



SONNTAG, 8. JULI 2018

DIE PHILOSOPHIE VON GENUSS UND SUCHT

- 07:30 **Eröffnung Tagungsbüro**
- 08:00 **1 Bergyoga mit Anna-Lisa Falch**
Anna-Lisa Falch
- 09:00 **Genießen wir nur, was uns schadet?**
Robert Pfaller
- 09:45 **Exkursion nach Tibet: Genuss in Fernost**
Herbert Schwabl
- 10:30 **Pause**
- 11:00 **Genuss der Liebe als Rezept zum Glück**
Christian Denker
- 11:45 **Genieße das Leben!**
Markus M. Metka
- 12:00 **Gemütlicher Vorarlberg Brunch mit Sonntagskonzert der Polizeimusik Vorarlberg**
Zum Abschluss des Medicinicum Lech 2018 laden wir Sie herzlich ein, die köstlichen Vorarlberger Produkte zu genießen. Der Vorarlberg Brunch ist eine perfekte Möglichkeit, um die Veranstaltung Revue passieren zu lassen und mit Freunden und Teilnehmern gemütlich zusammensitzen.

RAHMENPROGRAMM (TEILW. KOSTENPFLICHTIG)

- 1 Bergyoga mit Anna-Lisa Falch**
Genießen Sie das ganz besondere Erlebnis unter freiem Himmel in der wunderschönen Natur von Lech am Arlberg Yoga zu machen – zusammen mit Gleichgesinnten und RYS Yoga Alliance Lehrerin Anna-Lisa geht es frühmorgens oder in der Mittagspause raus ins Grüne. Bitte Sportkleidung mitbringen.
Yoga: Freitag, Samstag, Sonntag 08:00 Uhr sowie Donnerstag, Freitag und Samstag 12:30 Uhr. Preis: je Session EUR 25,00. Dauer: 1 Stunde.
- 2 Kräuterwanderung nach Zug inkl. Kräutermenü**
Wir begeben uns auf die Suche nach den Anti-Stress Kräutern unserer Bergwelt und suchen natürliche Wirkstoffe für gesunde Ernährung. Zusammen mit Kräuterexpertin Veronika Walch und der Lecher Kräuterrunde. Anschließend gibt es ein delikates Mittagsmenü.
Freitag 7. Juli, 12:30 Uhr. Dauer: 2 Stunden. Preis: EUR 39,00
- 3 Weinverkostung**
Am Freitag Abend laden wir Sie herzlich zur gemütlichen Weinverkostung mit Sommelier und Weinspezialist Günther Meindl.
Freitag, 22:00 Uhr. Dauer: 1 Stunde. Hotel Der Berghof.
Keine Anmeldung notwendig.
- 4 Kneippwanderung am Lech**
Kneippwendungen in der Praxis – eine Wanderung zu den Quellen von Gesundheit und Wohlbefinden mit Regina Webersberger.
Samstag, 7. Juli, 12:30 Uhr. Dauer: 1,5 Stunden. Preis: EUR 15,00
- 5 Showkochen „Modern Alpine Kitchen“ - Heilkunst trifft Kochkunst Vol.4**
Auch dieses Jahr kocht Haubenkoch Thorsten Probst zusammen mit den Ärzten Dr. Markus M. Metka und Dr. Wolfgang Graf im gemütlichen Holzstadl in Oberlech.
Neu: Dieses Jahr bieten wir ein gesetztes Essen an.
Samstag, 8. Juli, 20:00 Uhr. Dauer: 2 Stunden. Preis: EUR 59,00

MEDICINICUM AUSSTELLUNG

SPAR Vital Verkoststand
SPAR Vital – die gesunde Marke von SPAR – präsentiert Produkte, die in enger Zusammenarbeit mit dem wissenschaftlichen Beirat von SPAR, der sich aus Ärzten, Ernährungsexperten und einer Diätologin zusammensetzt. Alle Produkte sind somit medizinisch und diätologisch geprüft. Entdecken und verkosten Sie Produkte wie verschiedene Zuckeralternativen, Nüsse, innovative Toppings oder fruchtige Mangohälften!

