



Fortbildung der IFPE-Akademie: „Vegane Ernährung – Aktueller Stand der Wissenschaft“

Termin: 06. Juli 2021

Zeit: 18:00 – 19:30 Uhr

Ort: Online

Kosten: 45 € (15 € für Student*innen)

Unterrichtseinheiten: 2 (à 45 min)

Inhalte:

- Nährstoffversorgung von Veganer*innen (Protein, Vitamine, Mineralstoffe) mit besonderer Berücksichtigung kritischer Nährstoffe
- Präventives und therapeutisches Potenzial veganer Kostformen
- Praktische Umsetzung einer gesundheitsfördernden veganen Ernährung mit Hilfe der Gießener veganen Lebensmittelpyramide

Zahlreiche Studien zeigen, dass Veganer*innen ein teilweise deutlich verringertes Risiko für chronische, ernährungsassoziierte Erkrankungen aufweisen. Doch sind diese Vorteile auf die Ernährung oder den insgesamt gesünderen Lebensstil von Veganer*innen zurückzuführen? Kann mit veganer Ernährung eine ausreichende Nährstoffversorgung erreicht werden? Und welche (überraschenden) Ergebnisse zeigen die neuesten Studien? Diese und weitere Fragen sollen im Rahmen der Fortbildung diskutiert und beantwortet werden.

Referent

Dr. Markus Keller ist Ernährungswissenschaftler und Leiter des gemeinnützigen Forschungsinstituts für pflanzenbasierte Ernährung (IFPE). Schwerpunkte seiner wissenschaftlichen Arbeit sind die Themen Vegetarismus/Veganismus, alternative Ernährungsformen sowie nachhaltige Ernährung. Er ist Co-Autor des Standardwerkes „Vegetarische und vegane Ernährung“ (4. Aufl. 2020). Außerdem ist er an der Leitung zahlreicher Forschungsprojekte, wie der VeChi-Diet- und VeChi-Youth-Studie, der PREGGIE-Studie oder der Studie zur Praxis der Gießener veganen Lebensmittelpyramide, beteiligt.

IFPE-Akademie

Die IFPE-Akademie bietet Fortbildungen zu aktuellen Themen der pflanzenbasierten Ernährung. Das Angebot richtet sich an Fachpublikum aus den Bereichen Ernährung und Gesundheit.

Eine Anerkennung (Fortbildungspunkte) der IFPE-Seminare bei Ernährungsfachgesellschaften ist grundsätzlich möglich. Alle Teilnehmer*innen erhalten eine aussagekräftige Teilnahmebescheinigung.