

## **Spoštovani,**

v Varstveno delovnem centru POLŽ Maribor se zavedamo, da je prehrana pomemben del vsakdanjega življenja in zdravja naših uporabnikov. Pri načrtovanju obrokov izhajamo iz strokovnih prehranskih smernic, hkrati pa si prizadevamo, da so obroki varni, raznoliki in prilagojeni posameznikovim potrebam.

V ta namen smo v sodelovanju s prehransko stroko oblikovali t. i. **metabolno dieto**, ki združuje priporočila več diet, namenjenih osebam s presnovnimi težavami (npr. sladkorna bolezen, povišane maščobe v krvi, žolčne težave ali potreba po energijsko prilagojeni prehrani).

### **Kaj pomeni metabolna dieta?**

Metabolna dieta temelji na uravnoteženi prehrani z omejenim vnosom sladkorjev in maščob, vključuje več zelenjave, primerne ogljikove hidrate ter blage postopke priprave hrane. Takšen način prehranjevanja podpira stabilno presnovo, dobro počutje in dolgoročno zdravje, hkrati pa omogoča dovolj raznolikosti in okusnosti obrokov.

### **Zakaj združevanje diet?**

Analiza je pokazala, da se priporočila za posamezne diete v veliki meri prekrivajo. Z njihovim združevanjem:

- zagotovimo enako visoko raven prehranske varnosti,
- omogočimo boljšo preglednost in doslednost,
- ter lažje prilagajanje posamezniku, kadar se pojavijo dodatne potrebe ali intolerance.

Pomembno je poudariti, da se pri tem **ne opušča individualnega pristopa** – posebnosti posameznega uporabnika se še vedno upoštevajo in po potrebi prilagodijo.

V VDC POLŽ Maribor si iskreno prizadevamo, da bi bila prehrana naših uporabnikov kakovostna, varna in prijetna, hkrati pa organizirana na način, ki omogoča zanesljivo in strokovno izvedbo. Prepričani smo, da predlagan sistem predstavlja korak k še boljši skrbi za zdravje in dobro počutje vseh uporabnikov.

Za morebitna dodatna vprašanja ali pojasnila smo vam vedno na voljo.

S spoštovanjem,

Varstveno delovni center POLŽ Maribor