



Tagesprogramm Aktionstag Osteoporose

1. September 2008, BEA expo in Bern

- 9.00 h Türöffnung
- 9.30 – 9.35 h Eröffnung der Tagung und Begrüssung
Dorothea Loosli-Amstutz, Grossratspräsidentin, Bern
- 9.35 – 10.50 h Osteoporose: Krankheitsbild, Diagnostik, Therapie
Dr. med. Thomas Lehmann, Rheumatologe FMH
- 10.50 – 11.40 h Prävention und Therapie der Osteoporose durch Bewegung
Barbara Zindel, Physiotherapeutin, Rheumaliga Schweiz
- 11.40 – 12.30 h Ernährung bei Osteoporose
Maria Caputo, Leitende Ernährungsberaterin HF, Spitalzentrum Biel AG

12.30 – 13.30 h Calcium-Snack und Aktivitäten am Marktplatz, Demo-Messungen Knochendichte

Nachmittags-Referate: Wiederholung des Morgenprogramms

- 13.30 – 13.35 h Begrüssung zum Nachmittagsprogramm
Eva Desarzens-Wunderlin, Präsidentin Rheumaliga Bern
- 13.35 – 14.50 h Osteoporose: Krankheitsbild, Diagnostik, Therapie
Dr. med. Thomas Lehmann, Rheumatologe FMH
- 14.50 – 15.40 h Prävention und Therapie der Osteoporose durch Bewegung
Barbara Zindel, Physiotherapeutin, Rheumaliga Schweiz
- 15.40 – 16.30 h Ernährung bei Osteoporose
Maria Caputo, Leitende Ernährungsberaterin HF, Spitalzentrum Biel AG
- 16.30 – 17.30 h Aktivitäten am Marktplatz

Der Marktplatz: 9.00 - 17.30 Uhr

Osteoporose-Risiko-Berechnung, Beratung vom Facharzt, Ernährungsberatung, Beratung durch Rheumaliga-Physiotherapeuten, Gleichgewichtsparcour: Test Trittsicherheit und Sturzrisiko, Probeliegen von Gesundheitsmatratzen und Betten, Osteogym-Schnupperkurs, Wellness- und Reha-Hotel-Tipps, Dienstleistungspalette der Rheumaliga, und mehr

- 17.30 h Ende der Veranstaltung