BURGERSTEIN
FOUNDATION
MICRONUTRIENTSFORHEALTH

BURGERSTEIN FOUNDATION 8645 Rapperswil-Jona, www.burgerstein-foundation.ch

6. Ernährungsfachkongress Mikronährstoffe 2024

Praxisorientierte Empfehlungen

Früh-
buchertarif
bis 30.09.23

Dienstag, 16. Januar 2024
9.00 bis 16.50 Uhr

Hybridveranstaltung
(Teilnahme vor Ort im Hotel Arte in Olten oder online möglich)

Dieser wissenschaftliche Kongress richtet sich an Ernährungsberaterinnen und Ernährungsberater mit HF-, BSc- und MSc-Abschluss.

6 Punkte | points | punti
SVDE ASDD

VORWORT

Liebe Ernährungsexpertinnen, liebe Ernährungsexperten

Vitamine und Mineralstoffe geraten oft in den Hintergrund, wenn die richtige Zusammensetzung der Makronährstoffe diskutiert wird, und sie erfordern ein hohes Mass an Fachwissen. Aus diesem Grund möchten wir zusammen mit Ihnen unseren sechsten Ernährungsfachkongress erneut diesen essenziellen kleinen Stoffwechselhelfern widmen. Wie gewohnt sollen in praxisrelevanten Fachreferaten wieder einzelne Mikronährstoffe sowie übergreifende Themen vorgestellt werden.
Bei gewissen Vitaminen und Spurenelementen zeigt sich, dass es bei Adipositas eine doppelte Krankheitslast gibt: zu viele Kalorien und dennoch zu wenige Mikronährstoffe.
Auch bei Kindern findet sich häufig eine knappe Versorgung. Gerade für Kinder ist deshalb z. B. die vegane Ernährung schwierig, weshalb die betroffenen Kinder auf Sie als Ernährungsfachleute angewiesen sind.
Da viele junge Frauen zu wenig Eisen aufnehmen, möchten wir Sie mit den aktuellen Erkenntnissen zum Eisenstoffwechsel vertraut machen, damit Sie in Ihrem Beratungsalltag diesem Mangel kompetent entgegentreten können.
Auch die Rolle der Mikronährstoffe im Sport und bei Stimmungsschwankungen soll praxisnah beleuchtet werden, da die Ernährungsberatung hier mitentscheidend ist für den Erfolg.
Und weil die Auswertung von menuCH im aktuellen Ernährungsbulletin zwar diverse Mikronährstoffmängel aufzeigte, jedoch das Selen gänzlich unerwähnt blieb, soll auch diesem essenziellen Spurenelement ein Vortrag gewidmet sein.
Wir freuen uns zusammen mit den Referenten, auf einen praxisbezogenen und lehrreichen Tag, bei dem auch genug Raum für Fragen, Diskussionen und Erfahrungsaustausch vorhanden sein soll.

T. Zimmermann

Tanja Zimmermann-Burgerstein
Stiftungspräsidentin

PROGRAMM | VORMITTAG

08.30 – 09.00 Uhr	Eintreffen, Kaffee/Einloggen für Live-Streaming	
09.00 – 09.10 Uhr	Begrüssung	***Richard Brun,*** Burgerstein Vitamine
09.10 – 09.55 Uhr	**Adipositas: Zuviel und Zuwenig**	***Dr. Isabelle Herter-Aeberli,*** Labor für Ernährung und metabolische Epigenetik, ETH Zurich
09.55 – 10.10 Uhr	Diskussion	
10.10 – 10.55 Uhr	**Stimmungsschwankungen — Einsatz von Mikronährstoffen**	***Natalie Zumbrunn-Loosli*** BSc Ernährungsberaterin SVDE, KEP - Kompetenzzentrum für Ernährungspsychologie
10.55 – 11.10 Uhr	Diskussion	
11.10 – 11.30 Uhr	Pause	
11.30 – 12.15 Uhr	**Vegetarische und vegane Kinderernährung — gut versorgt mit Mikronährstoffen**	***Karolin Rose,*** BSc Ernährungsberatung/-therapie Kinderspital, Zürich
12.15 – 12.30 Uhr	Diskussion	
12.30 – 13.30 Uhr	Mittagspause	

