

# **Seminar: Osteoporose für Ernährungsfachkräfte:**

**Medizinische Hintergründe, leitliniengerechte Ernährung,  
patientengerechte Vermittlung, alltagstaugliche Umsetzung**

**Termin:** 29. / 30.04.2016

**Dauer:** Freitag: 9.45 bis 18.30 Uhr (9 UE)

Samstag: 9.00 bis 15.30 Uhr (8 UE)

**Ort:** SaniPlus Gesundheitszentrum am PEP  
Charles-de-Gaulle-Straße 6, EG, 81737 München

**Zielgruppe:** Anerkannte Ernährungsfachkräfte (Diätassistent/innen, Dipl.  
Oecotropholog/innen, Dipl. Ernährungswissenschaftler/innen etc.)

**Teilnehmerzahl:** mind. 10 / max. 20 Personen

## **Referentinnen-Team:**

Ehrentraud Koch, Fachärztin für Physikalische Medizin, Osteologin DVO, langjährige Mitarbeiterin im Bayerischen Osteoporose-Zentrum am Klinikum Großhadern in München

Barbara Haidenberger M.Sc., Diätassistentin, Diätküchenleiterin DGE, Qualitäts-, Prozess- und Projektmanagerin, 20 Jahre Berufserfahrung in Klinik, Großküche, Rehabilitation, Patientenschulung, Ernährungsberatung und Prävention

## **Seminarbeschreibung:**

Das Seminar vermittelt wichtige medizinische Grundlagen zum Thema Osteoporose inkl. Präventionsmaßnahmen und Therapieempfehlungen. Den Schwerpunkt bieten die aktuellen Ernährungsempfehlungen und Möglichkeiten der praxisnahen Vermittlung in Beratung und Schulung. Zusätzlich werden im Seminar verschiedene Kurskonzepte zum Thema Ernährung und Lifestyle bei Osteoporose vorgestellt, die sowohl in der Prävention als auch für Betroffene eingesetzt werden können.

**Kosten:** € 295,- (inkl. MwSt., Pausenverpflegung und Lebensmittel für die Kochpraxis) – Mitglieder des VDD, VFED, VDOE sowie des österreichischen Diätologen-Verbandes zahlen € 275,-

## **Seminar-Ablauf (Änderungen vorbehalten):**

### **TAG 1**

- |                 |   |
|-----------------|---|
| 9.45 bis 10.00  | Begrüßung, Vorstellung  |
| 10.00 bis 11.30 | Medizinische Einführung Teil 1<br><br>Der Aufbau des Knochens, Epidemiologie, Definition der Osteoporose, Leitlinien und DVO (Dachverband der Osteologie), Prävention, Risikofaktoren, Diagnostik |
| 11.30 bis 11.45 | Kaffeepause   |
| 11.45 bis 13.15 | Medizinische Einführung Teil 2<br><br>Therapie: Basistherapie, Medikamente, Schmerztherapie, Heil- und Hilfsmittel, Bewegung und Sturzprophylaxe  |
| 13.15 bis 14.15 | Mittagspause  |
| 14.15 bis 15.45 | Leitliniengerechte Ernährung, relevante Nährstoffe  |
| 15.45 bis 16.00 | Kaffeepause   |
| 16.00 bis 17.30 | Säure-Basen-Haushalt  |
| 17.30 bis 17.45 | Bewegte Pause / Bewegungsübungen  |
| 17.45 bis 18.30 | Schulungsbausteine: Haus der Osteoporose-Therapie und Prävention , Säure-Basen-Waage, Spiel der Knochengesundheit   |

### **TAG 2:**

- |                 |  |
|-----------------|--|
| 9.00 bis 10.30  | Auswertung der Esstagebücher; Vorstellung verschiedener Anwendungsmöglichkeiten (Prävention, Therapie) |
| 10.30 bis 10.45 | Kaffeepause  |
| 10.45 bis 11.30 | Bericht über das Evaluierungsprojekt   |
| 11.30 bis 13.45 | Kochpraxis: Knochengesundes Menü   |
| 13.45 bis 14.00 | Pause  |
| 14.00 bis 14.45 | Marketing: Wie und wo finde ich Interessenten und Kooperationspartner?                                 |
| 14.45 bis 15.30 | Wissens-Evaluierung / Qualitätskontrolle, Feedback   |