dei sensi:

Questa sessione è imperniata sui sensi che ci dettano la scelta degli alimenti. Infatti, noi «mangiamo» con gli occhi, il palato, il tatto e l'olfatto, e tutti questi sensi sono interconnessi tra loro quando gustiamo un alimento.

Vengono proposti tre giochi:

Il tatto: diversi tipi di frutta e verdura vengono nascosti in un cestino; i partecipanti devono indovinare di che frutta o verdura si tratta e quindi farlo indovinare anche agli altri. L'idea è che i partecipanti imparino a prestare maggior attenzione alle sensazioni tattili legate agli alimenti.

Il gusto e la vista: vengono preparati degli sciroppi con dei coloranti (p. es. sciroppo di menta bio colorato di rosa, acqua zuccherata colorata di verde menta) e i partecipanti devono indovinare il loro gusto. L'obiettivo è riuscire a dissociare il gusto dalla vista. In effetti, constatiamo che per riconoscere l'aroma degli sciroppi è difficile occultare il colore e concentrarsi unicamente sul gusto.

L'olfatto: i partecipanti devono riconoscere dal profumo alcune sostanze (spezie, erbe, condimenti, ecc.) che sono state poste in vasetti opachi. È l'occasione per stimolare

il loro olfatto, facendogli riconoscere alcuni odori caratteristici.

5ª sessione:
spesa e atelier di cucina:

Gli atelier di cucina sono proposti a un pubblico di persone disabili che vivono in appartamenti protetti o da sole, che fanno la spesa e cucinano quotidianamente.

Durante questa sessione elaboriamo un menu equilibrato, partendo da un budget ben preciso, e tenendo conto dei gusti individuali e della fattibilità tecnica. Prepareremo quindi la lista della spesa e quella del materiale necessario (utensili, stoviglie, ecc.). In seguito mettiamo in pratica quel che era stato tematizzato durante la 3ª sessione, andando ad acquistare ciò che è necessario per la preparazione del menu. Per finire, si prepara insieme il menu, dividendo i compiti a coppie, con l'aiuto di una dietista e di una persona di riferimento della struttura. Il pasto è anche l'occasione per fare un bilancio e raccogliere le impressioni dei partecipanti sull'atelier nel suo insieme. Se i partecipanti ne esprimono il bisogno, è possibile programmare delle sessioni supplementari. Alcune possono essere co-condotte da una dietista per affrontare il tema dell'equilibrio alimentare in funzione delle difficoltà specifiche che riscontrano i partecipanti.

Valutazione degli atelier

La valutazione che impieghiamo è adattata al pubblico cui si rivolgono gli atelier. Ci ha permesso di rilevare che per i partecipanti è difficile, nella vita di tutti i giorni, mangiare in modo equilibrato, scegliere cosa mangiare, variare la propria alimentazione e cucinare. Questi elementi permetteranno di potenziare gli atelier per aiutare gli utenti ad essere più autonomi. Le diverse sessioni hanno interessato molto i partecipanti: «si imparano cose», «interessarsi all'alimentazione in maniera ludica», «le spiegazioni sono semplici», «i giochi mi sono piaciuti», «è utile nella vita di tutti i giorni».

E l'attività fisica ...

Per completare l'offerta dell'atelier nutrizione, nel 2012 abbiamo per la prima volta organizzato in una delle strutture un atelier

di attività fisica specifica. Abbiamo proposto sei sessioni ai residenti, affinché riacquisissero fiducia in se stessi e ricominciassero a praticare un'attività fisica. Le sessioni, animate da un istruttore diplomato, proponevano differenti attività: nordic walking, giochi con la palla, sport collettivi, attività ludiche per rimettersi in forma svolte in un bosco nelle vicinanze della residenza o indoor in caso di brutto tempo. Le attività hanno interessato i partecipanti («Usciamo dalla struttura per divertirci ma in modo organizzato», «Motivazione esterna grazie all'istruttore, in gruppo», «Fa bene», ecc.). Gli utenti hanno anche molto apprezzato le attività proposte e si sono sentiti a loro agio nel farle. Tutti hanno espresso il desiderio di continuare con le sessioni anche l'anno successivo. La valutazione ha anche permesso di misurare i fattori che frenano l'attività fisica e le relative contromisure. I fattori frenanti dichiarati sono: mancanza di motivazione, paura degli altri, timore di uscire, sensazione di incapacità, condizioni climatiche. E le contromisure con le quali possiamo cercare di contrastare questi fattori frenanti sono: la riacquisizione di sicurezza di sé grazie alle attività realizzate con successo, la motivazione data dalla musica o dal gruppo, la presenza di un istruttore, l'avvio delle attività con l'arrivo della bella stagione.

Considerato il successo riscosso dagli atelier, anche altre strutture vorrebbero che intervenissimo su questa tematica, in particolare gli istituti medico-sociali di lavoro protetto (Etablissements et Services d'Aide par le Travail – ETAS) e le strutture che accolgono bambini. Gli atelier sono in costante evoluzione e lavoriamo in stretta collaborazione con le direzioni degli istituti specializzati, le équipes medico-educative e i nostri utenti, al fine di proporre atelier conformi alle loro aspettative. Siamo per altro sollecitati anche per altre tematiche (prevenzione solare, vita affettiva e sessualità, accesso ai diritti, ecc.), per le quali proponiamo risposte adeguate.

¹ Rivista *La Santé de l'homme*, n°412, «Promouvoir la santé des personnes en situation de handicap», INPES, marzo-aprile 2011

² Rivista *La Santé de l'homme*, n°412, «Promouvoir la santé des personnes en situation de handicap», INPES, marzo-aprile 2011

³ POULAIN (Jean-Pierre) – *Sociologies de l'alimentation: Les mangeurs et l'espace social alimentaire* – Paris: PUF, 2002:286p–Coll. Sciences sociales et sociétés.

⁴ Per ulteriori informazioni: http://pmb.santenpdc.org/opac_css/index.php?lvl=notice_display&id=25941&seule=1

⁵ <http://pousscady.free.fr/jeu.htm>

«Das Essen soll sinnlich sein und Lust und Freude bereiten»

Im Johanneum, mitten im Dorf Neu St. Johann, leben Schüler, Jugendliche und Erwachsene mit Lernbehinderung verschiedenen Grades oder geistiger Behinderung. Sie besuchen die Schule, klären ihre Berufswahl ab, absolvieren eine Ausbildung oder arbeiten in den geschützten Werkstätten. Herr Sepp Hangartner, Küchenchef des Johanneums beantwortet Fragen bezüglich seiner Küche und der Verpflegung für die betreuten Mitmenschen.

*Interview: Leila Sadeghi**

Herr Hangartner, inwiefern verändert sich die Ernährung bei Menschen mit geistiger Behinderung?

Die Menschen im Johanneum sind ein Spiegelbild der heutigen Gesellschaft in der Schweiz, vergleichbar mit einer Menschengruppe an der Tramhaltestelle. Unsere Menschen haben die gleichen Gewohnheiten, die gleichen Neigungen und Gefühle wie die meisten unserer Zeitgenossen. Das Verhalten in Bezug auf Internet, Natel, Spielkonsole, Mode, Ess- und Trinkgewohnheiten usw. ist absolut vergleichbar. Jung und alt begegnen sich, Konflikte müssen ausgetragen werden, Freundschaften werden geschlossen, ganz einfach, es wird gelebt. Unsere Menschen sind in der Regel gesund. Sie bewegen sich mehr oder weniger gerne, treiben unterschiedlich intensiv Sport oder «hängen» ganz einfach gerne rum. Insbesondere bei den jüngeren Leuten ist Fast Food natürlich sehr beliebt und in der Folge haben einzelne Personen, verteilt über alle Altersgruppen, mit mehr oder weniger starkem Übergewicht zu kämpfen. Grundsätzlich aber verändert sich die Ernährung für

Menschen mit geistiger Behinderung nicht, verglichen mit anderen Menschengruppen.

Was sind die wichtigsten Aspekte bei der Lebensmittelzubereitung für behinderte Menschen?

Die einzelnen Menükomponenten müssen ganz einfach bekömmlich zubereitet, fein gekocht und farblich attraktiv zusammengestellt sein. Das Essen soll so weit wie möglich Lust und Freude bereiten, es soll sinnlich sein und innerhalb des Tagesablaufes eine wichtige Bedeutung haben.

Können Sie uns anhand eines praktischen Beispiels erläutern, wie diese Aspekte bei der Mahlzeitenherstellung berücksichtigt werden?

Grundlage für das Kochen in unserer Küche ist das Rezeptbuch von Eugen Pauli, meines Erachtens heute noch eines der besten Kochbücher. Verarbeitet werden bei uns beim Fleisch, im Molkerei- und Käsbereich, bei den Eiern, im Gemüse-, Früchte-, Salatebereich und bei den Kartoffeln, soweit es vom Marktangebot her möglich ist, Produkte, die saisonal in der Region unter kontrollierten Bedingungen produziert und auf kurzen Transportwegen angeliefert werden. Unsere Küche ist mit dem sehr grossen, regionalen Angebot mit drei Kronen Culinarium zertifiziert. Gekocht und gebacken wird täglich frisch und Produkte schonend.

Wird Ihr Küchenpersonal speziell auf das Thema «Ernährung und Behinderung» geschult?

Unsere Mitarbeitenden im sozialpädagogischen Bereich und alle Mitarbeitenden im Verpflegungsbereich sind vor vier Jah-



Sepp Hangartner

ren an einer obligatorischen, ganztägigen Weiterbildung unter dem Motto «Gesunde Ernährung im Heim» durch Franziska Widmer, Ernährungsberaterin HF, geschult worden. Dieser Tag war sehr erfolgreich und wirkt bis heute nach. Das Thema wird jährlich in den Internatskonferenzen mindestens einmal aufgegriffen im Bewusstsein darüber, dass Küche und Mitarbeitende im pädagogischen Bereich hier einen gemeinsamen Auftrag im Interesse unserer Menschen wahrnehmen.

Könnten Sie uns etwas über das Programm «gesund und guet» erzählen?

Die Menschen im Johanneum leben auf einzelnen Wohngruppen. Aus der Küche werden die Gruppen mit durchschnittlich 2100 Kalorien pro Person und Tag beliefert. Darin ist alles inbegriffen, was aus der Küche geliefert wird. Die Menüpläne werden laufend aufgrund der Vorgaben der SGE analysiert und angepasst, die Menükomponenten werden beim Anrichten abgewogen, der Fetteinsatz ist auf das Minimum reduziert und die Fettbilanz wird regelmässig erstellt. Der Salzeinsatz ist standardisiert, in den Broten wird die um 10% reduzierte Salzbeigabe mit der Zugabe von frischem Sauerteig ausgeglichen, um die Geschmackseinbusse zu kompensieren.

Sepp Hangartner (62)

- Gymnasium der SMB in Immensee, Kochlehre
- Verschiedene Funktionen in Stadtbetrieben, Berggasthäusern, Sporthotel und Restaurant
- Ausbildung Technischen Kaufmann OEKREAL
- Abteilungsleiter Dienstbetriebe und Küchenchef
- im Johanneum, Lebensraum für Menschen mit Behinderung
- Die Küche mit integrierter Backstube ist ISO- und Culinarium zertifiziert

sieren. Zu jeder Mahlzeit wird Gemüse oder Salat angeboten. Äpfel und Saisonfrüchte können unbeschränkt bezogen werden. Mineralwasser in Culinarium-Qualität steht unbeschränkt zur Verfügung. Wir verwenden ausschliesslich Raps-, Sonnenblumen- und Nussöl in Premiumqualität aus regionalem Anbau. Dazu Butter aus Bergmilch und etwas Olivenöl. Eine Rapsmayonnaise sowie drei verschiedene Salatsaucen aus regionalen Eiern, Ölen und Apfelessig nach Eigenrezepturen sind Culinarium zertifiziert und auch im Handel erhältlich.

Was für Rückmeldungen erhalten Sie bezüglich des Programms?

Die Rückmeldungen sind erfreulich und gut, dies zeigt die jährliche Kundenbefragung, welche ohne Wissen der Küche

durchgeführt und über eine unabhängige, interne Stelle ausgewertet wird. Aufgrund dieser Auswertung wird seitens der Küche an alle Leute im Johanneum ein Bericht erstellt, welcher auf Kritik, Anregungen und Wünsche eingeht und die geplanten Massnahmen aufzeigt.

Beziehen Sie auch die behinderten Menschen in die Mahlzeitenzubereitung ein?

Wir kennen im Johanneum das Wunschmenüsystem. Alle Menschen können ihre auch ausgefallenen Wünsche einbringen. Diese Wunschmenüs bauen wir in die laufende Menüplanung ein. Grundsätzlich erfüllen wir jeden eingegangenen Wunsch innerhalb des Zeitraumes bis zur nächsten Befragung. Mit dem Instrument der Menüplananalyse können wir beispiels-

weise das meistgewünschte Menü: Cordonbleu/Pommes frites/Gemüse oder Salat und Torte gelegentlich anbieten, denn innerhalb der Verpflegungsperiode wird der «Überschuss» wieder kompensiert. Das Wunschmenüsystem hilft uns sehr stark, das Angebot breitfächerig und vielfältig zu gestalten.

Herr Hangartner, vielen Dank für Ihre Erläuterungen.

* Leila Sadeghi ist Mitglied der Redaktionskommission.



**Allgemeine Weiterbildungen
sermed 2013**

**Für Selbstständige
und Angestellte**

- **Grundfragen der Selbstständigkeit**
Donnerstag, 25. April 2013
17.30 – 21.30 Uhr
- **Finanzen/Buchführung**
Donnerstag, 30. Mai 2013
17.30 – 21.30 Uhr

Weitere Informationen und den Anmeldetalon finden Sie unter

www.sermed.ch



Fragen Sie uns! Wir helfen Ihnen gerne weiter!

0848 848 810 – info@sermed.ch

sermed, Stadthof, Bahnhofstrasse 7b, 6210 Sursee, Fax 041 926 07 99, www.sermed.ch

«Le repas doit mettre les sens en éveil et donner du plaisir»

Dans l'institution Johanneum, située au milieu du village de Neu St. Johann, vivent des enfants, des adolescents et des adultes atteints de troubles de l'apprentissage de degrés divers ou d'un handicap mental. Ils vont à l'école, clarifient leur choix professionnel et suivent une formation ou travaillent dans les ateliers protégés. Sepp Hangartner, chef-cuisinier du Johanneum, répond à nos questions au sujet de sa cuisine et de l'alimentation des pensionnaires de l'établissement.

