

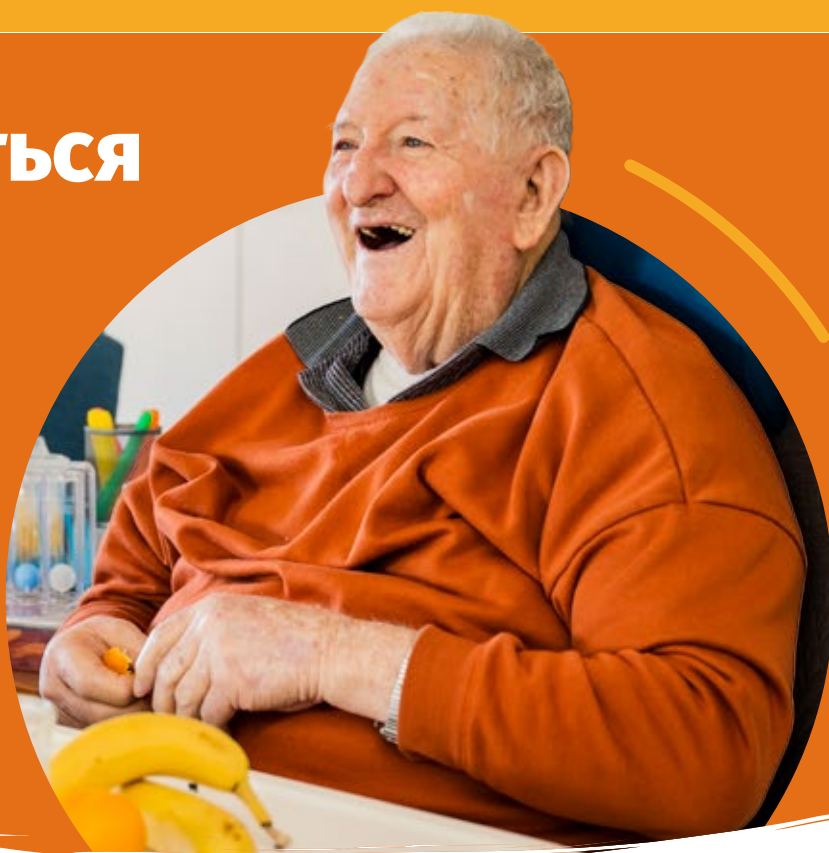


Информационный лист для жильцов домов престарелых

Russian | Русский

Как наслаждаться едой в доме престарелых

Этот информационный бюллетень описывает, что Вы и Ваша команда по уходу за престарелыми можете сделать, чтобы прием пищи был приятным для Вас.



Культура питания включает в себя предлагаемые Вам блюда и напитки, обслуживание, которое Вы получаете, а также атмосферу. Вкусная еда улучшит Ваше самочувствие и повысит качество жизни.

Почему это важно

Исследования показывают, что приятный режим питания увеличивает Ваше удовольствие от еды и напитков. Правильное питание способствует насыщению от еды и здоровью. Это может снизить вероятность потери веса, недоедания, слабости, падений и ухудшения здоровья.

Как это делается

Ваш ужин должен быть приятным, подан с уважением, и соответствовать Вашим предпочтениям, независимо от того, где, когда, что, как вы едите и с кем.

Команда по организации питания состоит из работников общественного питания, обслуживающего персонала, а также поваров и шеф-поваров, которые должны быть обучены приготовлению пищи для пожилых людей. Они должны работать с Вами как одна команда.



Приятное питание должно соответствовать стандартам качества ухода за престарелыми (Aged Care Quality Standards).



Стандарт 1: Достоинство и выбор потребителя

«Ко мне относятся с достоинством и уважением, при этом я могу сохранять свою индивидуальность. Я могу делать осознанный выбор в отношении ухода за мной и оказываемых мне услуг, и жить той жизнью, которую я выбираю».



Стандарт 2: Непрерывная оценка и планирование с потребителями

«Я участвую в качестве партнера в постоянной оценке и планировании, которые помогают мне получать уход и услуги, необходимые для моего здоровья и благополучия».



Стандарт 4: Обслуживание и поддержка в повседневной жизни

«Я получаю услуги и поддержку в повседневной жизни, и это важно для моего здоровья и благополучия и позволяют мне делать то, что я хочу».

Ваша команда по уходу должна учитывать следующие факторы при планировании вашего питания:

- ✓ **Ваш вкус: что Вам нравится, а что нет**
Ваша команда по уходу должна знать, где и когда Вы любите есть, с кем Вам нравится есть, что Вы едите и пьете, и в каких количествах, а также, какая подача еды Вам нравится.
- ✓ **Уточнять у Вас, как Ваш вкус может измениться**
Вы можете изменить свои вкусовые предпочтения в любое время. Иногда Вы можете захотеть пообедать в своей комнате, а в другой раз пообщаться с кем-нибудь в столовой.
- ✓ **Варианты питания для поддержки Ваших вкусовых предпочтений**
Это может включать продленное время приема пищи, чтобы Вы могли есть, когда Вам удобно, питание по системе «шведский стол», самообслуживание, а также, заказ из меню, чтобы вы могли выбрать себе еду и напитки.
- ✓ **Доступ к легким закускам в любое время суток**
Это дает вам возможность выбирать когда вы едите.





