



ÖGE Jahrestagung 2018

15. – 16. November

Festsaal des Bundesamtsgebäudes

Radetzkystraße 2, 1030 Wien



„ERNÄHRUNGSTRENDS, LEBENSSTIL UND SPORERNÄHRUNG“

unter der Schirmherrschaft
des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz



Veranstalter

Österreichische Gesellschaft für Ernährung (ÖGE)

In Kooperation mit dem Department für Ernährungswissenschaften der Universität Wien und dem Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz.



ifEW



Veranstaltungsort

Festsaal des Bundesamtsgebäudes
Radetzkystr. 2, 1030 Wien

Die Abstracts zur Veranstaltung werden in der Ernährung aktuell 04/2018 veröffentlicht.

- Abstracts für Poster sind willkommen: **Einreichfrist 10. Oktober 2018**
- Abstracts für eingeladene Vorträge werden bis 31. Oktober 2018 erbeten

Fortbildungspunkte

- Mediziner/innen: gesamte Tagung 12 DFP Punkte
nur 15.11. 8 DFP, nur 16.11. 4 DFP
- Masterstudierende Ernährungswissenschaften
2 ECTS bei Tagungsteilnahme, 4 ECTS bei aktiver Teilnahme (Posterpräsentation, Vortrag)
- Diätolog/inn/en: Einreichungsmöglichkeit für das MTD-CPD-Zertifikat
(Teilnahmebestätigung und Programm)

Anmeldung / Information

Frühbucherbonus bis 3. November 2018!

ONLINE REGISTRIERUNG unter www.oege.at

Österreichische Gesellschaft für Ernährung

c/o AGES Bürotrakt WH

Spargelfeldstraße 191 1220 Wien

Tel: +43/1/714 71 93

Fax: +43/1/718 61 46

E-Mail: info@oege.at, www.oege.at

Datenschutz:

Die für die Organisation der Veranstaltung notwendigen personenbezogenen Daten werden im Contentmanagementsystem (CMS) der Website www.oege.at gespeichert, nach Abruf der Daten per Mail an die zuständigen Sachbearbeiter der ÖGE-Geschäftsstelle weitergeleitet und zur weiteren Verarbeitung in eine lokale Datenbank exportiert. Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Lediglich Ihr Vor- und Nachname mit Titel und Ihre Institution werden in Form einer Teilnehmerliste abgedruckt. Daneben nutzen wir einige der Daten (Name, Institution, Mail-Adresse), um Ihnen auf Anfrage Informationen zu versenden (Präsentationen der besuchten Veranstaltung nach Einverständniserklärung der Vortragenden). Mit der Anmeldung erklären Sie hierfür Ihr Einverständnis. Anfragen und Bitten zu Löschung, Änderung oder Richtigstellung Ihrer persönlichen Daten richten Sie bitte per E-Mail an: info@oege.at



**Sehr geehrte Tagungsteilnehmerinnen und Teilnehmer,
liebe Kolleginnen und Kollegen,**

Ein aktiver und gesundheitsförderlicher Lebensstil bietet in jeder Lebensphase Vorteile für die Gesundheit und Lebensqualität. Die heurige ÖGE Jahrestagung, die vom 15. bis 16. November 2018 im Festsaal des Bundesamtsgebäudes stattfindet, soll unter dem Titel **„Ernährungstrends, Lebensstil und Sporternährung“** diesem ganzheitlichen Ansatz Rechnung tragen. Im Fokus steht die Förderung eines „gesunden“ Breitensports mit gewissen Einblicken in den Spitzensport. Gerade im Bereich der Sporternährung gibt es laufend Forschungserkenntnisse, z.B. in Zusammenhang mit der Optimierung der Leistungsfähigkeit, effektiver Gesundheitsförderung oder der Prävention und unterstützender Therapie chronischer Erkrankungen. Allerdings bietet Sporternährung viele kontroverse Themenbereiche, mit denen Expert/innen in der täglichen Praxis konfrontiert werden. Auch diese sollen im Rahmen der Tagung im Fokus stehen.