*Interview réalisée par: Leila Sadeghi**

Monsieur Hangartner, en quoi l'alimentation des personnes atteintes d'un handicap mental est-elle différente?

Les personnes qui habitent dans l'institution Johanneum sont le reflet de la société suisse actuelle, tout comme un groupe de gens à l'arrêt de tram. Nos pensionnaires ont les mêmes habitudes, les mêmes penchants et sentiments que la plupart de nos congénères. Leur comportement par rapport à Internet, au téléphone portable, à la console de jeux, à la mode et aux habitudes en matière de nourriture et de boissons, etc., est comparable en tous points. Les jeunes et les moins jeunes se rencontrent, des disputes ont lieu, des amitiés sont scellées, ... En bref, on y vit comme partout ailleurs. En général, les gens de l'institution mènent une vie saine. Ils font de l'exercice physique avec plus ou moins de plaisir, pratiquent une activité sportive avec une intensité variable ou aiment bien passer du temps en ensemble, tout simplement. Le fast-food est naturellement très apprécié, notamment par les plus jeunes, avec les conséquences que l'on connaît en termes d'excès pondéral plus ou moins important, quelle que soit la tranche d'âge. Sur le principe, l'alimentation des personnes atteintes d'un handicap mental ne change pas par rapport à celle d'autres groupes de personnes.

Quelles sont les principaux aspects de la préparation des aliments pour les personnes atteintes d'un handicap?

Les différents menus doivent être préparés de manière très simple et raffinée et leur composition doit être attrayante sur le plan des couleurs. Dans la mesure du possible, le repas doit être appétissant, donner du plaisir, mettre les sens en éveil et avoir

une grande importance dans le déroulement de la journée.

Pouvez-vous nous expliquer à l'aide d'un exemple concret la manière dont ces aspects sont pris en compte lors de la préparation d'un repas?

Notre «bible» est le livre de recettes d'Eugen Pauli, qui est le meilleur que je connaisse. Pour nos viandes, nos fromages et produits laitiers, nos œufs, nos légumes, nos fruits, nos salades et pommes de terre, nous utilisons, dans la mesure où l'offre du marché le permet, des produits qui ont poussé ou ont été fabriqués dans la région dans des conditions contrôlées et qui ont été acheminés par un transport en circuit court. Notre cuisine a été certifiée par l'Association Culinarium pour la très grande variété de son offre régionale et s'est vu attribuer trois couronnes. Nous apprêtons chaque jour des aliments frais et veillons à préserver leurs qualités gustatives et nutritionnelles.

Votre personnel de cuisine a-t-il reçu une formation spéciale sur le thème de l'alimentation en cas de handicap?

Notre personnel du domaine socio-pédagogique et l'ensemble du personnel du domaine de la restauration ont suivi voici quatre ans une formation continue obligatoire d'une journée sur le thème de l'alimentation saine dans les EMS, dispensée par Franziska Widmer, diététicienne ES. Cette journée a rencontré un franc succès, dont les effets sont encore perceptibles aujourd'hui. Les responsables de l'institution inscrivent ce thème au moins une fois par année au programme des conférences d'internat, car ils ont conscience que l'équipe de la cuisine et le personnel péda-

gogique ont à ce niveau une mission commune à remplir, dans l'intérêt des pensionnaires.

Pourriez-vous nous en dire un peu plus au sujet du programme «gesund und guet» (sain et bon)?

Les pensionnaires du Johanneum vivent dans des communautés thérapeutiques. La cuisine leur livre chaque jour des repas qui leur apportent 2100 calories par personne et par jour en moyenne. Tout ce qui provient de la cuisine est inclus dans ce comptage énergétique. Les menus sont analysés et adaptés en permanence en fonction des directives de la SSN, les ingrédients qui les composent sont pesés lors de la préparation, l'utilisation de matière grasse est réduite à un minimum et le bilan lipidique régulièrement établi. L'apport en sel est conforme aux normes et du levain frais est ajouté dans la pâte à pain pour compenser la perte gustative due à la teneur en sel réduite de 10%. Des légumes ou de la salade sont proposés à chaque repas. Les pommes et les fruits saisonniers peuvent être consommés à volonté. De l'eau minérale répondant aux exigences de qualité du label Culinarium est disponible sans restriction. Nous utilisons exclusivement de l'huile de colza, de tournesol et de noix issue de la culture régionale, et parfois aussi du beurre fabriqué à partir de lait de montagne et un peu d'huile d'olive. Notre mayonnaise à l'huile de colza, ainsi que nos trois sauces à salade fabriquées selon nos propres recettes avec des œufs, des huiles et du vinaigre de pommes régionales, sont certifiés selon le label Culinarium et par ailleurs disponibles dans le commerce.

Quel feedback recevez-vous au sujet du programme?

L'enquête de satisfaction réalisée chaque année par un organe interne indépendant, à l'insu de l'équipe de la cuisine, révèle que le feedback est bon et encourageant. Sur la base des résultats de ce sondage, l'équipe de cuisine établit un rapport à l'attention de l'ensemble du personnel et des pen-

sionnaires de l'institution Johanneum, qui approfondit les critiques, les suggestions et les souhaits et explique les mesures planifiées.

Impliquez-vous aussi les personnes handicapées dans la préparation des repas?

Au Johanneum, nous connaissons le système des menus préférés. Chacun peut

ainsi émettre ses souhaits culinaires, que nous intégrons ensuite dans notre planification courante des menus. En principe, nous parvenons à satisfaire chaque désir dans le laps de temps qui nous sépare de la prochaine enquête. L'instrument d'analyse de la planification des menus nous permet par exemple de proposer de temps en temps le menu le plus fréquemment demandé: cordon-bleu, frites, légumes ou

salade et tourte, et l'excès calorique est alors compensé lors de la période de restauration correspondante. Le système des menus préférés nous aide beaucoup à varier et à diversifier notre offre.

Nous vous remercions beaucoup pour vos explications, Monsieur Hangartner.

* Leila Sadeghi est membre de la commission de rédaction.

«Mangiare deve essere un'esperienza dei sensi, invogliare e dare piacere»

All'istituto Johanneum, situato nel cuore del villaggio di Neu St. Johann, vivono allievi, giovani e adulti con diversi gradi di difficoltà di apprendimento o handicap mentali. Frequentano la scuola, decidono quale professione faccia per loro, seguono una formazione o lavorano nei laboratori protetti. Sepp Hangartner, capo-cuoco del Johanneum, risponde alle nostre domande sulla sua cucina e sul vitto offerto agli ospiti della struttura.

*Intervista: Leila Sadeghi**

Signor Hangartner, cosa c'è di diverso nell'alimentazione delle persone con un handicap mentale?

Gli ospiti del Johanneum sono uno specchio dell'attuale società svizzera, come potrebbe esserlo un gruppo di persone in attesa alla fermata del tram. I nostri ospiti hanno le stesse abitudini, le stesse inclinazioni e gli stessi sentimenti che la maggior parte dei nostri contemporanei. I comportamenti riguardo a Internet, cellulari, videogiochi, moda, abitudini alimentari, ecc. sono assolutamente simili. Le generazioni si confrontano, ci sono conflitti da risolvere, si stringono amicizie, in due parole: si vive. I nostri ospiti di regola sono sani. Fanno più o meno volentieri un po' di moto, certi fanno sport anche intensamente, altri invece sono un po' più «pigri». Il fast food è naturalmente molto apprezzato, soprattutto dai più giovani, e di conseguenza alcune persone, distribuite su tutte le fasce d'età, devono combattere con un problema di sovrappeso più o meno grave. Fondamentalmente, però, l'alimentazione delle persone con un handicap

mentale non è diversa da quella di altri gruppi di persone.

Quali sono gli aspetti più importanti nella preparazione degli alimenti per le persone disabili?

I singoli componenti del menu devono essere preparati in modo facilmente digeribile e appetitoso, e combinati fra loro in abbinamenti cromatici attraenti. Mangiare, nella misura del possibile, deve invogliare e dare piacere, deve coinvolgere i sensi e rappresentare un momento di grande importanza nel corso della giornata.

Può spiegarci con un esempio pratico come questi aspetti vengono presi in considerazione durante la preparazione dei pasti?

Per la preparazione dei pasti, nella nostra cucina ci basiamo sul ricettario di Eugen Pauli, a mio avviso ancor oggi uno dei migliori ricettari in assoluto. Nella misura in cui l'offerta del mercato lo permette, impieghiamo prodotti di stagione: carne, lat-

ticini, formaggi, uova, verdura, frutta, insalata e patate sono prodotti nella regione, a chilometro zero e in condizioni controllate. La nostra cucina, grazie all'offerta regionale molto ampia, è certificata con tre corone Culinarium. Le pietanze vengono cucinate fresche ogni giorno e in modo da preservare le qualità dei prodotti.

Il personale che lavora nella sua cucina viene formato in modo specifico sul tema «alimentazione e disabilità»?

I nostri collaboratori del settore socio-pedagogico e tutti i collaboratori della cucina sono stati formati quattro anni fa nell'ambito di una formazione obbligatoria di un giorno dal titolo «Alimentazione sana in istituto» tenuta da Franziska Widmer, dietista SSS. Quella giornata ha riscosso un grande successo e dà ancora oggi i suoi frutti. Il tema viene ripreso almeno una volta l'anno in una delle riunioni di istituto, nella consapevolezza che cucina e collaboratori del settore pedagogico in questo ambito hanno una missione comune nell'interesse dei nostri ospiti.

Può dirci qualcosa sul programma «gesund und guet», sano e buono?

Gli ospiti del Johanneum vivono in singole comunità abitative. Dalla cucina forniamo alle comunità pasti di 2100 calorie in media per persona e per giorno. Ciò comprende tutto quello che viene fornito dalla

cucina. I piani dei menu vengono costantemente analizzati e adeguati sulla base delle direttive della SNN, i componenti del menu vengono pesati durante la preparazione, l'impiego di grassi è ridotto al minimo e il bilancio dei grassi viene redatto regolarmente. L'impiego di sale è standardizzato e nel pane il tenore di sale, ridotto del 10%, viene bilanciato con l'aggiunta di pasta acida fresca in modo da compensare la perdita di gusto. Ad ogni pasto proponiamo verdura o insalata. Gli ospiti possono prendere mele e frutta di stagione a piacere. Anche l'acqua minerale, di qualità Culinarium, è disponibile a volontà. Utilizziamo unicamente olio di colza, girasole e noci di prima qualità e proveniente da coltivazioni della regione; inoltre, usiamo burro di latte di montagna e un po' di olio d'oliva. Una maionese di colza e tre diversi condimenti per l'insalata di nostra ricetta,

a base di uova, olio e aceto di mele della sono certificati Culinarium e possono anche essere acquistati.

Che reazioni avete al programma?

Le reazioni sono piacevolmente positive, come dimostrano i sondaggi annui effettuati al Johanneum all'insaputa della cucina e valutati da un ufficio interno e indipendente. Sulla base di questa valutazione, la cucina redige un rapporto rivolto a tutte le persone del Johanneum, nel quale prende posizione nei confronti delle critiche, dei suggerimenti e dei desideri espressi, e indica quali misure ha previsto di prendere.

Coinvolgete anche le persone disabili nella preparazione dei pasti?

Al Johanneum abbiamo un sistema di menu a richiesta. Tutti gli ospiti possono presentare i loro desideri, anche se insoliti.

Noi integriamo questi menu a richiesta nella periodica pianificazione dei menu. Solitamente soddisfiamo ogni richiesta prima del sondaggio successivo. Grazie allo strumento dell'analisi della pianificazione dei menu, possiamo ad esempio di tanto in tanto proporre il menu più richiesto in assoluto (cordon bleu, patatine fritte, verdure o insalata e torta), perché nel corso del periodo considerato è possibile compensare l'eccesso. Il sistema di menu a richiesta ci aiuta molto a fare in modo che l'offerta sia ampia e variata.

Signor Hangartner, grazie mille per le sue spiegazioni.

* Leila Sadeghi è membro della commissione di redazione.



Forum du Programme cantonal Diabète – Canton de Vaud

«Maladies chroniques: comment gérer la complexité»

Le Programme cantonal Diabète (PcD) poursuit la mission de réduire durablement l'impact du diabète sur la population vaudoise en agissant sur la progression de l'incidence (prévention primaire) et en améliorant la prise en charge des personnes atteintes (prévention secondaire). Pour la troisième édition de ses forums régionaux, le PcD, en collaboration avec les coordinatrices régionales des Réseaux de soins, se propose de réunir l'ensemble des professionnels de la santé et acteurs concernés autour du thème suivant:

«Maladies chroniques: comment gérer la complexité»

Jeudi, 27 juin 2013, entre 8 h et 12 h, au CHUV à Lausanne

Nous vous invitons dès lors à réserver cette date.

Cette rencontre sera l'occasion de prendre connaissance des expériences menées sur le plan international en matière de prise en charge des maladies chroniques. Une partie interactive (ateliers) permettra ensuite aux participants d'échanger au-

tour de divers thèmes: projets de filières régionales et cantonales, accès aux prestations, expériences locales et développements envisagés dans le cadre du Programme cantonal Diabète pour fournir la bonne prestation au bon moment à la bonne personne sur l'ensemble du canton.

Programme détaillé et inscription en ligne disponibles dès le mois d'avril 2013 sur le site www.vd.ch/diabete, rubrique «Professionnels de la santé».

Pour toute information sur le Programme cantonal Diabète: programme.diabete@ehc.vd.ch

«meingleichgewicht» – Menschen mit Behinderung und gesundes Körpergewicht

Der Hauptpreis der 2. Preisverleihung geht an die Bildungsstätte Sommeri

Die Bildungsstätte Sommeri (TG) nahm am Mittwoch, 23. Januar 2013, in Sommeri den Hauptpreis meingleichgewicht des Migros-Kulturprozent in der Höhe von 10 000 Franken entgegen. Drei weitere Institutionen aus Uster, Herisau und Kriens erhielten ebenfalls einen Preis. Mit dem 2011 lancierten Engagement unterstützt das Migros-Kulturprozent mit jährlich insgesamt 25 000 Franken Institutionen, die sich für eine gesunde Lebensweise von Menschen mit Behinderung einsetzen.

