

# Ernährung aktuell

12.–13. Mai 2017

Aula der  
Universität Gießen



## Wissenschaftliche Leitung:

Dr. med. Günther Schwarz, Heuchelheim  
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, Wettenberg

## Veranstalter:

Verband für  
Unabhängige  
Gesundheitsberatung e.V.  
- Deutschland -



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



**Volkert Engelsman** studierte Betriebswirtschaftslehre und gründete 1990 ein Bio-Handelsunternehmen in den Niederlanden. Er ist Vorstandsmitglied des Bio-Weltdachverbandes IFOAM und Gründer von Nature & More, einer Organisation zur Sichtbarmachung der wahren Kosten von Lebensmitteln.

*Transportweg 7, NL-2742 RH Waddinxveen*



M. Sc. **Johanna Feichtinger** absolvierte nach ihrem Studium der Ernährungswissenschaften und Lehramt an beruflichen Schulen in Gießen Fortbildungen zur Fachberaterin Fasten und zur Fachberaterin in Ernährungsprävention UGB. Sie ist Zertifizierte Ernährungsberaterin und seit 2012 wissenschaftliche Mitarbeiterin und Dozentin an der UGB-Akademie.

*UGB e.V., Sandusweg 3, D-35435 Wettenberg*



Dr. phil. **Ernst Fritz-Schubert** ist Dozent an der Universität Kassel und an der SRH Hochschule in Heidelberg. Er entwickelt und erforscht Methoden zur Persönlichkeitsstärkung und hat zahlreiche Bücher zum Thema Glück und Wohlbefinden veröffentlicht. Viele Jahre war er Schulleiter der Willy-Hellpach-Schule in Heidelberg und führte dort im Jahr 2007 das Schulfach Glück ein.

*Philosophenweg 4, D-69120 Heidelberg*



Oec. troph. **Edith Gätjen**, Aus- und Fortbildungstätigkeit im Bereich Säuglings- und Kinderernährung, Systemische Familientherapeutin und Supervisorin, Dozentin an der UGB-Akademie im Bereich Familienberatung sowie Säuglings- und Kinderernährung.

*Kopernikusstraße 10a, D-51427 Bergisch-Gladbach*



Dipl. oec. troph. **Gudrun Köster** ist seit 1990 bei der Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein tätig und leitet seit 2006 das Referat Lebensmittel und Ernährung. Sie koordiniert bundesweit Projekte der Verbraucherzentralen, z. B. zu den Themen „Nachhaltige Ernährung“ und „Lebensmittelverpackungen“.

*Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein,  
Andreas-Gayk-Straße 15, D-24103 Kiel*



Prof. Dr. med. dent. **Norbert Krämer** ist Vorstandsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde und Präsident der Deutschen Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde. Seit 2004 ist er Schriftleiter der Zeitschrift Oralprophylaxe und Kinderzahnheilkunde und seit 2009 Direktor der Poliklinik für Kinderzahnheilkunde des Universitätsklinikums Gießen Marburg.

*Poliklinik für Kinderzahnheilkunde, Justus-Liebig-Universität Gießen, Schlangenzahl 14, D-35392 Gießen*



**Katrin Lehmann** ist Diplom-Kauffrau und M. Sc. Öko-Agrarmanagement. Ihre Abschlussarbeit verfasste sie am Forschungsinstitut für biologischen Landbau über die Marktchancen alternativer Getreidearten. Sie ist seitdem für die Naturland Marktgesellschaft tätig.

*Marktgesellschaft der Naturland Bauern AG,  
D-12347 Berlin, Gradestr. 94*



Prof. Dr. rer. nat. **Claus Leitzmann**, Mitbegründer der Vollwert-Ernährung, bis 1998 Professor für „Ernährung in Entwicklungsländern“ an der JLU Gießen. Seine Schwerpunkte sind vor allem Vollwert-Ernährung, Vegetarismus, Ernährungsökologie. Er ist Autor zahlreicher Bücher, Fachartikel und Leiter des Wissenschaftlichen Beirates des UGB.