Am ersten Veranstaltungstag gehen wir im **Themenblock 1** auf die **aktuelle Ernährungs- und Bewegungssituation in Österreich** ein. Die Studienlage zeigt ein geringeres Risiko für chronische Erkrankungen bei sportlich aktiven Personen, allerdings erreicht nur ein relativ geringer Prozentsatz der Bevölkerung die täglichen Bewegungsempfehlungen; hier liegt in der Alltagsaktivität noch ein enormes Potenzial!

Wir beschäftigen uns zudem mit den Fragestellungen zum Bedarf an Makro- und Mikronährstoffen im Sport, dem Flüssigkeitsmanagement und dem Einfluss von Alkohol, der Energiebilanz und dem Gewichtsmanagement und nehmen die bei Ausdauer- und Kraftsportlern weit verbreiteten Ernährungstrends unter die Lupe.

In der **zweiten Session „Ernährung, Training und Sportmedizin“** wird aufgezeigt, wie wichtig eine sportmedizinische Aufklärung, Information und Betreuung nicht nur für Spitzensportler ist. Körperliche Aktivität kann je nach Intensität und Frequenz das Immunsystem positiv oder negativ beeinflussen. Zudem gibt es Neues zu den genetischen Aspekten der körperlichen Leistungsfähigkeit. Ein weiteres sehr wichtiges und oft unterschätztes Thema im Sport ist die Regeneration. Wir gehen u.a. der Frage nach, in welchem Ausmaß und wann die Ernährung Erholungsprozesse positiv beeinflussen kann.

Gerne möchten wir auch in diesem Jahr **Jungwissenschaftler/innen** dazu motivieren, beim **Posterslam** ihre Arbeiten vorzustellen. Mit Spannung erwarten wir die Verleihung des **Ernährungsforschungspreises 2018**, der von Prof. Elmadfa initiiert und gestiftet wurde. Bei der **Podiumsdiskussion** werden wir die aktuelle Situation der **Sporternährung im Breiten- und Spitzensport** mit interessanten Gästen beleuchten. Wir laden alle Teilnehmer/innen dazu ein mitzudiskutieren!

Am zweiten Veranstaltungstag werden im **Themenblock 3 „kritische Themen der Sporternährung“** wie Essstörungen, gastrointestinale Beschwerden oder die Sinnhaftigkeit von Nahrungsergänzungsmitteln diskutiert. Abschließen werden wir die Tagung im **Themenblock 4** mit Einblicken in die **„Sporternährung in der Praxis“**. Dazu lassen wir auch Vertreter/innen des Spitzensports zu Wort kommen. Ein besonderes Highlight verspricht der finale Vortrag **„Quo vadis Sporternährung“** zu werden.

Ein Ziel der Veranstaltung ist es, die intradisziplinäre Kommunikation zu fördern und Spezialwissen rund um die Sporternährung gut zu transportieren und zu vermitteln. Im Namen der ÖGE bedanke ich mich bei allen Vortragenden und Mitwirkenden für Ihre Unterstützung und wünsche allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine informative und erfolgreiche Veranstaltung!

Univ.-Prof. Dr. Karl-Heinz Wagner
Department für Ernährungswissenschaften der Universität Wien
Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung (ÖGE)



Donnerstag 15. November 2018

- 08:30 – 09:15 **Registrierung**
- 09:15 – 09:30 **Eröffnung und Begrüßung/Grußworte**
Dr. Karin Schindler (BMASGK)
Mag. Clemens Trimmel (Bundes-Sport GmbH)
Prof. Dr. K.-H. Wagner (ÖGE Präsident)



I: ERNÄHRUNG, PUBLIC HEALTH UND BEWEGUNG

Moderation:

- 09:30 – 09:55 **Bewegung und Sport anders denken – Überlegungen zum Nationalen Aktionsplan Bewegung (NAP.b)**
(Christian Halbwachs)
- 09:55 – 10:20 **Energie und Makronährstoffe**
(Barbara Prüller-Strasser)
- 10:20 – 10:45 **Vitamine und Mineralstoffe**
(Peter Stehle angefragt)*
- 10:45 – 11:20 **Kaffeepause**
- 11:20 – 11:45 **Gewichtsmanagement im Sport**
(René Franz)
- 11:45 – 12:10 **Dehydratation und Flüssigkeitsmanagement unter Berücksichtigung des Alkohols**
(Cem Ekmekcioglu)
- 12:10 – 12:35 **Top-Leistung im Sport durch spezifische Ernährungsformen (Low Carb, Paleo, Vegetarisch/Vegan, Train Low, etc.) – Was ist dran an den Versprechen?**
(Petra Rust)
- 12:35 – 13:30 **Mittagspause**



POSTERSLAM: NEUES AUS DER WISSENSCHAFT PRÄSENTIERT VON JUNGWISSENSCHAFTLER/INNEN

Vorsitz:

13:15 – 14:00 Geführte Postersession (4min/Poster)



II: ERNÄHRUNG, TRAINING UND SPORTMEDIZIN

Moderation:

14:00 – 14:25 **Was leisten sportmedizinische Untersuchungen?**
(Paul Haber)

14:25 – 14:50 **Genetische Aspekte in Sport und Ernährung**
(Barbara Wessner)

14:50 – 15:15 **Sport, Ernährung und Immunsystem**
(Karsten Krüger)

15:15 – 15:50 **Kaffeepause**

15:50 – 16:15 **Ernährungsstrategien für die Regeneration**
(Oliver Neubauer)

16:15 – 16:40 **Sport bei KHK und Diabetes**
(Josef Niebauer)

16:45 – 17:45 **Podiumsdiskussion: Wie stellt sich Sporternährung im Breiten- und Spitzensport dar?**
(Vertreter/innen aus Breitensport, Spitzensport, Wissenschaft und Institutionen)



Freitag, 16. November 2018

08:45 – 09:00 **„MORNING WORK OUT SURPRISE“** –
mit Bernhard Franzke, Uni Wien

09:00 – 09:30 **Ernährung und Bewegung – zwei wesentliche Säulen der Gesundheitsförderung**
(Rita Kichler)



III: KRITISCHE THEMEN IN DER SPORTERNÄHRUNG

Moderation:

09:30 – 09:55 **Nahrungsergänzungsmittel und Antioxidantien – die wichtigsten Fakten für Sportler/innen**
(Karl-Heinz Wagner)

09:55 – 10:20 **Essstörungen im Sport**
(Sandra Holasek)

10:20 – 10:45 **Gastrointestinale Beschwerden im Sport – (Un-)Vermeidbar?**
(Manuela Konrad)

10:45 – 11:35 **ÖGE-Ernährungsforschungspreis – gestiftet von Prof. I. Elmadfa**

11:35 – 12:15 **Kaffeepause**



IV: SPORTERNÄHRUNG IN DER PRAXIS

Moderation:

12:15 – 12:35 **Olympiazentren – IOC – Talentezentren - Jugendsport**
(Christian Putscher)

12:35 – 12:55 **Ernährungsempfehlungen für Ausdauer- und Kraftsportarten**
(Isabella Grabner-Wollek)

12:55 – 13:15 **65 plus – Proteine und Sporternährung**
(Bernhard Franzke)

13:15 – 13:35 **Genderaspekte in der Trainingsplanung**
(Robert Fritz)

13:35 – 14:10 **Quo vadis Sporternährung**
(Daniel König)

14:10 – 14:15 **Fazit und Ende**



Referent/inn/en und Vorsitzende

Ao. Univ. Prof. Dr. med. Cem Ekmekcioglu
Medizinische Universität Wien, Zentrum für
Public Health