Milène Huber, MGB*

Von den insgesamt 11 eingereichten Projekten bestimmte eine neunköpfige Fachjury vier Projekte, die einen Barpreis erhalten. Das Siegerprojekt aus der Bildungsstätte Sommeri mit dem Titel «Coaching zu gesundem Gleichgewicht» erhielt den mit 10 000 Franken dotierten Hauptpreis. Gemeinsam mit der Geschäftsleitung und den Mitarbeitenden – vom Küchenpersonal bis zu den Wohngruppenteams und Angehörigen – sind passende Ernährungs- und Bewegungsleitplanken erarbeitet worden, um möglichst eigenverantwortlich das Gewicht der Bewohner zu stabili-

sieren. Robert Sempach, Leiter Gesundheitsförderung der Direktion Kultur und Soziales beim Migros-Genossenschaftsbund, begründet die Wahl der Jury: «Wir waren über die Qualität der eingereichten Programme sehr erfreut. Jenes der Bildungsstätte Sommeri überzeugt, weil das Thema Gleichgewicht besonders partizipativ und nachhaltig umgesetzt wurde. In einem mehrjährigen Prozess haben das Personal und die Bewohnerinnen und Bewohner der Bildungsstätte durch fachliche Schulung ihr Wissen über Ernährung, Bewegung und inneres Gleichgewicht erhöht. Die Grossküche und die einzelnen Gruppen arbeiten mit einheitlichen Ernährungsrichtlinien und halten sich daran. Auch das interne Sport- und Bewegungsangebot wurde erweitert und die Zusammenarbeit mit den Eltern optimiert.»

Die im ländlichen Thurgau gelegene Bildungsstätte Sommeri (BS Sommeri) bietet Menschen mit geistiger Beeinträchtigung Ausbildungs-, Wohn- und Arbeitsplätze an. In Einzelcoachings erfahren die Bewohnerinnen und Bewohner, wie sie sich gesünder ernähren und mehr bewegen können. Je nach Vorlieben und Voraussetzung können die Interessierten an zahlreichen internen Angeboten wie z.B. Fussballtraining, Schwimmen, Walken, Tanzen oder Bewegungsgruppe teilnehmen und zudem diverse externe Angebote von Volkstanz bis Judo besuchen. Im Ernährungsbereich wurde ein verbindlicher Handlungsrahmen für die gesamte Verpflegung von der Grossküche über die Wohngruppen bis hin



Zur Person

Dr. Robert Sempach ist Ernährungspsychologe und Projektleiter Gesundheit in der Direktion Kultur und Soziales beim Migros-Genossenschaftsbund. Seine Arbeitsschwerpunkte liegen in den Bereichen Ernährungsprävention, Übergewichtstherapie und Gesundheitsförderung.

zum Pausenkiosk geschaffen. So wurden beispielsweise die Portionengrössen einheitlich definiert, die Menüpläne zwischen der Gemeinschaftsverpflegung und den Wohngruppen aufeinander abgestimmt. Generell werden saisonale und regionale Produkte verwendet und in den Arbeitspausen wird gratis Obst abgegeben. Diese Massnahmen trugen deutlich zu einer verbesserten Lebensqualität bei.

Drei weitere Institutionen erhalten eine Auszeichnung in Form eines Barpreises:

- 7000 Franken: Stiftung Wagerenhof, Uster ZH: «Balance in der Bewegung»
- 4000 Franken: Therapeutische Wohngemeinschaften Sântisblick, Herisau AR: «True Move»
- 4000 Franken: Stiftung Brändi, Kriens LU: «Bärenhunger»

Ausschreibung 2013

Institutionen können ihre Projektideen während des ganzen Jahres auf www.meingleichgewicht.ch eintragen und laufend anpassen. Bis zum 30. November 2013 sollten die Projekte umgesetzt sein. Eine Fachjury beurteilt die Eingaben und vergibt im Januar 2014 wiederum Preise im Gesamtwert von 25 000 Franken.

Infobox

Gängige Gesundheitsförderungsprojekte, um Übergewicht zu vermeiden, sind für Menschen mit geistiger, psychischer oder körperlicher Behinderung nicht ohne Weiteres geeignet. Vor diesem Hintergrund hat das Migros-Kulturprozent in Zusammenarbeit mit der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz, den Verbänden INSOS, Procap und akj im April 2011 das Gesundheitsförderungsprogramm «meingleichgewicht – Menschen mit Behinderung und gesundes Körpergewicht» lanciert. meingleichgewicht sucht Institutionen, die Massnahmen entwickeln, um gesunde Ernährung, Bewegung, Entspannung und Begegnungen von Menschen mit Behinderung zu fördern. Jährlich vergibt eine Fachjury eine Preissumme im Gesamtwert von 25 000 Franken an besonders überzeugende Projekte. Für die Entwicklung neuer Projekte bietet die Projektleitung eine Starthilfe an.

Weitere Informationen:
www.meingleichgewicht.ch

* Migros-Genossenschaftsbund, Direktion Kultur und Soziales

«monéquilibre» – personnes handicapées et un poids corporel sain

Le premier prix de la 2^e remise des prix est décerné à la Bildungsstätte Sommeri

Le 23 janvier 2013, à Sommeri (TG), la Bildungsstätte Sommeri s'est vu décerner le premier award «monéquilibre» du Pour-cent culturel Migros, doté de 10 000 francs. Trois autres institutions – sises à Uster, Herisau et Kriens – ont également été récompensées. Par le biais de ce programme, lancé en 2011, le Pour-cent culturel Migros soutient les institutions qui s'engagent en faveur d'un style de vie sain pour les personnes handicapées, à raison d'une contribution annuelle totale de 25 000 francs.

Milène Huber, MBG*

Parmi les 11 candidatures, le jury, composé de neuf membres, a sélectionné quatre projets qui vont recevoir un prix en espèces. Le projet de la Bildungsstätte Sommeri, intitulé «Coaching pour un équilibre sain», a été désigné comme lauréat du premier Award «monéquilibre», doté de 10 000 francs. Avec la collaboration de la direction et de toutes les personnes impliquées – du personnel de la cuisine aux équipes chargées de l'hébergement, sans oublier les familles –, des consignes adaptées en matière d'alimentation et d'activité physique ont été élaborées, afin que les

habitants puissent stabiliser leur poids de façon aussi autonome que possible. Robert Sempach, responsable de la promotion de la santé auprès de la Direction des Affaires sociales et culturelles de la Fédération des coopératives Migros, justifie le choix du jury: «Nous avons été enthousiasmés par la qualité des programmes proposés. Celui de la Bildungsstätte Sommeri nous a convaincus, car il traite le thème de l'équilibre de manière particulièrement participative et durable. Au cours d'un processus de plusieurs années, le personnel et les habitants de ce centre ont accru leurs connaissances dans le domaine de l'alimentation, de l'activité physique et de l'équilibre grâce à une formation spécialisée. La cuisine de la collectivité et les différents groupes travaillent sur la base des mêmes directives alimentaires et les respectent. Par ailleurs, l'offre interne en sport et en mouvement a également été élargie et le travail avec les parents optimisé.» Installée à la campagne dans le canton de Thurgovie, la Bildungsstätte Sommeri (BS Sommeri) offre aux personnes souffrant de handicap mental des places de formation, d'hébergement et de travail. Au cours de coachings individuels, les habitantes et les habitants apprennent à mieux se nourrir et à pratiquer une activité physique. Selon les goûts et les possibilités, ils peuvent participer à de nombreuses offres internes: football, natation, marche, danse ou groupe de mouvement, mais également externes, allant des danses populaires au judo. Dans le domaine de la nutrition, un programme-



Informations biographiques

Robert Sempach est psychologue de l'alimentation et responsable de projet Promotion de la santé auprès de la Direction des Affaires sociales et culturelles de la Fédération des coopératives Migros. Son travail porte principalement sur la prévention alimentaire, le traitement de la surcharge pondérale et la promotion de la santé.

cadre obligatoire a été élaboré pour l'ensemble de l'alimentation – de la cuisine collective aux foyers et au kiosque. C'est ainsi que la taille des portions a été définie uniformément et les menus entre la collectivité et les foyers ont été coordonnés. Généralement, des produits régionaux et de saison sont utilisés et des fruits sont proposés gratuitement pendant les pauses. Ces mesures ont contribué à une amélioration sensible de la qualité de vie.

Les trois autres institutions récompensées:

- 7000 francs: Stiftung Wagerenhof, Uster (ZH): «Balance in der Bewegung»
- 4000 francs: Therapeutische Wohngemeinschaften Sântisblick, Herisau (AR): «True Move»
- 4000 francs: Stiftung Brändi, Kriens (LU): «Bärenhunger»

Mise au concours 2013

Les institutions peuvent soumettre leurs idées de projets sur www.monéquilibre.ch pendant toute l'année et les adapter continuellement. Les projets doivent être mis en œuvre d'ici au 30 novembre 2013. Un groupe spécialisé évaluera les candidatures et décernera de nouveau des prix d'une valeur totale de 25 000 francs en janvier 2014.

* Fédération des coopératives Migros, Direction des Affaires culturelles et sociales

Infobox

Les programmes traditionnels de promotion de la santé visant à prévenir la surcharge pondérale ne sont pas toujours adaptés aux personnes souffrant de handicap mental, psychique ou physique. C'est dans ce contexte que, en avril 2011, le Pour-cent culturel Migros a lancé le programme de promotion de la santé «monéquilibre – les personnes handicapées et un poids corporel sain», en collaboration avec Promotion Santé Suisse ainsi que les associations INSOS, Procap et akj. «monéquilibre» cherche des institutions qui développent des mesures destinées à promouvoir une alimentation saine, des rencontres, la détente et le mouvement auprès des personnes handicapées. Chaque année, un jury spécialisé décerne des prix d'un montant total de 25 000 francs à des projets particulièrement convaincants. La direction du projet propose une aide au démarrage, destinée au développement de nouveaux projets.

Informations complémentaires sur:
www.monéquilibre.ch

«meingleichgewicht»: persone disabili e peso corporeo sano

Il primo premio della seconda assegnazione va alla Bildungsstätte Sommeri

La Bildungsstätte Sommeri è il centro di formazione che, 23 gennaio 2013, a Sommeri (TG), è stato insignito del primo premio meingleichgewicht del Percento culturale Migros aggiudicandosi 10 000 franchi. Hanno ricevuto un riconoscimento anche altre tre istituzioni di Uster, Herisau e Kriens. Con questa iniziativa, lanciata nel 2011, il Percento culturale Migros devolve ogni anno complessivamente 25 000 franchi a istituzioni che si adoperano affinché persone disabili possano condurre una vita sana.

Milène Huber, MGB*

Dei circa 11 progetti pervenuti, una giuria composta da nove membri ha scelto quattro progetti cui verrà assegnato un premio in contanti. Il progetto vincitore della Bildungsstätte Sommeri dal titolo «Coaching zu gesundem Gleichgewicht» («Coaching verso un equilibrio sano») ha ricevuto il primo premio aggiudicandosi così la somma di 10 000 franchi. Insieme alla direzione e ai collaboratori – dal personale di cucina fino alle squadre dei gruppi di convivenza – sono state create delle linee guida per una corretta alimentazione e il giusto movimento, in modo da consentire agli abitanti di stabilizzare il proprio peso in modo responsabilmente autonomo. Robert Sempach, responsabile della promo-

zione della salute presso la Direzione Affari culturali e sociali della Federazione delle Cooperative Migros, motiva la scelta della giuria affermando: «Siamo rimasti molto compiaciuti della qualità dei programmi. Quello della Bildungsstätte Sommeri è convincente perché l'argomento «equilibrio» è stato realizzato in modo particolarmente partecipativo e sostenibile. Durante un processo durato più anni, il personale e gli inquilini del centro di formazione hanno ampliato le proprie conoscenze riguardo all'alimentazione, al movimento e all'equilibrio interiore frequentando corsi di formazione. La cucina e i singoli gruppi lavorano attenendosi alle linee guida alimentari valide per tutta la comunità. Anche il numero di attività sportive e di movimento è stato aumentato e la collaborazione con i genitori è stata ottimizzata.»

La Bildungsstätte Sommeri (BS Sommeri), che si trova nelle campagne della Turgovia, offre alle persone con deficit mentali posti di formazione, di lavoro e soluzioni abitative. Nell'ambito di sessioni di coaching individuale, gli abitanti imparano a nutrirsi in modo più sano e a muoversi di più. A seconda delle preferenze e delle premesse, gli interessati possono partecipare a numerose attività interne come ad es. allenamento di calcio, nuoto, walking, ballo o gruppo di movimento. Possono inoltre frequentare diversi corsi esterni come ballo popolare o judo. In ambito alimentare, è stato messo a punto un quadro operativo vincolante valido per l'intero vitto, cui deve attenersi non solo la cucina, ma anche i gruppi di convivenza e il chiosco utilizzato nelle pause. Sono state definite, ad esempio, a livello unitario le dimensioni delle



Informazioni sulla persona

Il Dr. Robert Sempach è psicologo dell'alimentazione e responsabile del progetto Promozione della salute presso la Direzione Affari culturali e sociali della Federazione delle Cooperative Migros. I suoi campi di specializzazione sono: prevenzione alimentare, terapia del sovrappeso e promozione della salute.

porzioni, mentre i menu sono stati concordati tra gli addetti al vitto della comunità e i gruppi di convivenza. Vengono generalmente utilizzati prodotti di stagione e regionali. Durante le pause di lavoro viene messa a disposizione frutta gratuitamente. Tali misure hanno contribuito notevolmente al miglioramento della qualità di vita.

Tre altre istituzioni vengono insignite di un premio in contanti:

- 7000 franchi: Stiftung Wagerenhof, Uster ZH: «Balance in der Bewegung» («Equilibrio nel movimento»)
- 4000 franchi: Therapeutische Wohngemeinschaften Sântisblick, Herisau AR: «True Move»
- 4000 franchi: Stiftung Brändi, Kriens LU: «Bärenhunger» («Fame da lupi»)

Bando di concorso 2013

Le istituzioni possono presentare e progressivamente adeguare le loro idee di progetti tutto l'anno all'indirizzo www.meingleichgewicht.ch. Entro il 30 novembre 2013 i progetti devono essere realizzati. Una giuria di esperti valuterà gli elaborati e conferirà di nuovo nel gennaio 2014 premi per un valore complessivo di 25 000 franchi.

Infobox

I soliti progetti per la promozione della salute incentrati sulla prevenzione del sovrappeso non sono adatti a persone affette da disabilità mentali, psichiche o fisiche. In tale contesto, il Percento culturale Migros ha lanciato nell'aprile 2011, in collaborazione con Promozione Salute Svizzera, le associazioni INSOS, Procap e akj, il programma per la promozione della salute «meingleichgewicht – Menschen mit Behinderung und gesundes Körpergewicht» («Il mio equilibrio – persone con disabilità e un peso corporeo sano»). meingleichgewicht cerca istituzioni che siano in grado di sviluppare misure volte a promuovere l'alimentazione sana, il movimento, il relax e gli incontri tra persone con disabilità. Ogni anno una giuria di esperti conferisce a progetti particolarmente convincenti premi per un valore complessivo di 25 000 franchi. Per lo sviluppo di nuovi progetti la direzione progettuale offre un aiuto iniziale.