PROGRAMM | NACHMITTAG

13.30 – 14.15 Uhr	**Selen — ein Update**	***Dr. med. Volker Schmiedel,*** Paramed Ambulatorium Baar, Schweiz
14.15 – 14.30 Uhr	Diskussion	
14.30 – 15.15 Uhr	**Mikronährstoff-supplementierung im Sport**	***Simone Salvadó,*** Dr. sc., eidg. dipl. Apothekerin ETH, Burgerstein Vitamine ***Céline Matter,*** BSc Ernährungsberaterin SVDE, Compeat Nutrition, Basel
15.15 – 15.30 Uhr	Diskussion	
15.30 – 15.45 Uhr	Pause	
15.45 – 16.30 Uhr	**Neue Erkenntnisse der Eisensupplementation**	***Prof. Dr. Diego Moretti,*** Fernfachhochschule Schweiz, Fachhochschule der ital. Schweiz
16.30 – 16.45 Uhr	Diskussion	
16.45 – 16.50 Uhr	Schlusswort	***Richard Brun,*** Burgerstein Vitamine

Moderation des Kongresses:
Richard Brun, MD, Burgerstein Vitamine

Richard Brun
Moderation
Burgerstein Vitamine, Senior Medical Advisor
r.brun@burgerstein.ch

Richard Brun schloss 1997 sein Medizinstudium ab und absolvierte danach ein Zweitstudium in Molekularbiologie/Biochemie – beides an der Universität Zürich. Er war bis 2003 wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für molekulare Krebsforschung (Prof. J. Jiricny) und wechselte anschliessend in die Pharmaindustrie, wo er von 2004 bis 2007 bei Abbott Deutschland deren Produkte für enterale Ernährung betreute. Nach 3 Jahren bei GSK Schweiz war er bei Nycomed in einer globalen Funktion für Medikamente wie Protonenpumpen-Inhibitoren und GLP-1 bei Kurzdarmsyndrom zuständig. Von 2011 bis 2015 leitete er die medizinische Abteilung bei Baxter Schweiz, die neben Gerinnungspräparaten auch Dialyse- und Infusionslösungen sowie parenterale Ernährungsprodukte vertreibt. Seit Januar 2016 ist er bei der Firma Burgerstein Vitamine tätig.

Dr. Isabelle Herter-Aeberli
Labor für Ernährung und metabolische Epigenetik, ETH Zurich
isabelle.herter@hest.ethz.ch

Dr. Isabelle Herter-Aeberli studierte an der ETH Lebensmittelwissenschaften und schrieb anschliessend am Labor für Humanernährung ihre Doktorarbeit zum Thema Übergewicht bei Kindern. Im Anschluss daran begann sie sich mehr und mehr mit der Thematik möglicher Mikronährstoffmängel bei Übergewicht zu befassen. Sie hat massgeblich zur Forschung zu den Zusammenhängen zwischen Eisenmangel und Übergewicht beigetragen und forscht nach wie vor auf diesem Gebiet. Ein weiterer Forschungsschwerpunkt ist die Jodversorgung der Bevölkerung. Zur- zeit arbeitet sie am Labor für Ernährung und metabolische Epigenetik der ETH Zürich, wo sie neben der Forschung auch in der Lehre tätig und für die Koordination der Weiterbildungsprogramme im Bereich der Ernährung zuständig ist. Daneben engagiert sie sich im Vorstand und wissenschaftlichen Beirat verschiedener Fachgruppen.

Natalie Zumbrunn-Loosli
BSc Ernährungsberaterin SVDE
Beraterin SGGT CAS Resilienztraining
KEP - Kompetenzzentrum für Ernährungspsychologie
natalie.zumbrunn@kep-zh.ch

Natalie Zumbrunn-Loosli schloss 1989 ihr Diplom zur dipl. Ernährungsberaterin SRK in Zürich ab. Später folgte die praxisbegleitende Fortbildung in personzentrierter Beratung nach C. Rogers SGGT. Von 2005 bis 2007 liess sie sich zur Ausbildnerin mit eidg. FA ausbilden. 2010 folgt der nachträgliche Erwerb des Fachhochschultitels „Dipl. Ernährungsberaterin FH» sowie 2016 das Nachdiplomstudium „CAS Resilienztraining“. Weitere Ausbildungen folgten: der CAS eDidactics - Mediengestütztes Lehren und Lernen an der Fernfachhochschule Brig (2018) sowie CIT – Compassionate Integrity Training am Center of Compassion, Integrity and Ethics der Life University in Atlanta (USA)/Deutschland (2020). Heute ist sie als Geschäftsführerin des KEP – Kompetenzzentrum für Ernährungspsychologie in Zürich und Winterthur tätig und arbeitet als Beraterin, Projektleiterin und Dozentin. In allen Bereichen geht es ihr darum, Fachwissen in Ernährung und Essen an unterschiedliche Kontexte anzupassen und eine treffende Lösung zu finden.

