

# Hyvinvointi alkaa ravinnosta – ota haltuun hyvinvointia tukevat ruokavaliot

## 27.9.-26.10.2021

Turun ammatti-instituutti järjestää koulutuksen hyvinvointia tukevista ruokavalioista. Tämän opinon aikana perehdytään erityisruokavalioaterioihin osana ammattikeittiön ja ravintolan ruokatarjontaa. Erityisesti keskitytään hyvinvointia tukeviin ja lisääviin ruokavalioihin.

Koulutus on ravintola-alan täydennyskoulutusta. Koulutus on maksutonta.

### Sisältö

Koulutuksen yhteydessä suoritetaan ruokapalvelujen ammattitutkinnon valinnainen tutkinnon osa [erityisruokavalioaterioiden valmistaminen](#). Opiskelijan työssä korostuvat vastuu asiakkaan terveydestä ja hyvinvoinnista sekä itsenäinen tiedonhankinta- ja ongelmanratkaisukyky. Opiskelija hallitsee toimintaympäristönsä erityisruokavaliot ja osaa hankkia tarvitsemansa tiedot uusista ruokavalioista. Ammattitaito osoitetaan alan todellisissa työtehtävissä.



### Aikataulu

- **27.9.2021 etänä: orientaatio aiheeseen**
  - erityisruokavalioaterioiden valmistaminen ruoka- tai henkilöstöravintolassa, juhlapalveluyrityksessä tai suurtaloudessa
- **28.9.2021 klo 9-15 Lemminkäisenkadun koulutalo, opetuskeittiö**
  - sokerittomat, gluteenittomat ja luomutuotetut makeat ja suolaiset tuotteet
- **26.10.2021 klo 9-15 Lemminkäisenkadun koulutalo, opetuskeittiö**
  - kevyempi, vähähiilihydraattinen maistuva ruokavalio

### Missä?

Turun ammatti-instituutti, Lemminkäisenkatu 18 D, Turku

### Hakeutuminen koulutukseen

Hakeutuminen **20.9.2021 mennessä**. Koulutukseen hakeudutaan täyttämällä sähköinen hakulomake osoitteessa [www.turkuai.fi/jatkuvahaku](http://www.turkuai.fi/jatkuvahaku). Koulutukseen voi osallistua omaehtoisesti tai oppisopimuksella. Opinto-ohjaaja on yhteydessä kaikkiin hakeutujiin. Oppisopimukset voidaan solmia sen jälkeen. Mikäli olet työtön tai lomautettu, voit osallistua koulutukseen koulutusopimuksella.

### Lisätietoja koulutuksesta

Opinto-ohjaaja Maria Kallio, puh. 044 907 3945 tai [maria.kallio@turku.fi](mailto:maria.kallio@turku.fi)