Per ulteriori informazioni:
www.meingleichgewicht.ch

* Federazione delle Cooperatives Migros, Direzione Affari Culturali e Sociali



Mein letztes Wort als Präsidentin

Als ich 1997 angefragt wurde, ob ich beim Berufsverband ein Vorstandsmandat übernehmen möchte, hatte ich spontan zugesagt, da ich damals mit meiner freiberuflichen Praxis nicht voll ausgelastet war. Zwischen 1997 und 2001 präsierte ich die Tarif- und Qualitätskommission des Verbandes. Die ersten Jahre waren geprägt durch die Verhandlungen des Tarifvertrags mit den Krankenversicherern. Ich kann mich gut an unzählige Sitzungen mit Santéuisse erinnern, welche schlussendlich zu dem Tarifvertrag führten, den wir nun seit dem Jahr 2000 anwenden. Damals war die Anerkennung aus der Grundversicherung ein grosser Meilenstein für unseren Berufsstand. Für mich war die Zeit als Kommissionsleiterin eine äusserst lehrreiche und interessante Zeit.

Als ich 2001 zur Präsidentin gewählt wurde, habe ich mir zum Ziel gesetzt, die Netzwerke des SVDE zu erweitern, den Bekanntheitsgrad unseres Berufes zu erhöhen und Mitgliederbedürfnisse zu erkennen, um diese in die strategische Planung des Verbandes mit einzubeziehen. Dem Entscheid, das Studium in Ernährung und Diätetik auf Fachhochschulstufe anzusiedeln, gingen auch unzählige Sitzungen, Absprachen und Lobbyingarbeit voraus. In dieser Phase der Entscheidung über die Positionierung der Ausbildung wurde mir einmal mehr bewusst, wie wichtig die enge Zusammenarbeit mit den Ausbildungsanbietern und mit der Praxis ist. Auch unser Engagement im internationalen und europäischen Verband hat einen wesentlichen Teil zur Positionierung unserer Ausbildung beigetragen. Kaum war dieser Entscheid gefallen, erschien das Thema «DRG» auf unserer Agenda. Auch dies ein Thema, welches mich als Verbandspräsidentin sehr in Anspruch genommen hat. Die unzähligen Aufgaben und Herausforderungen des Berufsver-

bandes haben mich und den Vorstand in den letzten Jahren stark gefordert. Eine Neubeurteilung der Strukturen wurde im Jahr 2009 unumgänglich. Den Entscheid, die Geschäftsführung, aufgrund der wachsenden Anforderungen an den Verband, der Firma BVM zu delegieren, bereute ich in keiner Weise.

All die Jahre im Vorstand des SVDE waren für mich eine grosse Bereicherung und haben viel zu meiner beruflichen Entwicklung beigetragen. Ich freue mich jedoch, wieder etwas mehr Zeit für meine Praxis und für die praktische Ausbildung von Studenten und Studentinnen zu investieren. Weiter freue ich mich, euch, liebe Mitglieder, wieder zu treffen. Die NutriDays werden auch in Zukunft ein Fixpunkt in meiner Agenda sein.

Eure (Noch-)Präsidentin Beatrice Conrad

Mon dernier mot de la présidente

En 1997, lorsque l'on m'a demandé si j'étais disposée à assumer un mandat au sein du comité de l'association professionnelle, j'ai accepté sans hésiter car ma charge de travail de l'époque dans mon cabinet indépendant me le permettait. Entre 1997 et 2001, j'ai dirigé la commission Tarifs et qualité de l'association. Les premières années de mon mandat ont été marquées par les négociations du contrat tarifaire avec les assureurs-maladie. Je me souviens encore très bien des innombrables séances avec Santéuisse, qui finirent par déboucher sur le contrat tarifaire, que nous appliquons maintenant depuis 2000. A l'époque, avec la reconnaissance de nos prestations par l'assurance de base, un jalon important avait été posé pour notre profession. La période pendant laquelle j'ai été responsable d'une commission a été extrêmement intéressante et enrichissante pour moi.

Lorsque j'ai été élue présidente en 2001, je me suis fixé comme objectif d'élargir les réseaux de l'ASDD, d'augmenter la notoriété de notre profession et d'identifier les besoins des membres afin de les intégrer dans la planification stratégique de l'association. La décision de rattacher les études de diététique et de nutrition au niveau des hautes écoles spécialisées a été précédée par d'innombrables séances et entrevues, par des pourparlers incessants et un important travail de lobbying. Dans la phase de délibération au sujet du positionnement de la formation, j'ai une fois de plus pris conscience de l'importance de la collaboration étroite avec les prestataires de formation et les personnes sur le terrain. Notre engagement au sein de la fédération européenne et de la fédération internationale a contribué dans une mesure substantielle au positionnement de notre formation. A peine cette décision a-t-elle été prise qu'un nouveau thème est venu remplir notre agenda, celui des «DRG». Ce thème a lui aussi mobilisé toute mon énergie de présidente d'association. Au cours de ces dernières années, j'ai été très sollicitée, ainsi que tous les membres du comité, par les nombreuses missions et les défis que notre association professionnelle devait relever. En 2009, une réévaluation des structures est devenue indispensable. Compte tenu des exigences croissantes auxquelles l'association devait faire face, je ne me repens absolument pas d'avoir délégué la direction des affaires à la société BVM.

Chacune des années passées au comité de l'ASDD a été pour moi une source d'enrichissement, et a énormément contribué à mon développement professionnel. Je me réjouis toutefois à l'idée de disposer d'un peu plus de temps à l'avenir pour mon cabinet et pour la formation pratique des étudiantes et étudiants. Nous aurons toutefois l'occasion de nous revoir, chères et chers membres, et j'en suis ravie. Les Nu-

triDays resteront en effet un rendez-vous inamovible dans mon agenda.

Beatrice Conrad, votre présidente (pour quelques mois encore)

La mia ultima parola come presidente

Quando nel 1997 mi hanno chiesto se volessi assumere un mandato nel comitato, ho risposto subito affermativamente in quanto allora il mio studio da indipendente non mi occupava ancora pienamente. Tra il 1997 ed il 2001 fui presidente della commissione tariffe e della commissione qualità dell'associazione. Nei primi anni mi sono occupata delle trattative per il contratto tariffario con le casse malati. Mi ricordo di innumerevoli riunioni con Santé-suisse che si conclusero finalmente nel contratto tariffario che utilizziamo dal

2000. Il riconoscimento come prestazione dell'assicurazione di base è stata una pietra miliare per la nostra associazione professionale. Il tempo trascorso come direttrice della commissione è stato per me un periodo istruttivo ed interessante.

Nel 2001 sono stata scelta come presidente e mi sono posta l'obiettivo di allargare il raggio di azione dell'ASDD, di aumentare il grado di conoscenza della nostra professione, di riconoscere i bisogni dei membri e di inserirli nella pianificazione strategica dell'associazione. Innumerevoli riunioni, colloqui e lavoro di lobby hanno preceduto la decisione di portare lo studio di dietista a livello universitario. Quando bisognava decidere la posizione della formazione mi sono resa conto di quanto sia importante la collaborazione con i formatori e con il mondo del lavoro. Anche il nostro impegno con le associazioni internazionali ed europee ha contribuito al posizionamento della formazione. Appena dopo il posizionamento della formazione, nella nostra agenda ap-

parve il tema «DRG». Anche questo un tema che, come presidente dell'associazione, mi ha impegnato molto. In questi ultimi anni innumerevoli compiti e sfide dell'associazione professionale hanno richiesto un grande impegno da parte mia e del comitato. Nel 2009 è stato necessario rivedere le strutture. Non mi sono mai pentita della decisione di delegare la direzione amministrativa alla ditta BVM a causa delle crescenti esigenze.

Tutti questi anni nel comitato dell'ASDD sono stati arricchenti e hanno contribuito molto al mio sviluppo professionale. Malgrado ciò mi rallegro di avere di nuovo più tempo da investire per il mio studio e per seguire gli/le studenti/studentesse. Sono contenta di rincontrarvi, cari membri. I NutriDays resteranno per me anche in futuro un punto fisso nella mia agenda.

La vostra (ancora) presidente Beatrice Conrad

Die Zeit ist reif ...

Am 19. April 2013 werde ich nach 16 Jahren Vorstandstätigkeit zurücktreten. Für meinen Rücktritt habe ich mir immer gewünscht, dass alle Vorstandssitze besetzt sind und dass eine gewisse Kontinuität gewährleistet ist.

Zudem war es mir ein Anliegen, dass ich meinen Nachfolgern mit gutem Gewissen einen funktionierenden Verband übergeben kann. Ein minimaler Know-how-Verlust bei der Übergabe ist ein weiteres Ziel von mir.

Durch die aktuelle Besetzung des Vorstandes und die kompetent geführte Geschäftsstelle sind oben stehende Vorgaben erfüllt und ich blicke dem Wechsel im Vorstand mit Zuversicht entgegen.

Unsere Geschäftsstelle unter der Leitung von Dr. Karin Stuhlmann konnte in den letzten Jahren umfassende Kenntnisse über den ganzen SVDE in seiner Komplexität erarbeiten. Auf unserer Geschäftsstelle laufen alle «Fäden» zusammen. Karin Stuhlmann ist und bleibt unsere Geschäftsführerin – die Kontinuität auf der

Geschäftsstelle ist gewährleistet. Nicht zuletzt wegen der optimal geführten Geschäftsstelle mache ich mir keine Sorgen um einen Know-how-Verlust aufgrund von personellen Veränderungen im Vorstand. Raphaël Reinert, Vizepräsident und zuständig für die Bildung in der Romandie, steht als langjähriges Mitglied des Vorstandes weiterhin zur Verfügung. Mit Florine Riesen, zuständig für das Ressort Qualität, verstärkt eine weitere Kollegin aus der Westschweiz das Vorstandsteam. Sie arbeitet eng mit mehreren erfahrenen Mitgliedern im Ressort Qualität zusammen. Die beiden bilden ein starkes Glied zur Romandie und sind für die Kontakte im französischsprachigen Teil der Schweiz äusserst wertvoll.

Mit Brigitte Christen verfügt der SVDE im Bereich «Serviceleistungen» über ein erfahrenes Vorstandsmitglied. Brigitte Christen war schon vor Jahren im SVDE-Vorstand aktiv, um nach einer Vorstandspause wieder in ihr Ressort zurückzukehren. Vor Jahren gehörte das Praxishand-

buch in den Aufgabenbereich von Brigitte Christen – heute leitet sie das Projekt «Nutripoint», das Nachfolgeprojekt unseres Praxishandbuchs. Annemarie Gluch konnte sich in ihrem ersten Amtsjahr gut im Ressort Tarife einarbeiten und verfügt über eine Tarifkommission, welche sich durch mehrere langjährige Kommissionsmitglieder auszeichnet. Sie ist zudem aktiv in der Tarifkommission des schweizerischen Verbandes der Berufsorganisationen im Gesundheitsbereich (SVBG) und verfügt über enge Kontakte mit anderen Berufsverbänden, welche von ähnlichen Tariffragen betroffen sind. Zudem verfügt der SVBG über einen Tarifspezialisten, welcher der Tarifkommission zur Seite steht. Barbara Richli hat sich bereits gut im Vorstand eingelebt und führt das Ressort Kommunikation. Mit einer voll besetzten Redaktionskommission stehen ihr motivierte Mitglieder zur Verfügung, um unser SVDE-Info mit aktuellen Inhalten zu füllen. Als neue Leiterin der Regionalgruppe Tessin stellt sie auch den engen Kontakt mit

den italienisch sprechenden Mitgliedern sicher.

Als neues Vorstandsmitglied stellt sich Adrian Müller zur Verfügung. Er verfügt über mehrjährige Erfahrung im Bildungsbe- reich und ist bereits Mitglied in der Bil- dungskommission des SVDE.

Gabi Fontana hat das Amt der Vizepräsi- dentin in den letzten Jahren verstärkt wahrgenommen. Sie hat sowohl an Sit- zungen mit Industriepartnern teilgenom- men als auch Verbandsanlässe aktiv mit-

gestaltet. Zudem hat sie mich an viele berufspolitische Sitzungen begleitet. Durch ihre aktive Rolle im Bereich Bildung konnte sie die Kontakte mit den Fachhoch- schulen intensiv pflegen. Als Delegierte des europäischen Verbandes (EFAD) des SVBG hat sie sich ein internationales und interprofessionelles Netzwerk aufgebaut. Gabi Fontana hat sich in ihrer 7-jährigen Vorstandstätigkeit einen breiten Überblick über die Vorstandsarbeit verschaffen. Ich freue mich, dass sie sich an der GV 2013 als

neue Präsidentin zur Verfügung stellt. Ger- ne lade ich Sie zur GV 2013 ein und emp- fehle Ihnen, Gabi Fontana als neue Präsi- dentin zu wählen.

Beatrice Conrad Frey

Gabi Fontana-Ittensohn stellt sich vor:

«Ich bin bereit und hoch motiviert, dieses neue, wichtige Amt zu übernehmen»

Bereits während meiner Ausbildungszeit an der Schule für Ernährungsberatung am Universitätsspital in Zürich (1991–1994) lernte ich den Berufsverband kennen – da- mals noch als SVERB bekannt. Die Aufga- ben und die Herausforderungen eines Be- rufsverbandes haben mir imponiert und einen aktiven Beitrag dazu leisten war da- mals schon eines meiner Ziele.

Nach Abschluss meiner Ausbildung ver- tiefte ich meine beruflichen Kompetenzen im Zuger Kantonsspital. 1996 gründete ich meine eigene Praxis. Als 2005 wieder ein Vorstandssitz im SVDE zu besetzen war, bewarb ich mich nach Rücksprache mit meiner Familie für dieses Mandat. Die an- schliessende Wahl in den Vorstand und die Übernahme des Ressorts Bildung wa- ren der Anfang einer spannenden Zeit. Zu diesem Zeitpunkt fiel der Entscheid, dass die Grundausbildung zur dipl. Ernäh- rungsberater/in auf Fachhochschulniveau ange- hoben wird. Die Möglichkeit, diese Verän- derungen im Interesse unserer Mitglieder optimal umzusetzen, war eine grosse Her- ausforderung. Viele weitere Aufgaben und Delegationen kamen während meiner Amtszeit hinzu. 2007 übernahm ich das Amt der Vizepräsidentin des SVDE für die Deutschschweiz. Seit diesem Zeitpunkt begleite ich die Präsidentin des SVDE, Be- atrice Conrad Frey, regelmässig an Gesprä- che und Sitzungen und übernehme bei Be-

darf ihre Vertretung. Dies ermöglichte mir den Auf- und Ausbau meines Know-hows bezüglich der Arbeiten im Berufsverband sowie die Ausweitung meines nationalen und internationalen Netzwerks.

