

2023



**Fort- und Weiterbildungen
für Küchenfachkräfte in Göttingen**

Weiterbildung „Diätetisch geschulte Köch*innen/Fachkräfte DGE“

Die erfolgreiche Teilnahme an dieser Weiterbildung eröffnet Ihnen gute Perspektiven für eine Arbeitsaufnahme in der Diätküche eines Krankenhauses oder Alten-/ Pflegeheims. Aber auch in anderen Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung, z. B. in Kantinen oder in der Schulverpflegung, werden *Diätetisch geschulte Köch*innen/Fachkräfte DGE* gesucht, um eine gesunde Ernährung zu gewährleisten und bei Bedarf die speziellen Anforderungen und Wünsche der Gäste und Kund*innen erfüllen zu können.

Der Lehrgang ist so konzipiert, dass Sie dazu in die Lage versetzt werden, selbständig eine gesunde Alltagsverpflegung oder Menüs für vorgegebene diätetische Kostformen zu entwickeln, zu berechnen und praktisch umzusetzen. Dies kann z.B. in Senioreneinrichtungen, Kitas und Schulen oder Kantinen erforderlich sein, in denen nicht jederzeit ein*e Diätassistent*in zur Seite stehen kann.

Auch Gastronomiebetriebe erkennen zunehmend, dass die Kenntnis der Grundlagen einer gesunden Ernährung ein großes Plus und das Angebot diätetisch korrekter Speisen eine Bereicherung ihres Angebots darstellt, um neue Kundenkreise zu erschließen, so dass auch hier eine Berufsperspektive für Sie liegen kann.

Fördermöglichkeiten

Sowohl die Teilnahme von Arbeitslosen als auch von Beschäftigten kann aus öffentlichen Mitteln gefördert werden.

Arbeitslose wenden sich bitte dazu an die Bundesagentur für Arbeit bzw. das zuständige Jobcenter. Arbeitgeber von Betrieben aller Betriebsgrößen können für ihre Mitarbeiter einen Förderantrag beim Arbeitgeberservice der Bundesagentur für Arbeit stellen, um im Rahmen des Qualifizierungschancengesetzes gefördert zu werden.

Veranstaltung	Termin jeweils von 08:30 bis 16:00 Uhr	Dozent*innen
Lehrgang Diätetisch geschulte Köch*innen/Fachkräfte DGE	16.01.2023 bis 17.03.2023 (an den Tagen mit praktischem Unter- richt bis 20:30 Uhr)	Johannes Bayer Susanne Wagner Jana Boos Markus Hardegen Moritz Sorge Tino Werner

Weitere Informationen zu dieser Weiterbildung finden Sie auf Seite 4!

Fortbildungen für „Diätetisch geschulte Köch*innen/Fachkräfte DGE“ und andere Interessierte

Das Qualitätssicherungssystem der Deutschen Gesellschaft für Ernährung sieht vor, dass *Diätetisch geschulte Köch*innen/Fachkräfte DGE* kontinuierlich an Weiterbildungen teilnehmen müssen, um den einmal erworbenen Abschluss abzusichern. Drei Tage Weiterbildung innerhalb von drei Jahren sind dazu erforderlich (bewertet mit 24 Punkten DGE).

Unsere 3-tägigen Fortbildungen vertiefen, erweitern und aktualisieren das in dem 2-monatigen Lehrgang „Diätetisch geschulte Köch*innen/Fachkräfte DGE“ erworbene Wissen. Diese Lehrgänge stehen auch anderen Interessierten offen, die grundlegendes diätetisches Wissen mitbringen.

Die Bildungsvereinigung Arbeit und Leben Niedersachsen Süd gGmbH bietet für das Jahr 2023 folgende Vertiefungsseminare in Göttingen an:

Veranstaltung	Termin jeweils von 09:00 bis 16:00 Uhr	Dozent*innen
Pflichtschulung: Ernährung und Verpflegung von Kindern und Jugendlichen in Kitas und Schulen	25.04.2023 bis 27.04.2023	Johannes Bayer Susanne Wagner Tino Werner
Pflichtschulung: Vegetarische und vegane Ernährung	26.09.2023 bis 28.09.2023	Johannes Bayer Jana Boos Dominik Martini
Auffrischkurs mit Zusatzschwerpunkt Nahrungsmittelunverträglichkeiten	28.11.2023 bis 30.11.2023	Johannes Bayer Susanne Wagner Tino Werner

Weitere Informationen zu diesen Fortbildungen finden Sie auf den Seiten 5 - 7!

