



RAHMENPROGRAMM DETAILS

Weinverkostung INTERSPAR: Donnerstag, 21:00 Uhr

Anne Thysell und Jason Turner präsentieren die Vielfalt der INTERSPAR Weinwelt in einer erlesenen Auswahl an Rot- und Weißweinen im Hotel Berghof.

Smoothie Workshop: Freitag, 18:00 Uhr

Es erwartet Sie im Hotel Sonnenburg der Veganspezialist des Hauses. **David Kilian** ist Chef Entremetier des Hotels und ernährt sich seit rund 2 Jahren vegan. Er wird gemeinsam mit Ihnen Smoothies für jede Uhrzeit des Tages herstellen und selbstverständlich auch diese probieren lassen. Welcher Smoothie Ihnen die Energie für den Tag gibt und welcher Ihnen Entspannung liefert, erfahren Sie hier. *Preis: EUR 15 (inkl. Transfer).*

Weinverkostung ORANGE WINE: Freitag, 21:00 Uhr

„Orange Wines“ sind Weine im ursprünglichen Sinn - maischevergorene Weißweine so naturbelassen wie möglich hergestellt. Die Konzentration an gesundheitsfördernden Polyphenolen ist faszinierend - überzeugen Sie sich selbst davon!

Kräuterwanderung: Samstag, 12:30 Uhr

Tauchen Sie ein in die Welt der Kräuter und entdecken Sie zusammen mit **Thorsten Probst**, **Expertin Karin Ardjomand-Wölkhart** und den **Lecher Kräuterfrauen** die heilsame Wirkung der Pflanzen inmitten der wunderschönen Bergwelt von Lech Zürs am Arlberg. *Preis: EUR 10 (Bitte Lech Card mitbringen).*

Showkochen: Samstag, 18:30 Uhr

Der Koch und der Arzt – Heilkunst trifft Kochkunst:

Gemeinsam in Weiß bereiten die Haubenköche **Thorsten Probst** und **Christian Rescher** unter der Anleitung von **Prof. Dr. Markus M. Meitka** und **Prof. DDr. Johannes Huber** ein besonders gesundes Essen zu.

Zum Probieren wird eingeladen. *Plätze limitiert, Preis: EUR 25*

Vorarlberg Brunch: Sonntag, 13:00 Uhr

Zum Abschluss des Medicinicum Lech 2015 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.

MEDICINICUM AUSSTELLUNG

SPAR Vital

Die Produktlinie wurde auf wissenschaftlicher Basis entwickelt, alle Produkte werden in Zusammenarbeit mit Ärzten und Ernährungsexperten medizinisch und diätologisch geprüft. Eine Auswahl der Produktvielfalt kann während der Veranstaltung probiert werden.

Gewürzwelt

Die neue INTERSPAR-Gewürzwelt bietet mit bis zu 1000 Artikeln aus allen fünf Kontinenten die größte Vielfalt an Kräutern und Gewürzen im österreichischen Lebensmittelhandel. Die komplette Gewürzwelt wird während des Medicinicum Lech ausgestellt und ausgewählte Produkte zum Mitnehmen zur Verfügung gestellt.

Joya Naturprodukte

Die heimische Marke präsentiert ihre natürlichen Lebensmittel, die aus absolut gentechnikfrei gezogenen Sojabohnen aus Österreich hergestellt werden. Probieren erlaubt!

Weinwelt

Guten Wein zu bekommen ist heute so einfach wie nie. Über 1.500 Weine und Schaumweine führt INTERSPAR in den österreichischen Märkten und im Online-Shop. Einige davon verkosten die Sommeliers Anne Thysell und Jason Turner am 9. Juli in der Medicinicum Bar sowie während der Veranstaltungstage an einem eigenen Stand gemeinsam mit unseren Winzern.

Apomedica Stand

Am österreichischen Markt für Nahrungsergänzungsmittel aus der Apotheke nimmt das steirische Unternehmen APOMEDICA seit 10 Jahren die Spitzenposition ein. Einzigartige Rezepturen, die ihren Ursprung in jahrzehntelanger Erfahrung und kontinuierlicher Forschung haben, vereinen die vielfältigen Heilkräfte der Natur.