Dem Entscheid, das Präsidium des SVDE zu übernehmen, geht eine lange Phase der reiflichen Überlegung voraus. Durch mei- ne 8-jährige Vorstandstätigkeit und die enge Zusammenarbeit mit Beatrice Con- rad sind mir die Aufgaben als Präsidentin des SVDE sehr bewusst. Sie war in all den Jahren immer konstruktiv und offen, so, dass ich mich gut auf das neue Amt vorbe- reitet fühle. Zu meinen Zielen als künftige Präsidentin des SVDE gehört es, die Konti- nuität aufrecht zu erhalten, die geleistete Arbeit meiner Vorgängerin weiterzufüh- ren, die Anerkennung unseres Berufs wei- ter voranzutreiben, die Qualität unserer Arbeit und unseres Berufs weiter zu entwi- ckeln und zu stärken. Ich will einen starken Berufsverband, welcher national und in- ternational als solcher wahrgenommen wird. Wir sollen als DIE Fachpersonen un- bestritten anerkannt sein – sowohl auf po- litischer Ebene als auch im Gesundheits- wesen und in der Öffentlichkeit.

Ihre Bedürfnisse – geschätzte Mitglieder des SVDE – sind mir ein grosses Anliegen! Die Übernahme des Präsidiums ist von Be- atrice Conrad Frey und Dr. Karin Stuhl- mann gut vorbereitet – ich bin bereit und

Gabi Fontana-Ittensohn

Deinikerstrasse 6a, CH-6340 Baar / ZG
*12. April 1968 / 44
verheiratet / 2 Kinder (1998, 2000)

Beruflicher Werdegang:

- | | |
|-----------|--|
| 1986–1989 | Ausbildung zur dipl. Kinder- krankenschwester an der Schwesternschule Liebfrauenhof, Zug |
| 1991–1994 | Ausbildung zur dipl. Ernäh- rungsberaterin an der Schule für Ernährungsberatung, Universitätsspital Zürich |

Aktuelle berufliche Funktion:

- Studienleiterin – Weiterbildung und Dienstleistung Berner Fachhochschule Fachbereich Gesundheit
- Selbstständig erwerbende Ernährungsbe- raterin in eigener Praxis
- Vorstandsmitglied SVDE: seit 2005 Verantwortliche Ressort Bildung Deutschschweiz, seit 2007 Vizepräsidentin Deutschschweiz

hoch motiviert, dieses neue, wichtige Amt zu übernehmen.

Mit Ihrer Stimme an der Generalversamm- lung vom 19. April 2013 schenken Sie mir Ihr Vertrauen und Sie bewahren die Konti- nuität des SVDE!

Gabi Fontana

L'heure est venue...

Le 19 avril 2013, je cesserai mon activité au sein du comité, après y avoir siégé pendant 16 ans. Dans l'optique de mon départ, mon souhait a toujours été que tous les sièges du comité soient pourvus et qu'une certaine continuité soit assurée.

En outre, il me tenait à cœur de passer le flambeau à mes successeurs en ayant bonne conscience par rapport au fait que je leur confiais les rênes d'une association fonctionnant bien. L'autre objectif que je m'étais fixée était de minimiser la perte de savoir-faire lors de la passation.

Vu la composition actuelle du comité et la compétence avec laquelle le secrétariat est dirigé, j'estime que les conditions énoncées ci-dessus sont remplies et que je peux aborder avec confiance le changement qui s'opérera au sein du comité.

Notre secrétariat, dirigé par Karin Stuhlman a pu développer au cours de ces dernières années des connaissances approfondies sur l'ASDD dans son ensemble, avec toute sa complexité. Notre secrétariat est en effet le lieu vers lequel convergent tous les «fils». Karin Stuhlmann est et reste notre directrice, la continuité au sein du secrétariat est donc garantie. C'est grâce à la direction optimale du secrétariat que je suis absolument sereine par rapport au risque de perte de savoir-faire liée aux changements de personnes au sein du comité.

Raphël Reinert, vice-président et responsable de la formation en Romandie, reste disponible en tant que membre de longue date du comité. En la personne de Florine Riesen, responsable de la commission spécialisée Qualité, une nouvelle collègue de

la Romandie est venue renforcer l'équipe du comité. Elle travaille en étroite collaboration avec plusieurs membres expérimentés de la commission spécialisée Qualité. Ils remplissent tous deux la fonction de trait d'union avec la Romandie et sont extrêmement précieux pour les contacts dans la partie francophone de la Suisse.

Avec Brigitte Christen, l'ASDE peut compter sur un membre du comité expérimenté dans le domaine des prestations de services. Il y a plusieurs années, cette dernière avait déjà été active au sein du comité de l'ASDD. Après s'être ménagé une pause, elle a donc rejoint à nouveau sa commission spécialisée. Autrefois, le manuel pratique rentrait dans le domaine de responsabilités de Brigitte Christen et aujourd'hui, c'est elle qui dirige «Nutripoint», le projet qui prend le relais du manuel pratique. Au cours de la première année de son mandat, Annemarie Gluch s'est bien mise au courant des activités de la commission spécialisée Tarifs et compte dans sa commission des membres de longue date. Elle représente en outre l'ASDD au sein de la commission des tarifs de la Fédération suisse des Associations professionnelles du domaine de la Santé (FSAS) et entretient des contacts étroits avec d'autres associations professionnelles qui sont concernées par des questions tarifaires similaires. La FSAS dispose par ailleurs d'un spécialiste des tarifs qui se tient à la disposition de la commission des tarifs pour l'assister.

Barbara Richli, qui dirige la commission spécialisée Communication, a déjà bien pris ses marques au sein du comité. Avec

une commission de rédaction au sein de laquelle tous les mandats sont pourvus, elle est entourée de personnes motivées pour remplir SVDE ASDD Info de sujets d'actualité intéressants. En tant que nouvelle responsable du groupe régional Tessin, elle entretient par ailleurs des contacts étroits avec les membres italophones.

Adrian Müller pose sa candidature comme nouveau membre du comité. Il bénéficie de plusieurs années d'expérience dans le domaine de la formation et fait déjà partie de la commission Formation de l'ASDD.

Au cours de ces dernières années, Gabi Fontana a mobilisé toute son énergie pour remplir son mandat de vice-présidente. Elle a à la fois assisté à des séances avec des partenaires industriels et participé activement à l'organisation de manifestations associatives. De plus, elle m'a accompagnée à de nombreuses séances ayant trait à la politique professionnelle. Grâce à son rôle actif dans le domaine de la formation, elle a pu entretenir les contacts avec les hautes écoles spécialisées. En qualité de déléguée de la FSAS au sein de la fédération européenne (EFAD), elle s'est développé un réseau international et interprofessionnel. Au cours de ses sept années d'activité au sein du comité, Gabi Fontana a eu le temps d'avoir un large aperçu du travail du comité. Je suis heureuse qu'elle se propose en tant que nouvelle présidente lors de l'AG 2013. Je vous invite ainsi à assister à l'AG 2013 et vous recommande d'y élire Gabi Fontana nouvelle présidente.

Beatrice Conrad Frey

Gabi Fontana-Ittensohn se présente:

«Je me sens maintenant prête et très motivée pour assumer ce mandat important»

Pendant ma formation à l'école de diététique de l'hôpital universitaire de Zurich (1991-1994), j'ai déjà appris à connaître l'association professionnelle, qui en ce temps – là s'appelait encore SVERB. Les

responsabilités d'une association professionnelles et les défis qu'elle doit relever m'avaient impressionnée, et à l'époque déjà, apporter ma contribution active à ce niveau était l'un de mes objectifs.

Une fois ma formation terminée, j'ai approfondi mes compétences professionnelles à l'hôpital cantonal de Zoug. J'ai ouvert mon propre cabinet en 1996. En 2005, alors qu'un siège était à pourvoir au comi-

Gabi Fontana-Ippen

Deinikerstrasse 6a, CH-6340 Baar / ZG
*née le 12 avril 1968 / 44 ans
mariée / 2 enfants (1998, 2000)

Parcours professionnel:

1986–1989 Formation d'infirmière dipl. en pédiatrie à la Schwesternschule Liebfrauenhof, Zoug
1991–1994 Formation de diététicienne dipl. à l'école de diététique de l'hôpital universitaire de Zurich (Schule für Ernährungsberatung, Universitätsspital Zürich)

Fonction exercée actuellement:

- Directrice d'études Formation continue et prestations de services à la Haute école spécialisée bernoise, domaine santé
- Diététicienne indépendante pratiquant dans son propre cabinet
- Membre du comité ASDD: depuis 2005 responsable de la commission spécialisée Formation pour la Suisse alémanique, depuis 2007 vice-présidente Suisse alémanique

té de l'ASDD, j'ai déposé ma candidature, d'entente avec ma famille. L'élection au comité et la responsabilité de la commission spécialisée Formation ont marqué le début d'une période captivante. La décision de relever la formation de base de dié-

téticien-ne dipl. au niveau des hautes écoles spécialisées remonte à cette époque. La mise en œuvre optimale de cette évolution dans l'intérêt de nos membres représentait un défi de taille. Mon mandat a par ailleurs été marqué par de nombreux autres missions et mandats de délégation. En 2007, je suis entrée en fonction en tant que vice-présidente de l'ASDD pour la Suisse alémanique. Depuis lors, j'accompagne régulièrement la présidente de l'ASDD, Beatrice Conrad Frey, à des entrevues et des séances, et je la remplace en cas de besoin. Cette expérience m'a permis de développer et de renforcer mon savoir-faire relatif aux tâches à accomplir pour le compte de l'association professionnelle, de même qu'à élargir mon réseau national et international.

La décision d'accepter la présidence de l'ASDD a été précédée par une longue phase de réflexion approfondie. Du fait de mes huit années d'activité au sein du comité et de mon étroite collaboration avec Beatrice Conrad, je suis tout à fait consciente des responsabilités qui m'attendent en tant que présidente de l'ASDD. Au cours de toutes ces années, Beatrice Conrad s'est toujours montrée constructive et ouverte, ce qui fait que je me sens

bien préparée pour l'exercice de ma nouvelle fonction. Mes objectifs de future présidente de l'ASDD seront d'assurer la continuité, de poursuivre le travail accompli par ma prédécesseuse, de continuer à faire progresser la reconnaissance de notre profession, ainsi que de développer et de renforcer la qualité de notre travail et de notre profession. Je veux une association professionnelle forte et qui soit perçue en tant que telle au niveau national et international. Nous devons incontestablement être reconnu-e-s comme LES spécialistes de notre domaine, aussi bien au niveau politique, dans le système de santé et auprès du public.

Il me tient à cœur, chères et chers membres de l'ASDD, d'être à l'écoute de vos besoins. La succession à la présidence a été bien préparée par Beatrice Conrad Frey et Karin Stuhlmann, et je me sens maintenant prête et très motivée pour assumer ce mandat important.

En votant pour moi lors de l'assemblée générale du 19 avril 2013, vous m'offrirez votre confiance et opterez pour la voie de la continuité au sein de l'ASDD!

Gabi Fontana

I tempi sono maturi...

Il 19 aprile 2013 mi ritirerò, dopo 16 anni di attività in seno al comitato direttivo. Per il mio ritiro mi sono sempre augurata che tutti i seggi del comitato fossero occupati e che venisse garantita una certa continuità.

Era per me importante anche poter lasciare ai miei successori un'associazione che potessi in coscienza definire funzionante. Un altro mio obiettivo era che, al momento del passaggio di consegne, vi fosse la minor perdita di know-how possibile.

Dati gli attuali membri del comitato direttivo e la competente direzione del segretariato generale, ritengo che i propositi citati sopra siano stati realizzati e guardo con fiducia all'imminente cambiamento all'interno del comitato direttivo.

Il nostro segretariato generale, sotto la direzione della dottoressa Karin Stuhlmann, negli ultimi anni ha potuto acquisire ampie conoscenze su tutta l'ASDD nella sua complessità. È nel nostro segretariato generale che convergono tutte le «fila». Karin Stuhlmann è e resta la nostra amministratrice: la continuità a livello del segretariato generale è garantita. Non mi preoccupo per un'eventuale perdita di know-how, dovuta ai cambiamenti personali all'interno del comitato direttivo, non da ultimo grazie anche al fatto che il segretariato generale è diretto davvero in modo encomiabile.

Raphèl Reinert, vicepresidente e responsabile della formazione per la Svizzera francese, resta a disposizione quale membro di

lunga data del comitato direttivo. Florine Riesen, responsabile della sezione Qualità, è un'altra collega della Svizzera romanda in forza alla squadra del comitato direttivo. Nella sezione Qualità, la signora Riesen lavora a stretto contatto con diversi membri esperti nel settore. Entrambi rappresentano un forte legame con la Romandia e sono estremamente preziosi per i contatti nella parte francofona della Svizzera.

Nella persona di Brigitte Christen, l'ASDD dispone di un membro del comitato direttivo esperto nell'ambito delle «prestazioni di servizio». Brigitte Christen è già stata attiva nel comitato direttivo anni fa ed è tornata alla sua sezione dopo aver fatto una pausa dal comitato. Allora il manuale pratico faceva parte dei compiti di Brigitte

Christen, oggi è lei a dirigere il progetto «Nutripoint», il successore del nostro manuale pratico.

Durante il suo primo anno di mandato, Anemarie Gluch ha potuto inserirsi bene nella sezione Tariffe e dispone di una Commissione tariffaria che si distingue per la presenza di diversi membri di lunga data. La signora Gluch è inoltre attiva nella Commissione tariffaria della Federazione svizzera delle associazioni professionali del settore della sanità (SVBG/FSAS) e ha buoni contatti con altre associazioni professionali che sono interessate a questioni tariffarie simili alle nostre. La FSAS dispone inoltre di uno specialista tariffario che affianca la Commissione tariffaria.

Barbara Richli si è già ambientata bene nel comitato direttivo e dirige la sezione Co-

municazione. Con la commissione di redazione al completo, Barbara Richli dispone di membri molto motivati che arricchiscono il nostro SVDE-ASDD Info con contenuti di attualità. In qualità di nuova direttrice del Gruppo regionale Ticino, garantisce anche uno stretto contatto con i membri di lingua italiana.

