



# Ergänzende Bildung FaGe EFZ Modul 8

## Ernährung

Stand Januar 2024

### Kompetenzen

- B.5\* Klientinnen und Klienten bei der Ernährung unterstützen.
- E.4 Klientinnen und Klienten bei Ernährungsfragen informieren und begleiten.

### Moduldauer

- Präsenzzeit: 64 Lektionen (8 Tage)
- Selbststudium: 8 Stunden
- Lerntreff: Theorie-Treff 2 Lektionen
- Modulabschluss: schriftliche Prüfung 100 Minuten  
praktische Prüfung 1 Posten à 15 Minuten verteilt auf 1 Tag
- Falls erforderlich: Termine zur Nachprüfung resp. Wiederholungsprüfung

### Modulverantwortliche Lehrpersonen

- Theorie Ursula Gessner Doser
- TT Priska Schiefelbein Tarczali

Themen	Inhalte
Grundlagen der Ernährung (Lehrmittel Band 3, Seiten 60-61; 71-79)	<ul style="list-style-type: none"><li>– Bedeutung der Ernährung (anhand der Werte)</li><li>– Einflussfaktoren auf die Ernährung</li><li>– Nährstoffe<ul style="list-style-type: none"><li>– Energieliefernde Nährstoffe</li><li>– Nicht energieliefernde Nährstoffe</li><li>– Bioaktive Substanzen</li></ul></li><li>– Gesamtenergiebedarf und Energiebilanz</li><li>– Lebensmittelhygiene</li></ul>
Gesunde Ernährung in verschiedenen Lebensphasen (Lehrmittel Band 3, Seiten 71-79)	<ul style="list-style-type: none"><li>– Schweizerische Lebensmittelpyramide<ul style="list-style-type: none"><li>– Spezielle, ergänzende Schwerpunkte:<ul style="list-style-type: none"><li>– Kinder</li><li>– Schwangerschaft / Stillzeit</li><li>– ältere Menschen</li></ul></li></ul></li></ul>
Anatomie Verdauungssystem (Lehrmittel Band 3, Seiten 61-71)	<ul style="list-style-type: none"><li>– Verdauungssystem<ul style="list-style-type: none"><li>– Schluckakt</li><li>– Peristaltik</li><li>– Organe des Verdauungssystems und ihre Funktion</li></ul></li></ul>



<b>Themen</b>	<b>Inhalte</b>
Ernährungszustand (Lehrmittel Band 3, Seiten 79-83)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Ermittlung des Ernährungszustandes<ul style="list-style-type: none"><li>- Anthropometrisches Verfahren</li><li>- Perzentilen</li><li>- Über- und Untergewicht</li></ul></li><li>- Screening- und Assessmentinstrumente (MUST, MNA, PEMU)</li><li>- Beobachtung Ess- und Trinkverhalten</li></ul>
Einschränkungen Nahrungsaufnahme (Lehrmittel Band 3, Seiten 83-91)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mangelernährung: Ursache, Folgen, Mögliche Massnahmen</li><li>- Dehydration<ul style="list-style-type: none"><li>- Trinkprotokoll</li><li>- Dehydrationsprophylaxe</li></ul></li><li>- Schluckstörungen<ul style="list-style-type: none"><li>- Aspirationsgefahr</li></ul></li><li>- Appetitlosigkeit<ul style="list-style-type: none"><li>- Ernährungsprotokoll</li></ul></li><li>- Nahrungsverweigerung</li><li>- Nahrungskarenz</li></ul>
Krankheitsbilder (Lehrmittel, Band 4, Seiten 111-112)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Orthorexie</li><li>- Persönliche Haltung bezüglich Menschen mit einer Essstörung</li><li>- Essstörungen</li><li>- Anorexia nervosa &amp; Bulimia nervosa: Definition, Ursachen, Symptome, Diagnose, Komplikationen, Therapiemöglichkeiten</li><li>- Adipositas: Definition, Ursachen, Komplikationen, Therapiemöglichkeiten (konservativ &amp; chirurgisch)</li><li>- Pflegerische Schwerpunkte</li></ul>
TT Unterstützung beim Essen und Trinken (Lehrmittel Band 3, Seiten 58- 61; 92-94)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Einflussfaktoren auf die Ernährung</li><li>- Verpflegungskonzept stationärer Einrichtungen</li><li>- Schluckvorgang beobachten, taktile Schluckkontrolle durchführen</li><li>- Positionieren zum Essen und Trinken am Tisch</li><li>- Hilfsmittel zum Essen und Trinken</li></ul>
Übelkeit & Erbrechen (Lehrmittel Band 2, Seiten 182-183)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Übelkeit: Definition, Ursachen, mögliche Massnahmen</li><li>- Erbrechen: Definition, Ursachen, Gefahren, unterstützende Massnahmen</li></ul>
Ernährungsberatung	<ul style="list-style-type: none"><li>- Massnahmen bei Appetitlosigkeit &amp; Mangelernährung</li><li>- Zusammenarbeit</li></ul>
TT Unterstützung beim Essen und Trinken (Lehrmittel Band 3, Seiten 87- 93)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Positionierung zum Essen und Trinken im Bett</li><li>- Unterstützung beim Essen und Trinken im Bett</li><li>- Aspirationsprophylaxe und Sofortmassnahmen bei Aspiration</li><li>- Unterstützen beim Essen und Trinken bei Sehbehinderung</li></ul>
Begleitetes Selbststudium	<ul style="list-style-type: none"><li>- Bearbeitung eines Praxisauftrages</li></ul>



