

Możliwość dofinansowania

Szkolenie: Żywnienie seniorów w praktyce – planowanie diety, profilaktyka zdrowotna i bezpieczna opieka żywieniowa.

Numer usługi 2026/07/21/201147/3700953



CENTRUM INNOWACYJNYCH ROZWIĄZAŃ SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ



1 943,40 PLN

brutto

1 580,00 PLN

netto

242,93 PLN

brutto/h

197,50 PLN

netto/h

183,33 PLN

cena rynkowa

Gliwice

Informacje podstawowe

- Kategoria
Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne
- Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do:

- opiekunów osób starszych świadczących usługi opiekuńcze w miejscu zamieszkania lub placówkach opieki,
- opiekunów medycznych,
- pracowników domów pomocy społecznej (DPS), zakładów opiekuńczo-leczniczych (ZOL) oraz zakładów pielęgnacyjno-opiekuńczych (ZPO),
- pielęgniarek i personelu pomocniczego uczestniczącego w opiece nad seniorami,
- dietetyków oraz osób zajmujących się edukacją żywieniową,
- pracowników podmiotów świadczących usługi zdrowotne i społeczne,
- członków rodzin sprawujących opiekę nad osobami starszymi,
- osób planujących podjąć pracę w sektorze opieki nad seniorami,
- wszystkich zainteresowanych zdobyciem wiedzy i umiejętności z zakresu prawidłowego żywienia oraz profilaktyki zdrowotnej osób starszych.
- Minimalna liczba uczestników
2
- Maksymalna liczba uczestników
20
- Data zakończenia rekrutacji
09-09-2026
- Forma prowadzenia usługi
stacjonarna
- Podstawa uzyskania wpisu do BUR
Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestników do planowania żywienia osób starszych z uwzględnieniem ich stanu zdrowia i najczęściej występujących schorzeń wieku podeszłego. Uczestnicy nauczą się dobierać sposób żywienia, rozpoznawać ryzyko niedożywienia i odwodnienia, bezpiecznie planować suplementację oraz wykorzystywać narzędzia cyfrowe wspierające opiekę nad seniorem. Szkolenie rozwija także kompetencje zielone poprzez racjonalne gospodarowanie żywnością i ograniczanie jej marnowania.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się, kryteria weryfikacji i metody walidacji.		
Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje potrzeby żywieniowe osób starszych.	Omawia zmiany zachodzące w organizmie seniora oraz ich wpływ na sposób żywienia.	Test teoretyczny
Dobiera sposób żywienia odpowiedni do stanu zdrowia seniora.	Rozróżnia rodzaje diet i wskazuje ich zastosowanie.	Test teoretyczny
Rozpoznaje objawy niedożywienia i odwodnienia.	Wskazuje objawy oraz sposoby postępowania.	Test teoretyczny
Wyjaśnia zasady bezpiecznej suplementacji i interakcji leków z żywnością.	Wskazuje zasady bezpiecznego stosowania suplementów oraz najczęstsze interakcje.	Test teoretyczny
Opisuje zasady profilaktyki zdrowotnej i bezpiecznego żywienia seniorów.	Wskazuje działania sprzyjające zachowaniu zdrowia i bezpieczeństwa żywieniowego.	Test teoretyczny
Wskazuje możliwości wykorzystania narzędzi cyfrowych wspierających opiekę nad seniorem.	Rozpoznaje przykłady zastosowania aplikacji i urządzeń wspierających monitorowanie zdrowia.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Program szkolenia

09:00–11:00

Moduł I. Potrzeby żywieniowe osób starszych

- proces starzenia organizmu i jego wpływ na sposób żywienia seniorów;
- zmiany zachodzące wraz z wiekiem wpływające na apetyt, zapotrzebowanie energetyczne oraz sposób przyjmowania posiłków;
- podstawowe zapotrzebowanie osób starszych na energię, białko, płyny oraz składniki odżywcze;
- znaczenie prawidłowego żywienia w utrzymaniu sprawności i dobrego samopoczucia seniora;
- najczęstsze problemy żywieniowe występujące u osób starszych;
- czynniki wpływające na ryzyko niedożywienia i odwodnienia.

11:00–13:00

Moduł II. Planowanie żywienia seniora

- zasady komponowania codziennych jadłospisów dla osób starszych;
- dobór produktów spożywczych zgodnie z podstawowymi potrzebami żywieniowymi seniora;
- uwzględnianie zaleceń żywieniowych przy najczęściej występujących ograniczeniach i trudnościach związanych zżywieniem osób starszych;
- modyfikacja konsystencji i sposobu przygotowania posiłków do indywidualnych możliwości seniora;
- zasady planowania prawidłowego nawodnienia;
- wykorzystanie prostych narzędzi cyfrowych wspierających planowanie posiłków;
- korzystanie z wiarygodnych źródeł informacji dotyczących żywienia.

13:00–14:00

Przerwa

14:00–15:30

Moduł III. Bezpieczne żywienie i profilaktyka zdrowotna seniora

- zasady higienicznego przygotowywania, przechowywania i podawania posiłków;
- bezpieczeństwo żywności w codziennej opiece nad seniorem;
- rozpoznawanie podstawowych objawów mogących wskazywać na niedożywienie i odwodnienie;
- znaczenie obserwacji sposobu odżywiania seniora;
- profilaktyka zdrowotna poprzez właściwe żywienie i nawodnienie;
- podstawowe zasady bezpiecznej suplementacji oraz znaczenie konsultacji ze specjalistami.

15:30-16:30

Moduł IV. Racjonalne gospodarowanie żywnością i rozwiązania wspierające opiekę nad seniorem

- planowanie zakupów zgodnie z rzeczywistym zapotrzebowaniem;
- ograniczanie marnowania żywności w codziennej opiece nad seniorem;
- sezonowość produktów i świadome wybieranie składników;
- prawidłowe przechowywanie produktów spożywczych;
- ograniczanie ilości odpadów spożywczych;
- bezpieczne wykorzystanie pozostałości żywnościowych;
- wykorzystanie prostych narzędzi cyfrowych wspierających organizację żywienia seniora.

16:30-17:00

Walidacja efektów uczenia się

Walidacja zostanie przeprowadzona w formie testu wiedzy obejmującego zagadnienia omawiane podczas szkolenia:

- potrzeby żywieniowe osób starszych;
- zasady planowania jadłospisów;
- nawodnienie seniorów;
- bezpieczeństwo żywności;
- profilaktyka niedożywienia i odwodnienia;
- racjonalne gospodarowanie żywnością;
- wykorzystanie narzędzi cyfrowych wspierających organizację żywienia.

Proces walidacji uczestników:

Walidacja efektów uczenia się przeprowadzana jest po zakończeniu części szkoleniowej. Proces oceny odbywa się w sposób obiektywny i niezależny – osobą walidującą nie jest trener prowadzący zajęcia.

Powiązanie usługi z Regionalną Strategią Innowacji Województwa Śląskiego 2030, Programem Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego, GreenComp oraz ESCO

Tematyka szkolenia wpisuje się w założenia Regionalnej Strategii Innowacji Województwa Śląskiego 2030 oraz Programu Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego na lata 2019–2030, wspierając rozwój kompetencji cyfrowych, środowiskowych oraz kompetencji przyszłości.

Program szkolenia został opracowany w sposób spójny z wymaganiami dotyczącymi kompetencji cyfrowych i zielonych. Odniesienia do PRT, GreenComp oraz ESCO zostały uwzględnione bezpośrednio w zakresie tematycznym szkolenia, co pozwala uczestnikom rozwijać praktyczne umiejętności odpowiadające potrzebom współczesnego rynku pracy.

Powiązanie z Programem Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego

Usługa wpisuje się w następujące obszary PRT:

PRT 4.2 – Cyfrowe przetwarzanie danych

Rozwój umiejętności korzystania z narzędzi cyfrowych, aplikacji i platform online, przetwarzania informacji oraz efektywnej komunikacji cyfrowej.

PRT 4.5.1 – Technologie ochrony prywatności

Rozwijanie świadomości w zakresie ochrony danych osobowych, bezpiecznego korzystania z technologii oraz odpowiedzialnego zarządzania informacją.

PRT 4.5.3 – Bezpieczeństwo informacji

Poznanie zasad cyberbezpieczeństwa, identyfikacji zagrożeń cyfrowych oraz bezpiecznej komunikacji elektronicznej.

PRT 4.7 – AI i automatyzacja procesów

Wykorzystanie narzędzi sztucznej inteligencji do usprawniania pracy, analizy informacji oraz automatyzacji wybranych działań.

PRT 3.1 – Efektywność energetyczna oraz PRT 3.3 – Gospodarka odpadami

Kształtowanie postaw związanych z efektywnym wykorzystaniem zasobów, ograniczaniem zużycia materiałów oraz stosowaniem rozwiązań wspierających zrównoważony rozwój.