SPAR PREMIUM Verkoststand
Die Produkte von SPAR PREMIUM zeichnen sich durch hervorragende Qualität, besondere Rezepturen und sorgfältig ausgesuchte Rohstoffe aus, die auch verwöhnte Gaumen begeistern. Die umfangreiche Produktpalette umfasst Schmankerl wie kreative Aufstriche, feinste Gewürzöle oder Köstlichkeiten aus der Feinkost. Lassen Sie sich überzeugen!

REGIO Tee- und Kaffeespezialitäten
Genießen Sie in den Pausen köstliche Tees, die mit ihren besonderen Zutaten und Inhaltsstoffen anregend, vitalisierend oder auch beruhigend wirken können. Ob heimische Kräuter oder ausgewählte Grün- und Schwarztees - überzeugen Sie sich persönlich von der Qualität und Wirkung! Ein professioneller Barista bereitet Ihnen außerdem herrlichen SPAR PREMIUM-Fairtrade Kaffee aus Nicaragua ganz nach Ihren Wünschen zu.

SPAR Natur*pur Verkoststand
„Da schmeckst die Natur pur!“ SPAR Natur*pur steht für erstklassige Bio-Qualität und besondere Sorgfalt bei der Produktion. Bei der Auswahl der Bio-Bauern und Bio-Produzenten wird stets auf die Stärkung regional verankerter, österr. Bio-Betriebe geachtet. Probieren Sie feinsten Bio-Käse und vielseitige Bio-Frühstücksvariationen.

SPAR wie früher Verkoststand
„SPAR wie früher“ steht für vielfältige Raritäten aus traditionellen Anbaugebieten. In Kooperation mit Pater Dr. Johannes Pausch vom Europakloster Gut Aich sind sechs wundervolle Bio-Kräutermischungen entstanden. Mit dem Wissen um die alte Tradition und die Intuition für die Gegenwart hat Pater Pausch diesen besonderen Rezepturen entwickelt.

SPAR Getränkeheke
Probieren Sie eine breite Auswahl erfrischender Getränke wie Urban Drinks, Smoothies oder gespritzte Säfte.

VORTRAGENDE 2018

- Prof. Dr. Antoinette de Bont - Director of Research, Erasmus School for Health Policy & Management, Rotterdam
- Dr. Tanja Bagar - Chariman International Institute for Cannabinoids, Ljubljana
- Dr. Christian Denker - Philosophischer Lehrstuhl, Universität des Burgund, Ville de Dijon
- Dr. Gerhard Drexel - Vorstand SPAR Österreichische Warenhandels-AG, Salzburg
- Nina Ecker - Kundalini Yoga, Wien
- Anna-Lisa Falch - RYS Yoga Allianca Lehrerin, Lech am Arlberg
- Hermann Fercher - Tourismusdirektor, Lech Zürs am Arlberg
- DDr. F. Wolfgang Graf - Arzt & Anthropologe, Wien
- Prof. Dr. Reinhard Haller - Forensischer Psychiater und Gerichtsgutachter, Frastanz
- Prof. DDr. Johannes Huber - Med. Universität Wien, wiss. Leiter Medicinicum Lech, Wien
- Prof. Dr. Oddvar Kaarbøe - Professor in Health Economics, University of Oslo
- Ulrike Köstler - Naturakademie, Plattform Heilkraft der Alpen, St. Wolfgang
- Alfred Lohninger - Autonom Health Gesundheitsbildungs GmbH, Wien
- Prof. Dr. Markus M. Metka - Med. Universität Wien, wiss. Leiter Medicinicum Lech, Wien
- Prof. Dr. Bente Mikkelsen - Professor in Health Economics, University of Oslo
- Dr. Christian Montag - Leitung der Abteilung Molekulare Psychologie, Universität Ulm
- Mag. Jasmin Parapatits - Lektorat Medizin & Naturwissenschaft, facultas Verlag, Wien
- Prof. Dr. Robert Pfaller - Philosoph, Kunstuniversität Linz
- Carina Pirngruber - NUSSYY®, Wien
- Dr. Martin Poltrum - Sigmund Freud Privatuniversität, Wien
- Ali Rahimi - Unternehmer, Wien
- Heinz Reitbauer - „Koch des Jahrzehnts“ von Gault&Millau, Restaurant Steirereck, Wien
- Prof. Dr. Wilhelm Schmid - Philosoph, Universität Erfurt
- Andrea Schröder - CMO Deep Nature Project GmbH
- Dr. Herbert Schwabl - CEO PADMA AG, Schweizer Verband für Komplementärmedizin, Hinwil
- Dr. Martin Tauss - Journalist „Die Furche“, Wien
- Josef Walch - Hotelier, Lech am Arlberg
- Prof. Dr. Siegfried Walch - Professor in Health & Social Management, MCI, Innsbruck
- Regina Webersberger - Kneipp Kurhaus der Marienschwestern, Aspach
- Ulli Zika - Ernährungsberaterin & Autorin, Wien