<b>Themen</b>	<b>Inhalte</b>
Ernährungsformen (Lehrmittel Band 3, Seite 77-79)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Verschiedene Ernährungsformen<ul style="list-style-type: none"><li>- Vollkost, leichte Kost, Schonkost, Vollwertkost, Rohkost</li><li>- Vegetarier, Ovo-Vegetarier, Lacto-Vegetarier, Veganer, Frutarier, Pescetarier, Flexitarier, Freeganer</li></ul></li><li>- Nahrungsmittelunverträglichkeiten<ul style="list-style-type: none"><li>- Nahrungsmittelallergie</li><li>- Nahrungsmittelintoleranz</li></ul></li><li>- Erste Hilfe bei einer anaphylaktischen Reaktion</li><li>- Ernährungsform bei Zöliakie</li><li>- Ernährungsform bei Lactoseintoleranz, Fructose-Intoleranz, Histaminintoleranz</li></ul>
Vernetzung	<ul style="list-style-type: none"><li>- Vernetzung und Vertiefung der Modulinhalte anhand von Fallbeispielen</li></ul>
TT Vertiefung	<ul style="list-style-type: none"><li>- Reflexion und Vertiefung von Fragen aus der Berufspraxis zum Thema:<ul style="list-style-type: none"><li>- Unterstützung beim Essen und Trinken im Bett</li></ul></li></ul>

**Stundenplan Modul 8 Ernährung**

<b>1. Tag</b>	<b>2. Tag</b>	<b>Selbststudium</b>	<b>3. Tag</b>
Moduleinstieg	Grundlagen der Ernährung E.4	Aufträge gemäss eZAG	Ernährungszustand E.4
Einstieg in die Themen	Gesunde Ernährung in verschiedenen Lebensphasen E.4		Ernährungszustand E.4
Grundlagen der Ernährung E.4	Gesunde Ernährung in verschiedenen Lebensphasen E.4		Ernährungszustand E.4
Grundlagen der Ernährung E.4	Gesunde Ernährung in verschiedenen Lebensphasen E.4		Ernährungszustand E.4
Grundlagen der Ernährung E.4	Anatomie Verdauungssystem B.5*		Ernährungszustand E.4
Grundlagen der Ernährung E.4	Anatomie Verdauungssystem B.5*		Einschränkungen Nahrungsaufnahme B.5*
Grundlagen der Ernährung E.4	Anatomie Verdauungssystem B.5*		Einschränkungen Nahrungsaufnahme B.5*
Grundlagen der Ernährung E.4	Anatomie Verdauungssystem B.5*		Einschränkungen Nahrungsaufnahme B.5*