Karolin Rose
BSc Ernährungsberaterin SVDE
Kinderspital Zürich, Abteilung Gastroenterologie & Ernährung
karolin.rose@kispi.uzh.ch

Die gebürtig aus Norddeutschland stammende Karolin Rose machte eine Ausbildung zur Diätassistentin und studierte anschliessend an der Berner Fachhochschule Ernährung und Diätetik. Nach ihrem Abschluss im 2013 arbeitete sie zunächst im Hiltl Zürich als Ernährungsfachfrau und kümmerte sich dort um das Allergenmanagement, wirkte in der Rezeptentwicklung mit und schulte Köche und Privatpersonen zur ausgewogenen vegetarischen und veganen Ernährung. Im Rahmen dieser Tätigkeit gründete sie auch die SVDE-Fachgruppe «vegetarische Ernährungsformen». Danach arbeitete sie im Spital Männedorf und führte unter anderem Therapien und Beratungen in den Bereichen Akutgeriatrie, Palliative Care, Onkologie, Allgemeinmedizin, Adipositas, Gestationsdiabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen durch. Seit 2021 ist sie Teil des Ernährungsberatungsteams im Kinderspital Zürich. Dort kümmert sie sich um die Kinder der allgemein pädiatrischen Stationen, der Bereiche Onkologie und Kardiologie sowie der Kinderreha in Affoltern. Zudem begleitet sie vegetarisch

Dr. med. Volker Schmiedel
Paramed Ambulatorium
Baar, Schweiz
v.schmiedel@paramed.ch

Dr. Schmiedel promovierte 1989 über „Nachtschichtarbeit und subjektives Erleben“, er besitzt seit 2012 ebenfalls einen Master of Arts der Universität Viadrina, Frankfurt/Oder, den er mit einer Arbeit zum Thema «Einfluss einer Vitamin-D-Substitution auf den Vitamin-D-Spiegel von Patienten einer naturheilkundlichen Ambulanz» abschloss. 1996 – 2015 war er Chefarzt der Inneren Abteilung der Habichtswald-Klinik, Kassel. Seit 1.10.2015 arbeitet Dr. Schmiedel als Arzt und Dozent im Ambulatorium Paramed in Baar. Als Facharzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin mit Zusatzausbildungen in Naturheilverfahren und Homöopathie ist er auch Referent vieler Seminare/Webinare zum Thema OM, Mitherausgeber des Grundlagenwerkes „Leitfaden Naturheilkunde“ sowie Autor zahlreicher Bücher, darunter «Nährstofftherapie», „Omega-3 – Öl des Lebens“, „Diabetes Typ II – Heilung ist möglich“, „Alarm im Darm“ und „Cholesterin – endlich Klartext“.

Simone Salvadó
Dr. sc., eidg. dipl. Apothekerin ETH
Burgerstein Vitamine, Senior Scientific Advisor, Rapperswil
s.salvado@burgerstein.ch

Simone Salvadó schloss ihr Pharmaziestudium an der ETH Zürich 2001 mit dem Staatsexamen ab. Nachträglich promovierte sie am Institut für klinische Pharmakologie und Toxikologie des Universitätsspitals Zürich. Anschliessend arbeitete sie in der Pharmaindustrie als Medical Advisor und betreute die MS-, Kardiologie- und Diabetes-Produkte. Nach 5 Jahren wechselte sie in den Weiterbildungssektor und hielt die Projektleitung von Ausbildungsmodulen für Apotheker/-innen und Pharma-Assistenten/-innen, u. a. zu den Themen «erweiterte Dienstleistungen in der Apotheke» und «Ernährung». Nebenbei arbeitete sie in einer Offizinapotheke, welche einen starken Fokus auf die Mikronährstoff-Beratungen legte. Seit 2016 ist sie nun als Medical Advisor bei der Firma Burgerstein Vitamine tätig und betreut Kundenanfragen, hält Fachvorträge und verfasst Artikel zu diversen Mikronährstoff-Themen.