Adrian Müller si mette a disposizione come nuovo membro del comitato direttivo. Dispone di un'esperienza pluriennale nell'ambito della formazione ed è già membro della Commissione formazione dell'ASDD.

Negli ultimi anni, Gabi Fontana ha rivestito il ruolo di vicepresidente con maggiori responsabilità. Ha partecipato a riunioni con partner dell'industria e ha organizzato attivamente eventi dell'asso-

ciatione. Mi ha inoltre accompagnata a molte riunioni su vertenze politiche. Grazie al suo ruolo attivo nel settore della formazione ha potuto curare in modo particolare i contatti con le scuole universitarie professionali. In qualità di delegata dell'Associazione europea (EFAD) e della FSAS ha intessuto una rete di conoscenze internazionali e interprofessionali. Nei suoi otto anni di attività in seno al comitato direttivo, Gabi Fontana ha acquisito un'ampia visione d'insieme del lavoro del comitato. Sono particolarmente felice che si metta a disposizione come nuova presidentessa in occasione dell'assemblea generale 2013. Vi invito cordialmente all'assemblea generale 2013 e vi raccomando di eleggere Gabi Fontana nuova presidentessa dell'ASDD. Beatrice Conrad Frey

Gabi Fontana:

«Sono pronta e molto motivata ad assumere questo importante mandato»

Ho conosciuto l'associazione professionale già durante il periodo di formazione presso la scuola per dietiste/i dell'ospedale universitario di Zurigo (1991–1994). Mi avevo impressionato i compiti e le sfide di un'associazione professionale e già allora uno dei miei obiettivi era quello di dare un contributo attivo per la professione.

Dopo la conclusione della formazione ho approfondito le mie competenze professionali presso l'ospedale cantonale zughe. Nel 1996 ho fondato il mio studio. Quando nel 2005 si fu di nuovo liberato un seggio nel comitato dell'ASDD, dopo averne parlato con la famiglia, mi candidai per questo mandato. La conseguente elezione nel comitato e la presa in consegna del dicastero formazione hanno segnato l'inizio di un periodo appassionante. A quell'epoca ci fu la decisione di portare a livello universitario la formazione di base di dietista. E' stata una sfida, dare la possibilità di questo cambiamento, nell'interesse dei nostri membri. Altri compiti e mandati si aggiunsero durante il periodo di servizio. Nel 2007

ho preso il posto come vicepresidente dell'ASDD per la Svizzera tedesca. Da quel momento ho accompagnato regolarmente la presidente dell'ASDD, Beatrice Conrad Frey, a colloqui, riunioni e in caso di bisogno vigevo da supplente. Questo mi ha permesso di alzare ed allargare le mie conoscenze a proposito dei lavori nell'associazione professionale e di ampliare la mia rete di conoscenze nazionali ed internazionali.

Prima di decidermi per l'assunzione dello statuto di presidente dell'ASDD ho riflettuto a lungo. I compiti in qualità di presidente dell'ASDD mi sono ben noti dopo aver lavorato 8 anni in comitato e collaborato intensamente con Beatrice Conrad. In tutti questi anni la Signora Conrad è stata molto costruttiva e aperta; in questo modo mi sento ben preparata per il nuovo mandato. Mantenere la continuità, portare avanti il lavoro effettuato della mia predecessore, continuare a promuovere il riconoscimento della nostra professione, sviluppare e rafforzare ulteriormente la qualità del no-

stro lavoro e della nostra professione: questi sono i miei obiettivi come futura presi-

Gabi Fontana-Ippensohn

Deinikerstrasse 6°, CH-6340 Baar / ZG
12 aprile 1968 / 44
Sposata / 2 figli (1998, 2000)

Curriculum professionale:

1986–1989 formazione come infermiera pediatrica dipl. alla scuola infermieristica Liebfrauenhof, Zugo
1991–1994 formazione come dietista dipl. alla scuola per dietiste/i dell'ospedale universitario, Zurigo

Funzione professionale attuale:

- direttrice degli studi, formazione continua e servizio alla scuola superiore bernese ambito salute
- dietista indipendente con studio privato
- Membro comitato ASDD: dal 2005 responsabile del dicastero «formazione» della Svizzera tedesca, dal 2007 vicepresidente della Svizzera tedesca

dente dell'ASDD. Voglio un'associazione professionale forte, che viene percepita tale sia a livello nazionale che internazionale. Dovremmo essere riconosciuti/e come personale specializzato DIE – sia a livello politico, nel campo sanitario e presso l'opinione pubblica.

Cari membri dell'ASDD, le vostre esigenze mi sono care!

Beatrice Conrad Frey e la Dr.ssa Karin Stuhlmann mi hanno preparato bene all'assunzione della presidenza. Sono pronta e molto motivata ad assumere questo importante mandato.

In occasione dell'assemblea generale del 19 aprile 2013 col vostro voto per me mi dimostrereste fiducia e permettereste la continuità dell'ASDD.

Gabi Fontana

Steuergruppe NCP (Nutrition Care Process) / IDNT (Intern. Dietetics and Nutrition Terminology) zur Implementierung des IDNT in der Schweiz

Seit November 2011 besteht die Steuergruppe NCP/IDNT mit dem Ziel, eine Arbeitsweise, standardisierte Terminologie und Dokumentation zur Verbesserung der Effizienz und Qualität einzuführen. Entschieden wurde, mit einer phasenweisen Einführung und mit der Formulierung der Ernährungsdiagnose nach PAS-Statement (Problem, Ätiologie, Symptome) zu beginnen. Siehe dazu Artikel von A. Hodina im SVDE/ASDD Info 5/2012.

Für Mitglieder des SVDE besteht die Möglichkeit, die Vollversion des NCP/IDNT der American Academy of Nutrition and Dietetics in Englisch einzusehen. Die IDNT beinhaltet u.a. die Ernährungsdiagnosen und deren Formulierung.

Da die Implementierung des NCP/IDNT vom Vorstand beschlossen und auch von santésuisse als Qualitätsinstrument im Grundsatz gutgeheissen wurde, bietet dieser Link die Möglichkeit, sich mit den Be-

grifflichkeiten vertraut zu machen. Es ist geplant, die Ernährungsdiagnosen aus dem IDNT auf Deutsch, Französisch und Italienisch zu übersetzen und Weiterbildungen dazu anzubieten.

<http://www.adancp.com/index.cfm>

Groupe de pilotage PSN (processus de soins en nutrition) / TIDN pour la mise en œuvre de la TIDN (terminologie internationale de diététique et de nutrition) en Suisse

Le groupe de pilotage PSN/TIDN a été créé en novembre 2011 dans le but d'introduire des méthodes de travail, une terminologie et une documentation standardisées dans une optique d'amélioration de l'efficacité et de la qualité. La décision avait alors été prise de commencer par une introduction successive, avec la formulation du diagnostic nutritionnel selon la déclaration PES (problème, étiologie, symptômes). Prière de se reporter à ce sujet à l'article

d'A. Hodina paru dans SVDE ASDD Info 5/2012.

Les membres de l'ASDD peuvent consulter la version intégrale de la TIDN/du PSN publiée en anglais par l'American Academy of Nutrition and Dietetics. La TIDN renferme entre autres les diagnostics nutritionnels et leur formulation.

Comme la mise en œuvre de la TIDN/du PSN a été décidée par le comité, de même qu'adoptée sur le principe par santésuisse

en tant qu'instrument de qualité, le lien ci-dessus permet de se familiariser avec les termes utilisés. Il est prévu de faire traduire les diagnostics nutritionnels de la TIDN en allemand, en français et en italien et de proposer des formations continues correspondantes.

<http://www.adancp.com/index.cfm>

Gruppo di controllo NCP (Nutrition Care Process) / IDNT (International Dietetics and Nutrition Terminology) per l'implementazione dell'IDNT in Svizzera

Nel mese di novembre 2011 è stato creato un gruppo di controllo NCP/IDNT il cui obiettivo è quello di introdurre una metodologia di lavoro, una terminologia e della documentazione standardizzate volte a migliorare l'efficienza e la qualità. Si è deciso di iniziare con un'introduzione per fasi e con la formulazione della diagnosi nutrizionale secondo la dichiarazione PES (problema, eziologia, sintomi). Per maggiori informazioni invitiamo a leggere l'articolo

di A. Hodina nella «SVDE/ASDD Info», numero 5/2012.

I soci dell'ASDD hanno la possibilità di consultare la versione integrale (in lingua inglese) delle NCP/IDNT della American Academy of Nutrition and Dietetics. L'IDNT comprende fra l'altro le diagnosi nutrizionali e le rispettive formulazioni.

L'implementazione dell'NCP/IDNT è stata approvata dal Comitato e, in quanto strumento di qualità, accolta in linea di massi-

ma favorevolmente anche da santésuisse. Questo link offre la possibilità di prendere confidenza con i vari termini. Stiamo pianificando di tradurre le diagnosi nutrizionali dell'IDNT in tedesco, francese e italiano, e di offrire degli appositi corsi di aggiornamento.

<http://www.adancp.com/index.cfm>



Retraite: percevoir une rente ou un capital?

Tout au long de la vie active, un capital important s'accumule au sein de la caisse de retraite. Lorsque la retraite approche, c'est l'heure du choix: faut-il faire verser le capital ou le percevoir en tant que rente à vie? Quelle est la meilleure solution? Il n'existe pas de réponse universelle à cette question.

Cette décision se répercute non seulement sur le montant et la sécurité du revenu après le départ en retraite, mais aussi sur la flexibilité financière, la facture fiscale et la mise à l'abri du besoin des proches. Il est donc important de connaître les différences et de soupeser avec prudence les avantages et inconvénients pour trouver la solution qui correspond le mieux à la situation personnelle, en prenant en compte les aspects familiaux et patrimoniaux.

Remarque importante: celui qui opte pour la rente ne doit entreprendre aucune démarche. Si le capital est perçu, les caisses de retraite exigent par contre une annonce anticipée pouvant aller jusqu'à trois ans. Ceux qui vont partir en retraite doivent donc se renseigner suffisamment tôt sur le délai d'annonce qui s'applique pour leur

caisse de retraite afin de disposer de temps pour prendre une décision.

Conseil

Nous nous tenons volontiers à disposition pour des conseils sans engagement. Nous nous réjouissons que vous preniez contact!

Secrétariat Sermed

Bahnhofstrasse 7b
6210 Sursee
www.sermed.ch
info@sermed.ch
Téléphone 0848 848 810

	Percevoir une rente	Percevoir un capital
Sécurité du revenu	Revenu garanti à vie	Dépend de la stratégie de placement
Montant du revenu	Dépend du taux de conversion de la caisse de retraite	Dépend de la stratégie de placement
Flexibilité	Rente fixe par mois	Retrait de capital librement planifiable
Compensation du renchérissement	Dépend des possibilités financières de la caisse de retraite, en général pas de compensation totale du renchérissement	Compensation du renchérissement garantie en fonction du choix des placements en capital (par ex. par un produit des intérêts plus élevés)
Impôts	Rente à 100% imposable en tant que revenu	Taxation unique au moment où le capital (séparation avec le reste du revenu) est perçu, ensuite, capital imposable en tant que patrimoine et produit du capital imposable en tant que revenu
Conjoint survivant	Rente de veuvage: 60% de la rente de vieillesse du conjoint décédé ¹	En fonction de ce qui est planifié, possibilité de percevoir des revenus d'un montant inchangé ²
Autres survivants	Pas de rente aux enfants majeurs ayant terminé leur formation, en fonction de la caisse de retraite, rente possible pour le concubin	Avantages possibles, avec prise en compte du droit de succession

¹ Conformément à la loi, dispositions différentes possibles en fonction de la caisse de retraite

² Conditions: traitement le plus favorisé du conjoint, en rapport avec le droit de succession

SVDE lanciert Gründung einer Fachgruppe «Behinderung»

Am 15. November 2012 fand in Zürich ein Symposium des Schweizerischen Verbands dipl. Ernährungsberater/innen HF/FH (SVDE) statt. Im Zentrum stand der Mensch mit geistiger und Mehrfachbehinderung.

Jörg Wehr*

Wie alle Referentinnen und Referenten betonten, bestehen hoch komplexe Herausforderungen bei der Beratung dieser Patientengruppe. Gleichzeitig stellt sie eine bedeutende Zielgruppe der Ernährungsberatung dar, wie der Pflegefachmann René van Wier vom Schweizerischen Epilepsie-Zentrum in Zürich verdeutlichte. Er berichtete von einem epilepsiekranken, schwer mehrfachbehinderten Bewohner einer von ihm geleiteten Wohngruppe. Der Allgemeinzustand des jungen Manns verschlechterte sich plötzlich drastisch. Man erwartete seinen baldigen Tod und entschied sich für palliative Pflege. Doch mithilfe der Ernährungsberatung konnte der Zustand des jungen Mannes wieder stabilisiert werden.

Den Blick nicht trüben lassen

Auf typische Erkrankungsbilder bei Menschen mit Mehrfachbehinderung wies der Payerner Kinderarzt Dr. med. Peter Bähler hin. Studien zufolge werden häufig Schluckstörungen sowie rezidivierende Aspirationen beobachtet, chronische Obstipation, chronisch-rezidivierende Bronchitis und Pneumonie, gastro-oesophagealer Reflux mit Reflux-Oesophagitis, Unterernährung und Epilepsie. Anhand verschiedener Beispiele zeichnete Bähler die Komplexität individueller Behandlungsabläufe nach und betonte, dass man sich bei der Behandlung von Menschen mit einer Behinderung den Blick nicht durch das jeweilige Grundleiden trüben lassen dürfe. Genauere Abklärungen des Gesundheitszustandes seien insbesondere erforderlich, wenn Betreuungspersonen den Eindruck haben, der Patient leide, sei unruhig und habe Schmerzen, oder wenn bereits bekannte Probleme zunehmen. Dabei habe man insbesondere auf schleichende Ver-

schlechterungen des Allgemeinzustandes zu achten, auf eine Zunahme von Schreiepisoden oder der Spastizität, auf vermehrtes Schwitzen, akute Unruhezustände oder Gewichtsstagnation bei Kindern bzw. Gewichtsabnahme bei Erwachsenen. Im Falle derartiger Veränderungen sei es wichtig, eine allenfalls bekannte Obstipation effizient zu behandeln, auf gastro-oesophagealen Reflux zu untersuchen, die neurologischen Grundleiden adäquat zu behandeln, orthopädische Probleme unter Kontrolle zu bringen, die Ernährung und Kalorienzufuhr zu überprüfen und auf chronische Infekte abzuklären.

