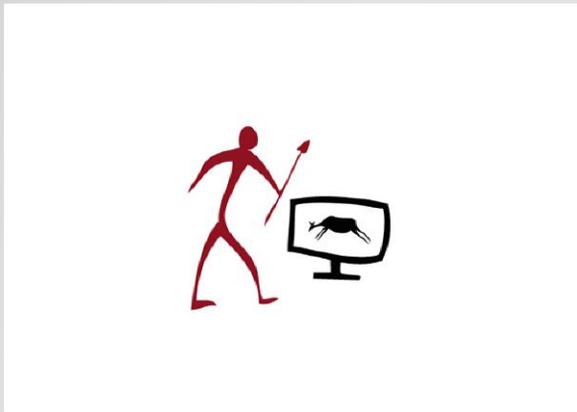


2. Symposium der Deutschen Gesellschaft für Paläoernährung



Samstag

8. November 2014

FH Schweinfurt

LEONI Hörsaal 5.01.1

Ignaz-Schön-Str. 11

97421 Schweinfurt

Anmeldung erforderlich

Kosten und Anmeldung unter www.letsgopaleo.de

Fortbildungspunkte für Ärzte sind beantragt

Genetisch als auch physiologisch hat der Mensch sich seit der Steinzeit kaum verändert. Dadurch ergeben sich in der modernen Gesellschaft viele Probleme, die allgemein als Zivilisationskrankheiten bekannt sind und eine enorme Belastung für die Gesundheitssysteme darstellen.

Eine Rückbesinnung auf steinzeitliche Prinzipien, wie optimale Ernährung, Bewegung, Stressmanagement und sinnvolle Sonnenexposition – kurz: das Paläoprinzip – bestätigt sich in klinischen und experimentellen Studien als extrem effektive Maßnahme zur Vorbeugung und Behandlung von Zivilisationserkrankungen.

In diesem Symposium lernen Sie das Paläoprinzip und dessen Umsetzung in den Alltag kennen. Nutzen auch Sie das vorgetragene Wissen zur Erhöhung Ihrer Lebensqualität und der Ihrer Patienten!

PROGRAMM

09:00-09:45	Einlass
09:45-10:00	Begrüßung: Warum Steinzeit in der Neuzeit? Dr. Rainer Klement, Strahlentherapie Schweinfurt, 1. Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Paläoernährung
10:00-10:45	Artgerechte Ernährung – Ist keine Diät! Peter Hinojal, Personal Trainer und Ernährungscoach
10:45-11:30	Der Paläo-Ernährung auf der Spur: Gesundheit und Genuss – live im Busch und im westlichen Leben Dr. Sabine Paul, Evolutionsbiologin
11:30-12:30	Pause
12:30-13:15	Der Einfluss von intermittierendem Fasten auf Gesundheit und Leistungsfähigkeit Philipp Rauscher, Personal Trainer und Ernährungscoach
13:15-14:00	Milch als Promoter westlicher Zivilisationskrankheiten Prof. Dr. Gerd Schmitz, Direktor des Instituts für klinische Chemie und Laboratoriumsmedizin, Uniklinik Regensburg
14:00-14:30	Pause
14:30-15:15	Ketogene Diät / Ketone als Therapieansatz bei Demenzerkrankungen. Hypothesen und erste Berichte in der Literatur Dipl. oec. troph. Ulrike Gonder
15:15-16:00	Metabolic Tumor Typing - Ernährung bei Tumorerkrankungen auf Basis unterschiedlicher Tumorstoffwechselformen Florian Schilling, Heilpraktiker
16:00-16:20	Pause
16:20-17:05	Das Natur-Defizit-Syndrom: Was außer Ernährung und Sport noch zählt Prof. Dr. Jörg Spitz, Nuklear- und Präventionsmediziner, Akademie für menschliche Medizin durch Spitzen-Prävention
17:05-17:15	Zusammenfassung und Verabschiedung