



Tagung

Ernährung aktuell

09. Juni 2012
Kantonsspital Luzern



Fachliche Leitung

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

Veranstalter

Verein für Unabhängige
Gesundheitsberatung – Schweiz

Verein für
Unabhängige
Gesundheitsberatung
- Schweiz -



Programm

Samstag, 09. Juni 2012

9.30 Eröffnung und Begrüssung
Ida Hofstetter, Präsidentin des UGB-Schweiz

Nachhaltige Ernährung

9.45 Der globale Wasserfussabdruck – virtuelles Wasser
in der Nahrungsmittelproduktion
Dr. oec. troph. Markus Keller, D-Giessen

- Wie viel Wasser wird bei der Nahrungsmittel-
erzeugung verbraucht?
- Welche Bedeutung hat der globale Im- und Export
von virtuellem Wasser?
- Wie können Verbraucher ihren Wasserfussabdruck
reduzieren?

10.45 Nachhaltigkeit durch Vollwert-Ernährung
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Giessen

- Welchen Beitrag leistet eine überwiegend
laktovegetabile Ernährung?
- Was bringt der Konsum von ökologisch erzeugten
Lebensmitteln?
- Welche Bedeutung hat ein weitgehender Verzicht
auf Flugimporte?

11.30 Pause

Gibt es eine „faire“ Ernährung?

12.00 Kann Fischverzehr „fair“ sein?
Billo Heinzpeter Studer, Graz und Winterthur

- Was ist von „fischfreundlichen“ Labels zu halten?
- Sind „Bio-Fisch“ und Aquafarming eine Alternative,
hilft das den Meeren?
- Sollten wir überhaupt Fisch essen?

12.45 Mittagspause

Programm

14.00 Ist Essen Privatsache oder ist es ein Politikum?
Andrea Hüssler, Erklärung von Bern, Zürich

- Welche Auswirkungen hat die für den Export
bestimmte Lebensmittelproduktion auf die
Bevölkerung im globalen Süden?
- Welche Bedeutung hat der spekulative Handel mit
Lebensmitteln?
- Was können Konsumenten tun, um Fehlentwicklungen
entgegenzusteuern?

Richtig essen – gesünder leben

14.45 Richtig essen bei Nacht- und Wechselschichten
Dipl. oec. troph. Hans-Helmut Martin, D-Giessen

- Wie essen Schichtarbeiter, und wie sollten sie essen?
- Schadet Schichtarbeit der Gesundheit?
- Was können richtiges Essen und Trinken zur Entlastung
beitragen?

15.30 Pause

16.00 Gesund und schlank mit Low carb – was ist dran?
Nathalie Faller, Bern

- Ist eine Verringerung der Kohlenhydratzufuhr sinnvoll?
- Warum sind Low-carb-Diäten so populär?
- Low carb oder slow carb – was ist besser?

16.45 Volkskrankheit Bluthochdruck – Prävention durch
Ernährung

Dr. Dirk Bächter, St. Gallen

- Wie weit ist Bluthochdruck verbreitet,
mit welchen Folgen ist zu rechnen?
- Kann das Bluthochdruckrisiko durch richtige
Ernährung verringert werden?
- Wodurch kann manifester Bluthochdruck
vermindert werden?

17.30 Schlussworte

17.45 Ende der Veranstaltung

Programmänderungen vorbehalten

Allgemeine Hinweise

Tagungsort und Anfahrsbeschreibung

Kantonsspital Luzern, Spitalstrasse, CH-6000 Luzern 16
www.ksl.ch/standorte/luzern/metanavigation/lageplan.html

Organisation und Anmeldung

Verein für Unabhängige Gesundheitsberatung – Schweiz
 Ida Hofstetter, Neuhofstrasse 11, CH-8708 Männedorf,
 Fax: (+41) 044 / 920 40 68, ugb.schweiz@bluemail.ch,
www.ugb.ch

Anmeldung bitte schriftlich bis zum **20.05.2012** (Anmeldeschluss) und durch gleichzeitige Überweisung der Gebühren an den UGB-Schweiz, PC-Konto 30-452855-7, BIC: POFICHBEXXX, IBAN: CH80 0900 0000 3045 2855 7

Anmeldung und Zahlungseingang	bis 30.04.12	ab 01.05.12
Nichtmitglieder	SFr 105,-	SFr 145,-
UGB-Mitglieder	SFr 65,-	SFr 95,-
Studierende*	SFr 25,-	SFr 45,-