Öl-Degustation

Hochwertige Öle bringen nicht nur Geschmack ins Essen, sie sind auch ein Lebenselixier und spielen als Teil einer abwechslungsreichen und ausgewogenen Ernährung eine Rolle für den Erhalt unserer Gesundheit. Während der gesamten Veranstaltung werden verschiedene exquisite Öle präsentiert, die auch gerne verkostet werden dürfen.

VORTRAGENDE

Dr. rer. nat. Karin Ardjomand-Wölkhart - Institut für Pharmazeutische Wissenschaften, Karl-Franzens-Universität Graz

Dr. Christian Denker - Philosophischer Lehrstuhl, Universität des Burgund, Ville de Dijon

Dr. Gerhard Drexel - SPAR Österreichische Warenhandels-AG, Salzburg

Mag. Claudia Dungal - Willi Dungal Philosophie, Wien

Prof. Dr. Bernd Fischer - Institut für Anatomie und Zellbiologie, Martin-Luther-Universität, Halle-Wittenberg

DDr. F. Wolfgang Graf - Arzt & Anthropologe, Wien

Dr. phil. Hans-Ulrich Grimm - Buchautor, Stuttgart

Prof. DDr. Johannes Huber - Medizinische Universität Wien, wissenschaftlicher Leiter Medicinicum Lech

Dr. Alfred Lohninger - Autonom Health® GesundheitsbildungsGmbH, Wien

Prof. Dr. Markus M. Meitka - Medizinische Universität Wien, wissenschaftlicher Leiter Medicinicum Lech

Dr. Hans Rhyner - Ayurveda Rhyner®, Wien

Erich Stekovics - Theologe und Bauer, Frauenkirchen

Dr. rer. nat. Dr. phil. Matthias Ludwig Trennheuser - Marien Apotheke, Saarlouis

Prof. Dr. Manfred Walzl - Medizinische Universitätsklinik, Graz

Prof. Dr. Robert Pfaller - Universität für angewandte Kunst, Wien

Prof. Dr. Alfred Wolf - Medizinisches Zentrum, Ulm

Prof. Dr. Karl Zwiauer - Medizinische Universitätsklinik, Wien

MODERATORIN

Gudrun Stindl - ORF, Wien

MEDICINICUM LECH 2015

Veranstalter und Organisationsbüro

Lech Zürs Tourismus GmbH, Dorf 2, 6764 Lech am Arlberg
Telefon +43 (0)5583 2161-241, Telefax +43 (0)5583 3155
markus.hahn@lech-zuers.at

Konzept und wissenschaftliche Leitung

Prof. Dr. Markus M. Meitka

Prof. DDr. Johannes Huber

Anmeldung

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

Tagungsgebühren

Symposium 4 Tage EUR 320, Tagesgebühr EUR 89

Studenten 4 Tage EUR 90, Tagesgebühr EUR 29 (gültig bis einschl. 26 Jahre)

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

Krone Bonuscard Inhaber erhalten 10 % Rabatt auf die Tagungsgebühr.

Tagungsort und Tagungsbüro

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

Presse, Grafik und Marketing

si!kommunikation

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

DFP-Punkte
bei der
Ärztammer
beantragt

Hauptsponsor:



In Kooperation mit:



Medienpartner:



Mit freundlicher Unterstützung von:



**LASS NAHRUNG
DEINE MEDIZIN SEIN.**

Man ist, was man isst.
Von Gesundheit und Krankheit
durch Ernährung.



**MEDICINICUM LECH
LASS NAHRUNG DEINE MEDIZIN SEIN
PROGRAMM 09.-12. JULI 2015**

„Eure Nahrung sei eure Medizin und eure Medizin eure Nahrung“, so der Appell von Hippokrates, der nach rund 2400 Jahren nicht nur weiterhin aktuell ist, sondern zunehmend an Brisanz gewinnt. So geht die alarmierende Zunahme von diversen Zivilisationskrankheiten nicht zuletzt auf unsere Ernährung zurück. Die zahlreichen Aspekte dieses fesselnden, lebensnahen Themas werden beim Medicinicum Lech von verschiedensten Seiten beleuchtet und auf bewährte Weise auch allen gesundheitsbewussten Menschen nähergebracht.

