

## Online Seminar am 08.05.2023:

### Bruchsticher – knochengesund im Alter

Mit Mitte 30 haben wir das Maximum an Knochenmasse erreicht und unser Calcium-Reservoir aufgebaut. Danach beginnen die natürlichen Alterungsprozesse und die Knochenmasse nimmt langsam ab. Die Nährstoffe Calcium und Vitamin D tragen wesentlich zum Erhalt von starken Knochen im Alter bei und sind wichtige Bausteine bei der Osteoporose-Prävention.

Erfahren Sie in diesem Seminar mehr über das Geheimnis vitaler Knochen, sowie über Calcium, Vitamin D und viele weitere Aspekte einer genussvollen vitalstoffreichen Ernährung.

**Zielgruppe:** pflegende Angehörige, Fachkräfte und ehrenamtlich Tätige aus dem Seniorenbereich

**Veranstalter:** Vernetzungsstelle Seniorenernährung Brandenburg

**Referentin:** Stefanie Seling-Stoll, Diätassistentin, Diätköchin/DGE, Lehrkraft für Gesundheitsberufe

**Termin:** 08.05.2023 (online via Zoom)

**Uhrzeit:** 14:30 – 16:30 Uhr

**Anmeldung:** bis spätestens 03.05.2023 über unser [Anmeldeformular](#)

Die Teilnahme ist kostenfrei.

#### Hinweise für die Teilnahme:

- Die Anmeldung erfolgt über das [Anmeldeformular](#) auf unserer Internetseite.
- Für die Teilnahme sind nur eine Internetverbindung und ein aktueller Browser notwendig
- Eine Anleitung zur Nutzung und Einwahl via Zoom wird von uns spätestens 2 Tage vor Veranstaltungstermin per E-Mail versendet. Falls sie die Mail nicht erhalten haben, schauen Sie bitte auch in Ihrem Spam-Ordner nach
- Eine Teilnahme an der Veranstaltung mit eingeschränkter Funktionalität ist auch über das Telefon möglich.
- 

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



**Kontakt Vernetzungsstelle Seniorenernährung Brandenburg:**

Name: Laura Behrens

E-Mail: [info@seniorenernaehrung-brandenburg.de](mailto:info@seniorenernaehrung-brandenburg.de)

Tel.: 0331 – 73 06 17 55

**Hintergrundinformationen zur Vernetzungsstelle Seniorenernährung Brandenburg:**

*Im Rahmen der Ernährungsinitiative des BMEL für Seniorinnen und Senioren wird die Einrichtung von Vernetzungsstellen für Seniorenernährung oder vergleichbaren Institutionen in den Bundesländern gefördert. Die Vernetzungsstellen bieten Beratung, vermitteln Wissen und vernetzen die Akteure in der Seniorenarbeit. Die Ernährungsinitiative für Seniorinnen und Senioren ist Teil von IN FORM- Deutsche Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung.*

*Die „Vernetzungsstelle Seniorenernährung Brandenburg“ in Trägerschaft der Projektagentur gGmbH wird gemeinsam durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft und durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit, Integration und Verbraucherschutz des Landes Brandenburgs von September 2020 bis Dezember 2023 gefördert.*

Weiteres auf: [www.seniorenernaehrung-brandenburg.de](http://www.seniorenernaehrung-brandenburg.de)

Gefördert durch:

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages