



Význam jídla ve vyšším věku

Mgr. et Mgr. **Marcela Petrová Kafková**, Ph.D.

CERA - Centrum pro výzkum stárnutí, katedra sociologie, Fakulta sociálních studií,
Masarykova univerzita; kafkova@fss.muni.cz; <https://starnuti.fss.muni.cz/>

PhDr. **Eva Ferrarová**, Ph.D.

Filozofická fakulta UK, Eva.Ferrarova@seznam.cz

Projekt „ Význam jídla ve vyšším věku“

- Grantová agentura GA23-06348S; doba trvání 2023-2025
- Masarykova Univerzita a Univerzita Karlova
- pochopit, jak stárnutí ovlivňuje význam jídla v životech starších lidí
- zmapovat, jak se v průběhu stárnutí mění vztah lidí k jídlu a ke všemu, co je s ním spojováno
 - změna chutí
 - výběr jídla
 - stolování
 - role jídla v životě

Způsob sběru dat

- hloubkové rozhovory o jídle se seniory/kami v domácnostech i DpS
- (video) etnografie v jídelnách DpS
- hloubkové rozhovory s personálem DpS

MUNI
FSS



Jídlo součástí **identity**

- Jsme to co jíme
- Identita: etnická, sociální, náboženská, genderová, věková.....



Jídlo a výživa

- jsou základními složkami dobrého stárnutí
- dává lidem pocit bezpečí, smysl, řád a strukturu
- naplňuje pocitem nezávislosti a možností volby

- Nezávislost, aktérství a důstojnost

Základní resilienční strategie

- vědomé (pozorné) stravování a radost z jídla
- přizpůsobení vlastních kuchařských dovedností aktuální situaci
- diverzifikace zdrojů
- využívání sítí sociální podpory
- znalost a uplatňování zásad zdravého stravování

DOMA



DpS

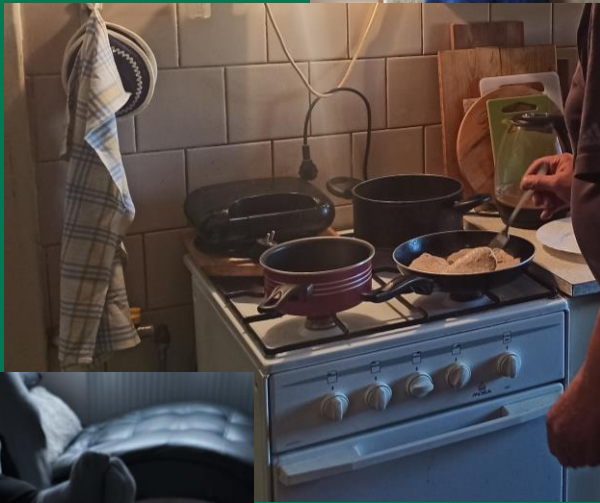
JÍDELNÍ LÍSTEK od 4.12.2023 do 10.12.2023

den	snídaně	svačina	oběd	svačina	večeře
Pondělí 4.12.	Káva,čaj,pomazánka syro-salámová,chléb pečivo (1,6,7)	Džus	Polevka zelačka/2 zeleninová Přírodní říší,brambory,tataraka,obloha (1,6,7,9,12)	Slané pečivo (1,3,6,7)	Krupicová kaše s kakaem/Dia (1,6,7) II.večeře-jabko
Úterý 5.12.	Káva,čaj,másko,chléb,pečivo (1,6,7)	Čerstvé ovoce	Polevka s mlhovinou Čaj,ry,zajka omáčka,žerstoviny (1,3,7,9)	Mikulášský balíček (1,3,7)	Polevka hovozí s noky,chléb,pečivo (1,3,6,7,9) II.večeře-rajce
Středa 6.12.	Káva,čaj,míchané vejce,másko,chléb,pečivo (1,3,6,7)	Molit	Polevka česneková/2 celerová Vepřové maso,brambory,fasolky na slanině/2 dietní (1,3,7,9)	Perníček/Dia perník (1,3,7)	Syr Duku,másko,chléb,pečivo (1,6,7) II.večeře-Dia jogurt
Čtvrtek 7.12.	Káva,čaj,paňtlika,másko,chléb,pečivo (1,6,7)	Čerstvé ovoce	Polevka kuřecí s nudlemi ařřivový nákyp s ovocem/Dia b)Zapečené žerstoviny se zeleninou (1,3,7,9)	Veka,másko (1,6,7,11)	Vinná klobása,bramborová kaše (1,7) II.večeře-kiwi
Pátek 8.12.	Káva,čaj,pomazánka salámová,chléb,pečivo (1,6,7)	Čerstvé ovoce	Polevka pórková Kuře pečené,brambory (1,3,7)	Croissant/Dia (1,3,6,7)	Zeleninové rizoto,syr,zervená Pepa (1,7,9) II.večeře-pomeranč
Sobota 9.12.	Kakao,medové másko Dia džem,másko,chléb,pečivo (1,6,7)	Džus	Polevka chlebová Vepřové maso na rattatouli/2 dietní,žerstoviny (1,3,7,9)	Kompot míchaný/Dia (1,6,7)	Syr Eidám,másko,chléb,pečivo (1,6,7) II.večeře-jabko
Neděle 10.12.	Kakao,džestky/Dia řezý (1,3,6,7)	Džus	Polevka s bakusem Štěpánská pečeně/2 dietní,houskový knedlík (1,3,7,9)	Jogurt/Dia (7)	Kuřecí tonka,másko,chléb,pečivo (1,6,7) II.večeře-okurka

