

VEÖ

Verband der
Ernährungswissenschaftler
Österreichs

▲ VEÖ-TAGUNG 2009

GEWERBEHAUS WIEN, 14. UND 15. MAI 2009



Wenn der Bauch beim Essen denkt ...

Ernährung aus psychologischer Perspektive



Unsere Vielfalt ist verführerisch. Holen Sie sich Gourmet auf Ihren Teller!

Qualität, bester Geschmack und höchste Sicherheit – dafür steht Gourmet, Österreichs führender Menüservice in der Gemeinschaftsverpflegung. 150.000 Gäste genießen täglich die große Vielfalt und den besten Geschmack der Gourmet-Speisen.

Wir lassen uns gerne in die Kochtöpfe schauen!
Überzeugen Sie sich von unserem Angebot: www.gourmet.at



GOURMET

Vorwort



**Liebe Kolleginnen und Kollegen,
sehr geehrte Damen und Herren,**

mehrmals täglich entscheiden wir, ob, was und wie wir essen. Obst oder Croissant? Jetzt oder später? Vor der Tastatur oder in der Kantine? Aufessen oder aufhören? Was uns dabei leitet? Hunger allein ist es nicht, auch nicht nur der gute Geschmack und am wenigsten der Nährstoffbedarf. Und ganz sicher werden Lebensmittel nicht nur deshalb gekauft und gegessen, weil sie gesund sind. Vielmehr lenkt uns ein ganzes Motivbündel und immer sind Emotionen mit von der Partie. Wir essen, weil wir uns gestresst fühlen, weil wir traurig, zornig oder enttäuscht sind, weil uns langweilig ist, weil wir uns entspannen oder trösten wollen, weil wir uns freuen oder uns belohnen möchten. Kurz und gut: Die Psyche isst mit. Es gibt zahlreiche Redewendungen, die diesen Umstand „belegen“. Bestimmt haben auch Sie schon jemanden „eingekocht“ ...

Gemeinsam mit unseren ReferentInnen zeigen wir im Rahmen unserer 7. Jahrestagung, was passiert, „wenn der Bauch beim Essen denkt“. Zum einen stellt sich dabei die Frage, wie sich die psychische Befindlichkeit auf das Essverhalten auswirkt. Es lässt sich aber genauso gut die umgekehrte Perspektive einnehmen, nämlich: Wie wirkt sich das Essen auf die Psyche aus? Eines kann ich schon verraten, ohne den Inhalt vorzugreifen: Wenn wir berücksichtigen, dass Emotionen und Essverhalten auf vielfältige Weise verknüpft sind, steigen unsere Erfolgsaussichten. Das gilt für uns ErnährungswissenschaftlerInnen und für alle verwandten Berufsgruppen.

Ich lade Sie herzlich ein, mit uns diese Nüsse zu knacken.
Wir freuen uns darauf!

Mag. Helga Cvitkovich-Steiner
1. Vorsitzende des VEÖ

Programm

Donnerstag, 14. Mai 2009

9.30

Eröffnung

Grundlagen der Ernährungspsychologie und -soziologie

10.00–10.30

Fischsuppe zum Frühstück ...

Gesellschaftlich-kulturelle und soziale Determinanten der Ernährung
Prof. Dr. Christoph Klotter (Universität Fulda)

10.30–11.00

Die Welt und die Wirklichkeit des Essens

Warum es so schwer ist, sein Essverhalten zu verändern
Prof. Dr. Eva Barlösius (Leibniz-Universität Hannover)

11.00–11.30

Tiramisu [ital. „heb mich hoch“]

Einfluss des Essens auf unsere Stimmung und umgekehrt
PD Dr. Michael Macht (Universität Würzburg)

11.30–12.00

Kaffeepause

Ernährungspsychologie im Säuglings- und Kleinkindalter

12.00–12.30

„Meine Suppe ess ich nicht!“

Bindung, Autonomie und die Entwicklung des Essverhaltens
Dr. Christine Sonn-Rankl (Wilhelminenspital – Kinderklinik Glanzing, Säuglingspsychosomatik, Wien)

12.30–13.00

Naschkatze oder Fleischtiger ...