Lehrgang: Diätetisch geschulte Köch*innen/Fachkräfte DGE

Lehrgangsziel

Sie lernen in diesem Lehrgang viel über den Zusammenhang von Ursachen und Wirkungen von Krankheiten und sinnvoller Ernährung kennen. Sie sollen die Bedeutung unterschiedlicher Kostformen erkennen und lernen es, geeignete Speisepläne zu erstellen und daran anschließend die entsprechenden Menüs zu kochen.

Zielgruppe und Abschluss

- Köch*innen mit abgeschlossener Berufsausbildung. Sie erhalten nach erfolgreicher Absolvierung des Lehrgangs den Titel „Diätetisch geschulter Koch/DGE“ bzw. „Diätetisch geschulte Köchin/DGE“
- Personen mit zum Koch artverwandten Berufen z. B. Bäcker, Konditor, Metzger oder Hauswirtschafter. Sie erhalten nach erfolgreicher Absolvierung des Lehrgangs den Titel „Diätetisch geschulte Fachkraft/DGE“.

Umfang und Inhalte des Lehrgangs

Der Standardlehrplan umfasst 244 Unterrichtsstunden in folgenden Fächern:

- Grundlagen der Ernährungslehre, Anatomie, Physiologie, Biochemie, Krankheitslehre, Pathophysiologie, Diätetik, Lebensmittelkunde, Hygiene
- Fachpraktischer Unterricht

Lern- und Erfolgskontrollen

Die Prüfungen erfolgen in schriftlicher, mündlicher und praktischer Form.

Montag, 16.01.2023 bis Freitag, 17.03.2023
jeweils von 08:30 bis 16:00 Uhr

Achtung: an den 10 Tagen mit Praxisunterricht endet der Unterricht erst um 20:30 Uhr.

Inhalte:

- Gesunde Ernährung nach den Empfehlungen (10 Regeln) der DGE
- Vermittlung eines medizinischen Grundverständnisses für diätetisch behandelte Erkrankungen
- Ableitung geeigneter Kostformen für diese Erkrankungen - unter Berücksichtigung der 10 Regeln für gesunde Ernährung
- Erstellung und Berechnung von Tagesplänen und Menüs
- Zubereitung von Menüs für verschiedene Kostformen in der Lehrküche
- Erläuterung und Begründung für das Vorgehen bei den erstellten Menüs

Dauer: 244 Unterrichtsstunden
(Vollzeit)

Dozenten:

JOHANNES BAYER: ARZT
JANA BOOS, SUSANNE WAGNER:
DIÄTASSISTENTINNEN
MARKUS HARDEGEN, MORITZ SORGE,
TINO WERNER :
DIÄTETISCH GESCHULTE KÖCHE (DGE),
FACHPRAXISANLEITER

Kosten: 1.981,28 EUR pro TN
(förderfähig mit Bildungsgutschein)

Pflichtschulung: Ernährung und Verpflegung von Kindern und Jugendlichen in Kitas und Schulen

Was Kinder und Jugendliche essen, prägt sie für ihr weiteres Leben. Daher ist es wichtig, dass sie ein gesundes Essverhalten bereits frühzeitig lernen.

Viele Kinder und Jugendliche nehmen in Kitas und Schulen wenigstens eine Mahlzeit zu sich, umso mehr rückt die Verantwortung des Verpflegungspersonals, hinsichtlich ihrer Ernährungskompetenz, in den Focus.

Häufig wird die Verpflegung von Kindern und Jugendlichen von Küchen in Senioreneinrichtungen und Kantinen geleistet, deren Kerngeschäft die Verköstigung von Erwachsenen ist und somit einen anderen ernährungsphysiologischen Schwerpunkt hat.

Die DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Kitas und Schulen geben hier die richtige Richtung vor. Sie sind die Leitlinie, nach der das Personal in der Verpflegung dieser Einrichtungen handeln muss. Wie dieser Standard umgesetzt wird, wollen wir den Teilnehmer*innen gern in einem 3-tägigen Seminar näherbringen.

