



Tagung

Fasten aktuell – gut für Körper, Seele und Geist

04.–05. Juni 2004
Winterthur



Fachliche Leitung

Dr. med. Gunther Hölz, Kurpark-Klinik, D-Überlingen
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Wettenberg

Veranstalter

Verein für
Unabhängige
Gesundheitsberatung
- Schweiz -



Freitag, 04.06.2004

- 10.00 Eröffnung und Begrüssung
Diskussionsleitung:
Dipl. oec. troph. Thomas Männle, D-Wettenberg
Verschiedene Fastenformen
- 10.15 Definition und Methodik des Buchinger-Fastens
Dr. med. Christian Kuhn, Buchinger Klinik,
D-Überlingen
- 11.00 Fasten in der traditionellen chinesischen Medizin
Dr. med. Christian Kuhn, Buchinger Klinik,
D-Überlingen
- 11.45 Pause
- 12.00 Diagnose und Therapie nach F. X. Mayer
Dr. med. Jürg Eichhorn, Herisau
- 13.00 Mittagspause
Diskussionsleitung:
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Wettenberg
- 14.30 Das ayurvedische Fasten
Sigrun Haake, Schlatt
- 15.30 Neurobiologische Effekte und psychische
Auswirkungen des Fastens
Dr. med. Thomas M. Rau,
Paracelsus Klinik, Lustmühle
- 16.15 Pause mit Bewegung
Lea Tschopp, Gesundheitstrainerin für Bewegung
UGB, Ziefen
- 16.45 Qualitätssicherung der Fastentherapie
Dr. med. Gunther Hölz, Kurpark-Klinik,
D-Überlingen
- 17.30 Hilfen für die Arbeit als UGB Fastenleiterin
Dorothe Bertlich-Baumeister,
Fastenleiterin UGB und DFA, D-Lippstadt
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Wettenberg
- 18.15 Ende der Diskussion

Samstag, 05.06.2004

Fasten – ganzheitlich für Körper, Geist und Seele

- Diskussionsleitung:*
Dipl. oec. troph. Thomas Männle, D-Wettenberg
- 9.00 Wie funktioniert die Energiebereitstellung im
Fasten?
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Wettenberg
- 9.45 Richtig Essen und Trinken nach dem Fasten
Regula Seemann, Frauenfeld
- 10.30 Pause mit Bewegung
Lea Tschopp, Gesundheitstrainerin für Bewegung
UGB, Ziefen
- 11.00 Fasten und Spiritualität
Theres Bleisch, Teufen
- 11.45 Welche Bewegungs- und Entspannungsübungen
sind während dem Fasten besonders geeignet?
Regi Brugger, Ausserberg
- 12.30 Mittagspause
Fasten in Prävention und Therapie
Diskussionsleitung:
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Wettenberg
- 14.00 Fasten für Gesunde – Therapeutisches Fasten –
Grundlagen der Unterscheidung
Dr. med. Gunther Hölz, Kurpark-Klinik,
D-Überlingen
- 14.45 Fasten und Antiaging
Dr. med. Martha Ritzmann-Widderich, D-Rottweil
- 15.30 Pause
- 15.45 Einzelverläufe der Fastentherapie
Dr. med. Gunther Hölz, Kurpark-Klinik,
D-Überlingen
- 16.30 Fasten – eine Chance für Veränderung
- 17.00 Ende der Veranstaltung

Anmeldung Tagung 04.–05. Juni 2004

... als **Nichtmitglied** sFr 210,-
(gilt auch für Abonnenten
des UGB-Forum)

... als **UGB-Mitglied** sFr 180,- sFr 150,-

... als **StudentIn** sFr 150,- sFr 120,-
(Studienbesch. liegt bei)

Die Tagungsgebühren überweise ich/ mein Arbeitgeber
auf das PC-Konto 30-452 855-7

Name, Vorname

Strasse

PLZ, Ort

Beruf

Telefon

Arbeitgeber (Name, Strasse, PLZ/Ort)

Telefon

Fax

(Ort, Datum)

(Unterschrift)

Tragen Sie bitte den vollständigen Absender auch auf Ihre Überweisung ein.

