

# Zöliakie – und trotzdem sorglos reisen!

Eine gut zubereitete diätetische Mahlzeit in der Gemeinschaftsverpflegung erfordert große Erfahrung und umfassende Kenntnisse, zumal je nach Diätform/Lebensmittelunverträglichkeit mehr oder weniger Nahrungsmittel, Zutaten und Zubereitungsformen nicht gegeben bzw. nicht angewandt werden dürfen. Durch geschickte Abwandlungen der Menükomponenten gelingt es weitgehend, eine bestimmte Diätform auch schmackhaft zu gestalten.

Dieses gilt besonders für Diätformen, die lebenslang oder über längere Zeit gegeben werden müssen, wie bei Diabetes mellitus, Erkrankungen des Fettstoffwechsels, Allergien und Lebensmittelunverträglichkeiten wie z. Bsp. Zöliakie. Je schmackhafter ein ausgewogenes Menü zubereitet und je abwechslungsreicher der Speiseplan gestaltet wird, um so größer ist der Erholungswert in der Gemeinschaftseinrichtung.

Hierzu wird beginnend mit dem Seminar im Winter 2011 eine stufenweise, gezielte Qualifizierung in Sachen „neuzeitliche“ Gemeinschaftsverpflegung für die Verantwortlichen der Familienferien- bzw. Bildungseinrichtungen begonnen. Hierbei soll das Grundwissen erweitert werden sowie theoretische Lösungsansätze der vielfältigen Alltagsprobleme erarbeitet werden. Ziel ist es, eine Art „Arbeitshilfe von Praktikern für Praktiker“ zu erstellen. Diese Arbeitshilfen werden dann mittelfristig als modulares Qualifikationsnetzwerk ausgebaut.

Arbeitsschwerpunkte:

- Die Notwendigkeit einer qualifizierten Speisenzubereitung
- Rahmenbedingungen bei der Umsetzung
- Das Wesen und die Wichtigkeit der Professionalisierung in der Gemeinschaftsverpflegung
- Umsetzungshilfen in der Praxis

## Allgemeines

Die Themenbereiche am Mittwoch und Donnerstag ( Seminarteil I ), werden mittels Referat von der Referentin den Schulungsteilnehmern vorgestellt. Hierauf folgt die Aufarbeitung des Themenbereiches in Kleingruppen. Alle Gruppen erhalten den gleichen Arbeitsauftrag.

Die Arbeitsergebnisse der Gruppen werden im Plenum vorgetragen und zur Diskussion gestellt. Am Donnerstagnachmittag und am Freitag (Seminarteil II) sollen die neu erworbenen Kenntnisse praxisnah umgesetzt werden.

**Leistungen:** Vollpension, Unterbringung in Doppelzimmern

**Teilnehmerbeitrag** 190,00 € Teilnehmer aus NRW  
150,00 € Teilnehmer aus Rheinland-Pfalz

**bis 30.11.2011** auf  
Konto 060 004 645 bei der Kreissparkasse Mayen  
(BLZ 576 500 10)  
**einzahlen.**

Verein  
Naturfreundehaus  
Laacherseehaus e.V.



...nachhaltig sanft

## Seminar für Glutenfreie Ernährung in der Gemeinschaftsverpflegung

im Naturfreundehaus Laacherseehaus  
Laacher-See-Str. 17  
56743 Mendig /Osteifel

Mittwoch 7.12.2011 – Freitag 9.12.2011

**Referentin:** Christiane Bethge-Witt, Heidenheim  
Diplom Oecotrophologin  
DZG- Zöliakie Beraterin

**Seminarleitung:** Frau Ursula Auras

**Veranstalter:** Verein Naturfreundehaus Laacherseehaus e.V.  
Laacher-See-Str. 17  
D - 56743 Mendig  
☎ 02652 / 4777 ☒ 02652 / 2282  
mail: [laacherseehaus@t-online.de](mailto:laacherseehaus@t-online.de)  
Mitglied der Landesarbeitsgemeinschaft  
**anderes lernen**