MODERATORIN

Marlies Mohr - Gesundheits-Journalistin, Vorarlberger Nachrichten



5. MEDICINICUM LECH

05. - 08. JULI 2018
LECH AM ARLBERG

Im fünften Jahr beschäftigt sich das Medicinicum Lech mit dem Genuss – und seinem Gegenteil, der Sucht – als Schlüssel zur körperlichen und geistigen Gesundheit sowie grundlegendem Aspekt des Anti-Agings, Savoir-vivre und Lebensglücks.

Genießen heißt, bewusst und lustvoll mit den Sinnen zu empfinden. Es führt zu Wohlbehagen und Gesundheit, verlängert und bereichert das Leben. Richtig zu genießen ist eine Kunst, die in den unterschiedlichen Kulturen, Religionen und Regionen jeweils eigene Ausprägungen erfuhr: von der Ernährungs- über die Wein- bis zur Körperkultur, von der Askese bis zum Hochgenuss.

eu-hem Dank der Kooperation mit dem internationalen Studienprogramm Erasmus School of Health Policy and Management findet im Vorfeld die EU-HEM Summer School in Lech am Arlberg statt. So erweitert sich das Medicinicum Programm am Donnerstag um drei Vorträge in englischer Sprache zum Thema „Becoming your own doctor“:

DONNERSTAG, 5. JULI 2018

08:00 Eröffnung Tagungsbüro

EU-HEM SUMMER SCHOOL MEETS MEDICINICUM: BECOMING YOUR OWN DOCTOR

Moderation: Dr. Siegfried Walch

09:00 **Healthy living & healthy choices. Whose support is essential?**
Dr. Bente Mikkelsen

09:45 **Whom do you trust to take care of your own health?**
Prof. Antoinette de Bont

10:30 Pause

11:00 **Rewarding good choices. How can you contribute to a healthier world?**
Prof. Oddvar Kaarbøe

11:45 Diskussion

12:00 Summer School-Brunch

DONNERSTAG, 5. JULI 2018

GENUSS – SUCHT - GESUNDHEIT

08:00 Eröffnung Tagungsbüro

12:30 **1** Bergyoga mit Anna-Lisa Falch

14:00 Medicinicum Get-together - Meet and Greet old Friends

15:00 **Feierliche Eröffnung Medicinicum Lech**
Bürgermeister Ludwig Muxel
Tourismsdirektor Hermann Fercher

15:15 **Genuss - Sucht - Gesundheit**
Markus M. Metka

15:30 **Von der Kunst, das Leben zu genießen – Kaviar oder Askese?**
Wilhelm Schmid

17:00 Pause

17:30 **Kultur der Süchtigkeit – Schützt uns der Genuss vor der Sucht?**
Reinhard Haller

18:15 **Podiumsdiskussion: Das beste Essen meines Lebens**
Gourmet und Gourmand erzählen von ihren kulinarischen Erweckerlebnissen
Hermann Fercher, Markus M. Metka, Jasmin Parapatits, Josef Walch u.a.

21:00 **Medicinicum-Bar mit Anti-Aging-Cocktails**
Hotel Der Berghof

FREITAG, 06. JULI 2018

GENUSS – „ICH GENIESSE, ALSO BIN ICH“

07:30 Eröffnung Tagungsbüro

08:00 **1** Bergyoga mit Anna-Lisa Falch

09:00 **Genuss und Gehirn**
Johannes Huber

09:45 **Musen und Sirenen - Das Schöne als Therapeutikum der Sucht**
Martin Poltrum

10:30 Pause

11:00 **Der Genuss des Verzichtes**
Markus M. Metka

11:45 Diskussion

12:30 **2** Kräuterwanderung nach Zug
mit Veronika Walch und der Lecher Kräuterrunde