Zielgruppe

sind Mitarbeiter*innen in:

- Küchen von Senioreneinrichtungen, die Kitas/Schulen beliefern
- Küchen von Krankenhäusern
- Küchen von Rehakliniken
- Kantinen
- Caterer
- Kindertagesstätten
- Schulen

Inhalte:

- Wo unterscheidet sich der Nährstoffbedarf bei Kindern und Jugendlichen von Erwachsenen
- Welche Nahrungsmittelgruppen stehen somit im Focus der Ernährung von Kindern und Jugendlichen
- Lebensmittelgruppen, die in einer gesunden Ernährung von Kindern und Jugendlichen problematisch sind
- Umgang von Anforderungen an eine gesunde Ernährung im Zusammenhang mit Erwartungen und Gewohnheiten von Kindern, Eltern und Betreuungspersonal
- Praxisteil

Dauer: 24 Unterrichtsstunden

(bewertet mit 24 Punkten DGE)

Dozent*innen:

JOHANNES BAYER: ARZT

SUSANNE WAGNER: DIÄTASSISTENTIN

TINO WERNER: DIÄTETISCH GESCHULTER KOCH
(DGE)

Kosten: 300,00 EUR pro TN

**Dienstag, 25.04.2023 bis Donnerstag, 27.04.2023,
jeweils 09:00 bis 16:15 Uhr**

Pflichtschulung: Vegetarische und vegane Ernährung

Sich vegan zu ernähren, ist gerade sehr en vogue. Die Motive der Veganer sind dabei sehr unterschiedlich. Sie reichen von (ethischen) Aspekten des Tierschutzes über ökologische Aspekte der Nahrungsmittelproduktion (CO₂-Abdruck) bis hin zu dem Wunsch, sich gesünder zu ernähren und mehr Wohlbefinden zu erreichen.

Vegetarische Eintöpfe erfreuen sich in der Seniorenverpflegung großer Beliebtheit: Alte Menschen mögen oft weniger Fleisch, zum anderen werden Erinnerungen an ganz früher geweckt und nicht zuletzt sind sie einfacher zu kauen.

Vegane Küche bringt sehr komplexe Anforderungen mit sich. Hier kommt man an die Grenzen einer nährstoffdeckenden Ernährung. Der Verzicht auf Eier und Milchprodukte macht aber auch küchentechnisch vieles unmöglich. Das Arbeiten mit Ersatzprodukten will gelernt sein. Nicht alles ist für jeden Zweck geeignet und die Ergebnisse können sich durchaus von der konventionellen Zubereitung unterscheiden. Und sind vegetarische Ersatzprodukte für Käse, Würstchen oder Fleisch wirklich gesünder?

Durch den Einsatz von Lebensmitteln, die nur wenig bekannt sind und mit denen umzugehen ebenfalls gelernt sein muss, werden Sie das Kochen in dieser Fortbildung neu entdecken. Diese Lebensmittel können auch in der normalen Verpflegung die Vielfalt der Ernährung bereichern.

Bitte Berufskleidung mitbringen!

Ihr Nutzen

Sie lernen die Chancen aber auch die Risiken vegetarischer und veganer Ernährung für verschiedene Zielgruppen zu bewerten, die Kunden gezielt zu beraten und ihnen geeignete Menüs für ihre Ernährung anzubieten.

**Dienstag, 26.09.2023 bis Donnerstag, 28.09.2023,
jeweils 09:00 bis 16:15 Uhr**

Inhalte:

- Motive für vegetarische und vegane Ernährung: Wünsche und Wirklichkeit
- Rechtlichen Bestimmungen zur Kennzeichnung „vegetarisch“ und „vegan“
- Nährstoffversorgung bei vegetarischer und veganer Ernährung: Vorteile und Nachteile
- Das Vitamin B₁₂-Problem in der veganen Ernährung
- Vegetarische Eintöpfe in der Seniorenverpflegung
- Vegane Ernährung für Kinder und Senioren?
- Arbeiten mit veganen Ersatzprodukten: Möglichkeiten und Grenzen
- Einsatzmöglichkeiten wenig bekannter pflanzliche Lebensmittel für die vegane Ernährung: Theorie und Praxis
- Kollegialer Erfahrungsaustausch der Teilnehmenden

Dauer: 24 Unterrichtsstunden

(bewertet mit 24 Punkten DGE)