*Institut für Ernährungswissenschaft, Wilhelmstraße 20,  
D-35392 Gießen*



**Elke Männle**, Diätassistentin und Ernährungsberaterin UGB, Kursleiterin im KompetenzNetz fair beraten. Ihr Schwerpunkt liegt in der nachhaltigen Umstellung auf Vollwert-Ernährung und den Programmen „Prima Gleichgewicht“ und „Besser essen“.

*UGB e.V., Sandusweg 3, D-35435 Wettenberg*



Dipl. oec. troph. **Hans-Helmut Martin**, Fachberater in Ernährungsprävention, Ernährungsberater UGB, Dozent im Bereich Ernährung, Fasten und Senioren, wissenschaftliche Leitung der UGB-Akademie.

*UGB e.V., Sandusweg 3, D-35435 Wettenberg*



Dr. oec. troph. **Katja Schneider** ist seit 2003 wissenschaftliche Mitarbeiterin der Arbeitsgruppe Ernährungsökologie am Institut für Ernährungswissenschaft der JLU Gießen und seit 2008 Projektleiterin der Vernetzungsstelle Schulverpflegung Hessen.

*Institut für Ernährungswissenschaft, D-35392 Gießen*



Dr. med. **Günther Schwarz** ist Facharzt für Allgemeinmedizin, Anästhesiologie und Homöopathie. Seit 1990 ist er niedergelassen in einer Gemeinschaftspraxis in Heuchelheim mit den Schwerpunkten Homöopathie, Regulative Medizin und Naturheilverfahren. Er ist Dozent der UGB-Akademie im Bereich Naturheilverfahren und Homöopathie.

*Marktstraße 1, D-35452 Heuchelheim*



**Herbert Thill**, Küchenmeister, Küchenleiter eines Alten-, Wohn- und Pflegeheims, Gourmet-Küchenmeister Vollwert-Ernährung UGB. Referent in der Heimkocheausbildung und an der UGB-Akademie im Bereich Seniorenernährung.

*Herbert Thill Emdenau 1a, D-34549 Edertal-Gellershausen*

**Freitag, 12.05.2017****10.45 Eröffnung und Begrüßung****11.00 Die China-Study – ein Plädoyer für eine pflanzliche Ernährung**

- Prof. Dr. rer. nat. Claus Leitzmann, Gießen
- Der Einfluss von Umgebung und Lebensstil auf die Nahrungsauswahl
  - Gesundheitliche und ökologische Aspekte einer pflanzlichen Ernährung
  - Lehren aus der China-Study für uns

**12.00 Wechselwirkung zwischen Ernährung, Lebensmitteln und Medikamenten**

- Dr. med. Günther Schwarz, Heuchelheim
- Einfluss von Medikamenten auf die Nährstoffversorgung?
  - Gewichtsveränderung durch Arzneimittel-Nebenwirkung?
  - Veränderung der Arzneimittelwirkung durch Ernährung?

**12.45 Mittagspause****Nachhaltig abnehmen****14.15 Nachhaltig abnehmen mit den Ernährungsprogrammen „Besser essen“ und „Prima Gleichgewicht“**

- Elke Männle, Diätassistentin, Wettenberg
- Was muss ein Ernährungsprogramm leisten, das kausale Lösungen anstrebt?
  - Warum ist die Gewichtskontrolle eigentlich überflüssig?
  - Wie steigere ich die Lust der Klienten zu einer Verhaltensänderung?

**15.00 Die systemische Sicht auf das Thema Essen**

- Oec. troph. Edith Gätjen, Köln
- Was haben Essen und Trinken mit Beziehung zu tun?
  - Welchen Vorteil bzw. Nutzen bringt die systemische Sicht und was passiert konkret in der systemischen Essberatung?
  - Worin liegt der Sinn in der Einbeziehung der Familie?