12:30 **1** Bergyoga
Anna-Lisa Falch

15:00 **Die Schule des Genusses - Wie Lebensmittel unseren Geschmack schulen**
Ulli Zika, Markus M. Metka, Jasmin Parapatits
Mit Verkostung von Brot, Gewürzen, Ölen, Käse und veganen Produkten

3 WORKSHOPS ZUR WAHL:

18:30 **WORKSHOPS:**
Ulrike Köstler - Pflanzliche Bitterstoffe als alpine Helfer gegen die Süchte des Alltags - Hotel Arlberg
Andrea Schröder - Natürlich gesund, natürlich Hanf - Strolz Skiverleih
Nina Ecker - Vegan Vital – Hype oder Zukunft unserer Ernährung - Hotel Post

21:00 **Medicinicum-Bar mit Anti-Aging Cocktails und 3 Weinverkostung**
ab 22:00 Uhr
Hotel Der Berghof

SAMSTAG, 07. JULI 2018

SUCHT UND IHRE VIELEN GESICHTER

07:30 Eröffnung Tagungsbüro

08:00 **1** Bergyoga mit Anna-Lisa Falch

09:00 **Lust, Frust oder Suche – Was ist Sucht eigentlich?**
Reinhard Haller

09:45 **Rausch, Ekstase und Sucht im Spielfilm**
Martin Poltrum

10:30 Pause

11:00 **Befreiung von der Gier – Buddhismus und Heilkunst**
Martin Tauss

11:45 Diskussion

12:30 **4** Kneippwanderung - eine Wanderung zu den Quellen von Gesundheit und Wohlbefinden mit Regina Webersberger

12:30 **1** Bergyoga mit Anna-Lisa Falch

14:00 **Internet, Smartphone & Co.: Gibt es ein Zuviel?**
Christian Montag

15:00 **Canabis im Spannungsfeld zwischen Genuss und Sucht**
Tanja Bogar

16:00 Pause

16:30 **Zucker, Salz und Fette - die gefährlichen Suchtmittel unserer Zeit**
Markus M. Metka

17:00 **Podiumsdiskussion: Die Suche und die Sucht nach mehr - Entfesselte Ökonomie - ökologisches Desaster!?** Gerhard Drexel, Christian Gantner, Markus M. Metka, Jasmin Parapatits Heinz Reitbauer, Wilhelm Schmid

20:00 **5** Showkochen „Modern Alpine Kitchen“- Heilkunst trifft Kochkunst Vol.4
Hotel Burg Vital, Oberlech

22:00 **Medicinicum-Bar mit Anti-Aging Cocktails** Hotel Der Berghof

MEDICINICUM LECH 2018

VERANSTALTER UND ORGANISATIONSBURO

Lech Zürs Tourismus GmbH, Dorf 2, 6764 Lech am Arlberg
Markus Hahn, Lara Burtcher: Telefon +43 (0)5583 2161-241
medicinicum@lech-zuers.at

KONZEPT UND WISSENSCHAFTLICHE LEITUNG

Prof. Dr. Markus M. Metka

ANMELDUNG

Die Anmeldung ist online auf www.medicinicum.at möglich.

TAGUNGSGEBÜHREN

Symposium 4 Tage EUR 380,-
Studenten 4 Tage EUR 120,- Tagesgebühr EUR 39,- (gültig bis einschl. 26 Jahre)
Einzeltag: ab EUR 89,- Halbtage: ab EUR 69,-

Inklusive Begrüßungsempfang, aller Vorträge und Rahmenveranstaltungen (außer anders angegeben), Vorarlberg Brunch am Sonntag

10 % Ermäßigung einmalig für Die Presse Club-Mitglieder, Ö1-Club-Mitglieder

TAGUNGORT UND TAGUNGSBURO

sport.park.lech, Strass 456, 6764 Lech am Arlberg

PRESSE, GRAFIK UND MARKETING

si!kommunikation - Lisa-Maria Innerhofer & Christina Nigsch
info@si-kommunikation.com, www.si-kommunikation.com

ZIMMERRESERVIERUNG

über Lech Zürs Tourismus GmbH
reservierung@lech-zuers.at, Telefon: +43 (0)5583 2161-0

www.medicinicum.at

Hauptsponsor:



Medienpartner:



Mit freundlicher Unterstützung von:

