



Naročilnico lahko pošljete:

- po e-pošti: narocila@zfm.si
- po pošti: Založba Forum Media d.o.o., Prešernova ulica 1, 2000 Maribor
- ali nas pokličite na telefonsko številko 02 250 18 00

NAROČILNICA

10504/1/809401

Da, prijavljam se na: **DIETNI KUHAR V PRAKSI**

Izberite želen datum in lokacijo:

Celoten program

Online predavanje: Higiena živil in varovalna prehrana

Online predavanje: Osnove dietne prehrane

Online predavanje: Načrtovanje dietnih jedilnikov

Kuharska delavnica na lokaciji: Priprava dietnih obrokov v praksi

1. udeleženec (ime in priimek)	Funkcija	GSM/Telefon	E-naslov	
2. udeleženec (ime in priimek)	Funkcija	GSM/Telefon	E-naslov	
3. udeleženec (ime in priimek)	Funkcija	GSM/Telefon	E-naslov	
Naziv organizacije		Davčna številka		Da Ne Davčni zavezanec
Naslov za dostavo	Naslov za izdajo računa		E-naslov za E-račun	
Kontaktna oseba (ime in priimek)	Funkcija	GSM/Telefon	E-naslov	

Datum, podpis, žig

Splošni pogoji

Kotizacijo je po prejemu predračuna treba poravnati najmanj tri dni pred izvedbo programa. Za proračunske porabnike veljajo plačilni pogoji v skladu z zakonodajo o javnih plačilih. Pisna odpoved udeležbe je mogoča do deset delovnih dni pred izvedbo programa, pri čemer vam zaračunamo stroške administracije v višini 20 % kotizacije; v primeru kasnejše odjave vam kotizacijo zaračunamo v celoti. Lahko pa se programa udeleži drug udeleženec. Odpoved udeležbe zaradi bolezni je mogoča le s predloženim zdravniškim potrdilom. Pridržujemo si pravico do odpovedi - v tem primeru kotizacijo povrnemo v celoti. S pisno prijavo na izobraževanje sprejemate ta določila in splošne pogoje.

Da, kot kontaktna oseba podajam privolitev za obdelavo osebnih podatkov.

Založba Forum Media d.o.o., Prešernova 1, Maribor stremi k najvišjim standardom varstva osebnih podatkov, ki jih obdeluje le, če vi to izrecno dovolite. Vabimo vas, da podate privolitev za obdelavo vaših podatkov na spodnjem obrazcu in si s tem zagotovite, da boste sproti obveščeni o vseh zakonskih novostih in izobraževalnih dogodkih ter da boste lahko izkoristili druge ugodnosti ki vam jih ponuja Založba Forum Media. Soglašam, da Založba Forum Media d.o.o., Prešernova 1, Maribor (odslej: družba), moje zgoraj posredovane podatke obdeluje za potrebe obveščanja o novostih in za potrebe neposrednega trženja njihovih produktov oziroma storitev (priročniki, knjige, izobraževanja in ostalo). Ob tem sem seznanjen/-a, da:

- lahko pooblaščen osebo za varstvo osebnih podatkov pri družbi kontaktiram preko e-naslava: dpo@zfm.si;
- osebni podatki ne bodo obdelovani za noben drug namen, kot navedeno zgoraj, in se bodo po prenehanju namena izbrisali;
- osebni podatki ne bodo posredovani tretjim osebam razen tistim uporabnikom, ki imajo za to podlago v zakonu, pogodbi ali izkažejo drugo pravno podlago;
- imam po zakonu pravico od družbe zahtevati dostop do podatkov, njihov popravek, izbris ali omejitev obdelave ter pravico vložiti ugovor zoper obdelavo osebnih podatkov in zahtevo za prenos osebnih podatkov. Navedene pravice lahko uveljavljam z zahtevo, poslano na (elektronski) naslov: dpo@zfm.si;
- lahko osebne podatke iz zbirk družbe za v privolitvi naveden namen obdelujejo tudi pogodbeni partnerji, s katerimi ima družba sklenjene pogodbe o obdelovanju osebnih podatkov in ki hkrati lahko zagotavljajo ustrezno visoko raven varstva osebnih podatkov;
- lahko pri nadzornem organu (Informacijski pooblaščenec RS) vložim pritožbo, če obdelava osebnih podatkov ne bi bila skladna s predpisi;
- se promocijska sporočila lahko posredujejo v okviru segmentiranega neposrednega trženja, kar lahko vključuje tudi oblikovanje profilov za zagotovitev, da se pošiljajo takšne informacije, ki so na podlagi analize mojih aktivnosti in zanimanj v največji možni meri prilagojene mojim potrebam in interesom;
- več informacij o varstvu osebnih podatkov v družbi lahko pridobim v »Pravilih o varstvu osebnih podatkov družbe«, dostopnih na www.zfm.si.

