

## 26030 – Essen wir uns krank? (Hybrid-Veranstaltung)

Prim. Univ.-Prof. Dr. Sabine Horn

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:** Der Vortrag findet anlässlich des Tages der gesunden Ernährung statt und zeigt auf, wie Ernährung, hochverarbeitete Lebensmittel, Zucker und versteckte Zusatzstoffe den Stoffwechsel, die Gesundheit und das Essverhalten beeinflussen. Zudem wird deutlich, warum Übergewicht häufig kein individuelles Versagen darstellt, sondern in einem systemischen Umfeld entsteht. Die Veranstaltung richtet sich an alle, die verstehen möchten, wie Ernährung krank machen kann und warum Wissen eine zentrale Grundlage für selbstbestimmte und informierte Entscheidungen ist.

**Datum:** Dienstag, 10.03.2026

**Uhrzeit:** 13.00 – 14.00 Uhr

**Dauer:** 1 Stunde