Céline Matter
BSc Ernährungsberaterin SVDE
CAS Sporternährung, Compeat Nutrition, Basel
celine.matter@diets-hin.ch

Céline Matter schloss 2016 ihr Studium in Ernährung und Diätetik an der Berner Fachhochschule ab und ist seither in der ambulanten Ernährungsberatung mit Schwerpunkt Sporternährung tätig. Um ihr Wissen zur Sporternährung zu erweitern, absolvierte sie im 2018 den CAS Sporternährung. Seit 2021 arbeitet sie in ihrer eigenen Praxis in Basel und unterrichtet an verschiedenen Hochschulen. Ein weiterer CAS, in angewandter Ernährungspsychologie, kam im 2022 dazu, da in ihrer Praxis neben der Betreuung von Sportler:innen auch die Beratung hochgewichtiger Personen im Fokus steht. Sie ist Mitglied in verschiedenen Fachgruppen und Organisationen zur Sporternährung. Über ihren Beruf hinaus engagiert sie sich sowohl im klassischen Sport wie auch im E-Sport (elektronischen Sport), bei welchem sie ein Schweizer E-Sports-Team als Ernährungsberaterin betreut.

Prof. Dr. Diego Moretti
Fernfachhochschule Schweiz (FFHS)/
Fachhochschule der Italienischen Schweiz (SUPSI)
diego.moretti@ffhs.ch

Diego Moretti ist seit Januar 2023 SUPSI- und SNF-Professor für Ernährung, Bioverfügbarkeit und Lebensmittelwissenschaften. Von 2013 bis 2018 war er Wissenschaftlicher Mitarbeiter und Oberassistent am Labor für Humanernährung der ETH Zürich und seit September 2018 Forschungsfeldleiter in Ernährung und Diätetik an der SUPSI/FFHS. Diego hat Lebensmittelwissenschaften an der ETH Zürich studiert (2002) und ein Doktorat über Eisenfortifizierung von Grundnahrungsmitteln geschrieben (2006). Er hat 3 Jahre als Ernährungswissenschaftler bei Unilever R&D in Vlaardingen (Holland) gearbeitet. Seine Forschungsinteressen fokussieren sich auf die Ernährung von empfindlichen Bevölkerungsgruppen (Frauen und Kindern) mit Fokus auf die Spurenelementenernährung (Eisen, Iod, Zink) und bewegen sich im Spannungsfeld zwischen Lebensmittelwissenschaften und Gesundheit. Diego hat die erste klinische Studie geleitet, die zeigen konnte, dass eisenfortifizierten Reis zur Vorbeugung von Eisenmangelanämie dienen kann. Für seine Arbeit über Eisensupplemente bei jungen Frauen, die zur Revidierung der Praxis-Richtlinien geführt hat, wurde er mit dem Nestlé Schweiz Wissenschaftspreis honoriert (2016).

Zweck der Stiftung ist es, das Wissen über die Eigenschaften und Wirkungen der Mikronährstoffe und der sekundären Pflanzenstoffe zu fördern. Der Einsatz von Mikronährstoffen und von sekundären Pflanzenstoffen in der Prävention wie auch in der Therapie soll einem möglichst breiten Publikum zugänglich gemacht werden. Die Burgerstein Foundation unterstützt Sie mit folgenden kostenlosen Dienstleistungen:

Therapie-Booklet – für Ihren Berufsalltag in Praxis und Spital

Dieses Booklet im A5-Format für Fachpersonen in Beratung und Therapie basiert auf dem beliebten Nachschlagewerk „Burgerstein Handbuch Nährstoffe".
Kostenloser Download unter: *www.burgerstein-foundation.ch*

Newsletter

Erscheint zweimal jährlich. Analysiert und diskutiert aktuelle Studien rund um Mikronährstoffe. Abonnement unter: *www.burgerstein-foundation.ch* (nach unten scrollen)