DIETNI KUHAR V PRAKSI

PRODUCT DESCRIPTION

Izobraževanje lahko izvedemo tudi za večje število zaposlenih na delovnem mestu
in ga popolnoma prilagodimo vašim željam.

Pošljite povpraševanje in pripravili vam bomo neobvezujočo ponudbo.

[Povpraševanje za usposabljanje na delovnem mestu](#)

PRIDRUŽITE SE NAM NA IZOBRAŽEVALNEM PROGRAMU DIETNI KUHAR V PRAKSI

Vedno več oseb potrebuje prilagojeno prehrano v vsakodnevnem življenju, ne glede na to, ali so to otroci, mladostniki, odrasle osebe ali starostniki. S težavami načrtovanja varovalnih in »dietnih« jedilnikov, priprave ustreznih receptur in postopkov priprave se zato srečuje vedno več zaposlenih v vrtčevskih, šolskih, domskih kuhinjah, zdraviliščih in hotelih. Načrtovanje in priprava tako varovalnih kot dietnih jedi je odgovorno in zahtevno delo, ki od vas terja nenehno izobraževanje in izpopolnjevanje.

Za dietne kuharje v osnovnih in srednjih šolah pa je opravljeno usposabljanje oziroma pridobitev potrebnih znanj iz področja priprave dietnih jedi v spremembi pravilnika o normativih in standardih za izvajanje programa celo zahtevano kot pogoj za zaposlitev na tem delovnem mestu.

Zato vas vabimo, da v 6 modulih strokovnega izobraževanja postopoma pridobite čim več novih informacij s področja načrtovanja varovalnih in dietnih jedilnikov ter praktične priprave dietne prehrane in poglobite svoje znanje o:

- novostih pri načrtovanju varovalne in medicinsko predpisane »dietne« prehrane, ki jo morate izvajati za otroke, mladostnike, odrasle osebe ali starostnike;
- zdravstvenih stanjih, kjer je posebej prilagojena »medicinsko predpisana prehrana« nujna za zagotavljanje zdravja in razvoja;
- pomenu zapisa varovalnih jedilnikov kot osnove za izpeljavo in načrtovanje dietnih jedilnikov.

Kaj boste pridobili z izobraževalnim programom?

Celovit program vam zagotavlja, da boste pomembno nadgradili in osvežili svoje znanje:

- kako ustrezno energijsko in hranilno ovrednotiti varovalne in dietne jedilnike za posamezne skupine s pomočjo računalniških programov,
- o tem, zakaj morate imeti zapisane in hranilno ovrednotene recepture za pripravo varovalnih in dietnih jedi, kot osnove za primerno porcioniranje glede na starostno skupino in/ali dietne potrebe,
- o organizaciji in izvajanju varne priprave dietnih obrokov v lastni kuhinji od skladiščenja dietnih živil, priprave dietnih obrokov v smislu preprečevanja navzkrižne kontaminacije in do postrežbe dietnih obrokov.

NE SPREGLEJTE!

