

UGB-Tagung „Ernährung aktuell“

27.02.2026, 08:00 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Verband für Unabhängige Gesundheitsberatung e. V. (UGB)*

PROGRAMM	PROGRAMM	PROGRAMM
Freitag, 08.05.2026 10.30 Eröffnung und Begrüßung 10.45 Lebensmittelbetrug und Lebensmittelsicherheit – Strategien gegen Täuschung Prof. Dr. rer. nat. Gertraud Hock, Gießen » Von Ölweid bis Chilipflur, wie können Lebensmittel verfälscht werden? » Was macht die Lebensmittelanalyse so komplex? » Was können Verbraucher tun, um sich zu schützen? 11.45 Gewichtsneutrale Ansätze in der Behandlung von Adipositas Prof. Dr. phil. Ulrike Gutz, Gießen » Warum kann es problematisch sein, den Fokus auf das Körpergewicht zu setzen? » Wie können Fachkräfte im Umgang mit Personen mit Adipositas beachten? » Wie kann eine gewichtsneutrale Ernährungsberatung aussehen? 12.30 Mittagspause 14.00 Hochverarbeitete Lebensmittel – auch ökologische, soziale und ethische Probleme? Dr. agr. Eleonore Mel, Gießen » Reduzieren hochverarbeitete Lebensmittel die Biodiversität? » Höherer Energieverbrauch und steigender Verpackungsmüll? » Mehr soziale und ethische Probleme durch hochverarbeitete Lebensmittel? 14.45 Agroforstwirtschaft – neue Wege in der Landwirtschaft Prof. Dr. agr. Andreas Göttinger, Gießen » Ökologische Vorteile der Agroforstwirtschaft » Im Spannungsfeld von Kosten, Aufwand und Ertrag » Nacherprodukt oder Chance auf nachhaltiges Wirtschaften?	15.30 Markt der Möglichkeiten – „Auf dem Weg in die Zukunft“ 16.00 Pause 16.30 Entwicklung der sensorischen Wahrnehmung im Kindesalter Dipl.-Ing. Kirsten Buchader, Bremerhaven » Können Kinder wirklich besser schmecken als Erwachsene? » Warum lieben Kinder Süßes und wie lernen sie, Bitteres zu mögen? » Was beeinflusst die Wahrnehmung des Geschmacks? 17.15 Jugendliche verstehen und motivieren Dr. troph. Gerd Götze, Köln » Physische und psychische Entwicklung » Jugendkulturen verstehen » Konflikte aushalten – Lösungen finden 18.00 Ende der Diskussion Samstag, 09.05.2026 09.00 Darmgesunde Ernährung – aus der Beratungspraxis Dipl. oec. troph. Eva Henze, Lennestadt » Menschen darmgesunde Essen nehmungen » Klient:innen und Patient:innen in der Umsetzung begleiten » Familie und Umfeld mit einbeziehen 10.00 Ausblick für das Fasten in Prävention und Therapie des Typ-2-Diabetes Prof. Dr. med. Peter Schwarz, Dresden » Wie entwickelt sich die Situation mit Typ-2-Diabetes weltweit? » Welche Strategien zur Diabetes-Prävention gibt es? » Wie kann Fasten als präventive und therapeutische Diabetes-Maßnahme eingeführt und gesichert werden?	10.45 Pause mit Bewegung 11.30 Lipödem – ein oft verkanntes Krankheitsbild Dipl. oec. troph. Andrea Barth, Esslingen » Lipödem – eine verkettete Schmerzkette » Welche Ernährungsmaßnahmen sind hilfreich? » Was ist das „A und O“ im Selbstmanagement? 12.15 Mythen Cholesterin Dr. med. Gerdner Schwarz, Laubach » Welche Auswirkungen haben LDL und HDL tatsächlich? » Hypercholesterinämie: Letztinstanz oder Lipid-Linsen? » Wie können wir das kardiovaskuläre Risiko wirklich verringern? 13.00 Mittagspause 14.30 Mythen des Ess- und Ernährungsalltags Dr. rer. phil. Daniel Kaffel, Kassel » Wie entstehen Ernährungsmythen und warum bleiben sie trotz gegenteiliger Studien bestehen? » Welche Rolle spielen soziale Medien bei der Verbreitung und Veränderung? » Wie beeinflussen Hashtags unsere Einstellungen, Überzeugungen und Kaufentscheidungen? 15.15 „Die bösen Kohlenhydrate“ – zwischen Hoffnung und Evidence Dr. St. Ernährungswiss. Arden Sanfey, Gießen » Durch Kohlenhydratreduktion zum Wunschgewicht? » Low-Carb und ketogen – Zivilisationskrankheiten oder? » Protein- und Fettbedarf – bleibt die Umwelt da versichert? 16.00 Zusammenfassung und Schlussworte 16.15 Ende der Tagung Programmänderungen vorbehalten. Anmeldung unter www.ugb.de/tagung 

Referenten mit Expertise und hochaktuelle Themen versprechen eine aufschlussreiche Veranstaltung.

