

Tagung Ernährung und Gesundheit aktuell

19. April 2013
Pädagogische Hochschule
Tirol, Innsbruck



Fachliche Leitung

Dr. oec. troph. Markus Keller
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin

Veranstalter

Verein für Unabhängige
Gesundheitsförderung – Österreich



In Kooperation mit:

Pädagogische Hochschule Tirol fh gesundheit



Programm

Freitag, 19. April 2013

- 9.30 Eröffnung und Begrüßung
- 9.45 Vegetarische Ernährung – ein fachlicher Gesamtüberblick
Dr. oec. troph. Markus Keller, D-Wettenberg
- Ist eine ausreichende Nährstoffversorgung möglich?
 - Welches Potential hat eine vegetarische Kost in Bezug auf Prävention und Therapie?
 - Ist eine vegetarische Ernährung auch für Kinder und Jugendliche geeignet?
- 10.45 Gesundheitsfördernde Führung und Generationenmanagement
Prof. Dr. Heinrich Geißler, A-Bregenz
- Wie können aktuelle Herausforderungen gemeistert werden: Demografie, Gender, Life-Domain-Balance, Veränderungen in der Arbeitswelt?
 - Welche Zusammenhänge gibt es zwischen Verhaltens-, Verhältnis-Prävention und gesundheitsfördernder Führung? Wie wirken sich diese auf die Arbeitsfähigkeit aus?
 - Was hat sich in der Verhaltensprävention bewährt, z. B. Kantine, Ernährung bei Nachtarbeit, Bewegungsprogramme?
- 11.30 Pause
- 12.00 Pro und kontra einer erhöhten Eiweiß-Zufuhr
Univ. Prof. Dr. Karl-Heinz Wagner, A-Wien
- Wie viel Eiweiß verkraftet eine gesunde Niere, wie viel ist zu viel?
 - Wie hängen Eiweißaufnahme und Sättigung zusammen?
 - Sind eiweißreiche, kohlenhydratarme Diäten (low carb) empfehlenswert?
- 12.45 Mittagspause

Programm

- 14.00 Zeitgemäß essen ist mehr als die Ernährungspyramide!
Dr. phil. Doris Zollner, A-Innsbruck
- Gesunde Ernährung und zeitgemäß essen, worin liegt der Unterschied?
 - Sind Appelle an die Vernunft hilfreich?
 - Warum handeln wir - wenn überhaupt - erst dann, wenn es eigentlich schon zu spät ist?
- 14.45 Risiko Geschmacksverstärker: Glutamat unter Verdacht
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Wettenberg
- Glutamat: verantwortlich für Übergewicht und Nervenerkrankungen?
 - Hefeextrakt, Proteinhydrolysat und Aromen – eine Alternative?
 - Die Zutatenliste – Verwirrspiel auf dem Etikett?
- 15.30 Pause
- 16.00 Schadstoffe bei pflanzenbasierter Kost
Dr. oec. troph. Markus Keller, D-Wettenberg
- Cadmium, Dioxine & Co. in pflanzlicher Nahrung - (k)ein Problem?
 - Wie schneiden unterschiedliche Ernährungsformen ab?
 - Wie können Verbraucher gezielt die Schadstoffaufnahme verringern?
- 16.45 Nitrat, Nitrit, Nitrosamine – noch immer ein Problem?
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Wettenberg
- Wie gefährlich sind Nitrat, Nitrit und Nitrosamine?
 - Hat Nitrat auch gesundheitsfördernde Wirkungen?
 - Muss die gesundheitliche Bedeutung von Nitrat neu bewertet werden?
- 17.30 Schlussworte
- 17.45 Ende der Veranstaltung

Programmänderungen vorbehalten.

Referentinnen und Referenten



Prof. Dr. Heinrich Geißler

ist seit 1991 selbstständiger Berater für Betriebliche Gesundheitsförderung mit den Schwerpunkten Gesundheitsfördernde Führung und Generationen-Management. Seit 2007 hat er regelmäßige Lehraufträge an der Universität Potsdam und ist dort seit 2011 Honorarprofessor.
Schendlingerstr. 39, A-6900 Bregenz



Univ. Prof. Dr. Karl-Heinz Wagner

Institut für Ernährungswissenschaften der Universität Wien, Forschungsschwerpunkt „Oxidative Stress and DNA Stability“ sowie die Universitäre Forschungsplattform „Active Ageing“, Adjunct Professor an der Griffith University, Australien. Forschungsschwerpunkte oxidativer Stress, DNA Stabilität, Auswirkung von Lebensstilfaktoren (Ernährung, Bewegung) auf zelluläre und molekulare Marker im menschlichen Organismus.
Universität Wien, Althanstrasse 14, A-1090 Wien



Dr. Doris Zollner

Diaetologin, Studium der Psychologie und Pädagogik, Zusatzausbildung zur Klinischen- und Gesundheitspsychologin und zur Krisenintervention, bis 2002 Projektleiterin für Ernährung im Arbeitskreis für Vorsorgemedizin in Tirol, seit 2002 Arbeit in freier Praxis, parallel Lehrtätigkeit an verschiedenen Hochschulen, Betreuung des Bereichs Sporternährung im Schigymnasium Stams bis 2012, Betreuung des Sportborg Innsbruck ab 2012.
Andreas-Hofer-Str. 28b, A-6020 Innsbruck