René Franz, BSc
IMSB Austria – High Performance Center

Dr. Bernhard Franzke
Universität Wien, Department für Ernährungs-
wissenschaften, Forschungsplattform Active
Ageing

Dr. med. univ. Robert Fritz
Sportordination Wien

Mag.^a Isabella Grabner-Wollek
IMSB Austria – High Performance Center,
Donauuni Krems, BSPA Wien

Univ. Prof. Dr. Paul Haber
Medizinische Universität Wien

Mag. Christian Halbwachs
Bundes-Sport GmbH, Abteilung Breitensport

**Assoz.-Prof.ⁱⁿ Priv.-Doz.ⁱⁿ Mag.^a Dr.ⁱⁿ Sandra
Holasek**
Otto Loewi Forschungszentrum, Lehrstuhl für
Immunologie und Pathophysiologie
Medizinische Universität Graz

Mag.^a Rita Kichler
Fonds Gesundes Österreich, Wien

Prof. Dr. Daniel König
Albert-Ludwigs-Universität Freiburg

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Manuela Konrad
Institut für Diätologie, FH JOANNEUM, Graz

Prof. Dr. Karsten Krüger
Leibniz Universität Hannover, Institut für Sport-
wissenschaft

Dr. Oliver Neubauer
Universität Wien, Forschungsplattform Active
Ageing; Queensland University of Technology
(Australien), School of Biomedical Sciences

Prim. Univ.-Prof. Dr. Dr. Josef Niebauer, MBA
Universitätsinstitut für präventive und
rehabilitative Sportmedizin
Paracelsus Medizinische Privatuniversität
Salzburg

**Univ. Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Barbara Prüller-Strasser,
MPH**
Sigmund Freud University (MED) Vienna, Re-
gensburg University Medical Center (Epidemi-
ology)

Mag. Christian Putscher
Ernährungswissenschaftliche Leitung,
Olympiazentrum Sportland OÖ

Ass.-Prof.ⁱⁿ Mag.^a Dr.ⁱⁿ Petra Rust
Universität Wien, Department für Ernährungs-
wissenschaften

Univ.-Prof. Dr. Karl-Heinz Wagner
Universität Wien, Department für Ernährungs-
wissenschaften, Forschungsplattform Active
Ageing

Assoz. Prof.ⁱⁿ Dipl.-Ing.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Barbara Wessner
Universität Wien, Institut für Sportwissenschaft,
stv. Leiterin Forschungsplattform Active Ageing



An die ÖGE-Geschäftsstelle,
c/o AGES Bürotrakt WH, Spargelfeldstraße 191, 1220 Wien
Tel.: +43/1/714 71 93, Fax: +43/1/718 61 46, E-Mail: info@oege.at



ÖGE Jahrestagung 2018, 15. – 16. November 2018
„Ernährungstrends, Lebensstil und Sporternährung“

Tagungsgebühren (bitte ankreuzen)	Einzahlung bis 3.11.2018	ab 4.11.2018
Mitglieder der ÖGE	€ 165 <input type="checkbox"/>	€ 190 <input type="checkbox"/>
Mitglieder der ÖGE Studierende	€ 65 <input type="checkbox"/>	€ 90 <input type="checkbox"/>
Mitglieder AKE, VEÖ, Verband der Diätologen *	€ 195 <input type="checkbox"/>	€ 220 <input type="checkbox"/>
Mitglieder AKE, VEÖ, Verband der Diätologen Studierende *	€ 75 <input type="checkbox"/>	€ 100 <input type="checkbox"/>
Nichtmitglieder	€ 215 <input type="checkbox"/>	€ 240 <input type="checkbox"/>
Nichtmitglieder Studierende *	€ 105 <input type="checkbox"/>	€ 130 <input type="checkbox"/>
Tageskarte 15.11.2018	€ 135 <input type="checkbox"/>	€ 160 <input type="checkbox"/>
Tageskarte 16.11.2018	€ 135 <input type="checkbox"/>	€ 160 <input type="checkbox"/>
Presse (Presseausweis erforderlich)	€ 0 <input type="checkbox"/>	€ 0 <input type="checkbox"/>
“Morning work out surprise”	JA, Ich nehme teil <input type="checkbox"/>	

* Ermäßigte Gebühren: Bitte senden Sie einen Nachweis an info@oege.at oder per Fax, per Post bzw. Vorlage bei der Registrierung.

