

Ernährung aktuell

12.-13. Mai 2023

Kongresshalle
Gießen



Wissenschaftliche Leitung:

Dipl. oec. troph. Thomas Männle, Wettenberg
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, Wettenberg

Veranstalter:

Verband für
Unabhängige
Gesundheitsberatung e.V.
- Deutschland -



Sandusweg 3 • 35435 Wettenberg
Tel.: 0641-80896-0 • Fax: 0641-80896-50
E-Mail: info@ugb.de • Internet: www.ugb.de/tagung



Dr. oec. troph. **Margareta Büning-Fesel**, leitet seit 2017 das Bundeszentrum für Ernährung (BZfE). Nach dem Studium der Ernährungswiss. Redakteurin im aid infodienst Ernähr., Landwirtsch., Verbraucherschutz e.V. und seit Ende 2001 Geschäftsführender Vorstand des aid infodienst e.V. Sie hat einen Lehrauftrag zu „Kampagnen zur Ernährungskommunikation“ und einen Lehrauftrag zur „Didaktik der Beratung von Gruppen“.



Oec. troph. **Edith Gätjen**, Buchautorin, Lehrbeauftragte an der Universität Bonn, Dozentin der UGB-Akademie, Systemische Paar- und Familientherapeutin (DGSF) und Supervisorin. Arbeitsschwerpunkte Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit, Kinder- und vegan-vegetarische Familienernährung, seit 2017 Präsidentin des UGB-Deutschland.



Prof. Dr. **Klaus Günther**, Studium der Chemie und Promotion, Universität Münster. Habilitation für Lebensmittelchemie und Professor an der Universität Bonn. Principal Investigator am Forschungszentrum Jülich, Forschungen zu Mikronährstoffen, zahlreiche wissenschaftliche Publikationen.



Prof. Dr. **Helmut Heseke**, bis zur Pensionierung 2021 als Ernährungswissenschaftler an der Universität Paderborn tätig. Forschungsschwerpunkte waren Ernährung und Gesundheit im Kindes- und Jugendalter sowie im hohen Alter, Ernährungsbildung, Ernährungsepidemiologie, Zusatzstoffe, Rückstände in Lebensmitteln.



Dr. oec. troph. **Karolin Höhl** ist Wissenschaftliche Referentin (Senior) der Dr. Rainer Wild-Stiftung, Heidelberg. Ihre Themenschwerpunkte sind u.a. „Ernährungsbildung“, „Geschmack, Genuss & Sensorik“, „Ernährungssoziologie“ und „Essen in der Gesundheitsförderung“. Außerdem lehrt sie an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg.



Dipl. oec. troph. **Hans-Helmut Martin**, Fachberater in Ernährungsprävention, Ernährungsberater UGB, Dozent an der UGB-Akademie im Bereich Ernährung, Senioren, Bewegung/Entspannung und Fasten, Konzeption von Seminaren und Tagungen, organisatorische und wissenschaftliche Leitung der UGB-Akademie.



M. Sc. Silvia Monetti studierte Environmental Governance an der Universität Freiburg, hat einige Jahren am Wuppertal-Institut für Klima, Umwelt, Energie gearbeitet, schwerpunktmäßig in den Bereichen nachhaltige Ernährung und Außer-Haus-Verpflegung. Seit 2022 ist sie bei der Verbraucherzentrale NRW und promoviert berufs begleitend an der Universität Freiburg.



Dr. med. **Lisa Pörtner**, Fachärztin für Innere Medizin, Geriatrie und Ernährungsmedizin. In der Arbeitsgruppe „Klimawandel und Gesundheit“ der Charité und des Potsdam-Instituts für Klimafolgenforschung forscht sie zu gesunder, nachhaltiger Verpflegung an Gesundheitseinrichtungen. Bei der Deutschen Allianz Klimawandel und Gesundheit (KLUG e.V.) für den Bereich „Ernährung und Planetary Health“ zuständig.



M. Sc. **Artem Sarafanov** studierte Ernährungswissenschaften an der Universität Gießen und absolviert derzeit ein Fortbildungsstudium zum Fachberater in Ernährungsprävention UGB. Sein Hauptinteresse gilt dem präventiven und therapeutischen Potential von Ernährung, der veganen Ernährungsweise sowie der Sporternährung.