Možna je prijava tudi na en ali več posameznih modulov. Program le-teh si oglejte v vsebini izobraževanja. V spletni trgovini preprosto izberete zelen modul in oddate prijavnico.

Prednosti izobraževanja

Interaktivnost in komunikacija

Zaradi omejenega števila udeležencev delavnice omogočajo učinkovitejše delo, odprto komunikacijo s predavatelji in izmenjavo izkušenj s kolegi iz stroke. Poudarek je na praktičnem strokovnem usposabljanju.

Odgovori na vprašanja

Podrobno se boste spoznali s posameznimi tematikami in pridobili odgovore na vprašanja, ki se vam porajajo v praksi. Na vsaki delavnici boste prejeli tudi pripadajoče seminarsko gradivo.

Spletna učilnica in časovna prilagoditev izobraževanja

Izobraževanje s spletno učilnico vam omogoča, da posamezne module programa lahko prilagodite svojemu časovnemu okvirju. Omogoča vam vpogled v pomembne tematike ob času, ki si ga lahko sami izberete – brez potnih

stroškov in odsotnosti z delovnega mesta.

Posneta predavanja

Vsa predavanja, ki bodo potekala preko videokonferenčnega orodja, bodo v obliki posnetkov na voljo v spletno učilnici naslednji dve leti. Tako si jih lahko vedno znova ogledate.

Praktična kuharska delavnica

V praksi boste preizkusili pripravo zanimivih, okusnih in za pripravo enostavnih jedi, kjer boste prejeli tudi zbirko receptov. Namen delavnice je tudi, da vam pokaže načine enostavne prilagoditve vaših obstoječih receptur v recepture, ki so primerne za pripravo dietni jedi za različne medicinsko indicirane diete.

Prijava vključuje

- izvedbo strokovnega usposabljanja v obliki predavanj, praktične kuharske delavnice, gradiva v spletni učilnici,
- dostop do spletne učilnice, ki vam bo omogočen še dve leti od zaključka izobraževalnega programa,
- odgovore na vaša konkretna vprašanja v času delavnic,
- pridobitev potrdila v obsegu 25 ur za namen dokazovanja strokovnega usposabljanja na področju dietne prehrane.

Agenda

- Študijsko e-gradivo v spletni učilnici: Organizacija prehranskega objekta in obveznosti odgovorne osebe
- Online predavanje v živo: Higiena živil in varovalna prehrana
- Online predavanje v živo: Osnove dietne prehrane
- Online predavanje v živo: Načrtovanje dietnih jedilnikov
- Praktična kuharska delavnica v živo: Priprava dietnih obrokov v praksi
- Smostojno delo: Priprava jedilnika

Priporočila udeležencev izobraževanja

Teorija in praksa, vse v enem, krasno.

Bernarda Belec

Rada bi pohvalila vašo predavateljico, res obvlada zadevo v nulo, dobila ogromno dodatnih informacij.

Sonja Magdič

Dietni kuhar v praksi

Strokovno usposabljanje je primerno za tiste zaposlene v kuhinji, ki bi se želeli zaposliti na delovnem mestu **Dietni kuhar IV** ali **Dietni kuhar V** po pravilnikih o normativih in standardih za izvajanje programa osnovne in srednje šole ter zavodov za otroke s posebnimi potrebami, ki kot enega od pogojev določa opravljeno strokovno usposabljanje v obsegu 50 ur s področja priprave dietnih jedi. Vsem, ki to delo že opravljajo, pa daje pomembno nadgraditev znanj z novostmi s področja varovalne in dietne prehrane za vse starostne skupine.

Potek izobraževanja

Strokovno usposabljanje "Dietni kuhar v praksi" vključuje 6 izobraževalnih modulov, ki so kombinacija interaktivnih predavanj, praktične kuharske delavnice in študijskega gradiva:

- tri intenzivne interaktivne delavnice v živo v online obliki, ki trajajo 3 do 4 pedagoških ur,
- praktično kuharsko delavnico, ki se izvaja v učni kuhinji,
- online gradivo za samostojni študij glede na posamezni modul izobraževanja, ki je na voljo v spletni učilnici,
- dostop do spletne učilnice, kjer se nahajajo vsa gradiva, videoposnetki predavanj in pomembne informacije o poteku izobraževalnega programa.

