



**DRF**  
DIETISTERNAS  
RIKSFÖRBUND

## DIETISTPODDEN – SANT OCH RELEVANT PÅ NÄTET

Eleonor Olsson arbetar till vardags som barndietist på barn- och ungdomsmedicinsk mottagning, men är mer känd för att hon tillsammans med kollegorna Lova Molin och Maria Palmqvist driver Dietistpodden – en podcast med inriktning på kost, näring och hälsa. Med dietistkompetensen som grund och deras samlade erfarenheter från primär-, öppen- och slutenvård, och inom både offentlig och privat sektor, tar de upp en stor bredd av ämnesområden och gästas ibland av andra specialister.



– På ett enkelt och lättförståeligt sätt förmedlar vi kunskap om kost, näring och hälsa ur ett vetenskapligt perspektiv till våra lyssnare. Vi diskuterar vanligt förekommande frågor och nya rön, svarar på frågor, allt mellan himmel och jord, i den utsträckning vi kan och kan annars hänvisa vidare. Vårt mål är bidra med välgrundad kunskap och sunt förnuft i kostdebatten, att fler ska få en uppfattning om hur man kan få stöd av en dietist och få ökad förståelse för varför dietister behövs inom olika verksamheter och kanske till och med väcka intresset för att själv utbilda sig till dietist.

– Kost och matvanor är ett hett ämne. Många söker idag information online, och Dietistpodden som podcast och på sociala medier är en källa som förmedlar fakta på vetenskaplig grund. Forskningen går ständigt framåt och det kommer hela tiden nya intressanta resultat och rön att prata om. Och många ämnen tål att upprepas och diskuteras igen, från olika vinklar och perspektiv, menar Eleonor Olsson.

– Vi tror att våra lyssnare är individer som har ett intresse för kost, näring och hälsa. De kommer ofta med önskemål och förslag på nya ämnen att diskutera, och har möjlighet att ställa frågor relaterat till kost, näring och hälsa. Vår förhoppning är att kunna hjälpa till och guida till en hälsosam livsstil med förbättrade levnadsvanor, medvetna val och ökad kunskap i alla grupper i samhället.

Namn: Eleonor Olsson

Ålder: 25

Ort: Bor i Göteborg, arbetar i Borås

Examensår: 2016

Favoriträtt: Svår fråga, men just nu får jag nog säga falafel med avokado, yoghurt dressing och picklad rödlök

Bästa matminne: Minns inte riktigt hur gammal jag var, men det var storm och vi hade strömavbrott i flera dagar. Pappa plockade fram stormköket, och uppfann den maträtt som kom att bli min favorit flera år framöver, spagettisoppa med falukorv!

DIETISTERNAS RIKSFÖRBUND