* nur Vollzeitstudium
 Kopie der Studienbescheinigung beilegen

Ein Rücktritt ist aus organisatorischen Gründen nur bis zum **20.05.2012** möglich. Bei Rücktritt fällt eine Bearbeitungsgebühr von SFr 20,- 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 als PDF-Datei zum Download in der Tagungsgebühr inbegriffen. Geben Sie bitte bei der Anmeldung Ihre E-Mail-Adresse an. Sie erhalten dann in der Woche vor der Tagung eine Internet-Adresse zugesandt, von der Sie die Kurzfassungen herunterladen und ausdrucken können. Bei **Vorbestellung** (gleichzeitig mit der Anmeldung) ist es auch möglich, für SFr 8,- eine ausgedruckte Kurzfassung zu erhalten. Bitte kreuzen Sie dann das entsprechende Feld auf der Anmeldung an und überweisen Sie die Tagungsgebühr zuzüglich SFr 8,-.

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

Allgemeine Hinweise

Zertifikatsinhabern der DGE, des VDD und des VDO_E kann die Veranstaltung mit 6 Punkten berücksichtigt werden. Für den QUETHB-Fortbildungsnachweis wird die Tagung mit 2 Punkte anerkannt.

Das Tagungs-Programm finden Sie ausserdem unter: www.ugb.ch/tagung-luzern Dort können Sie sich auch online anmelden.

Referentinnen und Referenten



Dr. med. Dirk Büchter

Ostschweizer Kinderspital, Claudiusstrasse 6, CH-9000 St.Gallen



Nathalie Fallier

ist diplomierte Ernährungsberaterin HF. Sie arbeitet als Leiterin Schulprojekte / Nutrinet für die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE.
 Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE, Schwarztorstrasse 87, CH-3007 Bern, www.sge-ssn.ch



Andrea Hüsler

Ethnologin und Journalistin, war über mehrere Jahre in mexikanischen NGOs in den Bereichen nachhaltige Produktion, Fair Trade und Gender tätig. Ihre Erfahrung nutzt sie seit 2008 als Verantwortliche für den Fachbereich Konsum bei der Erklärung von Bern (EvB).
 EvB, Dienerstrasse 12, CH-8004 Zürich



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-Deoatrophologe, 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



Billo Heinzpeter Studer

war von 1985 bis 2001 Geschäftsleiter der Nutztierschutz-Organisation KAG Konsument/innen-Arbeitsgruppe, 2000 Initiator und Fachstellenleiter des Vereins «fair-fish» (bis März 2012), seit 2007 Beirat der internationalen Organisation Friend of the Sea.
 Burgstrasse 107, CH-8408 Winterthur

Anmeldung

Tagung 09. Juni 2012

Frühbucherrabatt

bei schriftl. Anmeldung und Zahlungseingang bis **30.04.2012**

... als **Nichtmitglied** SFr 145,- SFr 105,-
 (gilt auch für Abonnenten des UGB-FORUM)
 ... als **UGB-Mitglied** SFr 95,- SFr 65,-
 ... als **Studentin/Student** SFr 45,- SFr 25,-
 (Bescheinigung über Vollzeitstudium liegt bei)

Die Vortrags-Kurzfassungen sind als PDF-Datei zum Download vor der Tagung in der Gebühr inbegriffen (bitte E-Mail-Adr. angeben).

Bei Vorbestellung (bitte hier ankreuzen) ist es möglich, für SFr 8,- eine ausgedruckte Kurzfassung zu erhalten (**bitte zuzüglich zur Tagungsgebühr überweisen, nur für Tagungsteilnehmer**).

Die Tagungsgebühren überweise ich / mein Arbeitgeber an den UGB-Schweiz, PC-Konto 30-452855-7, BIC: POFICHBEXXX, IBAN: CH80 0900 0000 3045 2855 7

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung von uns. Wir benachrichtigen Sie nur, wenn die Tagung ausgebucht sein sollte. Bei Rücktritt bis zum **20.05.2012** fällt eine Bearbeitungsgebühr von SFr 20,- an. Danach ist die gesamte Teilnahmegebühr fällig.

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 Ihre Überweisung ein.

E-Mail (zum Versenden der Vortrags-Kurzfassungen) _____

Bitte senden an: UGB • Neuhofstr. 11 • CH-8708 Männedorf
 Fax: (+41) 044 / 920 40 68 • ugb.schweiz@bluemail.ch