<b>4. Tag</b>	<b>Selbststudium</b>	<b>5. Tag</b>	<b>6. Tag</b>
Einschränkungen Nahrungsaufnahme B.5*	Aufträge gemäss eZAG	Krankheitsbilder Ernährung B.5*	Ernährungsberatung E.4
Einschränkungen Nahrungsaufnahme B.5*		Krankheitsbilder Ernährung B.5*	Ernährungsberatung E.4
Krankheitsbilder Ernährung B.5*		Krankheitsbilder Ernährung B.5*	TT Unterstützung beim Essen und Trinken B.5*
Krankheitsbilder Ernährung B.5*		Krankheitsbilder Ernährung B.5*	TT Unterstützung beim Essen und Trinken B.5*
TT Unterstützung beim Essen und Trinken B.5*		Übelkeit & Erbrechen B.5*	TT Unterstützung beim Essen und Trinken B.5*
TT Unterstützung beim Essen und Trinken B.5*		Übelkeit & Erbrechen B.5*	TT Unterstützung beim Essen und Trinken B.5*
TT Unterstützung beim Essen und Trinken B.5*		Übelkeit & Erbrechen B.5*	TT Unterstützung beim Essen und Trinken B.5*
TT Unterstützung beim Essen und Trinken B.5*		Übelkeit & Erbrechen B.5*	TT Unterstützung beim Essen und Trinken B.5*



<b>7. Tag</b>	<b>8. Tag</b>	<b>9. Tag</b>	<b>10. Tag</b>
Begleitetes Selbststudium	Ernährungsformen E.4	Vernetzung Theorie	Lerntreff Theorie (freiwilliges Angebot)
Begleitetes Selbststudium	Ernährungsformen E.4	Vernetzung Theorie	Lerntreff Theorie (freiwilliges Angebot)
Begleitetes Selbststudium	Ernährungsformen E.4	Vernetzung Theorie	Lerntreff Theorie (freiwilliges Angebot)
Begleitetes Selbststudium	Ernährungsformen E.4	Vernetzung Theorie	Lerntreff Theorie (freiwilliges Angebot)
Begleitetes Selbststudium	Ernährungsformen E.4	TT Vertiefung	
Begleitetes Selbststudium	Ernährungsformen E.4	TT Vertiefung	
Begleitetes Selbststudium	Ernährungsformen E.4	TT Vertiefung	
Begleitetes Selbststudium	Ernährungsformen E.4	TT Vertiefung	





## **Unterrichtsblöcke**

1. Block	1. und 2. Modultag
2. Block	3. und 4. Modultag
3. Block	5. und 6. Modultag
4. Block	7. Modultag (Begleitetes Selbststudium)
5. Block	8. und 9. Modultag
6. Block	10. Modultag (Lerntreff – Freiwilliges Angebot)
7. Block	11. Modultag (Modulabschluss)
Falls erforderlich	Nach- resp. Wiederholungsprüfung schriftlich und praktisch

## **Vorbereitung**

Sie werden ca. zwei Wochen vor Beginn des Moduls von der modulverantwortlichen Lehrperson ein Mail erhalten, in welchem Sie den Zugang zu unserer Lernplattform eZAG mit den wesentlichen Informationen zum Modulbesuch bekommen.

Sie beginnen mit der Vorbereitung auf den Modulbesuch mit verschiedenen Aufträgen damit der Einstieg in das Modul gelingt.

## **Modulbesuch**

Auf dem Stundenplan sehen Sie die Themen des Präsenzunterrichtes. Bitte beachten Sie dazu auch unser Absenzenreglement. Das Selbststudium bearbeiten Sie in der Zeit zwischen den Unterrichtstagen. Durch die Lernplattform eZAG erhalten Sie dazu konkrete Aufgaben, die Sie teilweise auch an Ihrer Arbeitsstelle ausführen sollen. Sie erstellen Dokumente, zu denen Ihnen die Lehrpersonen Rückmeldungen geben.

