

Päijät-Hämeen Ravitsemusviikko 4.-10.9.2017

Pieniä ja hyviä ruokatekoja ikääntyneille

Tarjoa hyvää ruokaa riittävästi ja säännöllisesti

Lisää ruokaan tarvittaessa kermaa, rasvaa tai proteiinilisää

Syö yhdessä ikääntyneen kanssa

Auta tai järjestä apua ruokailuun, ruokaostosten tekemiseen tai ruuanvalmistukseen

Huolehdi ikääntyneen suun terveydestä ja auta tarvittaessa suun hoidossa



Osana Suomi 100 -juhlavuoden
ohjelmaa vuonna 2017



Löydät meidät Facebookissa @ravitsemustaidoillahyvinvointia
Tule ja kerro meille ruokateostasi!