✓ **Взаимодействие с Вами во время еды**

Персонал должен быть готов оказать Вам поддержку и помощь во время еды, если Вы в ней нуждаетесь или просите о ней, а также участвовать в беседах, когда позволяет время.

✓ **Уважение к Вам, как к личности**

К Вам должны всегда относиться с уважением и достоинством вне зависимости от того, как, где и что Вы едите.

✓ **Уважение Ваших культурных, религиозных и диетических принципов**

Это может включать приемлемую для Вас с культурной точки зрения еду и столовые приборы, такие как палочки для еды, ложки, вилки и миски для мытья рук, а также предоставление времени для культурных молитв или традиций во время еды. Помните, Ваши предпочтения важны и не должны быть проигнорированы.

✓ **Предоставление блюд и закусок, которые выглядят, имеют привлекательный вид, вкус и запах, и обладают соответствующей температурой и консистенцией**

Это не зависит от того, когда и где Вы решите поесть и как далеко Вы находитесь от кухни.





Вам должно быть комфортно обсуждать Ваши вкусовые предпочтения с членами Вашей команды по уходу, в том числе:

✓ **Просить разделить трапезу с членами Вашей семьи**

Вы можете попросить о тихом месте, где Вы сможете пообедать с родственниками или друзьями, вне столовой. Если Ваши родственники живут далеко, Вы можете попросить персонал организовать с ними видеозвонок во время еды.

✓ **Вы можете попросить встретиться с шеф-поварами и поварами, и высказать свое мнение и предложения по поводу еды рецептов, блюд и закусок**

Повара, шеф-повара и обслуживающий персонал также могут разделить с Вами трапезу, если у них есть время на это.

✓ **Внесение предложений о питании**

Это может включать ваше мнение по поводу меню, столовой и сервировки стола.

✓ **Вы должны быть уверены в том, что обратная связь с персоналом или Вашим поставщиком услуг по уходу за престарелыми о Вашей еде и питании приветствуется и к ней отнесутся с уважением**

Вы должны иметь возможность оставить отзыв при том, что это не воспримется как помеха или не повлечет для Вас каких-либо негативных последствий.



Некоторые сотрудники могут не знать о Ваших потребностях и предпочтениях.

Сообщите им о своих предпочтениях и требованиях к еде, в том числе о том, что Вы любите есть и в каком количестве, как часто Вы хотите есть, и о любой помощи, которую вы хотели бы получить.

Вы можете заполнить лист предпочтений в еде и питании перейдя по ссылке: www.agedcarequality.gov.au/resources/food-and-dining-preferences-fact-sheet и попросить о том, чтобы он был доступен в Вашем номере.





Что делать, если вы беспокоитесь о своем питании

1. Поговорите со своим поставщиком услуг по уходу за престарелыми.
2. Попросите своего менеджера по уходу за престарелыми связаться с диетологом, логопедом или эрготерапевтом назначить консультацию.
 - Диетологи могут рассмотреть Ваши потребности в питании и план меню и порекомендовать Вам лучшие блюда.
 - Логопеды могут проверить, как вы глотаете, и порекомендовать стратегии для безопасного приема пищи и питья.
 - Эрготерапевты могут предложить любую поддержку, которая может Вам понадобиться, чтобы Вы смогли есть и пить самостоятельно, например, модифицированные столовые приборы, посуду, стулья и столы.
3. Позвоните в Службу поддержки для пожилых людей (OPAN) по телефону **1800 700 600**
с 8:00 до 20:00 с понедельника по пятницу
и с 10:00 до 16:00 по субботам

OPAN поддерживает пожилых людей и их представителей в решении вопросов, связанных с услугами по уходу за престарелыми, финансируемыми австралийским Содружеством.
4. Позвоните в Комиссию по качеству и безопасности ухода за престарелыми по телефону **1800 951 822** (звонок бесплатный), если Вы хотите оставить отзыв о службе ухода за престарелыми или подать жалобу.

Дополнительная информация

Дополнительные информационные бюллетени доступны по адресу: www.agedcarequality.gov.au/consumers/food-dining-and-nutrition

Питание

- Плакат с вашим питанием (Your dining experience poster)
- Плакат с перечнем Ваших перепочтений в еде (Your choices matter fact sheet)

Выбор

- Информационный бюллетень о выборе еды, напитков культуры питания в доме престарелых (Making choices about your food, drink and dining experience in aged care fact sheet)
- Плакат о Ваших правах при выборе еды и напитков на свой вкус в доме престарелых (Food and drink in your aged care home – your right to choose and take risks poster):
- Плакат о Ваших правах при выборе еды и напитков, а также культуры питания в доме престарелых (Your right to make choices about food, drink and your dining experience in residential aged care poster)

Хартия прав престарелых на получения ухода за ними (Charter of Aged Care Rights) www.agedcarequality.gov.au/consumers/consumer-rights

Normes de qualité des services destinés aux personnes âgées (Aged Care Quality Standards) www.agedcarequality.gov.au/providers/standards



Телефон
1800 951 822



Вебсайт
agedcarequality.gov.au



Адрес для корреспонденции
Aged Care Quality and Safety Commission
GPO Box 9819, в Вашей столице