Seřazení: Nutriční asistent

Schválilo: Ředitelka OŠD

Podpis: Šlechta



Příprava jídla z každodenní rutiny občasnou aktivizací



Režim stravování

Doporučená doba podávání jídel:

	Od:	Do:
SNÍDANĚ (včetně DIA svačinky)	7:30	8:30
OBĚD	11:45	12:45
svačina	14:30	15:30
VEČEŘE (včetně DIA večeře)	16:45	17:45

bezpečí

- jídla
- klientů
- poskytovatelů

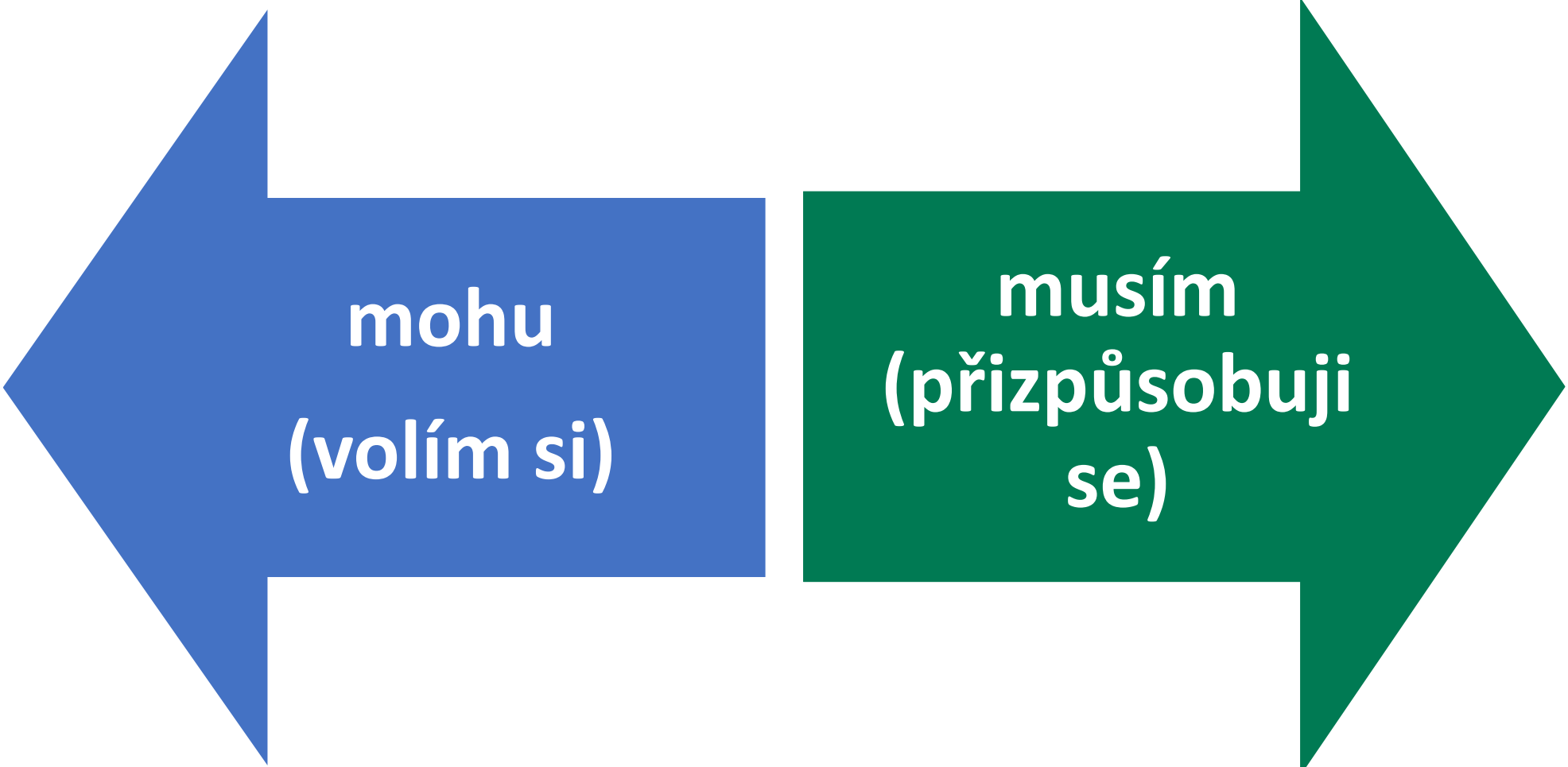
Možnosti získat a uchovat si jídlo a nápoje mimo poskytované DpS

- lednička na pokoji / na patře společná
- možnost ohřát si jídlo (mikrovlnná trouba / sporák / na topení)
- možnost uchovávání a skladování nádobí
- bufet v DpS, obchod vedle
- přinese rodina / objednájí u sociální pracovnice

- paradox zdatnosti – nejzdatnější uživatelé strava v nejméně domáckém prostředí velké jídelny

OTÁZKA AUTONOMIE

odlišná percepce uživatelů a personálu



mohu
(volím si)

musím
(přizpůsobuji
se)

Závěrem

- Jídlo klíčové pro **kvalitu života**, součástí **identity**
- prosazovaná rétorika individualizace péče v oblasti stravování selhává (princip fungování odnímá možnost volby a participace)
- oblast zatížená **silným paternalismem**
 - představy o zdravé / správné stravě, představy o tom co „oni“ mají rádi
 - důraz na pestrost stravy (vs. chleba jako základ snídání a studených večeří)
- **velká rozrůzněnost podoby stravování**
 - ne/umožnění výběru z více jídel
 - možnost volby místa konzumace pokrmů
 - časová flexibilita výdeje jídel, podávání individualizované a bez režimu spěchu
 - možnost vlastních potravin