Spastik kostet Energie

Die Ernährungsberaterinnen Andrea Mathis, Alexandra Schlegel und Bernadette Schneider betonten die Wichtigkeit einer individuell angepassten Beobachtung und Behandlung. So vermindern Rollstuhlsitzen und Bettlägerigkeit den Energieverbrauch deutlich, während Spastik den Energiebedarf massiv steigert. Ihre «Take Home Message» lautete deshalb: «Bei der Arbeit mit geistig- oder mehrfachbehinderten Menschen kann man sich in der Regel nicht auf gewohnte Ernährungsempfehlungen abstützen. Vielmehr braucht es Mut zu unkonventionellen Lösungen, eine engmaschige Betreuung und die Beobachtung und Anpassung der Massnahmen.» Auch Dr. med. Martin Schubert vom Zürcher Zentrum für Paraplegie Balgrist machte in seinem Beitrag deutlich, wie Spastik den Stoffwechsel und den Energiebedarf betroffener Menschen heraufsetzt.

Besonderheiten im institutionellen Bereich

Zusammen mit vier Mitarbeitenden von Hotellerie und Wohngruppe reflektierte Bernadette Schneider die Entwicklung der

Ernährungssituation in der Stiftung Friedheim. Ihr Beitrag machte deutlich, dass die Ernährungsberatung von Menschen in Heimen ein grosses und noch weitgehend ungenutztes Betätigungsfeld darstellt, das in fachlicher wie organisatorischer Hinsicht besonderen Regeln unterliegt. Im Unterschied zur Beratung normal intelligenter Menschen wendet sich die Ernährungsberatung bei Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung weniger direkt an die Betroffenen als vielmehr an Angehörige und Betreuende. Dabei gilt es auch, gruppenspezifische Aspekte zu berücksichtigen. Beispielsweise kann das gemeinsame Essen mit anderen Bewohnerinnen und Bewohnern sowie den verschiedenen Betreuerinnen und Betreuerern mit ihren unterschiedlichen Haltungen und fachlichen Schwerpunkten zu Irritationen führen. Abrechnungstechnische Rahmenbedingungen müssen mit den Institutionen geklärt werden. Im Friedheim werden die Leistungen der Ernährungsberaterin nicht individuell über die Krankenkassen, sondern über das Gesamtbudget abgerechnet. Damit erhält die Arbeit einen ganz anderen Stellenwert, da nicht die Kostenfrage, sondern die Arbeit der Ernährungsberatung im Vordergrund steht.

Mund- und Zahnhygiene

Schliesslich erläuterte Dr. med. dent. Gabriella Kündig-Zwysig, Zahnärztin in Kreuzlingen, die gravierenden gesundheitlichen und sozialen Folgen einer mangelnden Zahnpflege. Weil viele Menschen mit einer geistigen oder Mehrfachbehinderung nicht zu einer ausreichenden Zahnpflege in der Lage sind und sich gegen die für sie unangenehmen und Angst machenden pflegerischen und medizinischen Massnahmen wehren, hat sie 2004 begonnen, ihre Untersuchungen und Behandlungen mit anderen Fachärzten zu koordinieren und gewisse Massnahmen nur noch in Zusammenarbeit mit einem Narkoseteam durchzuführen. So können unter Narkose und für die Betroffenen angstfrei zahnmedizinische und gegebenenfalls zusätzliche fachspezifische und allgemeinmedizinische

* dipl. Pflegefachmann HF, HFG und Theologe M.A.

sche Kontrollen und Eingriffe durchgeführt werden. Darüber hinaus arbeitet Kündig-Zwysig in einem von ihr betreuten Heim eng mit der dortigen Gesundheitsbeauftragten zusammen. Gemeinsam schulen sie die Betreuungsteams. Seither hat sich der Gesundheitszustand der Bewohnerinnen und Bewohner deutlich verbessert.

Die im Rahmen des Symposiums angekündigte Gründung einer Fachgruppe «Behinderung» im Rahmen des SVDE ASDD ist für das kommende Frühjahr geplant.

Der französische Text erscheint mit Ergänzungen im Info 2/2013.

KOMMISSION FÜR
BERUFSORIENTIERTE WEITERBILDUNGEN

Wir suchen DICH, um uns in der Kommission zu unterstützen und aktiv am Berufsgeschehen teilzunehmen.

Was du mitbringst:

- Freude am Organisieren und Koordinieren
- Selbständiges Arbeiten
- Interesse, die Verbandsmitglieder in der Fachkompetenz Ernährung, Berufspolitik oder Methodik mit professionellen Weiterbildungen zu unterstützen
- Du organisierst 1–2 Weiterbildungen im Jahr

Was du bekommst:

- Spesenentschädigung nach Verbandsreglement
- bezahlte Weiterbildungen
- gute Einführung und Begleitung
- Kollegialität und spannenden Austausch
- viel Kontakt mit interessanten ReferentInnen

Interessiert?

Caroline Hofmann gibt gern weitere Informationen unter Telefon 079 290 13 43 oder info@lifestyle-ernaehrung.ch

Ich freue mich über eure Anfragen.



Psychopathologie: tour d'horizon des principaux troubles mentaux

Intervenants

Médecins-psychiatres (noms à préciser)

Descriptif du cours

Cette journée abordera la problématique des troubles psychiques chez l'adulte, sous l'angle de la symptomatologie clinique et du diagnostic. Les troubles mentaux de l'enfant seront également cités plus brièvement. Mieux connaître les principaux troubles psychiques pour permettre aux professionnel-le-s de la nutrition de:

- adapter la prise en charge diététique du patient
- optimiser leur rôle dans le réseau de soins
- contribuer au dépistage de troubles psychiques et à l'orientation de patients vers un suivi psychiatrique

Les troubles psychiques, présentés au cours de cette journée, à partir de la classification du DSM-IV et de la CIM-10, seront:

- troubles de l'humeur, troubles anxieux, schizophrénie et autres troubles psychotiques, troubles de la personnalité, troubles du sommeil, troubles sexuels et de l'identité sexuelle, troubles du contrôle des impulsions, de l'adaptation, troubles liés à une substance, troubles somatoformes, factices, dissociatifs, délirium, démence, trouble amnésiques et autres troubles cognitifs

Date: Le jeudi 14 mars 2013 à Lausanne

Prix: Membre ASDD: CHF 150.–
Non-membre: CHF 270.–

Délai d'inscription: 7 mars 2013



Textures modifiées: pour qui, pourquoi et comment?

Présentation du sujet/Introduction

La modification des textures est fréquente en milieu de soins et nécessite un savoir faire pour permettre au patient d'apprécier son repas et de couvrir ses besoins. Ensemble, la-le diététicien-ne et le-la cuisinier-ère en diététique doivent faire face à ce défi quotidien.

Objectifs de la formation

Cette formation a pour objectif de renforcer les connaissances théoriques dans le domaine des textures modifiées et des enrichissements et de permettre les échanges d'expertise et d'expérience autour d'un atelier de cuisine en utilisant de nouvelles approches.

L'inscription à cette formation a lieu par binôme (diététicien-ne et cuisinier-ère en diététique).

Programme

Matinée: Apports théoriques

Midi: Repas d'inspiration «textures modifiées»

Après-midi: Mise en pratique

Date et horaires: Mardi 7 mai 2013, 9 h 00–17 h 00

Lieu: Lausanne

Intervenant-e-s: Médecin dentiste, Logopédiste, Diététicien-ne-s diplômé-e-s,

Gabriel Serero, chef cuisinier et créateur de Conte-Goûts

Public-cible: Diététicien-ne-s diplômé-e-s, Cuisinier-ère-s en diététique

Nombre de participants: Min. 12/max. 16

Prix:

Membre ASDD CHF 190.– (y compris le repas de midi et les aliments en lien avec la préparation culinaire adaptée)
Non-membre ASDD CHF 220.– (y compris le repas de midi et les aliments en lien avec la préparation culinaire adaptée)

Délai d'inscription: Vendredi 15 mars 2013

Voici le lien pour les inscriptions en ligne:

http://www.heds-ge.ch/portail/welcome.nsf/pages/inscription_fc_scf



GRUNDKURS:

Gesundheitsziele mit Motivation und Willenskraft versehen / ZRM-Modell

Kennen Sie das? Kompetent beraten und begleiten Sie Menschen in Gesundheitsfragen. Es kommt aber immer wieder vor, dass KlientInnen vom Verstand her zwar sehr genau wissen, was sie tun *müssten*, um ihre Ziele zu erreichen, es aber dennoch nicht tun.

Neue Erkenntnisse der Hirnforschung werfen Licht auf dieses Phänomen: Es ist unser Unbewusstes, das uns an der Umsetzung unserer Absichten hindern kann. Eine nachhaltige Lebensumstellung kann *niemals* auf gesunde und bereichernde Art vollzogen werden, ohne das Unbewusste und die Gefühle mit ins Boot zu nehmen. Sind bewusste Ziele mit unbewussten Bedürfnissen erst einmal in Einklang gebracht, geht der Rest fast von alleine.

Im Seminar lernen Sie, wie Sie Ihre Klienten zu einem nachhaltig wirksamen und motivierenden Ziel coachen können.

Datum: 23. April 2013

Ort: Zürich



Methodenkompetenz in der Ernährungsberatung für Neu- und WiedereinsteigerInnen

Frisch (wieder) in der Beratung tätig? Die Erstberatung gelingt Ihnen bestens, für die Folgeberatungen wären Sie froh um weiterführende Tipps, Tricks und Methoden?

Mit einem vielseitigen Methodeneinsatz erleichtern Sie Ihrem Klienten den Erwerb von Fachwissen und die vertiefte Auseinandersetzung mit seinem Essverhalten. Sie lassen ihn dadurch neugierig werden, Sie bringen ihn zum Staunen. So kann er sich für Neues öffnen und findet den Mut, neue Wege zu erproben und beizubehalten.

Lernen Sie an dieser Tagung Methoden und deren Hintergründe für Ihre eigene Beratungsstruktur wie für den direkten Kontakt mit Ihrem Klienten kennen. Der Schwerpunkt liegt bei den Folgeberatungen und beim selber Ausprobieren. Tauschen Sie sich aus, erhalten

Sie Feedback über Ihre Wirkung, damit Sie mit neuen Ideen in Ihren Beratungsalntag zurückkehren können.

Datum: 26. April 2013
Ort: Zürich

**Vertiefungsseminar
Gesundheitsziele mit Willenskraft
und Motivation ausstatten: damit
Mottoziele noch mehr greifen**



In diesem Vertiefungsseminar haben Sie die Gelegenheit, unter Supervision Fälle aus Ihrer Beratungspraxis zu besprechen. Damit die Umsetzungswahrscheinlichkeit der Gesundheitsziele noch weiter erhöht wird, werden wir zusätzliche Techniken aus dem ZMR-Werkzeugkasten anschauen und ausprobieren.

Themen:

- Fallbesprechung unter Supervision
- Umsetzungswahrscheinlichkeit erhöhen mit Embodiment, Priming und Wenn-Dann-Plänen

Bedingung:

Grundkurs «Gesundheitsziele mit Motivation und Willenskraft» muss absolviert sein.

Datum: 25. Juni 2013
Ort: Zürich

Nephro – Update



Sind Sie Neu- oder WiedereinsteigerIn im Fachgebiet Nephrologie? Oder sind Sie in Ihrem Berufsalltag immer wieder einmal mit nephrologischen Krankheitsbildern konfrontiert und möchten Ihr Fachwissen aktualisieren? Sie erhalten einen Überblick über die neusten Kenntnisse in der Therapie und Betreuung von Nieren-, Dialyse- und Nierensteinpatienten. Dabei werden die Themen Labor, Medikamente, Malnutrition, Ernährungsempfehlungen, Guidelines u.a. genauer betrachtet. Verschiedene Fallbeispiele und Möglichkeiten zum Austausch schaffen den Praxistransfer. Die Weiterbildung wird in Zusammenarbeit mit der Fachgruppe Nephrologie Deutschschweiz gestaltet.

Datum: 25. Juni 2013
Ort: Winterthur

**Methodenkompetenz
in der Ernährungsberatung erweitern**



Effizienz und Effektivität sind allgegenwärtige Qualitätsmerkmale im Beratungsalntag. Dazu gibt es eine Vielzahl von nützlichen Methoden und Techniken. Ihre Methodenkompetenz soll Ihre Fachkompetenz wirkungsvoll unterstützen und verstärken. So, dass Ihr Klient nicht einfach ETWAS weiss, sondern genau das Passende in seiner Situation mitnimmt. Die Klaviatur

Ihrer Methoden zu erweitern und einzuüben, ist das Ziel dieses Seminars. So finden Sie neue Zugangskanäle zu Ihren Klienten und Ihre Beratungsarbeit bleibt für Sie spannend und lebendig.

Datum: 4. September 2013
Ort: Zürich

**Souverän handeln
unter Druck
SELBSTMANAGEMENT MIT DEM
ZÜRCHER RESSOURCENMODELL (ZRM)**



Kennen Sie das? Eigentlich beraten und begleiten Sie kompetent und mit Freude Menschen mit gesundheitlichen Herausforderungen. Doch es gibt Momente, wo Sie gestresster reagieren, als Ihnen lieb ist, und Sie nicht so handeln, wie Sie es sich vorgenommen haben. In diesem Seminar erhalten Sie hilfreiche Instrumente, damit Sie auch in beruflichen und privaten Stresssituationen souverän handeln können und dadurch Ihre innere Zufriedenheit und Ruhe vermehren.

Ziele:

- Nachhaltige Erweiterung der Handlungsspielräume in emotionalen und zeitlichen Drucksituationen (z.B. Umgang mit Frustration, Mehrfachbelastung, Zeitdruck)
- Stressimpfungstraining
- Gewinn an Selbstsicherheit, Lebensfreude, Stressresistenz, Leistungsfähigkeit

Inhalt Grundkurs:

- Reflexion eigener Verhaltens- und Reaktionsweisen in beruflichen Stresssituationen
- Entwicklung neuer Handlungsmuster, die auch unter Druck optimal abgerufen und angewendet werden können
- Automatismen stoppen und situativ kompetent handeln
- Vorbereitung für die Umsetzung im Berufsalltag

Datum: 29. + 30. Oktober 2013
Ort: Zürich

GROSSES SYMPOSIUM ZUM THEMA



**Der alte Mensch im Alters- und
Pfleheim im Zentrum**

Physiologische, psychische und pathologische Veränderungen stellen an die ganze Spannweite der Verpflegung (Nährstoff-Zusammensetzung, Konsistenz, Verarbeitungsform, Essensrhythmus und -zeiten etc.) ganz spezifische Anforderungen. Krankheitsbilder wie Demenz, palliative Situationen oder Essverweigerung stellen Pflege und Therapie täglich vor neue Problemstellungen. Für kompetente und bewohnergerechte Ernährungslösungen ist die Fachunterstützung der Betriebe durch ErnährungsberaterInnen dringend nötig. Die Tagung befasst sich mit ernährungstherapeutischen und ethischen Themen, gibt Beispiele für die Zusammenarbeit mit Betrieben und zeigt Wege zur angepassten Interaktion mit Dementen. Es ist dringend nötig, das Thema zu einem Fachthema zu machen, in welchem wir ErnährungsberaterInnen ganz klar aktiv involviert sind.

