

## Veranstaltungsort

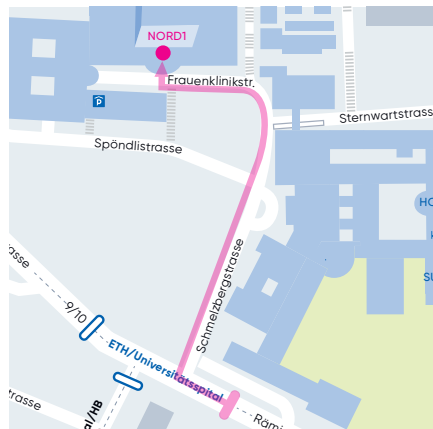
Universitätsspital Zürich  
NORD1 Raum C301

## Kosten

Kosten 120 CHF  
Vorträge werden per E-Mail am Vortag verschickt.

## Anmeldung/Anmeldeschluss

Anmeldung per E-Mail an [kontakt@buggyfit.ch](mailto:kontakt@buggyfit.ch)  
Der Anmeldeschluss ist am **1.9.2020**.



● Eingang NORD1

# PEBS

## Weiterbildung

### Update Ernährung in der Schwangerschaft

Freitag, 11.9.2020

14:00–17:15 Uhr

Universitätsspital Zürich

NORD1 Raum C301



Credits

5 Punkte: e-log (beantragt)

Liebe Kursteilnehmerin, lieber Kursteilnehmer

Sie arbeiten mit Schwangeren und gelegentlich stossen Sie auf das Thema «Ernährung»? Es wäre hilfreich, wenn Sie in einer kurzen Weiterbildung das Wichtigste zum Thema «Ernährung in der Schwangerschaft» erfahren könnten?

Dann sind Sie bei uns richtig. In einer Nachmittags-Weiterbildung stellen wir Ihnen die aktuellsten Empfehlungen zu Makronährstoffen und Mikronährstoffen vor. Auch Themen wie Gewichtszunahme, Eisenstatus und vegane Ernährung werden besprochen.

Die Weiterbildung richtet sich an Physiotherapeut\*innen, Bewegungspädagog\*innen, Hebammen, Mütter-Väter-Beraterinnen, Ärzt\*innen und Personal Trainer.

Die Basis für diese Weiterbildung stammt von Gesundheitsförderung Schweiz, die im Rahmen des Programmes «miapas» gemeinsam mit allen Berufsgruppen die Empfehlungen zusammengestellt hat. Der Verein PEBS «Präventive Ernährung- und Bewegungsberatung in der Schwangerschaft bis ein Jahr nach Geburt» setzt sich für Weiterbildungen in diesem Fachgebiet ein.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme.



PD Dr. med. Katharina Quack Lötscher  
Präsidentin Verein PEBS

## Referentinnen

### Sibylle Abt

Dipl. Ernährungsberaterin  
MAS Prävention und  
Gesundheitsförderung  
Geschäftsführerin PEBS

### Lumnije Jusufi

BSc in Ernährung und  
Diätetik BFH

### PD Dr. med.

### Katharina Quack Lötscher

FMH Prävention und  
Gesundheitswesen  
Präsidentin Verein PEBS

## Freitag, 11.9.2020

Ab 13:30	Registrierung	
14:00	Begrüssung	
14:10	Makronährstoffe und Gewichtszunahme	Sibylle Abt
15:00	<b>Kurze Pause</b>	
15:10	Ausgewählte Supplemente	Katharina Quack Lötscher
16:00	<b>Kurze Pause</b>	
16:10	Vegane Ernährung: Fokus Eisenstoffwechsel	Lumnije Jusufi
17:00	Diskussion	
17:15	<b>Ende</b>	