Powiązanie z GreenComp i ESCO

Program szkolenia wspiera rozwój kompetencji GreenComp poprzez kształtowanie świadomości środowiskowej, odpowiedzialnego korzystania z zasobów oraz podejmowania działań zgodnych z zasadami zrównoważonego rozwoju.

Zakres szkolenia odpowiada również kompetencjom ESCO w obszarze:

- wykorzystywania technologii cyfrowych,
- zarządzania informacją,
- bezpiecznego korzystania z narzędzi cyfrowych,
- adaptacji do zmian technologicznych,
- stosowania rozwiązań wspierających transformację cyfrową i ekologiczną.

Wpływ na realizację celów RSI Województwa Śląskiego 2030

Realizacja usługi wspiera:

- rozwój kompetencji cyfrowych i zielonych mieszkańców regionu,
- podnoszenie kwalifikacji zawodowych,
- przygotowanie do funkcjonowania w gospodarce opartej na innowacjach,
- wspieranie transformacji cyfrowej i środowiskowej,
- rozwój idei uczenia się przez całe życie.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 6

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 6 Moduł I. Potrzeby żywieniowe osób starszych	Zajęcia	Marta Bartoszewska	10-09-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 6 Moduł II. Planowanie żywienia seniora	Zajęcia	Marta Bartoszewska	10-09-2026	11:00	13:00	02:00
3 z 6 -	Przerwa	-	10-09-2026	13:00	14:00	01:00
4 z 6 Moduł III. Bezpieczne żywienie i profilaktyka zdrowotna seniora	Zajęcia	Marta Bartoszewska	10-09-2026	14:00	15:30	01:30
5 z 6 Moduł IV. Racjonalne gospodarowanie żywnością i rozwiązania wspierające opiekę nad seniorem	Zajęcia	Marta Bartoszewska	10-09-2026	15:30	16:30	01:00
6 z 6 -	Walidacja	-	10-09-2026	16:30	17:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Rodzaj godzin	Liczba godzin

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	08:00
Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma godzin zajęć	06:30
Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma godzin walidacji	00:30
Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma przerw	01:00
Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	09:15

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

- Rodzaj ceny
Cena
- Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto
1 943,40 PLN
- Koszt przypadający na 1 uczestnika netto
1 580,00 PLN
- Koszt osobogodziny brutto
242,93 PLN
- Koszt osobogodziny netto
197,50 PLN

Liczba godzin usługi

- Rodzaj godzin
Liczba godzin
- Liczba godzin zegarowych usługi
08:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1
1 z 1

Marta Bartoszevska

Terapeuta żywieniowy, zielarka oraz pasjonatka holistycznego podejścia do zdrowia i profilaktyki. Specjalizuję się w obszarze dietetyki klinicznej, wspierając organizm poprzez indywidualnie dobrane strategie żywieniowe, wykorzystanie naturalnych metod oraz podejście zgodne z założeniami medycyny funkcjonalnej. Łączę wiedzę z zakresu żywienia, fitoterapii i zdrowego stylu życia, koncentrując się na kompleksowym wsparciu zdrowia i dobrostanu człowieka.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe udostępniane są w wersji cyfrowej.

Warunki uczestnictwa

- Warunkiem ukończenia usługi jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć oraz przystąpienie do procesu walidacji. Warunkiem uzyskania certyfikatu potwierdzającego nabycie kwalifikacji jest pozytywny wynik walidacji przeprowadzonej przez niezależny podmiot walidujący.
- Karta usługi rozwojowej została przygotowana zgodnie z obowiązującym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych
- przed dokonaniem zapisu na usługę należy skontaktować się z usługodawcą celem weryfikacji dostępności miejsca,

Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że usługa może podlegać monitoringowi, kontroli lub dokumentowaniu zgodnie z zasadami realizacji projektów dofinansowanych ze środków publicznych. Ewentualne utrwalanie wizerunku odbywa się wyłącznie w zakresie niezbędnym do realizacji, monitoringu, kontroli lub potwierdzenia efektów uczenia się, zgodnie z obowiązującymi przepisami.

Informacje dodatkowe

Usługa zwolniona z VAT na podstawie §3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U.2013 poz. 1722 z późniejszymi zmianami)

Adres

ul. Jagiellońska 21
44-100 Gliwice
woj. śląskie

Ambasador Resort

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt

Żaneta Łaba

E-mail
wsparcie@centrum-innowacji.pl
Telefon
(+48) 517 283 451