

Thementag Ernährung

Vielfalt ist unsere Stärke

12.06.2024, von 13:00 – 17:00

Hochwaldkliniken, Weiskirchen

Organisation:

Team Diätabteilung: Ernährungstherapie

Astrid Lesmeister

(Leitung d. Diätabteilung)

Diätassistentin, Ernährungsberaterin/DGE,
Diabetesberaterin DDG

A. Schönfeld

Diätassistentin, Diabetesassistentin DDG

J. Gersing

Diätassistentin

Ch. Löwen

Diätassistentin

M. Rauber

Diätassistentin

G. Reinert

Diabetesberaterin DDG,
MSc klinische Ernährungsmedizin

Veranstaltungsort:

Saarlandhalle (EG) und Foyer
Kliniken am Kurzentrum

Referenten

Frau Dr. Bühl

Chefärztin Innere Medizin, Kardiologie

Dr. Michael Krichbaum

Internist, Gastroenterologe, Hepatologe,
Diabetologe DDG, Ernährungsmediziner

Gerda Reinert

MSc Klinische Ernährungsmedizin

Emmerich Berg

Lehrer für Pflegeberufe

Nadine Bender, Pflegedirektorin

Reiner Gross, Kontakt- u. Informationsstelle
für Selbsthilfe im Saarland (KISS)



12.06.24

13 - 17 Uhr



Thementag Ernährung

Vielfalt ist unsere Stärke



Vorträge sowie

Ausstellung & Beratung

Sehr geehrte Damen und Herren, sehr geehrte Kolleginnen und Kollegen

„Wenn 50 Millionen Menschen etwas Dummes tun, bleibt es trotzdem eine Dummheit“

(Anatole France, franz. Schriftsteller und Nobelpreisträger)

„Was ist nicht alles gesund?“

- *Butter, Fleisch und Wurst aus deutschen Landen, sagt die Werbung*
- *Pflanzliche Produkte, sagen die Vegetarier*
- *Nachtschattengewächse wie Kartoffeln und Tomaten zu meiden, ebenso*
- *Die Rohkost, behaupten die Makrobiotiker, die sich auf die fernöstliche Philosophie berufen.*
- *Nein, entgegenen die Anhänger der Vollwertkost.*

Was gilt? Alles Gerede? Gibt es tatsächlich eine Ernährung, die die Gesundheit schützt und das Leben verlängert?

Eine Ernährung, gekennzeichnet durch zu viel Fett, Zucker und Alkohol und zu wenig körperliche Bewegung sind ausschlaggebende Auslöser für die Entstehung vieler Erkrankungen des Stoffwechsels.

Wie ein gesunder Lebensstil aussehen kann, möchten wir Ihnen an unserem Ernährungstag vorstellen.

Wir laden Sie hiermit herzlich ein, sich in den Vorträgen zu informieren und unsere Ausstellung zu besuchen.

Programm

13:00 Uhr Begrüßung

Dr. Bühl Chefärztin Innere/Kardiologie

Moderation:

Astrid Lesmeister

13:10 Uhr – 13:30 Uhr

Selbsthilfe

Nadine Bender, Pflegedirektorin

Reiner Gross (KISS)

13:30 Uhr – 13:50 Uhr

Laborwerte lesen können

Gerda Reinert

Diabetesberaterin DDG,

MSc klinische Ernährungsmedizin

14:00 Uhr – 14:30 Uhr

Fettleber

Dr. M. Krichbaum,

Gastroenterologe, Hepatologe, Diabetologe DDG,

Ernährungsmediziner

14:35 Uhr – 15:00 Uhr

Pause

15:05 Uhr-16:00 Uhr

Demenzerkrankungen vermeiden- Möglichkeiten einer präventiven Lebensführung durch die Ernährung

Emmerich Berg

Lehrer für Pflegeberufe

Ausstellung

- **Oberthaler Ölmühle**
Inhaber Bruno Zimmer e. K.
Information und Beratung Probieren von Ölen
- **Wackenberger Hof,**
Biolandhof Dörr
- **Nunkircher Imkerei**
- **Selbsthilfegruppen**
- **Diätabteilung**