## Seminarverlauf

### Mittwoch den 07.12.2011

Anreise der Teilnehmer bis 10.00 Uhr

- 10:15 – 10:45 Uhr Begrüßung
- 10:45 – 11:30 Uhr - Einführungsreferat (Power Point Präsentation)  
„Erfahrungen im Umgang mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten in der Gemeinschaftspflege“
- 11:30 – 11:45 Uhr Pause
- 12:00 – 12:30 Uhr - Referat (Power Point Präsentation)  
„Allgemeine medizinische Grundlagen der Verdauung“  
- Fragen und evtl. Diskussion  
- Aufarbeitung in Kleingruppen danach Vorstellung im Plenum
- 12:30 – 14:00 Uhr Mittagsessen
- 14:00 – 15:30 Uhr - Referat (Power Point Präsentation)  
„Zöliakie medizinischer Teil  
Häufige begleitende Erkrankungen/ weitere Unverträglichkeiten“  
- Fragen und evtl. Diskussion  
- Aufarbeitung in Kleingruppen danach Vorstellung im Plenum
- 15:30 – 16:00 Uhr Kaffeepause
- 16:00 – 17:30 Uhr Fragen und evtl. Diskussion danach Reflexion des Tages
- 18:00 Uhr Abendessen  
Abend zur freien Gestaltung

### Donnerstag, den 08.12.2011

- 8:30 Uhr Frühstück
- 9:00 – 10:30 Uhr - Referat (Power Point Präsentation)  
„Grundlagen der glutenfreien Ernährung  
Definition der Zöliakie  
Die sichere glutenfreie Ernährung  
Verstecktes Gluten“  
- Fragen und evtl. Diskussion

- Aufarbeitung in Kleingruppen danach Vorstellung im Plenum

- 10:30 – 10:45 Uhr Pause
- 10:45 - 12:30 Uhr - Referat (Power Point Präsentation)  
„Lebensmittelkunde“  
- Fragen und evtl. Diskussion
- 12:30 – 14:00 Uhr Mittagsessen
- 14:00 – 15:30 Uhr - Referat (Power Point Präsentation)  
„Leben mit Zöliakie  
Bericht einer Betroffenen  
Kennzeichnung von Lebensmitteln  
Beispiele an verschiedenen Lebensmitteln  
Kontaminationsrisiko bei der Zubereitung von Speisen“  
- Fragen und evtl. Diskussion  
- Aufarbeitung in Kleingruppen danach Vorstellung im Plenum
- 15:30 – 16:00 Uhr Kaffeepause
- 16:00 – 17:30 Uhr - Lagerung von glutenfreien Produkten  
- Präsentation und Besichtigung vor Ort  
- Anschauungsmaterialien der Deutschen Zöliakie Gesellschaft
- 18:00 Uhr Abendessen  
Abend zur freien Gestaltung

### Freitag, den 09.12.2011

- 08:30 Uhr Frühstück
- 09:00 – 9:45 Uhr - Einführung in den praktischen Teil
- 09:45 - 12:30 Uhr - Zubereitung verschiedener glutenfreier Mahlzeiten in der Großküche  
- Praktische Durchführung in Arbeitsgruppen
- 12:30 – 14:00 Uhr Mittagsessen
- 14:00 – 15:30 Uhr - Backen von glutenfreiem Brot und Kuchen  
- Praktische Durchführung in Arbeitsgruppen
- 15:30 – 16:00 Uhr Kaffeepause
- 16:00 – 16:45 Uhr Ausklang, Fragebögen und Reflektion  
Abreise der Teilnehmer

.....  
(Name des Hauses)

**Anmeldung  
zum Seminar für Glutenfreie Ernährung in der  
Gemeinschaftsverpflegung**

Wir melden hiermit folgende Personen für das Seminar an:

Nachname:

Vorname:

Geburtsdatum:

Tätigkeit im Haus:

Anschrift:

Telefon:

Email:

Doppel-/ Einzelzimmer zusammen mit:.....

-----  
Nachname:

Vorname:

Geburtsdatum:

Tätigkeit im Haus:

Anschrift:

Telefon:

Email:

Doppel-/ Einzelzimmer zusammen mit:.....

..... (Ort).....(Unterschrift)

.....  
(Name des Hauses)

**Anmeldung  
zum Seminar für Glutenfreie Ernährung in der  
Gemeinschaftsverpflegung**

Wir melden hiermit folgende Personen für das Seminar an:

Nachname:

Vorname:

Geburtsdatum:

Tätigkeit im Haus:

Anschrift:

Telefon:

Email:

Doppel-/ Einzelzimmer zusammen mit:.....

-----  
Nachname:

Vorname:

Geburtsdatum:

Tätigkeit im Haus:

Anschrift:

Telefon:

Email:

Doppel-/ Einzelzimmer zusammen mit:.....

..... (Ort).....(Unterschrift)