Entwicklung von Geschmackspräferenzen
Dr. Eva Derndorfer (Ernährungswissenschaftlerin, Wien)

13.00–14.30

Mittagspause

Donnerstag, 14. Mai 2009

Ernährungspsychologie im Jugendalter

14.30–15.00

Baustelle Adoleszenz

Herausforderungen an Jugendliche
Dr. Barbara Burian-Langegger (Child Guidance, Wien)

15.00–15.30

Achterbahn auf der Waage

Psychodynamische Aspekte des Essverhaltens bei Jugendlichen
Mag. Karin Lobner (gefühlsküche, Wien)

15.30–16.00

Echt fett!

Ernährung ist Thema: Anknüpfungspunkte, Medien, Sprache und Botschaften in der Kommunikation mit Jugendlichen
*Mag. Angela Mörxlbauer (eatconsult, Wien),
Mag. Katharina Bläumauer (That's the way!, Wien)*

16.00–16.30

Kaffeepause

Ernährungspsychologie im Erwachsenenalter

16.30–17.00

(Kein) Appetit aufs Leben

Zusammenhang zwischen Depressivität und Ernährung
Dipl. psych. Dipl. oec. troph. Barbara Kazdal (Praxis für Salutogenese, Frankfurt/Main)

17.00–17.30

Rund, na und?!

Adipositas und geringer Selbstwert – was war zuerst?
Mag. Saskia Drennig (Psychosomatisches Zentrum Waldviertel, Adipositasunit, Eggenburg)

Freitag, 15. Mai 2009

Ernährungspsychologie im fortgeschrittenen Alter

9.00–9.30

Alles bleibt anders

50+: persönlicher und gesellschaftlicher Wertewandel

Mag. Gerlinde Zehetner (Geschäftsführerin seniormedia marketing ges. m. b. h., Wien)

9.30–10.00

Wechselspiel

Psychische Auswirkungen des Klimakteriums auf das Ernährungsverhalten

Mag. Ulrike Steiger-Hirsch (Klinische und Gesundheitspsychologin, Wien)

10.00–10.30

Selbstbestimmter Genuss

Ernährungspsychologische Aspekte im hohen Alter

Dipl. oec. troph. Tina Schlag (Diplom-Oecotrophologin, Wien)

10.30–11.15

Kaffeepause

Migration und kulturelle Einflüsse auf das Essverhalten

11.15–11.45

Arme essen – Reiche speisen

Essen als Statussymbol

Mag. Martin Schenk (Diakonie Österreich, Wien)

11.45–12.15

Afiyet olsun! Dobar tek! Prijatno! Guten Appetit!

Besonderheiten bei der Ernährungsberatung von MigrantInnen

Mag. Ekim San, Dr. Ata Kaynar (Frauengesundheitszentrum FEM Süd, Wien)

Freitag, 15. Mai 2009

Ernährungspsychologie – Praxistransfer

12.15–12.45

Vom Wissen zum Tun

Modelle der Verhaltensmodifikation in der Gesundheitspsychologie
Mag. Dr. Theres Rathmanner (Ernährungs- und Gesundheitswissenschaftlerin, Wien)

12.45–13.15

Ankick zur Verhaltensänderung durch Bild und Ton

Einfluss der Werbung auf unser Tun und Denken
Barbara Spona (dialogic Dialog Marketing Consulting GmbH, Wien)

13.15–13.45

Motivational Interviewing

Die richtigen Fragen stellen ...
DSA Michael Guzei (Erwachsenenbildner, MI-Trainer, Gänserndorf)

Organisation und Information

Veranstalter:

Verband der Ernährungswissenschaftler Österreichs (VEÖ)
Geschäftsstelle: Lilienbrunnngasse 18/2/40, 1020 Wien
Telefon: +43 1 333 39 81, Fax: +43 1 333 39 81-9
E-Mail: veoe@veoe.org
<http://www.veoe.org>

Konzept und Organisation:

Arbeitskreis VEÖ-success

Tagungsort:

Gewerbehau, Wien
Wilhelm-Neusser-Saal
Rudolf-Sallinger-Platz 1, 1030 Wien



Mit freundlicher Unterstützung des Obmannes
der allgemeinen Fachgruppe des Gewerbes,
Leo Klimt, Wirtschaftskammer Wien

ReferentInnen

Prof. Dr. Eva Barlösius

Soziologin
Leibniz-Universität Hannover,
Institut für Soziologie
Schneiderberg 50, D-30167 Hannover
e.barloesius@ish.uni-hannover.de
<http://www.ish.uni-hannover.de>

Mag. Katharina Bläumauer

*Kommunikationswissenschaftlerin,
diplomierte Trainerin und Coach
für Kommunikations- und Verhaltens-
techniken*
That's the way!
Reithlegasse 12/1, 1190 Wien
seminar@thatstheaway.at
<http://www.thatstheaway.at>

Dr. Barbara Burian-Langegger

*Fachärztin für Kinder und Jugendheilkunde,
Psychotherapeutin*
Institut für Erziehungshilfe,
Child Guidance Clinic
Heiligenstädter Straße 82/14, 1190 Wien
bbl@aon.at
<http://www.erziehungshilfe.org>

Dr. Eva Derndorfer

*Selbständige Ernährungswissenschaftlerin,
Spezialistin im Bereich der
Lebensmittelsensorik, Buchautorin*
Sonnergasse 4/19, 1120 Wien
eva.derndorfer@chello.at
[http://members.chello.at/
eva.derndorfer](http://members.chello.at/eva.derndorfer)

Mag. Saskia Drennig

*Klinische und Gesundheitspsychologin,
systemische Familientherapeutin
(in Ausbildung unter Supervision),
„Schlank ohne Diät“-Therapeutin*
Uniteitung G (Adipositas)
Psychosomatisches Zentrum
Waldviertel Eggenburg

Grafenberger Straße 2, 3730 Eggenburg
saskia.drennig@pszw.at
<http://www.pszw.at>

DSA Michael Guzei

*Suchtvorbeugungsexperte, Rausch-
und Risikopädagoge, Trainer für
Motivierende Gesprächsführung (Moving)*
Goethestraße 27, 2230 Gänserndorf
m.guzei@kreativdesign.at
<http://www.kreativdesign.at>

Dr. Ata Kaynar

*Arzt für Allgemeinmedizin und
Ernährungsmedizin*
Mariahilfer Straße 189, 1150 Wien
kaynar@chello.at
<http://www.kaynar.at>
<http://www.fem.at>

Dipl. psych. Dipl. oec. troph. Barbara Kazdal

*Diplom-Psychologin, Diplom-Oecotro-
phologin, Praxis für Salutogenese*
Am Grünen Graben 30,
D-60433 Frankfurt/Main
bkazdal@praxis-kazdal.com
<http://www.praxis-kazdal.com>

Prof. Dr. habil. Christoph Klotter

*Psychologe, Psychologischer Psycho-
therapeut, Fachbereich Oecotrophologie*
Department of Nutritional, Food and
Consumer Studies
Marquardstraße 35, D-36039 Fulda
christoph.klotter@he.hs-fulda.de
<http://www.hs-fulda.de>

Mag. Karin Lobner

*Ernährungswissenschaftlerin, Psycho-
therapeutin (in Ausbildung unter Supervision)*
gefühlsküche
Adamsgasse 3a/1/4, 1030 Wien
info@gefuehlskueche.at
<http://www.gefuehlskueche.at>

PD Dr. Michael Macht

*Diplom-Psychologe, Dr. phil., Verhaltens-
therapeut*

Uni Würzburg, Institut für Psychologie
Marcusstraße 9–11, D-97070 Würzburg
macht@psychologie.uni-wuerzburg.de
<http://www.psychologie.uni-wuerzburg.de>

Mag. Angela Mörixbauer

Ernährungswissenschaftlerin
eatconsult

Paulanergasse 14, 1040 Wien
am@eatconsult.at
<http://www.eatconsult.at>

Mag. Dr. Theres Rathmanner

*Ernährungswissenschaftlerin,
Gesundheitswissenschaftlerin*

Lilienbrunnengasse 18/2/40, 1020 Wien
tr@ernaehrungsgewissen.at
<http://www.ernaehrungsgewissen.at>