**15.45 Pause, Bewegung mit Bettina Kowalsky****Aktuell diskutiert****16.30 Neue Wege in der Kinderzahnmedizin**

- Prof. Dr. med. dent. Norbert Krämer, Gießen
- Was bedeutet „zahngesundes Verhalten“?
  - Erklären statt bohren – kann das funktionieren?
  - Einfluss der Zahngesundheit bei Kindern auf andere Erkrankungen

**17.15 Der wahre Preis von Lebensmitteln**

- Volkert Engelsman, NL-Waddinxveen
- Warum konventionelle Lebensmittel so billig sind
  - Mehr Transparenz: alle Kosten sichtbar machen
  - Die Macht der Verbraucher

**18.00 Ende der Diskussion****Samstag, 13.05.2017****Gesundes auf dem Stundenplan****09.00 Mensa macht Schule – Ernährungsökologie im Schulalltag**

- Dr. oec. troph. Katja Schneider, Gießen
- Schulverpflegung als gelebte Ernährungsbildung
  - Ernährung und Nachhaltigkeit in der Schule umsetzen
  - Stichwort Partizipation – Ernährungsalltag gemeinsam gestalten

**10.00 Lernziel Wohlbefinden**

- Dr. phil. Ernst Fritz-Schubert, Heidelberg
- Warum brauchen wir das Schulfach Glück?
  - Was ist seelische Gesundheit und wie kann sie gefördert werden?

**10.45 Pause, Bewegung mit Bettina Kowalsky****Aktuelle Fragen, aktuelle Lösungen****11.30 Essen ist ein Stück Lebenskraft – auch im Alter**

- Herbert Thill, Edertal
- Interesse, Sinnesfreuden und Empfindungen wecken und wach halten
  - Heimbewohner gut versorgen
  - Verschiedene Kostformen gezielt eingesetzt

**12.15 Aluminium in Lebensmitteln – ein unterschätztes Risiko**

- Dipl. oec. troph. Gudrun Köster, Kiel
- Welche Gefahren gehen von einer Aluminiumbelastung aus?
  - Welche Lebensmittel tragen zur Belastung bei?
  - Wie können wir vorbeugen?

**13.00 Mittagspause****14.30 Aktuelles aus der UGB-Akademie**

- M. Sc. Ernährungswiss. Johanna Feichtinger, Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, Wettenberg
- Smoothies – bunt, schwarz, weiß – sinnvoll oder überflüssig?
  - Intermittierendes Fasten: Bedeutung und Erfolge
  - Autophagie: Putzplan für die Körperzellen
  - Alte Getreidesorten: Chancen für die Vollwert-Ernährung

**15.15 Neue Chancen für alte Körner: traditionelle Getreidesorten im Kommen**

- Katrin Lehmann, Berlin
- Emmer, Einkorn & Co.
  - Gesund, regional, nachhaltig – Wunsch oder Wirklichkeit?
  - Marktchancen und Verarbeitung

**16.00 Schlussworte****16.15 Ende der Tagung**

Programmänderungen vorbehalten.

**Tagungsort**

Universitätsaula, Ludwigstraße 23, D-35390 Gießen

**Veranstalter**

Verband für Unabhängige Gesundheitsberatung e. V. (UGB)  
Sandusweg 3, D-35435 Wettenberg/Gießen, www.ugb.de  
Tel.: 0641-80896-0  
Mobil: 0176-21896640 (nur am 12. und 13.05.2017)  
Fax: 0641-80896-50

**Anmeldung und Tagungsgebühren**

**Anmeldeschluss 20.04.2017**

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

Anmeldung und Zahlungseingang	bis 06.02.2017	bis 03.04.2017	ab 04.04.2017
Nichtmitglieder*	€ 160,-	€ 170,-	€ 180,-
UGB-Mitglieder	€ 110,-	€ 120,-	€ 130,-
StudentInnen**	€ 55,-	€ 65,-	€ 75,-

\* gilt auch für Abonennten des UGBforum  
\*\* Kopie der Studienbescheinigung über ein Vollzeitstudium beilegen

Sie erhalten **keine Anmeldebestätigung** von uns. Wir benachrichtigen Sie nur, wenn die Tagung ausgebucht sein sollte. Bei Rücktritt bis zum **20.04.2017** fällt eine Bearbeitungsgebühr von € 20,- an. Danach ist die gesamte Teilnahmegebühr fällig.