Dr. rer. nat. Biol. **Norbert Thiedemann**, Ausbildungen als Coach, Mediator, in Systemischer Teamentwicklung, Gewaltfreier Kommunikation, Moderation. Seit 2008 Trainer und Coach von Führungskräften durch Reflektieren der inneren Haltungen, Teamentwicklung, moderierte Klärungsgespräche, Konfliktmanagement und Mediationen in Teams, Umgang schwieriger Gespräche zu führen und Kompakttrainings im Kontext von Fach-, Methoden- und Sozialkompetenzen.



Herbert Thill, Küchenmeister, viele Jahre Tätigkeit in Saisonbetrieben (Schweiz, Gran Canaria, London, Deutschland), später als Küchenleiter in einem Wohn- und Pflegeheim. Seit 2007 als Referent für Kostformen und in der Heimkochausbildung tätig. 2011 Fortbildung zum Gourmet-Küchenmeister für Vollwert-Ernährung UGB. Seit 2015 Dozent an der UGB-Akademie.



M. Sc. Ernährungswiss. **Jacqueline Veit** studierte Ernährungswissenschaften an der Universität Gießen und ist in eigener Praxis tätig. Als lizenzierte Fitnesstrainerin und Kursleiterin kombiniert sie ihre Schwerpunkte Ernährung und Bewegung.

Freitag, 12.05.2023**10.45 Eröffnung und Begrüßung****11.00 Gesagt ist noch lange nicht getan – Impulse für Ernährungskommunikation und Ernährungsberatung**

Dr. oec. troph. Margareta Büning-Fesel, Bonn

- Wie können wir Menschen auf ihrem Weg zu einem nachhaltigeren Lebensstil unterstützen?
- Welche neurowissenschaftlichen Erkenntnisse spielen dabei eine Rolle?
- Welche Voraussetzung müssen dafür (gesundheits-)politisch geschaffen werden?

12.00 Unverarbeitet, vollwertig – Lebensmittel von besonderem Wert

Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, Wettenberg

- Welche gesundheitlichen Risiken tragen verarbeitete Nahrungsmittel?
- Auf welche Kriterien und Aspekte der Lebensmittelverarbeitung richten wir unseren Fokus?
- Worin besteht die ökologische und soziale Verantwortung der Ernährung?

12.45 Pause**14.30 Klima- und Gesundheitsschutz beginnt beim Essen**

Dr. med. Lisa Pörtner, Berlin

- Planetare Grenzen: Wie beeinträchtigt unser Essen die planetaren Belastungsgrenzen?
- Planetary Health: Wie beeinträchtigt die Klimakrise unsere Ernährung und Gesundheit?
- Planetary Health Diet: Wie sieht eine gesunde, umweltfreundliche Ernährung aus?

15.15 Mythos Eisen und neue Erkenntnisse

Prof. Dr. Klaus Günther, Bonn

- Wodurch wird die Eisenaufnahme beeinflusst?
- Wie hoch ist der Wert pflanzlicher Lebensmittel für die Eisenversorgung?
- Phytoferritin, der neue Stern am Himmel?

16.00 Pause**16.45 Aktuelles und Wissenswertes rund um Speisepilze**

M. Sc. Ernährungswiss. Artem Sarafanov, Wettenberg

- Welche Nährstoffe und bioaktiven Substanzen bieten Speisepilze?
- Radioaktivität, Fuchsbandwurm, Schwermetalle – wie belastet sind Pilze?
- Wie lauten die Empfehlungen zum Verzehr und zur Bekömmlichkeit?

17.30 Strategien für nachhaltige Ernährung in der Gemeinschaftsverpflegung

Herbert Thill, Küchenmeister, Edertal

- Wie erreiche ich eine möglichst hohe Nährstoffdichte?
- Welche Schulungsmaßnahmen sind fürs Küchenteam Voraussetzung?
- Welche Kompromisse sind notwendig, um den Kostenrahmen einzuhalten?