Das spannende Spektrum an Vorträgen und Diskussionen zum Thema Ernährung, das den Teilnehmenden des Medicinicum Lech über vier Tage hinweg geboten wird, reicht von der Ernährungsmedizin (Brain Food – Body Food – The Super Foods – Ernährungsmedizin) über die Gesundheitspolitik (Die globalen Wechselwirkungen – TTIP, CETA ... Freihandelsabkommen und ihre Auswirkungen auf unsere Gesundheit) bis hin zur (Ess-) Kultur sowie Philosophie (Gastrosophie! Die Kunst des Genusses und des Essens).

Showkochen „Kochen in Weiß – der Koch und der Arzt“

Darüber hinaus bietet sich beim Symposium ein nicht weniger hochklassiges Begleitprogramm. Darunter ein innovativer Workshop mit Medizinerinnen und Haubenköchen als beflügelndes Aufeinandertreffen von Koch- und Heilkunst, eine Weindegustation unter gesundheitlichen Aspekten oder auch eine kulinarisch aufschlussreiche Kräuterwanderung auf der Sonnenterrasse von Lech. Auch damit werden allerlei Anregungen und Tipps für die Alltagspraxis im Sinne einer gesundheitsfördernden Ernährung geboten.



Prof. Dr. Markus M. Metka - wissenschaftlicher Leiter
Oberarzt an der Uniklinik für Frauenheilkunde, Abt. für Endokrinologie und Sterilitätsbehandlung. Präsident der Österreichischen Anti-Aging-Gesellschaft und der Meno-/Andropause Gesellschaft. Metka gilt als einer der führenden Pioniere auf dem Gebiet der Anti-Aging-Medizin und der Hormonforschung, verfasste mehr als 300 wissenschaftliche Publikationen und etliche populärmedizinische Bücher.

DONNERSTAG, 9. JULI 2015

**LASS NAHRUNG DEINE MEDIZIN SEIN
RETTUNG DER EUROPÄISCHEN LEBENSMITTELKULTUR**

- 13:00 Eröffnung Tagungsbüro
- 14:30 Begrüßungsempfang
- 15:00 **Feierliche Eröffnung Medicinicum Lech**
Bürgermeister Ludwig Muxel
Tourismusdirektor Hermann Fercher
- 15:15 **SPAR Plattform zur Rettung der europäischen Lebensmittelkultur**
Es diskutieren Gerhard Drexel, Hans-Ulrich Grimm, Johannes Huber, Markus Metka, Erich Stekovic
- 17:00 Pause
- 17:30 **Lass Nahrung deine Medizin sein!**
Markus Metka
- 18:15 **Trink dich jung!**
Wein - Bier - Milch
Markus Metka, Manfred Walzl, Karl Zwiauer
- 21:00 **Medicinicum-Bar** mit Anti-Aging Cocktails und Weinverkostung mit Anne Thysell und Jason Turner - Hotel Berghof

- MEDICINICUM AUSSTELLUNG TÄGLICH & GANZTÄGIG**
- Gewürzwelt
 - Öldegustation
 - Spar Vital Stand
 - Weinwelt
 - Apomedica Stand
 - Joya Naturprodukte
 - Büchertisch

FREITAG, 10. JULI 2015

**DIE GLOBALEN WECHSELWIRKUNGEN -
TTIP, CETA ... DIE FREIHANDELSABKOMMEN UND
IHRE AUSWIRKUNGEN AUF UNSERE GESUNDHEIT**

- 08:00 Eröffnung Tagungsbüro
- 09:00 **Die Suppe lügt - Teil 1 - Hans-Ulrich Grimm**
Wechselwirkungen zwischen Konsument - Handel - Lebensmittelindustrie - Landwirtschaft und Gesundheitspolitik
- 09:45 Pause
- 10:00 **Die Suppe lügt - Teil 2 - Hans-Ulrich Grimm**
Wechselwirkungen zwischen Konsument - Handel - Lebensmittelindustrie - Landwirtschaft und Gesundheitspolitik
- 11:00 Diskussion mit Hans-Ulrich Grimm
- 12:00 Mittagspause
- 14:00 **Unser tägliches Essen - Karl Zwiauer**
Potentielle Chancen oder unkalkulierbares Risiko
- 14:45 Pause
- 15:00 **Wie gefährlich sind hormonaktive Substanzen? - Bernd Fischer**
Biodiversität endokriner aktiver Nahrungsmittelkontaminanten
- 16:30 Diskussion mit Karl Zwiauer und Bernd Fischer