Spletna učilnica

- **Izobraževanje vsebuje spletno učilnico**, ki je vaš vir vseh informacij o poteku izobraževalnega programa.
- V spletni učilnici se nahajajo **obvestila, urniki in gradiva izobraževalnega programa**. Zato predlagamo, da jo redno obiskujete.
- **Do spletne učilnice lahko dostopate kadarkoli** preko svojega računalnika ali mobilnih naprav.
- **Dostop do spletne učilnice boste prejeli po elektronski pošti**, nekaj dni pred pričetkom izobraževanj.
- Priporočamo vam, da nam **ob prijavi posredujete vašo aktualno GSM številko** za namene nujnih sporočil.

Izobraževalni program s potrdilom

Po uspešno opravljenem izobraževanju prejmete **potrdilo Forum Akademije "Dietni kuhar"** v slovenskem in angleškem jeziku kot potrdilo o uspešno zaključenem usposabljanju v obsegu 25 ur.

Vsebina

07.02.2022 -

Študijsko e-gradivo v spletni učilnici: Organizacija prehranskega objekta in obveznosti odgovorne osebe

- Predstavitev aktualnih smernic zdravega prehranjevanja (smernice za smernic za otroke in mladostnike, smernice za študente, smernice za delavno aktivno populacijo, smernice za starostnike ...)
- Predstavitev aktualnih smernic za načrtovanje prehrane oseb s SB 1 in SB2; oseb z boleznimi prebavil, oseb s prehransko alergijo/intoleranco ...

- Varovalna prehrana in kakovostna prehrana; na kakšen način vplivati na izboljšanje prehranjevalnih navad v javnem zavodu
- Referenčne vrednosti za vnos hranil glede na starostne skupine
- Velikost porcije za različne starostne skupine

Obseg: 4 pedagoške ure

11.02.2022 -

Online predavanje v živo: Higiena živil in varovalna prehrana

Higiena živil, HACCP in obvladovanje alergenov

- Odgovornosti in naloge strokovnega tima, ki skrbi za načrtovanje in pripravo obrokov
- Pomen tesnega sodelovanja s sodelavci (dietetik, organizator prehrane, vodja kuhinje, dietni kuhar)
- Osnove higijene živil, opreme in prostorov
- Čiščenje in vzdrževanje higijene
- Sistem HACCP
- Alergeni – opredelitev v sistemu HACCP, praksa

Varovalna prehrana

- Pomen dobro sestavljenega varovalnega jedilnika
- Kako izbirati primerna živila glede na potrebe in razpoložljivo opremo prehranskega objekta
- Na kaj paziti pri oblikovanju jedilnika
- Kombiniranje živil v obroku
- Hranilne vrednosti obrokov

Obseg: 3 pedagoške ure, 13.00–15.30

16.02.2022 -

Online predavanje v živo: Osnove dietne prehrane

- Osnovna načela priprave medicinsko predpisanih diet
- Prehrana oseb s sladkorno boleznijo tip 1 in tip2
- Prehrana pri hiperholesterolemiji,
- Prehrana pri celiakiji
- Prehrana pri intoleranci na laktozo
- Prehrana pri sindromu razdražljivega črevesja I. in II. stopnja (FODMAP dieta)
- Prehrana pri prehranski alergiji (mleko, jajca, pšenica, oreščki ...)
- Prehrana s spremenjeno konsistenco (disfagija)