Ich überweise den Betrag von € _____ unter dem Verwendungszweck „JT 2018 “
auf das Konto der ÖGE IBAN: AT45600000001321063, BIC/SWIFT: BAWAATWW.

Titel, Vor- und Zuname des Teilnehmers / der Teilnehmerin

Firma/Institut

Straße

Telefon

PLZ

Ort

E-Mail

Datum

Unterschrift

Teilnahme- und Stornobedingungen:

Eine Teilnahmebestätigung erhalten Sie bei Ihrer Registrierung am Tag der Veranstaltung. Sollten Sie Ihre Überweisung nach dem 13. November 2018 tätigen, ersuchen wir Sie, Ihren Zahlungsbeleg bei der Registrierung vorzulegen. Bei Stornierung der Anmeldung nach dem 31. Oktober 2018 wird die volle Teilnahmegebühr in Rechnung gestellt. Es besteht die Möglichkeit, anstelle einer Stornierung der Teilnahme eine/n Ersatzteilnehmer/in zu entsenden.
Im Krankheitsfall kann eine Rückerstattung der Teilnahmegebühr nur gegen Vorlage einer ärztlichen Bestätigung erfolgen.



Veranstaltungsort

Festsaal des Bundesamtsgebäudes
Radetzkystraße 2, 1030 Wien



Anreise

Öffentlich:

- U-Bahn: U1 (Schwedenplatz), U3 und U4 (Landstraße)
- Straßenbahn: Linie 2 (Julius-Raab-Platz), Linie 0/1 (Hintere Zollamtstraße)
- Schnellbahn: S1, S2, S3, S4, S7, S9 und S15 (Wien Mitte/Landstraße)

Rad:

Um das Bundesamtsgebäude verläuft ein Radweg. Radabstellplätze sind vor dem Gebäude ausreichend vorhanden.

PKW:

Vor dem Bundesamtsgebäude ist eine Fußgängerzone, daher besteht keine unmittelbare Zufahrt. Parkmöglichkeiten bestehen in der Hinteren Zollamtstraße (ca. 2-3 Minuten vom Eingang entfernt). Bitte beachten Sie die Kurzparkzone. Außerdem ist eine Parkmöglichkeit in der öffentlichen Tiefgarage im Bundesamtsgebäude gegeben. Kosten pro angefangene Stunde: € 4,90

FIT IN DER SCHULE, IM BERUF UND IM ALTER

Geschmack und Gesundheit treten bei uns immer im Team auf.
Dafür sorgen die vielen Ernährungsprofis in der GOURMET Küche.



**Gesund und ausgewogen
in der Schule**



**Fit mit Genuss am
Arbeitsplatz**



**Gesund bis
ins hohe Alter**

Ein abwechslungsreicher Speiseplan, gesunde Rezepturen und ein kreatives vegetarisches Angebot – das ist moderne Gemeinschaftsverpflegung, wie wir sie bei GOURMET leben. Jede Speise wird von unseren ErnährungswissenschaftlerInnen und DiätologInnen gemeinsam mit dem Küchenteam entwickelt. Für Kinder sind sie besonders mild gewürzt, für Erwachsene kalorienbewusst und der beruflichen Herausforderung angepasst, bei älteren Menschen achten wir besonders auf Konsistenz und Nährwert. Zusätzlich bieten wir garantierte Sicherheit bei Sonderkostformen. So unterstützen wir unsere Gäste dabei, den Alltag fit und gesund zu meistern.