

Ernährung und Gesundheit aktuell

18. Oktober 2024

Hörsaal der Pädagogischen Hochschule Tirol,
Innsbruck

Anmeldung online

www.ugb.at/tagung-innsbruck



Wissenschaftliche Leitung:

Dipl. oec. troph. Thomas Männle, D-Gießen
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Gießen

Veranstalter:



In Kooperation mit:
Pädagogische Hochschule Tirol



Freitag, 18. Oktober 2024

9.30 Eröffnung und Begrüßung

9.45 Volkskrankheit Diabetes mellitus

Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ med. Susanne Kaser –
Universitätsklinik Innsbruck

- Gibt es eine Diabetesdiät, und wenn ja, wie sieht sie aus?
- Kann das Diabetesrisiko durch Ernährung beeinflusst werden?
- Welche Diät ist am besten zum Abnehmen geeignet?

10.45 Was bedeutet Darmgesundheit?

Univ.-Prof. Dr. med. Alexander Herbert Tilg –
Universitätsklinik Innsbruck

- Wie definieren wir Darmgesundheit?
- Welche Faktoren beeinflussen die Darmgesundheit?
- Welche Rolle spielt der Darm in der Gestaltung des menschlichen Immunsystems?

11.30 Pause

12.00 Der gesunde und nachhaltige Teller in Österreich

Dr.ⁱⁿ Anna Elisabeth Purtscher – fh Gesundheit Innsbruck

- Wie schaut der evidenzbasierte Modellteller aus?
- Welche internationalen Referenzmodelle gibt es?
- Wie kann die Umsetzung in die Praxis aussehen?

12.45 Mittagspause

14.00 Hochverarbeitete Nahrungsmittel

Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin –
UGB-Akademie, D-Gießen

- Kriterien und Aspekte der Lebensmittelverarbeitung
- Worin bestehen die gesundheitlichen Risiken von hochverarbeiteten Nahrungsmitteln?
- Wie beeinflussen hochverarbeitete Nahrungsmittel das Essverhalten?

14.50 Pause

15.15 Nachhaltiges Leben, Gesundheit und Ernährung im Zeitalter von digitalen Medien

HS-Prof.ⁱⁿ Mag.^a Dr.ⁱⁿ med. Martina Überall –
Pädagogische Hochschule Tirol

- Wie sind Jugendliche aktuell in Beziehung mit der Welt?
- Wie können wir sie abholen und zu nachhaltiger Gesundheit und gesunder Nachhaltigkeit befähigen?
- Zukunftschancen mittels One Health Education?

16.00 TIROLGesund – eine klinische Studie zum Intervallfasten

Alexander Höller, M. Sc. Diätologie –
Universitätsklinik Innsbruck

- Was war die Zielsetzung dieses Projekts?
- Wie erfolgte der Ablauf und welche physiologischen Veränderungen konnten festgestellt werden?
- Welche Empfehlungen können aufgrund der Ergebnisse gegeben werden?

16.45 Schlussworte

17.00 Ende der Veranstaltung

Programmänderungen vorbehalten

Titelfotos: Elvira Koneva, lightfieldstudios, Influencer amenic181/123RF.com

Tagungsort

Hörsaal der Pädagogischen Hochschule Tirol
A-Innsbruck, Pastorstraße 7

Organisation und Anmeldung

Verein für Unabhängige Gesundheitsförderung – Österreich
Mag. Maria Ranetbauer, Rehgasse 23, A-6020 Innsbruck
Programm www.ugb.at/tagung-innsbruck

Anmeldung **online** unter www.ugb.at/tagung-innsbruck bis zum **10.10.2024** (Anmeldeschluss). **Gleichzeitige** Überweisung der Gebühren an den UGB-Österreich, Raiffeisenbank Tirol Mitte West, **IBAN:** AT30 3633 6000 0262 8873, **BIC:** RZTIAT22336

Tagungsgebühren	bis 10.09.24	ab 11.09.24
Nichtmitglieder*	€ 105,-	€ 120,-
UGB-Mitglieder	€ 75,-	€ 90,-
Studierende**	€ 25,-	€ 35,-

* Gilt auch für Abonnenten des UGBforum
** Gilt nur bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres und mit Nachweis über ein Vollzeitstudium an einer staatlichen Hochschule.

Ein Rücktritt ist aus organisatorischen Gründen nur bis zum **30.09.2024** möglich. Bei Rücktritt fällt eine Bearbeitungsgebühr von € 20,- an. **Sie erhalten keine Anmeldebestätigung.** Wir benachrichtigen Sie nur, wenn die Tagung ausgebucht sein sollte. 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.