Obseg: 4 pedagoške ure, 13.00–16.15

23.02.2022 -

Praktična kuharska delavnica v živo: Priprava dietnih obrokov v praksi

Teoretični uvod: tehnološki postopki priprave dietnih jedi

- Odgovornost zavoda, organizatorja prehrane, kuhinjskega osebja pri pripravi »dietnih obrokov«
- Kako organizirati delovni proces nabave živil, skladiščenja, priprave in postrežbe obrokov in kakšne so pri tem naloge posameznikov (organizator prehrane, vodja kuhinje, dietni kuhar/kuhar, ekonom)
- Primerna izbira nadomestnih živil, tehnološke prilagoditve recepta in navodil za delo
- Zaupanje v osnovne surovine, skladiščenje in rokovanje z osnovnimi surovinami in končnim izdelkom (jedjo)

Praktična kuharska delavnica:

- Praktična kuharska delavnica po skupinah (priprava »dietnih obrokov«)
- Poskušanja pripravljene jedi in izmenjava izkušenj

Obseg: 5 pedagoških ur, 14.30–17.30

Lokacija: Ljubljana, KULT316 – Center kulinarike in turizma

25.02.2022 -

Online predavanje v živo: Načrtovanje dietnih jedilnikov

Organizacija procesa priprave dietnih obrokov

- Kako organizirati delovni proces nabave živil, skladiščenja, priprave in postrežbe obrokov in kakšne so pri tem naloge posameznikov (organizator prehrane, vodja kuhinje, dietni kuhar/kuhar, ekonom)
- Označevanje alergenov v jedilniku in opozarjanje osebja
- Potencialno nevarne snovi, alergeni, toksične snovi, patogeni organizmi v prehrani

Načrtovanje dietnih jedilnikov

- Odgovornost načrtovanja dietnih obrokov
- Enotno poimenovanje diet v slovenskem prostoru
- Enotna potrdila za vrtce in šole kot podlaga za primerno izvajanje dietne obravnave
- Organizacija priprave dietnih obrokov
- Vzorec kataloga diet

Praktična delavnica – Načrtovanje jedilnikov varovalne prehrane

- Velikost obrokov
- Razmerje med skupinami živil
- Energijsko in hranilno vrednotenje obrokov in jedilnikov
- Praktično načrtovanje jedilnikov (splošnih in dietnih) s pomočjo računalniškega programa

Obseg: 3 pedagoške ure, 13.00–15.30

28.02.2022 -

Samostojno delo: Priprava jedilnika

Samostojna priprava primera jedilnika varovalne in prilagojene prehrane (dve izbrani dieti)

Obseg: 4 pedagoške ure

10.03.2022 -

Zaključek

Preverjanje znanja in prejem potrdila o udeležbi na strokovnem usposabljanju v obsegu 25 ur

PREDAVATELJI

Andreja Širca Čampa

univerzitetna diplomirana inženirka živilske tehnologije, predavateljica, avtorica in zunanja strokovna sodelavka na Zdravstveni fakulteti v Ljubljani in Fakulteti za vede o zdravju v Izoli, z bogatimi izkušnjami na področju dietne prehrane pri sladkorni bolezni, celiakiji, alergijah, debelosti, kroničnih ledvičnih obolenjih, črevesnih obolenjih, kot tudi na specifičnih področjih prehrane onkološkega bolnika, pri prirojenih motnjah metabolizma in motnjah hranjenja.

SPLOŠNI POGOJI

Kotizacijo je po prejemu predračuna treba poravnati najmanj tri dni pred izvedbo programa. Za proračunske porabnike veljajo plačilni pogoji v skladu z zakonodajo o javnih plačilih. Pisna odpoved udeležbe je mogoča do deset delovnih dni pred izvedbo programa, pri čemer vam zaračunamo stroške administracije v višini 20 % kotizacije; v primeru kasnejše odjave vam kotizacijo zaračunamo v celoti. Lahko pa se programa udeleži drug udeleženec. Odpoved udeležbe zaradi bolezni je mogoča le s predloženim zdravniškim potrdilom. Pridržujemo si pravico do odpovedi – v tem primeru kotizacijo povrnemo v celoti. S pisno prijavo na izobraževanje sprejemate ta določila in splošne pogoje.