Bitte senden Sie mir noch Stück von diesem
Tagungs-Programm zu.

Ich interessiere mich für das **Aus- und Fortbildungsangebot**
der UGB-Akademie.

Frühbucherrabatt
schriftl. Anmeldung
und Zahlungseingang-
bis 01.05.2004

sFr 180,-

sFr 150,-

sFr 120,-

Allgemeine Hinweise

Tagungsort

Zürcher Hochschule
Winterthur, St. Georgenplatz 2
8400 Winterthur

Tagungsbüro

vor der Tagung:
UGB-Geschäftsstelle
Seewadelstrasse 7c
8444 Henggart
Tel.: 052-316 3544
Fax: 052-316 3543

während der Tagung:

nur für Notfälle
052-267 7918
052-267 7919

Tagungsgebühren

sFr 210,- für Nichtmitglieder
sFr 180,- für UGB-Mitglieder
sFr 150,- für StudentInnen (Kopie der Studienb. liegt bei)
**Frühbucherrabatt – schriftliche Anmeldung und
Zahlungseingang bis 01.05.2004**
sFr 180,- für Nichtmitglieder
sFr 150,- für UGB-Mitglieder
sFr 120,- für StudentInnen (Kopie der Studienb. liegt bei)

Anmeldung: Anmeldeschluss 26.05.2004

– durch den ausgefüllten Anmeldeabschnitt
– bei **gleichzeitiger** Überweisung der Gebühren auf:
PC-Konto 30-452 855-7

Wir empfehlen eine rechtzeitige Anmeldung.

Der Rücktritt ist aus organisatorischen Gründen nur bis zum
26.05.2004 möglich. Bei Rücktritt fällt eine Bearbeitungs-
gebühr von sFr 20,- an.

Nach Eingang der Tagungsgebühr auf unserem Konto sowie des
ausgefüllten Anmeldeabschnittes ist Ihre Anmeldung vollständig.
**Aus ökologischen Gründen versenden wir keine Anmelde-
bestätigung.** Wir benachrichtigen Sie nur, wenn die Tagung aus-
gebucht sein sollte. Unvollständige Anmeldeanträge (z. B. fehlen-
der Eingang der Tagungsgebühr) werden zugunsten vollständiger
Anmeldungen zurückgestellt. Wir bitten Sie um Verständnis.

Allgemeine Hinweise

Tagungsunterlagen

Die Kurzfassungen der Vorträge sind in der Tagungsgebühr
inbegriffen. Sie erhalten sie im Tagungsbüro.
Dort sind sie am Samstag, 05.06.2004, auch einzeln käuflich
zu erwerben.

Verpflegung

Verpflegungsmöglichkeiten bestehen in der Nähe des
Tagungsortes.

Unterkunft

Zimmer-Reservierungswünsche direkt an die Hotels der
Umgebung (siehe Abschnitt Übernachtungsmöglichkeiten).

Anerkennung als Fortbildung

Die Tagung wird allen UGB-Akademie-AbsolventInnen im
Bereich Ernährung als verbandsinterne Fortbildung mit
14 Zeitstunden anerkannt. **Diese Tagung wird auch als
Grundseminar Fasten anerkannt.**

Fachliche Leitung

Dr. med. Gunther Hölz, Kurpark-Klinik, D-Überlingen
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Wettenberg

Tagungs-Organisation

Noemi Koch-Cadosi
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Wettenberg

Veranstalter

Verein für
Unabhängige
Gesundheitsberatung
- Schweiz -



Seewadelstrasse 7c, 8444 Henggart
Kontoverbindung: PC-Konto 30-452 855-7
Internet: www.ugb.ch

Bürozeiten der UGB-Geschäftsstelle:

Dienstag bis Donnerstag: 9.00 – 12.00 Uhr
Tel.: 052-316 3544, Fax: 052-316 3543