

Chutný život

Projekt podpory zdraví 8013

Lumír Komárek Leona Škaloudová

CHUTNÝ ŽIVOT



Chutný život

Cíl

Aktivizace seniorů.

**Zlepšení znalostí a dovedností seniorů
ve způsobu stravování a pohybové
aktivitě.**

Motivace k pozitivním změnám.

**Zvýšení zdravotního potenciálu a
kvality života seniorů.**

Cílová skupina

- **Senioři – klienti organizací zajišťujících sociální péči.**
- **Senioři – mimo klientelu organizací zajišťujících sociální péči.**
- **Profesionálové a laici pečující o seniory nebo ovlivňující jejich způsob života.**

Způsob realizace

- **Organizace pravidelných setkání (workshop)**

s programem:

Odborná přednáška

Rozcvičení

Příprava určeného jídla

Ochutnávka

Diskuse, poučení, vlastní nápady, doporučení

Tvorba podkladů pro publikace a filmový scénář

- **Tvorba a využívání publikací a filmu**



Chrudim



Liberec



Hradec Králové

Letem světem chutí a vůní

- **Kuchyně středomořské:**
italská, španělská, řecká, francouzská, turecká
- **Kuchyně středoevropské:**
česká, německá, maďarská, polská, rakouská
- **Kuchyně asijské:**
čínská, japonská, thajská
- **Kuchyně speciální:**
vegetariánská, mrkvová, cereální, sýrová, medová

Realizátoři akcí Chutný život

- **Dům s pečovatelskou službou - Ostrava**
- **Dům s pečovatelskou službou Astra –O.Poruba**
- **Dům s pečovatelskou službou – Frýdek Místek**
- **Penzion pro důchodce – Havířov**
- **Denní stacionář Charity – Vsetín**
- **Penzion pro důchodce Domov - Brno**

Realizátoři akcí Chutný život

- **Penzion pro důchodce – Olomouc**
- **Centrum služeb a sociální pomoci Harmonie
- Hradec Králové**
- **Centrum sociálních služeb a pomoci – Chrudim**
- **Dům s pečovatelskou službou – Liberec**
- **Domov důchodců Severní terasa – Ústí nad L.
a Ústav sociální péče – Nová Ves v Horách**
- **Dům s pečovatelskou službou Týnská - Praha**



Chut' naplněných let



Chut' naplněných let



Chut' naplněných let



Chut' naplněných let



Chut' naplněných let

Způsob hodnocení

- Evidence počtu zapojených organizací a výčet jejich činnosti
- Evidence účasti
- Kvantita a kvalita příspěvků seniorů do publikací
- Záznamy o průběhu akcí
- Rozhovory s účastníky
- Anketa k hodnocení pomůcek
- Anketa k hodnocení změn nutričních a pohybových zvyklostí
- Počty vyžádaných pomůcek
- Další udržitelnost projektu

S jídlem roste věk