08.-09.05.2026 | Kongresshalle Gießen

UGB-Tagung „Ernährung aktuell“

Aktuelle ernährungsmedizinische Fragen, praxisnahe Beratung und Zukunftsperspektiven für eine nachhaltige Ernährung stehen im Mittelpunkt der Tagung des Verband für Unabhängige Gesundheitsberatung (UGB) am 8. und 9. Mai 2026 in Gießen. Von **gewichtsneutralen Ansätzen in der Ernährungsberatung** über **Lipödem** bis zu **darmgesunder Ernährung** oder **Fasten bei Typ-2-Diabetes** bietet das Programm fundierten Input für Fachkräfte und Gesundheitsinteressierte. Weitere Vorträge zu **Mythen rund um Cholesterin und Kohlenhydrate**, Agroforstwirtschaft oder der sensorischen Entwicklung im Kindesalter verbinden aktuelle Erkenntnisse aus der Forschung mit alltagsnahen Empfehlungen.

Referenten mit Expertise und hochaktuelle Themen versprechen eine aufschlussreiche Veranstaltung. Früh anmelden lohnt sich! Wer sich bis zum 20.01.2026 anmeldet, erhält noch den **Rabatt für Frühbucher**.

Programm und Anmeldung: www.ugb.de/tagung

Abdruck honorarfrei, Belegexemplar erbeten

Nur für Journalisten: Kostenlose Akkreditierung

Aus dem Programm

- Gewichtsneutrale Ansätze in der Behandlung von Adipositas
- Lebensmittelbetrug und Lebensmittelsicherheit – Strategien gegen Täuschung
- Hochverarbeitete Lebensmittel – auch ökologische, soziale und ethische Probleme?
- Agroforstwirtschaft – neue Wege in der Landwirtschaft

- Entwicklung der sensorischen Wahrnehmung im Kindesalter
- Jugendliche verstehen und motivieren
- Mythos Cholesterin
- Darmgesunde Ernährung – aus der Beratungspraxis
- Fasten in Prävention und Therapie des Typ-2-Diabetes
- Lipödem – ein oft verkanntes Krankheitsbild
- „Die bösen Kohlenhydrate“ – zwischen Hoffnung und Evidenz
- Mythen des Ess- und Ernährungsalltags

Verband für Unabhängige Gesundheitsberatung e. V. UGB

Friedrich-List-Str. 21
35398 Gießen
Deutschland

Portrait

UGB – Kompetenz für unabhängige Ernährungs- und Gesundheitsberatung

Der Verband für Unabhängige Gesundheitsberatung e. V. – UGB engagiert sich seit 1981 für Gesundheit, Lebensqualität und eine nachhaltige Ernährungsweise. Unabhängig von wirtschaftlichen Interessen informiert der UGB wissenschaftlich fundiert und praxisnah zu Ernährung, Gesundheit und Prävention. Mit Kongressen, Fachtagungen, Seminaren sowie Aus- und Weiterbildungen über die UGB-Akademie stärkt der Verband Fachkompetenz und Eigenverantwortung. Mit umfangreichen Informationsangeboten wie dem Fachmagazin UGB-Forum und dem Webportal www.ugb.de macht der Verein Fachkräften und Verbrauchern gesundheitsrelevantes Wissen zugänglich.

Key Facts

- Gemeinnütziger Verein | Gegründet: 1981
- UGB-Akademie: Seminare, Tagungen, Symposien
- Fachmagazin UGBforum (anzeigenfrei)
- Webportal: www.ugb.de
- Schwerpunkte: nachhaltige Ernährung, Prävention, Gesundheit,
- Besonderheit: unabhängig, neutral, wissenschaftlich fundiert

News-ID: 1305023 • Views: 414 (Stand: 07.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1305023/UGB-Tagung-Ernaehrung-aktuell.html>