**Tageskarten** – soweit noch Plätze frei sind – erfragen Sie bitte ab **20.04.2017** beim UGB.

**Mitfahrbörse**

Mitfahrangebote und -gesuche bitte unter [www.ugb.de/mitfahrboerse](http://www.ugb.de/mitfahrboerse) eintragen.

**Tagungsunterlagen**

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

**Verpflegung**

Eine vollwertige Pausenverpflegung wird im Foyer zum Verkauf angeboten. Pausengetränke (Kaffee, Tee, Apfelschorle, Wasser) sind in der Tagungsgebühr inbegriffen.

**Unterkunft**

Tourist-Information: [www.giessen-tourismus.de](http://www.giessen-tourismus.de),  
Tel.: 0641-97511-60

**Anerkennung als Fortbildung**

Die Tagung wird allen UGB-AbsolventInnen im Bereich Ernährung und Fasten sowie ErnährungsberaterInnen UGB mit 14 Zeitstunden (18 UE) als Fortbildung anerkannt. Für die Registrierung bzw. die Fortbildungsnachweise bei QUETHEB, dem VFED, VDD, VDO<sub>E</sub> und der DGE siehe [www.ugb.de/tagung](http://www.ugb.de/tagung)

Die Tagung ist nach dem **hessischen Lehrerbildungsgesetz** mit 2 Fortbildungstagen akkreditiert.

**P Parkmöglichkeiten**

Der Parkplatz hinter der Uni-Aula steht aufgrund von Baumaßnahmen leider nicht zur Verfügung. Sie können jedoch im Parkhaus am Selterstor (Zufahrt über Südanlage) oder in der Tiefgarage am Rathaus Berliner Platz (Zufahrt über Ostanlage) parken.

Einzelne kostenlose Parkplätze finden Sie auch in den umliegenden Straßen der Uni-Aula oder am Messeparkplatz (Gehzeit zur Uni-Aula ca. 20-30 Min.).

Titelfotos: Iola1960, Raul Sesmero/123RF.com; Gordon Grand/Fotolia.com



Anmeldung und Zahlungseingang	bis 06.02.2017	bis 03.04.2017	ab 04.04.2017
Nichtmitglieder*	€ 160,-	€ 170,-	€ 180,-
UGB-Mitglieder	€ 110,-	€ 120,-	€ 130,-
StudentInnen**	€ 55,-	€ 65,-	€ 75,-

\* gilt auch für Abonennten des UGBforum  
\*\* Kopie der Studienbescheinigung über ein Vollzeitstudium beilegen

Tageskarten – soweit noch Plätze frei sind – erfragen Sie bitte ab **20.04.2017** bei der UGB-Hauptgeschäftsstelle.

Die Tagungsgebühren überweise  ich /  mein Arbeitgeber auf das Konto der Postbank Frankfurt/M., IBAN: DE71 5001 0060 0000 2706 00, BIC: PBNKDEFF

Adresse  privat  dienstlich

Mit der Adressweitergabe für Mitfahrgelegenheiten bin ich einverstanden.

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Arbeitgeber \_\_\_\_\_

Telefon (d) \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Beruf \_\_\_\_\_ Telefon (p) \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Ort, Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

**Tragen Sie bitte den Teilnehmernamen auch auf Ihrer Überweisung ein.**

**Bitte senden an:** UGB • Sandusweg 3  
D-35435 Wettenberg • Fax: 0641-80896-50