Mag. Ekim San

Klinische und Gesundheitspsychologin
Frauengesundheitszentrum FEM Süd,

Kaiser-Franz-Josef-Spital
Kundratstraße 3, 1100 Wien
ekim.san@wienkav.at
<http://www.fem.at>

Mag. Martin Schenk

Sozialexperte
Diakonie Österreich

Albert Schweitzer Haus
Schwarzspanierstraße 13, 1090 Wien
schenk@diakonie.at
<http://www.diakonie.at>
<http://www.armutskonferenz.at>

Dipl. oec. troph. Tina Schlag

Diplom-Oecotrophologin
Fockygasse 39–41, 1120 Wien
tina.schlag@inode.at

Dr. Christine Sonn-Rankl

*Klinische Psychologin, Psychotherapeutin
(Psychoanalyse)*

Freie Praxis, Kinderklinik Glanzing –
Säuglingspsychosomatik
Wilhelminenspital
Montleartstraße 37, 1170 Wien
christine.sonn-rankl@wienkav.at
<http://www.kinderklinik-glanzing.at>

Barbara Spona

Senior Consultant
dialogic Dialog Marketing
Consulting GmbH
Kolingasse 11/11, 1090 Wien
barbara.spona@dialogic.at
<http://www.dialogic.at>

Mag. Ulrike Steiger-Hirsch

*Klinische Psychologin und Gesund-
heitspsychologin in freier Praxis*
Weinberggasse 9, 7062 St. Margarethen
office@steiger-hirsch.at
<http://www.steiger-hirsch.at>

Mag. Gerlinde Zehetner

*Studium der Geschichte und
deutschen Philologie,
Geschäftsführerin seniormedia*
Börsegasse 10/1a, 1010 Wien
gerlinde.zehetner@echo.at
<http://www.echo.at>

Alle Menschen sind gleich – und dennoch ...



... haben sie andere Bedürfnisse!



Nur das Beste für mich!

Auch wer in der zweiten Lebenshälfte noch fit bleiben möchte, muss sich nicht mit karger Körnerkost abspesen lassen. Zwar arbeiten alle Organe bedächtiger und der Nährstoffbedarf steigt, weil der Energiebedarf sinkt – doch können schon kleine Änderungen im Genussalltag große positive Wirkung haben. Wie das gehen kann? Lesen Sie rein in die Broschüre „Mitten im Leben“!

Die richtige Ernährung verfolgt uns ein Leben lang: Bestimmte Vitamine und Eiweiß in Wachstum und Schwangerschaft, knochenstärkende Nahrungsmittel in den besten Jahren, taillenschonende Kost für Figurbewusste – jeder hat **besondere Anforderungen** ans Essen. Mit **speziellen Broschüren** und einem interessanten **Online-Newsletter** von Iglo (gratis zu bestellen auf www.iglo.at), kommen Sie ab jetzt einfacher durch den gesunden Essalltag!

Frauen sind echte Ernährungsprofis!

Sind die Kinder zufrieden stellend versorgt, macht sich Frau über die eigene Ernährung Gedanken. Viele Frauen kennen den Kaloriengehalt ihrer Lieblingsschokolade und wissen genau wie lange sie laufen müssen, um diesen wieder abzubauen. Kreative Anleitungen zum etwas entspannteren Umgang mit Essen und Trinken sowie die wichtigsten Ernährungsregeln finden Sie in der Broschüre „**Reine Frauensache**“.

Für die Kleinsten

will man immer nur das Beste!

Die nährstoffreiche „Tut-Gut“-Kinderernährung hat mit der Pizza-Pommes-Pudding-Realität allerdings meist wenig gemeinsam. Doch die Lage ist nicht hoffnungslos.

Wie man als geforderter Erziehungsbeauftragter den Spagat zwischen Gummibärchen und Karotte schaffen kann, zeigt die Broschüre „**Alles ein Kinderspiel**“.