Datum: 14. November 2013
Ort: Zürich

**Die SMP-Tagung folgt in separater
Ausschreibung**

A N M E L D U N G . . .

für die folgenden Weiterbildungen:

- Gesundheitsziele mit Motivation und Willenskraft versehen / ZRM-Modell
- Methodenkompetenz in der Ernährungsberatung für Neu- und WiedereinsteigerInnen
- Methodenkompetenz in der Ernährungsberatung erweitern
- Nephro-Update
- Souverän handeln unter Druck
- Der alte Mensch im Alters- und Pflegeheim im Zentrum
- Vertiefungsseminar Gesundheitsziele mit Willenskraft und Motivation ausstatten: damit Mottoziele noch mehr greifen

bitte ausfüllen: Grundkurs ZRM wurde am _____ besucht.

Vollständig ausgefüllt an:
SVDE ASDD

Geschäftsstelle,
Altenbergstrasse 29
Postfach 686
3000 Bern 8
Fax 031 313 88 99

> Name: _____ > Vorname: _____

> Adresse G: _____ > Telefon G: _____

> Adresse P: _____ > Telefon P: _____

> E-Mail: _____

> Mitglied SVDE: CHF > Nichtmitglied: CHF

> Datum: _____ > Unterschrift: _____

NEU
NOUVEAU

Fortimel Compact Protein

Weniger Volumen. Mehr Protein.

Moins de volume. Plus de Protéines.

Kleine Flasche mit 125 ml

- Höchste Energiedichte (2,4 kcal/ml)
- Höchste Proteindichte (1,44 g/ml)

Petit flacon 125 ml

- Densité d'Énergie maximale (2,4 kcal/ml)
- Densité de Protéines maximale (1,44 g/ml)



36 g Protein/Protéines
600 kcal Energie

Agenda

Datum	Ort	Veranstaltung	Auskunft	SVDE-Punkte
04.03.2013–24.04.2013	Genève	Haute école de santé – Genève, Filière nutrition et diététique Conduite de projets (GDPM – Goal Directed Project Management)	www.svde-asdd.ch	6
07.03.2013	Zürich	Profiline-Frühjahrsweiterbildung Mentales Training	–	1
07.03.2013–26.03.2013	Genève	Haute école de santé – Genève, Filière nutrition et diététique Ethique, déontologie et droits des patients – questionnements et positionnement professionnel	www.svde-asdd.ch	3
08.03.2013	Winterthur	GESKES Ernährung auf der Intensivstation, Grundmodul 20	www.svde-asdd.ch	2
09.03.2013	Lugano	Hooray Group SA – Simposio Donna Salute	www.svde-asdd.ch	1
09.03.2013–01.11.2013	Zürich	Max Schlorff Ego-State-Therapie ACHTUNG: 2. Kurstag: Samstag, 1. Juni 2013	www.schlorff.ch	4
09.03.2013	Zürich	Schule für angewandte Naturheilkunde Ernährung und Bewegungsapparat – Ernährungsheilkundliche Ansätze	www.nhk.ch	2
13.03.2013	Zürich	Schule für angewandte Naturheilkunde 5. TEN-Symposium – Happy Aging – Anregungen zum glücklichen Altern	www.svde-asdd.ch	2
14.03.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Der ernährungspsychologische Ansatz in der Beratung mit Kindern und Jugendlichen	–	2
14.03.2013	Bern	Profiline-Frühjahrsweiterbildung Mentales Training	–	1
14.03.2013	Lausanne	Haute école de santé – Genève, Filière nutrition et diététique Psychopathologie: Tour d’horizon des principaux troubles mentaux	www.svde-asdd.ch	2
20.03.2013–22.03.2013	Bonn	Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. 50. Wissenschaftlicher Kongress – Unter Beobachtung: Ernährungsforschung mit der Bevölkerung	www.dge.de	–
21.03.2013	Genève	SSNC – 25^{ème} Journée de nutrition clinique et diétothérapie	www.svde-asdd.ch	2
25.03.2013	Zürich	Schule für angewandte Naturheilkunde Fünf-Elemente-Ernährung – Praxistag mit Kochen ACHTUNG: 2. Kurstag: 8. April 2013	www.nhk.ch	2
05.04.2013–06.04.2013	Freudenstadt	Kluthe-Stiftung Ernährung und Gesundheit e.V. Dialogorientierte Ernährungsberatung – Pädagogische Weiterqualifizierung für Ernährungsberatung und -therapie	www.svde-asdd.ch	4
18.04.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Fundiertes Fachwissen rund um Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen	–	2
19.04.2013	Oltén	SVDE ASDD 71. ordentliche Generalversammlung SVDE 71^{ème} Assemblée générale ordinaire ASDD	–	
23.04.2013	Zürich	SVDE ASDD Grundkurs: Gesundheitsziele mit Motivation und Willenskraft versehen	www.svde-asdd.ch	2
26.04.2013	Zürich	SVDE ASDD Grundkurs: Methodenkompetenz in der Ernährungsberatung für Neu- und WiedereinsteigerInnen	www.svde-asdd.ch	2
02.05.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Durch Achtsamkeit und Körperwahrnehmung innere Flexibilität und Handlungsspielraum entdecken	–	2
07.05.2013	Lausanne	Haute école de santé – Genève, Filière nutrition et diététique Textures modifiées et enrichissement: Comment garder du plaisir?	www.svde-asdd.ch	2
17.05.2013–18.05.2013	Freudenstadt	Kluthe-Stiftung Gesundheit und Ernährung e.V. Laborwerte einfach und sicher interpretieren	www.svde-asdd.ch	3
20.05.2013–21.05.2013	Reus/Spanien	World Forum for Nutrition Research Conference Mediterranean Foods on Health and Disease	www.worldnutrition2013.com	–
23.05.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Die Ernährungsberatung bei Anorexie und Bulimie	–	2

Datum	Ort	Veranstaltung	Auskunft	SVDE-Punkte
31.05.2013–01.06.2013	Bern	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Resilienz und andere Ressourcen aktivieren	–	4
31.05.2013	Zürich	Beratungssektion der Schweizerischen Diabetes-Gesellschaft Jahrestagung Beratungssektion 2013 – Neues aus der Diabetesforschung	www.diabetesgesellschaft.ch	1
06.06.2013–08.06.2013	Zürich	AKE, DGEM, GESKES Ernährung 2013 – Nutrition 2013 Dreiländertagung	www.svde-asdd.ch	–
13.06.2013–01.11.2013	Zürich	Schule für angewandte Naturheilkunde Getreide ernährungsheilkundlich betrachtet	www.nhk.ch	2
14.06.2013–15.06.2013	Luzern	Verein für Unabhängige Gesundheitsberatung – Schweiz UGB-Tagung	–	2
18.06.2013–01.11.2013	Zürich	Schule für angewandte Naturheilkunde Gemüse und Obst ernährungsheilkundlich betrachtet	www.nhk.ch	2
20.06.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Motivation in der Ernährungsberatung	–	2
25.06.2013	Zürich	SVDE ASDD – Nephro-Update	www.svde-asdd.ch	2
25.06.2013	Zürich	SVDE ASDD Vertiefungskurs: Gesundheitsziele mit Willenskraft und Motivation ausstatten: damit Mottoziele noch mehr greifen	www.svde-asdd.ch	2
28.06.2013–29.06.2013	Bern	aha! Allergiezentrum Schweiz Grundkurs Zöliakie	www.aha.ch	4
06.07.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Recall-Change – Veränderungsarbeit in der Körperzentrierten Psychotherapie oder «Gefühle sind die Wächter der Erinnerung»	–	2
30.08.2013–31.08.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Provozieren – aber richtig!	–	4
04.09.2013	Zürich	SVDE ASDD Vertiefungskurs: Methodenkompetenz in der Ernährungsberatung vertiefen	www.svde-asdd.ch	2
05.09.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Update Ernährungsempfehlungen	–	2
19.09.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Einführung in die Ego-State-Therapie	–	2
24.09.2013	St. Gallen	Schule für angewandte Naturheilkunde Allergien, Unverträglichkeiten und Ernährung – Ernährungsheilkundliche Ansätze	www.nhk.ch	2
26.09.2013–30.09.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Stress und Übergewicht – nicht nur Zufall Umgang mit Stress in der Ernährungs-Psychologischen Beratung IKP	–	2
24.10.2013–27.07.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Anwendung des HAPA-Modells in der Ernährungsberatung	–	2
27.10.2013	Zürich	IKP – Ausbildungsinstitut für Ganzheitliche Therapien Demenz – eine tickende Zeitbombe: das Hirn spielt verrückt!	–	2
29.10.2013–30.10.2013	Zürich	SVDE ASDD Selbstmanagement mit dem Zürcher Ressourcenmodell (ZRM) Souverän Handeln unter Druck	www.svde-asdd.ch	4
30.10.2013–02.11.2013	Stels im Prättigau	Max Schlorff Lösungsorientiertes Beraten; Grundkurs (Fexer-Kurs)	www.schlorff.ch	6
14.11.2013	Zürich	SVDE ASDD Der alte Mensch im Alters- und Pflegeheim im Zentrum	www.svde-asdd.ch	2
15.11.2013–16.11.2013	Freudenstadt	Kluthe-Stiftung Ernährung und Gesundheit e.V. Statistik – aber richtig!	www.svde-asdd.ch	3
17.11.2013–20.11.2013	Davos	Global Risk Forum GRF Davos 2nd GRF One Health Summit 2013	www.onehealth.grforum.org	–
21.11.2013	Bern	Profiline-Herbstweiterbildung – Mentales Training	–	1
28.11.2013	Zürich	Profiline-Herbstweiterbildung – Mentales Training	–	1



SmofKabiven®
THE MIX FOR LIFE

NEU im Sortiment

NOUVEAU dans l'assortiment

SmofKabiven® EF (elektrolytfrei/sans électrolytes)

Neu in den Beutelgrößen 986 ml, 1477 ml und 1970 ml

Nouveau, disponible dans les tailles 896 ml, 1477 ml et 1970 ml

SmofKabiven® 493 ml

Ab März 2013 / Dès mars 2013

Die ideale Beutelgröße für die kombinierte klinische Ernährung.

La taille de poche idéale pour la nutrition combinée.



SmofKabiven®

Z Alanin, Arginin, Glycin, Histidin, Isoleucin, Leucin, Lysin, Methionin, Phenylalanin, Prolin, Serin, Taurin, Threonin, Tryptophan, Tyrosin, Valin, Calciumchlorid, Natriumglycerophosphat, Magnesiumsulfat, Kaliumchlorid, Natriumacetat, Zinksulfat, Glucose, raffiniertes Sojaöl, mittelkettige Triglyceride, raffiniertes Olivenöl, Fischöl. **I** Zur parenteralen Ernährung bei erwachsenen Patienten. **D** Abhängig von klinischem Zustand, Bedürfnissen und Körpergewicht. Maximaldosierung 35 ml pro kg KG und Tag, zur zentralvenösen Applikation. **KI** Überempfindlichkeit gegen Fisch-, Ei-, Soja- oder Erdnussprotein oder gegen einen anderen Wirk- oder Hilfsstoff. Schwere Hyperlipidämie, schwere Leberinsuffizienz, schwere Blutgerinnungsstörungen, angeborene Aminosäurestoffwechselstörungen, schwere Niereninsuffizienz ohne Möglichkeiten zur Hämofiltration oder Dialyse, akuter Schock, unkontrollierte Hyperglykämie, pathologisch erhöhter Serumspiegel eines der enthaltenen Elektrolyte. **VM** Vorsicht bei eingeschränktem Fettstoffwechsel, Störungen des Elektrolyt- und Flüssigkeitshaushaltes, Niereninsuffizienz, Lactatazidose, unzureichender zellulärer Sauerstoffversorgung, erhöhter Serumosmolarität, Elektrolytretention. **IA** Insulin, Heparin, Cumarinderivate **UAW** Leichter Anstieg der Körpertemperatur. **P** Dreikammerbeutel 493 ml, 986 ml, 1477 ml, 1970 ml. Verkaufskategorie B. Ausführliche Angaben siehe Arzneimittel-Kompodium der Schweiz

SmofKabiven® EF

Z Alanin, Arginin, Glycin, Histidin, Isoleucin, Leucin, Lysin, Methionin, Phenylalanin, Prolin, Serin, Taurin, Threonin, Tryptophan, Tyrosin, Valin, Glucose, raffiniertes Sojaöl, mittelkettige Triglyceride, raffiniertes Olivenöl, Fischöl. **I** Zur parenteralen Ernährung bei erwachsenen Patienten. **D** Abhängig von klinischem Zustand, Bedürfnissen und Körpergewicht. Maximaldosierung 35 ml pro kg KG und Tag, zur zentralvenösen Applikation. **KI** Überempfindlichkeit gegen Fisch-, Ei-, Soja- oder Erdnussprotein oder gegen einen anderen Wirk- oder Hilfsstoff. Schwere Hyperlipidämie, schwere Leberinsuffizienz, schwere Blutgerinnungsstörungen, angeborene Aminosäurestoffwechselstörungen, schwere Niereninsuffizienz ohne Möglichkeiten zur Hämofiltration oder Dialyse, akuter Schock, unkontrollierte Hyperglykämie. **VM** Vorsicht bei eingeschränktem Fettstoffwechsel, Störungen des Flüssigkeitshaushaltes, Niereninsuffizienz, Lactatazidose, unzureichender zellulärer Sauerstoffversorgung, erhöhter Serumosmolarität. **IA** Insulin, Heparin, Cumarinderivate **UAW** Leichter Anstieg der Körpertemperatur. **P** Dreikammerbeutel 986 ml, 1477 ml, 1970 ml. Verkaufskategorie B. Ausführliche Angaben siehe Arzneimittel-Kompodium der Schweiz.



**FRESENIUS
KABI**

caring for life

InfoLine 0800 800 877

InfoMail@fresenius-kabi.com

Fresenius Kabi (Schweiz) AG
Aawasserstrasse 2
6370 Oberdorf
Telefon 041 619 50 50
Telefax 041 619 50 80
www.fresenius.ch