Dr. oec. troph. Markus Keller

Leiter des Instituts für alternative und nachhaltige Ernährung (IFANE) in Gießen. 2011 übernahm er die Leitung der Abteilung Wissenschaft und Forschung im UGB. Schwerpunkte seiner Arbeit sind Vegetarismus und alternative Ernährungsformen.
UGB-Akademie, Sandusweg 3, D-35435 Wettenberg



Hans-Helmut Martin

Diplom-Oecotrophologe, ist Organisationsleiter der UGB-Akademie und seit 1990 Dozent an der UGB-Akademie im Bereich Ernährung, Senioren, Bewegung/Entspannung und Fasten.
UGB-Akademie, Sandusweg 3, D-35435 Wettenberg



Thomas Männle

Diplom-Oecotrophologe, geschäftsführendes Präsidiumsmitglied, Leiter der UGB-Akademie, tätig in den Bereichen Ernährung, Beratung und Rhetorik, seit 1999 Koordinator des Netzwerkes Gesunde Ernährung.
c/o UGB-Österreich, Mauern 78, A-6150 Steinach

Adressen der Kooperationspartner

- Pädagogische Hochschule Tirol, Pastorstraße 7, A-6020 Innsbruck
- fhg – Zentrum für Gesundheitsberufe Tirol GmbH, Innrain 98, 6020 Innsbruck

Allgemeine Hinweise

Tagungsort

Pädagogische Hochschule Tirol, Pastorstraße 7, A-6020 Innsbruck

Organisation und Anmeldung

Verein für Unabhängige Gesundheitsförderung – Österreich
Michaela Lindner, Mauern 78, A-6150 Steinach,
Telefax: +43(0)5272-2396 (nur 17.00 bis 19.00 Uhr),
E-Mail: info@ugb.at, Programm www.ugb.at/tagung-innsbruck

Anmeldung bitte schriftlich bis zum **10.04.2013** (Anmeldeschluss) und durch gleichzeitige Überweisung der Gebühren an den UGB-Österreich, Raiffeisenbank Mieminger Plateau
Konto 128 876 (BLZ 36 276), IBAN: AT26 3627 6000 0012 8876
BIC: RZTIAT22276

Tagungsgebühren	bis 10.04.13	Tageskasse
Nichtmitglieder	€ 85,-	€ 90,-
UGB-Mitglieder	€ 55,-	€ 60,-
Student/Schüler/Rentner*	€ 25,-	€ 30,-

* nur mit Nachweis

Ein Rücktritt ist aus organisatorischen Gründen nur bis zum **10.04.2013** möglich. Bei Rücktritt fällt eine Bearbeitungsgebühr von € 10,- an. Nach Erhalt des ausgefüllten Anmeldeabschnittes und Eingang der Tagungsgebühr auf unserem Konto ist Ihre Anmeldung vollständig. **Sie erhalten keine Anmeldebestätigung von uns.** Wir benachrichtigen Sie nur, wenn die Tagung ausgebucht sein sollte.

Tagungsunterlagen

Die Kurzfassungen der Vorträge sind in der Tagungsgebühr inbegriffen. Sie erhalten sie im Tagungsbüro.

Anerkennung als Fortbildung

Die Tagung wird allen UGB-Akademie-AbsolventInnen im Bereich Ernährung und Fasten als UGB-Fortbildung mit 7 Zeitstunden anerkannt. Für das VFED-Fortbildungszertifikat wird diese Veranstaltung mit 6 Punkten anerkannt. Für die Fortbildung von Zertifikatsinhabern der DGE, des VDD und des VDO_E kann die Veranstaltung mit 6 Punkten berücksichtigt werden. Für den QUETHEB-Fortbildungsnachweis wird die Tagung mit 2 Punkten (1F, 1M/P) anerkannt.

Verpflegung

Eine vollwertige Pausen- und Mittagsverpflegung wird angeboten.

Übernachtungsmöglichkeiten

Vermittlung über das Tourismusbüro Innsbruck
+43(0)512/562000, E-Mail: office@innsbruck.info

Anmeldung

Tagung 19. April 2013

Schriftl. Anmeldung und Zahlungseingang bis **10.04.2013**

- ... als **Nichtmitglied** € 90,- € 85,-
(gilt auch für Abonnenten des UGB-FORUM)
- ... als **UGB-Mitglied** € 60,- € 55,-
- ... als **Student/Schüler/Rentner** (nur mit Nachweis) € 30,- € 25,-

Die Tagungsgebühren überweise ich / mein Arbeitgeber an den UGB-Österreich, Raiffeisenbank Mieminger Plateau, Konto 128 876 (BLZ 36 276), IBAN: AT26 3627 6000 0012 8876
BIC: RZTIAT22276

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung von uns. Wir benachrichtigen Sie nur, wenn die Tagung ausgebucht sein sollte. Bei Rücktritt bis zum **10.04.2013** fällt eine Bearbeitungsgebühr von € 10,- an.

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Beruf

Telefon

Arbeitgeber (Name, Straße, PLZ/Ort)

Telefon

Fax

Ort, Datum

Unterschrift

Tragen Sie bitte den vollständigen Namen auch auf Ihrer Überweisung ein.

E-Mail



Bitte senden an: UGB • Mauern 78 • A-6150 Steinach
Telefax: +43(0)5272-2396 (nur 17.00 bis 19.00 Uhr) •
E-Mail: info@ugb.at