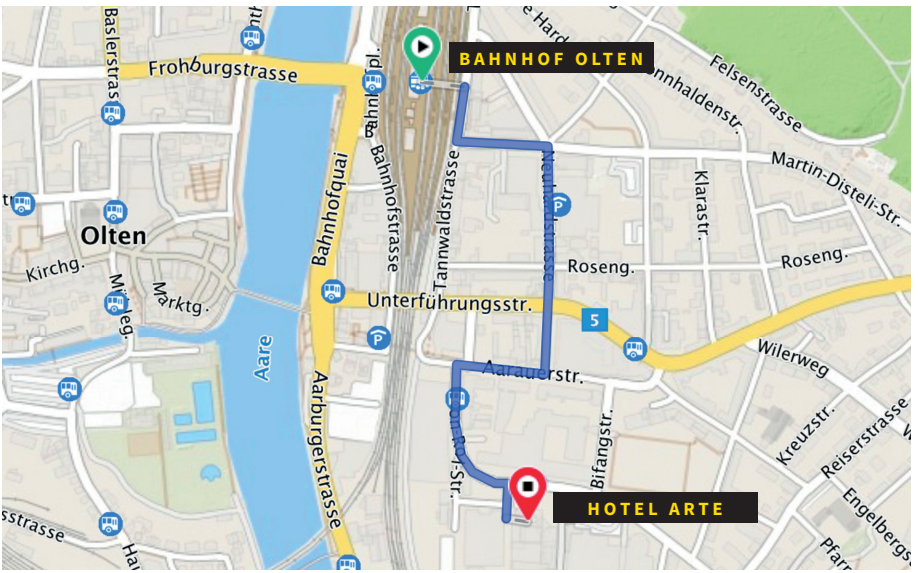
WICHTIGE INFORMATIONEN

Veranstalter
Burgerstein Foundation (*www.burgerstein-foundation.ch*)

Kongressort
Hotel Arte
Riggenbachstrasse 10
4600 Olten
www.konferenzhotel.ch

Anreise mit dem Auto
Sie können Ihr Fahrzeug im Parkhaus Sälipark direkt unterhalb des Hotels parkieren. Sie profitieren von einem vergünstigten Tarif (CHF 2.– pro Stunde); bitte wenden Sie sich mit Ihrem Ticket an die Rezeption.

Anreise mit dem Zug
Gehen Sie in der Bahnhofsunterführung am Bahnhof Olten bis zum Migrolino und dort rechts die Treppe hoch (Gleis 12). Das Hotel Arte erreichen Sie zu Fuss in rund 7 Minuten.



WICHTIGE INFORMATIONEN

Teilnahmegebühren

Frühbuchertarif	**bis 30.09.2023**	**CHF 130.-**
Regulärer Tarif		**CHF 150.-**

Aufgrund der Zusatzkosten für Techniker und Equipment kann für Online-Teilnehmende kein vergünstigter Tarif angeboten werden.

Kongresssprache
Alle Referate werden in Deutsch und ohne Simultanübersetzung gehalten.

Referate
Die Referate werden den Teilnehmenden am Kongresstag mit einem Link zum Download zur Verfügung gestellt. Den Online-Teilnehmenden werden die Referate als PDF-Dokumente kurz vor Kongressbeginn per E-Mail zugestellt.

Anmeldung
Online unter *www.burgerstein-foundation.ch/de-DE/weiterbildung*. Sobald wir Ihr Anmeldeformular erhalten haben, senden wir Ihnen eine Anmeldebestätigung mit Rechnung; vor dem Kongress werden keine weiteren Informationen oder Unterlagen verschickt.

Anmeldeschluss ist der 03.01.2024 (Teilnahme vor Ort) **bzw. der 09.01.2024** (Teilnahme online). **Die Teilnehmerzahl vor Ort ist beschränkt.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.

Abmeldung
Die Anmeldung ist verbindlich; einbezahlte Beträge können nicht rückerstattet werden. Sollten Sie verhindert sein, bitten wir um eine schriftliche **Abmeldung vor dem 31.12.2023**; andernfalls wird Ihnen die Teilnahmegebühr in voller Höhe in Rechnung gestellt. Eine Teilnahme durch eine Ersatzperson ist möglich.

WICHTIGE INFORMATIONEN

SVDE-Punkte

Für die Teilnahme am Ernährungsfachkongress Mikronährstoffe werden 6 SVDE-Punkte gutgeschrieben. Sie erhalten am Kongress eine entsprechende Teilnahmebestätigung ; Online-Teilnehmende erhalten diese im Anschluss an den Kongress per Post zugestellt.

Ihre Fragen

Es ist uns ein grosses Anliegen, dass Sie am Kongress Antworten auf Ihre Fragen rund um die Themen des Kongresses erhalten. Aus diesem Grund legen wir einen Programmschwerpunkt auf die Diskussionen im Anschluss an die Referate. Sie haben die Möglichkeit, Ihre Fragen bereits mit Ihrem Anmeldeformular oder ebenso nach der Anmeldung später an *info@burgerstein-foundation.ch* zu schicken (Ihre Fragen werden dann von der Moderation in die Diskussion eingebracht). Selbstverständlich können Sie Ihre Fragen auch am Kongress selbst stellen.

Burgerstein Foundation
Micronutrients for Health
Fluhstrasse 30
8645 Rapperswil-Jona

Phone +41 55 210 72 91
info@burgerstein-foundation.ch
www.burgerstein-foundation.ch