

		
	titel	Uitgangspunten voor gezonde voeding Zoals beschreven in het kwaliteitshandboek van OlmenEs
Proceseigenaar	Manager zorg	

Wat zijn de uitgangspunten voor een gezonde voeding?

Een goede evenwichtige voeding ondersteunt de mens in zijn hele wezen. Het zorgt voor een goede weerstand, vitaliteit en levenskracht. Door gebruik te maken van ‘levende voeding’ wordt de mens geactiveerd tot vertering, ontmoeting met het ‘levende’ in de voeding, opbouw, worden de zintuigen geprikkeld, een goede smaak gestimuleerd, waardoor de individualiteit van de mens zich kan versterken en ontwikkelen. Door een goede voeding wordt de dynamiek tussen gezondheid en ziekte zoveel mogelijk ondersteund en de salutogenese (zelfgenezend vermogen) van ieder mens bevorderd.

Het uitgangspunt voor alle maaltijden binnen OlmenEs is om zoveel mogelijk gebruik te maken van biologische dynamische producten en levensmiddelen. Deze producten bevatten nog veel levenskrachten. Biologisch dynamische voeding is voeding met respect voor de aarde en de dieren.

Een onbewerkte natuurlijke voeding, rijk aan levenskrachten, is essentieel om de mens te ondersteunen in zijn ontwikkeling. Door een natuurlijke voeding te gebruiken wordt een onnodige belasting van het lichaam en geest voorkomen.

Het gezellig samen eten in een ontspannen sfeer is een belangrijke waarde binnen de woonhuizen en ondersteunt zowel het verteringsproces als het zelfgenezend vermogen in ieder mens.

De uitgangspunten hebben als doel afspraken, samenwerking en communicatie te realiseren waarin de kwaliteit, de afstemming over en de besluitvorming rond voeding geborgd zijn.

We streven bij de voeding in OlmenEs naar:

1. Biologische (dynamische) kwaliteit, dit betekent gezond en goed voor de mens, de dieren en de aarde.
2. Verse producten vanuit eigen omgeving en seizoensgebonden.
3. Volwaardige ongeraffineerde voeding.
4. Zo min mogelijk bewerkte kant-en-klaar producten.
5. Geen toevoeging van kunstmatige stoffen, ofwel de E-nummers.
6. Voeding samengesteld uit een combinatie en diversiteit van producten, die de gezondheid bevorderen.
7. Variatie in menu's en openheid ten aanzien van nieuwe impulsen en veranderingen: evenwicht en afwisseling in het gebruik van wortel, stengel, blad en bloem / vrucht.