Gruppenarbeit: Arbeitsauftrag für Kleingruppen

1. Wählen Sie aus den unten aufgeführten sechs Themen ein Thema aus.

2. Nutzen Sie zu den Ernährungsinformationen für ältere Menschen die folgenden Internetadressen:
   www.ernaehrung.de/tipps/alter/ aufgerufen am 18.02.15
   www.bmel.de/DE/Ernaehrung/GesundeErnaehrung/ErnaehrungimAlter/ernaehrungimAlter_node.html
   www.apotheken-umschau.de/Ernaehrung/Gewicht-Jedes-Jahr-ein-Kilo-mehr-108247.html
   alle Internetquellen aufgerufen am 18.02.15

3. Jede Gruppe präsentiert ihr Thema vor der Klasse.

4. Stellen Sie die Ergebnisse aller Gruppen in einer Tabelle zusammen.

Themen: Ernährung im Alter

- Körpergewicht
- Nährstoffbedarf im Alter
- Flüssigkeitszufuhr
- Nahrungsergänzung
- Wenn das Essen Probleme bereitet
- Empfehlungen für eine altersgerechte Ernährung