Diese und noch mehr Broschüren können Sie gratis im Internet auf www.iglo.at bestellen oder bei unserem Kundenservice unter der Telefonnummer 0810/300 407.

VEÖ/VDOE-Mitglieder		
2 Tage	€ 115,- / € 65,-*	€ 135,- / € 80,-*
Tageskarte Donnerstag	€ 85,- / € 50,-*	€ 100,- / € 65,-*
Tageskarte Freitag	€ 75,- / € 45,-*	€ 85,- / € 50,-*

Mitglieder ÖGE/AKE/DGE		
2 Tage	€ 140,-	€ 160,-
Tageskarte Donnerstag	€ 105,-	€ 125,-
Tageskarte Freitag	€ 90,-	€ 100,-

Nichtmitglieder		
2 Tage	€ 165,-	€ 185,-
Tageskarte Donnerstag	€ 125,-	€ 145,-
Tageskarte Freitag	€ 100,-	€ 115,-

Seminarunterlagen, Mittagessen und Kaffeepausen inkludiert * Preise für VEÖ/VDOE-StudentInnenmitglieder
 Diese Veranstaltung wird für die kontinuierliche Fortbildung von ZertifikatsinhaberInnen der DGE, des VDD und des VDOE mit insgesamt 9 Punkten (Donnerstag 6 Punkte, Freitag 3 Punkte) berücksichtigt.

TEILNAHMEBEDINGUNGEN:

Die **Vergabe der Teilnahmepätze** erfolgt in der Reihenfolge des Zahlungseinganges der Teilnahmegebühren. Bitte überweisen Sie diese auf das Konto des VEÖ (Kontonr. 098 21 163, BLZ 20111, Erste Bank, mit dem Vermerk „VEÖ-Tagung 2009“). Bei Überweisung des Betrages später als 1 Woche vor dem Veranstaltungstermin ist eine Kopie des Überweisungsauftrages bei der Registrierung vor Ort vorzulegen. Bei **Stornierung der Anmeldung** nach dem 7. Mai 2009 wird die volle Teilnahmegebühr in Rechnung gestellt. Es besteht die Möglichkeit, anstelle einer Stornierung der Teilnahme eine/n ErsatzteilnehmerIn zur Veranstaltung zu entsenden. Der Veranstalter behält sich **Programmänderungen** aus nicht in seinem Einflussbereich liegenden Anlässen vor.

ANMELDUNG:

Verband der Ernährungswissenschaftler Österreichs (VEÖ)
 Geschäftsstelle: Lilienbrunnngasse 18/2/40, 1020 Wien
 Fax: +43 1 333 39 81-9, E-Mail: veoe@veoe.org

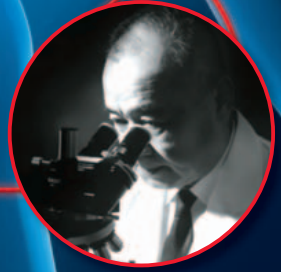
Anmeldung

Ich melde mich verbindlich zur VEÖ-Tagung „WENN DER BAUCH BEIM ESSEN DENKT ... ERNÄHRUNG AUS PSYCHOLOGISCHER PERSPEKTIVE“ am 14. und 15. Mai 2009 an. Die Teilnahmebedingungen habe ich zur Kenntnis genommen.

NAME		
VORNAME	TITEL	
BERUF/FIRMA		
ADRESSE		
TEL.	FAX	E-MAIL
DATUM	UNTERSCHRIFT	

DER DARM IM
ZENTRUM DER
GESUNDHEIT

Bauchhirn an Kopfhirn:



Dr. Minoru Shirota

Der Darm kann mehr als nur verdauen!

Die bakterielle Darmflora hat einen wesentlichen Einfluss auf die Funktion des Darms.

L. casei Shirota - das probiotische Milchsäurebakterium in Yakult

- Reduziert potentiell schädliche Substanzen im Darm
- Fördert günstige Bakterien und hemmt potentiell schädliche Bakterien
- L. casei Shirota fördert somit das Gleichgewicht in der Darmflora. Dies trägt dazu bei, die Darmgesundheit zu erhalten.

