



1. SLOW FOOD AKADEMIE DER ALPEN

BILDUNGSPROGRAMM FÜR EINE NACHHALTIGE, GESUNDE
ERNÄHRUNGS- UND ESSKULTUR

ARGE BK Slow Food Travel Alpe Adria Kärnten, A-9635 Dellach im Gailtal, St. Daniel 32, www.slowfood.travel



Slow Food®
Travel

ALPE ADRIA KÄRNTEN

17. + 18. April 2024

Die beste Medizin kommt aus der Küche

Essen und Gesundheit – zwei Themen, die untrennbar miteinander verbunden sind. Wie die richtige Ernährung unser Wohlbefinden und unsere Heilungschancen positiv beeinflussen kann, beleuchtet ein hochkarätig besetztes Symposium im Rahmen der "1. Slow Food Akademie der Alpen" am 17. und 18. April in Hermagor.



Die Wissenschaft ist sich einig: Falsche Ernährung ist weltweit die Todesursache Nummer eins. Doch wie kann man sich im hektischen Alltag gesund ernähren? Antworten gibt ein Symposium in Hermagor, für das **Dr. Georg Lexer** und **Markus Grollitsch**, Pflegedirektor des LKH Laas, namhafte Referent:innen gewinnen konnten.

Den Auftakt macht der erfahrene Onkologe und leidenschaftliche Koch **Prof. Dr. med. Volkmar Nüssler**. Er zeigt am 17. April um 19 Uhr im Stadtsaal Hermagor auf, wie man Genuss mit Verantwortungsgefühl und einem guten Gewissen verbindet.

Am 18. April widmen sich die Expert:innen dem gesunden Essen in Betriebskantinen und der heilenden Kraft einer guten Ernährung in Krankenhäusern, Pflege- und Seniorenheimen sowie Schulen. **Prof. Dr. med. Maximilian Moser**, Experte auf dem Gebiet der Chronobiologie, plädiert etwa dafür, den Essenszeiten mehr Bedeutung zuzumessen. Denn unser Körper arbeitet im Tagesverlauf ganz unterschiedlich. Beachtet man diese innere Uhr bei Operationen und Therapien, sind die Heilungschancen deutlich besser. Gesundheitsmediziner **Prof. Dr. med. Nüssler** und Koch **Bernhard Kampmann** zeigen anhand erfolgreich umgesetzter Projekte, wie ein Aufbruch in eine neue betriebliche Esskultur in Betriebsrestaurants und Kantinen gelingt. **DI Anna Strobach** gibt Einblicke in ein Forschungsprojekt, das sich mit gesundem Schulessen befasste. Sie zeigt auf, was getan werden muss, damit dieses Kindern schmeckt, die Umwelt schont und gleichzeitig für alle leistbar bleibt.

Neben spannenden Vorträgen bietet das Symposium auch Gelegenheit zum Austausch mit Gleichgesinnten und zum Genießen regionaler Köstlichkeiten. **Haubenkoch Manuel Ressi** vom Gasthof Bärenwirt sorgt mit einem Afterwork-Dinner am 18. April für einen genussvollen Ausklang (4-gängiges Menü: € 70,-; Vorreservierung erforderlich).

Anmeldungen unter: slowfood.travel/slowfood-akademie

Kontakt:

Eckart Mandler - Projektleitung

T. +43 664 156 7412; E. info@slowlourism.at

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

 Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Regionen und Wasserwirtschaft

 LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum

LAND  KÄRNTEN



Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete.