Dozent*innen:

JOHANNES BAYER: ARZT

JANA BOOS: DIÄTASSISTENTIN

DOMINIK MARTINI: DIÄTETISCH GESCHULTER
KOCH (DGE)

Kosten: 300,00 EUR pro TN

Auffrischkurs zur Aktualisierung des diätetischen Fachwissens plus Vertiefung einiger Themen bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Das Qualitätssicherungssystem der DGE sieht vor, dass einmal erworbene Zertifikate alle drei Jahre durch die Teilnahme an Fortbildungsveranstaltungen erneuert werden müssen. Dies dient dazu, das Basiswissen zu vertiefen und immer auf dem aktuellen Stand zu halten.

Die DGE hat im Herbst 2017 die „10 Regeln für vollwertiges Essen und Trinken einer Revision unterzogen, die zu einer Verschiebung und Akzentuierung einiger Regeln geführt haben. Dieser Kurs gibt Ihnen die Möglichkeit, sich bezüglich der Empfehlungen und der dahinterstehenden wissenschaftlichen Erkenntnisse auf dem aktuellen Stand zu halten.

Darüber hinaus bietet dieser Kurs die Gelegenheit jeweils **ein** Thema zu vertiefen. In diesem Kurs sind es einige Kapitel aus dem großen Feld der **Ernährung bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten**.

Ihr Nutzen

Sie können die Versorgung Ihrer Patienten und Bewohner auf neuestem Stand der Diätetik gewährleisten. Darüber hinaus werden Sie in die Lage versetzt, Menschen mit bestimmten Nahrungsmittelunverträglichkeiten individuell und zielführend zu versorgen.

Inhalte:

- Auffrischung der Grundlagen der Ernährungslehre
- Die aktualisierten 10 Regeln für vollwertiges Essen und Trinken der DGE in der Gemeinschaftsverpflegung
- Thema Fette: Qualität vor Quantität
- Die aktualisierten Empfehlungen der DGE zur Diabetiker-Versorgung: Schwerpunkt Gewichtsreduktion
- Gewichtsreduktion: Low-fat oder Low-carb, Intervallfasten, vegetarisch-vegane Ernährung
- Übersicht über die Ursachen von Nahrungsmittelunverträglichkeiten mit Schwerpunkt allergische Reaktionen
- Exemplarische Vertiefung der Ei-Allergie und Milchallergie in Theorie und Praxis
- Kollegialer Erfahrungsaustausch der Teilnehmenden

Dauer: 24 Unterrichtsstunden

(bewertet mit 24 Punkten DGE)

Dozent*innen:

JOHANNES BAYER: ARZT

SUSANNE WAGNER: DIÄTASSISTENTIN

TINO WERNER: DIÄTETISCH GESCHULTER KOCH
(DGE)

Kosten: 300,00 EUR pro TN

Dienstag, 28.11.2023 bis Donnerstag, 30.11.2023

09:00 bis 16:15 Uhr

Beratung und Anmeldung

Bildungsvereinigung Arbeit und Leben
Niedersachsen Süd gGmbH
Berufliche Bildung
Lange-Geismar-Straße 72-73
37073 Göttingen

☎ 0551 – 49 507 30
☎ 0551 – 49 507 39
💻 www.aul-nds.de

Ansprechpartner*innen

Petra Freyer-Jüsten

☎ 0551 – 49 507 33
✉ petra.freyer-juesten@aul-nds.de

Silvia Staufenbiel

☎ 0551 – 49 507 17
✉ silvia.staufenbiel@aul-nds.de



Anmeldung

Herr Frau

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

Plz, Ort: _____

Geb.-dat.: _____

Telefon*: _____

E-Mail*: _____

Bei Anmeldung und Zahlung durch den Arbeitgeber
bitte hier die Daten ergänzen:

Firma: _____

Straße: _____

Plz, Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail*: _____

(Datum, Unterschrift)

Hiermit melde ich mich **verbindlich** an zum Lehrgang: Mit dieser Anmeldung erkenne ich die Teilnahmebedingungen von Arbeit und Leben (siehe www.aul-nds.de) an.

Die mit * gekennzeichneten Angaben sind freiwillig. Alle Daten werden nach Bestimmungen des Datenschutzes ausschließlich für interne Zwecke verwendet.