

Pensumliste for:

**Årsstudium i mat, kosthold og  
ernæring for eldre**

Studieåret: 2026/2027



I tillegg til bøker vil det være ulike nedlastbare rapporter, retningslinjer og kompendium. Disse finner du oversikt over i leselistene tilhørende hvert emne i Qybele.

## Litteraturliste

### Mat, kosthold og ernæring ERN1010

---

- *Om mat og ernæring, en introduksjon til hva man bør spise*, 1.utg. – E. Bere & N.C. Øverby.  
ISBN: 9788276348484

### Samfunnsrettet ernæring ERN1020

---

- *Samfunnsernæring*, 1.utg. – D. Engeset, L.E. Torheim & N.C. Øverby.  
ISBN: 9788215030630
- *Forebyggende helsearbeid – Folkehelsearbeid i teori og praksis*, 5.utg. - J. G. Mæland.  
ISBN: 9788215052458