18.15 Ende des ersten Tages**Samstag, 13.05.2023****9.00 Neue Forschungsergebnisse zu den Advanced Glycation Endproducts (AGEs)**

M. Sc. Ernährungswiss. Jacqueline Veit, Wettenberg

- Was sind AGEs und wie entstehen sie?
- Welche gesundheitlichen Risiken sind mit AGEs verbunden?
- Wie kann das Risiko bezüglich AGEs vermindert werden?

10.00 Ernährungsmythen und -irrtümer entlarven

Prof. Dr. Helmut Hesecker, Paderborn

- Studienberichte, Fachartikel und wie sie interpretiert werden
- Wie erkennen wir Fake-News und Halbwahrheiten?
- Superfood, Botanicals, Kohlenhydrate und ähnliche Streitfälle

10.45 Pause**11.30 Genuss als Schlüssel zur Gesundheitsförderung – Herausforderungen und Möglichkeiten**

Dr. oec. troph. Karolin Höhl, Heidelberg

- Genussspektrum: zwischen Neurobiologie und sozialer Praktik
- Was hält uns gesund? Genuss als Ressource
- Copingstrategien: Vom kulinarischen Stress zum kulinarischen Genuss

12.15 Kinder sind Gäste, die nach dem Essen fragen

Oec. troph. Edith Gätjen, Systemische Paar- und Familientherapeutin (DGSF), Köln

- Erwachsene haben Erwartungen, Kinder haben Bedürfnisse
- Wie schmecken sich die Kinder in die Welt hinein?
- Vor der Esserziehung steht die Essbeziehung

13.00 Pause**14.30 Vollwertig ernährt trotz steigender Preise**

M. Sc. Silvia Monetti, Düsseldorf

- Wie stark sind die Preise für Lebensmittel gestiegen und welche Ursachen hatte dies?
- Wie können Verbraucher:innen auf den Preisanstieg reagieren?
- Was ist politisch notwendig?

15.15 Mit Klarheit und Konzept – als Berater:in wirksam sein

Dr. Norbert Thiedemann, Gießen

- Zwischen Rationalität und Intuition – wie fällen Menschen Entscheidungen?
- Zwischen Verstehen und Einleuchten – warum ist der „Nutzen“ im Beratungsgespräch so wichtig?
- Zwischen Sachkenntnis und Einfühlung – welche Konsequenzen ergeben sich für das eigene beraterische Handeln?

16.00 Schlussworte**16.15 Ende der Tagung****Programmänderungen vorbehalten.****Anmeldung unter www.ugb.de/tagung**

Tagung 12.–13. Mai 2023

Frühbucherrabatt (Zahlungseingang)

Tagungsgebühren	bis 08.02.23	bis 20.03.23	ab 21.03.23
Nichtmitglieder*	<input type="checkbox"/> € 190,-	<input type="checkbox"/> € 220,-	<input type="checkbox"/> € 250,-
UGB-Mitglieder	<input type="checkbox"/> € 150,-	<input type="checkbox"/> € 180,-	<input type="checkbox"/> € 210,-
Studierende**	<input type="checkbox"/> € 65,-	<input type="checkbox"/> € 85,-	<input type="checkbox"/> € 95,-

* Gilt auch für Abonnenten des UGBforum

** Gilt bis zur Vollendung des 27. Lebensjahres; bitte Kopie der Studienbescheinigung über ein Vollzeitstudium an einer staatlichen Hochschule beilegen

Die Tagungsgebühren überweise **ich**
 mein Arbeitgeber

auf das Konto der Postbank Frankfurt/M.,
IBAN: DE71 5001 0060 0000 2706 00, **BIC:** PBNKDEFF

Name, Vorname

Straße/Nr.

PLZ/Ort

Beruf

Telefon

E-Mail*

Die Allgemeinen Hinweise habe ich gelesen und erkenne sie an.

Ort, Datum

Unterschrift

ggf. Arbeitgeber

Straße/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

Fax

*Bitte senden Sie mir den UGB-Newsletter per E-Mail zu.

Tragen Sie bitte den Teilnehmernamen auch auf Ihrer Überweisung ein.