Tagungsunterlagen

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

Anerkennung als Fortbildung

Die Tagung wird allen AbsolventInnen der UGB-Akademie im Bereich Ernährung und Fasten als UGB-Fortbildung mit 7 Zeitstunden anerkannt. Für die kontinuierliche Fortbildung von Zertifikatsinhabern von DGE, VDD, VDO_E, VFED und Quethieb siehe www.ugb.at/tagung-innsbruck



Alexander Höller, B. Sc. M. Sc. Diätologie ist Diätologe und leitet den Fachbereich Diätologie-Ernährungsmedizin am A.ö. Landeskrankenhaus – Univ.-Kliniken Innsbruck. Als Kooperationspartner des Europäischen Onkologie Präventions & Screening Instituts (Direktor: Univ.-Prof. Dr. Martin Widschwendter) ist er an der Gestaltung und Umsetzung der Präventionsstudien TirolGESUND sowie LIFE TIROL beteiligt.
ad Foto: tirol kliniken



Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ med. **Susanne Kaser** ist Professorin für Endokrinologie und Diabetologie und als stellvertretende Klinikdirektorin an der Universitätsklinik für Innere Medizin in Innsbruck tätig. Ihre Forschungsschwerpunkte umfassen die nichtalkoholische Fettleber, Adipositas und Diabetes mellitus.
ad Foto: Foto Hofer, Innsbruck



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.



Dr.ⁱⁿ Anna **Elisabeth Purtscher** ist Studiengangsleiterin des FH-Bachelor-Studiengangs Diaetologie an der fh gesundheit in Innsbruck, Mitglied der Nationalen Ernährungskommission, Kooptiertes Vorstandsmitglied der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung. Fotocredit: Helene Danler, fh gesundheit



Univ.-Prof. Dr. **Herbert Tilg** ist als Direktor an der Universitätsklinik Innsbruck für Innere Medizin I in den Bereichen Gastroenterologie, Hepatologie und Endokrinologie tätig. Er ist international und national anerkannter Experte im Bereich Gastroenterologie mit dem Schwerpunkt Mikrobiomforschung.



HS-Prof.ⁱⁿ Mag.^a Dr.ⁱⁿ med. **Martina Überall** ist Hochschulprofessorin für One Health an der Pädagogischen Hochschule Tirol. Sie lehrt und forscht an der Schnittstelle von Gesundheit, Ernährung und Nachhaltigkeit. Sie ist Leiterin der Fachstelle Bildung für Nachhaltige Entwicklung.

UGBforum **spezial**
Ernährung in der Therapie

Auch wenn Ernährung im Krankheitsfall die medizinische Therapie nicht immer ersetzen kann, haben Therapeut:innen und bereits erkrankte Menschen die Chance, über eine nährstoffoptimierte, vollwertige Ernährung die Genesung erheblich zu unterstützen. Das Sonderheft bietet nicht nur Fachkräften einen schnellen Überblick über Therapieansätze bei verschiedenen Krankheiten, auch Patient:innen finden in den gut verständlichen Artikeln hilfreiche Informationen.



14,90 €

- Typ-2-Diabetes: Ernährungstherapie individuell anpassen
- Nierenerkrankungen: frühzeitig vorsorgen
- Alarmsignal Sodbrennen: Reflux natürlich im Griff
- Osteoporose: Gesunde Knochen bewahren
- Gut essen bei Krebs
- u.v.m.



Print oder digital: www.ugb.de/spezial-therapie

Foliensatz Ernährung

erweitert & aktualisiert



49,- €

Sie geben Kurse zum Thema gesunde und nachhaltige Ernährung und wollen die Inhalte anschaulich vermitteln? Dann ist diese Vortragspräsentation des UGB genau das Richtige für Sie.

Die 136 Charts vermitteln verständlich die Grundlagen der Vollwert-Ernährung. Der didaktisch aufbereitete Foliensatz lässt sich ideal in Vorträgen einsetzen und spart viel Arbeit bei der Vorbereitung.

- Zusammenhänge und Grundlagen
- Gemüse, Obst, Kartoffeln und Hülsenfrüchte
- Getreide und Getreideprodukte
- Fette, Öle, Nüsse
- Tierische Lebensmittel
- Getränke und Süßungsmittel
- Planetary Health Diet

PowerPoint- und PDF-Datei im Download: www.ugb-verlag.de