- SIDE-EVENT: 3 Fachvorträge zur Wahl in 3 Locations:**
- 18:00 **Alfred Lohninger** - Das richtige Essen für das vegetative Nervensystem - Hotel Krone
 - 18:00 **Hans Rhyner** - Ayurveda und Ernährung - Hotel Post
 - 18:00 **David Kilian** - Smoothie Workshop - Hotel Sonnenburg

- 21:00 **Medicinicum-Bar** mit Anti-Aging Cocktails und Weinverkostung Orange Wine mit Egon Berger - Hotel Berghof

SAMSTAG, 11. JULI 2015

**BRAIN FOOD - BODY FOOD - THE SUPER FOODS...
ERNÄHRUNGSMEDIZIN**

- 08:00 Eröffnung Tagungsbüro
- 09:00 **Die endemische Hyperalimentation - das epidemiologische Schreckenszenario - Johannes Huber** *Isst sich die Menschheit zu Tode?*
- 09:45 Pause
- 10:00 **Altern im Zeitraffer durch falsche Ernährung - Markus Metka**
Wie soll eine „Anti-Aging Ernährung“ aussehen? Vegan/Vegetarisch/Flexitarisch oder...?
- 11:00 **Natürlich heilen - Die Natur als größte Apotheke der Welt**
Karin Ardjomand-Wölkhart
- 12:00 **Mittagspause mit Kräuterwanderung - Thorsten Probst, Karin Ardjomand-Wölkhart** und die Lecher Kräuterfrauen in Oberlech
- 15:00 **Nahrung fürs Gehirn - Alfred Wolf**
Food for Mind and Mood. Vom Studentenfutter zum Brain Food
- 15:45 Pause
- 16:00 **Salz, Zucker, Fett - das Trio INFERNAL - Markus Metka**
Wie die Lebensmittelindustrie uns manipuliert
- 16:45 Diskussion mit Johannes Huber, Markus Metka, Karin Ardjomand-Wölkhart, Alfred Wolf

- 18:00 **Claudia Dungal** - Weg von den Diäten hin zu Ernährung als Lebenselixier (TCM) - Hotel Arlberg
- 18:00 **Matthias Trennheuser** - Küchenkräuter und ihre pharmakologische Wirkung - Hotel Sonnenburg
- 19:00 **Showkochen „Kochen in Weiß“ - Der Koch und der Arzt** - Hotel Aurelio

- 22:00 **Medicinicum-Bar** mit Anti Aging Cocktails und Kamingespräch mit Wolfgang Graf *Vom Denken in den Bergen - Shangri La - Der Zauberberg - Lech - Hotel Berghof*

SONNTAG, 12. JULI 2015

**GASTROSOPHIE!
DIE KUNST DES GENUSSES UND DES ESSENS**

- 08:00 Eröffnung Tagungsbüro
- 09:00 **Eine philosophische Annäherung an die Kulinarik**
Robert Pfaller
- 09:45 Pause
- 10:00 **Vom Geist des Bauches**
Christian Denker
- 12:30 Diskussion und Schlussfazit:
Wie sieht jetzt eigentlich eine gesunde Ernährung aus?
Markus Metka
- 13:00 **Gemütlicher Vorarlberg Brunch**
Zum Abschluss des Medicinicum Lech 2015 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.

- MEDICINICUM AUSSTELLUNG TÄGLICH & GANZTÄGIG**
- Gewürzwelt
 - Öldegustation
 - Spar Vital Stand
 - Weinwelt
 - Apomedica Stand
 - Joya Naturprodukte
 - Büchertisch