Bitte senden an: UGB • Sandusweg 3, 35435 Wettenberg •
Fax: 0641-80896-50 • www.ugb.de/tagung

Tagungsort

Kongresshalle, Berliner Platz 2, 35390 Gießen

Veranstalter

Verband für Unabhängige Gesundheitsberatung e.V. (UGB)
Sandusweg 3, D-35435 Wettenberg, Tel.: 0641-808960
Tagungsbüro: 0641-3067522 (nur am 12./13.05.2023)

Anmeldung und Tagungsgebühren

Anmeldeschluss 25.04.2023

vollständige Anmeldung schriftlich/online, **gleichzeitige**
Überweisung der Gebühren an: Postbank Frankfurt/Main,
IBAN: DE71 5001 0060 0000 2706 00, BIC: PBNKDEFF

Tagungsgebühren bis	bis	ab
(Zahlungseingang) 08.02.23	20.03.23	21.03.23

Nichtmitglieder*	€ 190,-	€ 220,-	€ 250,-
UGB-Mitglieder	€ 150,-	€ 180,-	€ 210,-
Studierende**	€ 65,-	€ 85,-	€ 95,-

* gilt auch für Abonnenten des UGBforum

** gilt bis zur Vollendung des 27. Lebensjahres; Studienbescheinigung über Vollzeitstudium an einer staatl. Hochschule beilegen.

Sie erhalten **keine Anmeldebestätigung** von uns. Wir benachrichtigen Sie nur, wenn die Tagung ausgebucht sein sollte. Bei Rücktritt bis zum **25.04.2023** fällt eine Bearbeitungsgebühr von € 30,- an. Danach ist die gesamte Teilnahmegebühr fällig.

Tageskarten – soweit noch Plätze frei sind – erfragen Sie bitte ab **25.04.2023** beim UGB.

Mitgliedschaft beantragen und sparen!

Wenn Sie zusammen mit Ihrer Anmeldung die Mitgliedschaft beim UGB e. V. beantragen, sparen Sie 40 €!

Vorteile der Mitgliedschaft:

- Ermäßigungen bei allen UGB-Veranstaltungen
- Kostenloses Abonnement des **UGBforum**
- Exklusive Informationen auf www.ugb.de
- Literatursuche und fachliche Fragenbeantwortung
- Kostenlose Anzeigen in der UGB-Stellenbörse
Antrag unter www.ugb.de/mitglieder

Tagungsunterlagen

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

Hinweis

Während der Veranstaltung können Foto- und Filmaufnahmen angefertigt werden. Diese Aufnahmen dienen der Darstellung von Veranstaltungen des UGB in den Medien. Mit der Teilnahme an der Veranstaltung erklären Sie sich hiermit einverstanden.

Unterkunft

Tourist-Information: www.giessen-entdecken.de,
Tel.: 0641-306 18 90, E-Mail tourist@giessen.de

Mitfahrerbörse

Mitfahrangebote und -gesuche können Sie eintragen unter: www.ugb.de/mitfahrboerse.

Anerkennung als Fortbildung

Die Tagung wird allen UGB-Absolvent:innen im Bereich Ernährung und Fasten sowie Ernährungsberater:innen UGB mit 18 Unterrichtseinheiten als Fortbildung anerkannt. Für die Registrierung bzw. die Fortbildungsnachweise bei QUETHEB, dem VFED, VDD, VDO_E und der DGE siehe www.ugb.de/tagung

Anfahrt

Bus & Bahn

Direkter Anschluss über Frankfurt, Kassel, Fulda und Köln Buslinien vom Bahnhof: Nr. 2 bis Berliner Platz, Nr. 24 bis Stadttheater, Nr. 5 oder Nr. 15 bis Behördenzentrum

Fahrplaninformationen:

www.rmv.de, www.stadtwerke-giessen.de

PKW

Sie können in der Tiefgarage am Rathaus Berliner Platz (Zufahrt über Ostanlage) oder im Parkhaus am Selterstor (Zufahrt über Südanlage) parken.

Titelfotos:

Yanadjan, Ermolaev Alexandr/AdobeStock; cookelma/123RF