## **Prüfungsvorbereitung / Prüfungseinsicht / Nach- und Wiederholungsprüfung**

Zur Vorbereitung auf den Modulabschluss haben Sie die Möglichkeit einen Lern- und ggf. TT-Treff zu besuchen. Der Besuch ist freiwillig und findet in Halbklassen statt. Wir erwarten, dass Sie sich auf den Lerntreff vorbereiten, in dem Sie die für Sie offenen Fragen formulieren und mit der Lehrperson besprechen. Es findet dort keine allgemeine Wiederholung des gesamten Lernstoffes statt. Auf der Lernplattform eZAG finden Sie die Möglichkeit zur Anmeldung zu den Lern- und ggf. TT-Treff. Sie erhalten genaue Informationen zum Prüfungsablauf ebenfalls über die Lernplattform eZAG.

Nach dem Modulabschluss können Sie die Prüfung an einem vorgegebenen Termin einsehen. Die Anmeldung erfolgt über das eZAG. Eine individuelle Terminvereinbarung zur Prüfungsbesprechung kann nicht angeboten werden.

Für den Fall einer Absenz beim Modulabschluss bzw. der Notwendigkeit der Wiederholung des Modulabschlusses stehen Ihnen in der Kursverwaltung des ZAG Termine für die Absolvierung des schriftlichen und je nach Modul des praktischen Teiles zur Verfügung. Die Anmeldung zu diesen Nach- oder Wiederholungsprüfungen erfolgt ebenfalls über die Kursverwaltung. Bitte reservieren Sie sich diese Termine bei der Anmeldung.





## Lehrmittel und Persönlicher Laptop/Tablet (BYOD)

Lehrmittel Fachfrau/Fachmann Gesundheit FaGe EFZ:

- Band 3 / Handlungskompetenzbereich B, "Pflegen und Betreuen", Teil 2  
2. Auflage 2023
- Band 4 / Handlungskompetenzbereich C, "Pflegen und Betreuen in anspruchsvollen Situationen", Teil 2, 2. Auflage 2023

Die Verwendung von Lehrmitteln FaGe EFZ einer früheren Auflage bzw. Aktualisierung ist für eine erfolgreiche Absolvierung des Moduls nicht sinnvoll, da die Inhalte nicht mit den im Unterricht verwendeten Lehrmitteln übereinstimmen. Es ist möglich das Lehrmittel als E-Book zu erwerben und im Unterricht mittels Laptop/Tablet zu nutzen.

Die Lehrmittel können online auf der Website des Verlags Careum bestellt werden:  
[www.verlag-careum.ch](http://www.verlag-careum.ch) / Telefonnummer 043 222 51 50

Hinweis: Wenn Sie mehrere Module besuchen, empfehlen wir Ihnen die Anschaffung des gesamten Lehrmittels FaGe EFZ.

Für den Unterricht und zu Hause benötigen Sie einen persönlichen Laptop oder ein persönliches Tablet (Smartphone allein ist nicht ausreichend) dessen Nutzung Sie beherrschen. Die Anforderungen des privaten Geräts sind dem Merkblatt Bring your own device (BYOD) am ZAG zu entnehmen. Bringen Sie dieses Gerät zu jedem Unterricht mit.

## Modulabschluss

Der Modulabschluss erfolgt schriftlich und praktisch.

Prüfungsteile	Prüfungsart
<b>B.5* Klientinnen und Klienten bei der Ernährung unterstützen.</b>  Themen des Theorieunterrichts: <ul style="list-style-type: none"><li>– Anatomie: Verdauungssystem</li><li>– Eingeschränkte Nahrungsaufnahme</li><li>– Krankheitsbilder Ernährung</li><li>– Übelkeit und Erbrechen</li></ul> Themen des TT-Unterrichts: <ul style="list-style-type: none"><li>– Unterstützung bei der Nahrungsaufnahme</li></ul>	Schriftliche Prüfung           Praktische Prüfung
<b>E.4 Klientinnen und Klienten bei Ernährungsfragen informieren und begleiten.</b>  Themen des Theorieunterrichts: <ul style="list-style-type: none"><li>– Grundlagen der Ernährung</li><li>– Gesunde Ernährung in verschiedenen Lebensphasen</li><li>– Ernährungszustand</li><li>– Ernährungsberatung</li><li>– Ernährungsformen</li></ul>	Schriftliche Prüfung

(\*) Fallkompetenz gemäss Regelung zur Validierung von Bildungsleistungen FaGe EFZ vom 18.10.2018.