



Hector-Lecture

neue Vorlesungsreihe zu den Themen Ernährung und Bewegung für alle Interessierte

Datum	Referent	Titel
13.03.2024	Prof. Dr. Hannelore Daniel Technische Universität München, Ernährungsphysiologie	Apps und individuelle Ernährungsberatung – ist das möglich?

Mit der Hector-Lecture gesund durch 2024

Die nächste Hector-Lecture von Frau Prof. Dr. Hannelore Daniel, Ernährungsphysiologin an der TU München, dreht sich um Apps und individuelle Ernährungsberatung:

Viele Menschen interessieren sich heute für Ernährungsfragen, können aber die vielen und teilweise widersprüchlichen Aussagen in den Medien und der Werbung nicht wirklich einschätzen. Der Vortrag wird über Apps und individuelle Ernährungsberatung informieren und möchte eine Orientierung geben. Folgende Themengebiete werden in dem Vortrag unter anderem Besprochen:

- *Personalisierte Ernährung - zwischen Erwartungen und Evidenz*
- *Angebote zur Personalisierung - von Mikrobiomanalysen, über Gendiäten und CMGs - was sagt die Wissenschaft?*
- *Neue Konzepte der Personalisierten Ernährung*

Jeden Monat wird auch ein regionales Lebensmittel vorgestellt, das aktuell Saison hat. Neben praktischen Tipps zur Zubereitung werden vor allem auch die gesundheitlichen Vorteile dieses Lebensmittels präsentiert. Diesen Monat wird der Chicorée von uns ausführlicher vorgestellt.

Unter folgendem Link können Sie ohne Anmeldung den online Stream nutzen:

<https://vimeo.com/event/3703412>



Anmeldung und weitere Informationen:
med1-hector-center@uk-erlangen.de

Eintritt
kostenfrei