

## A2614500 Verschwenderisch statt sparsam: Wie wir den Stoffwechsel-Turbo in uns durch „braunes“ Fett aktivieren können

Beginn Mittwoch, 20.05.2026, 18:30 - 19:30 Uhr

Kursgebühr gebührenfrei

Dauer 1 Termin

Kursleitung Tim Hollstein

Kursort , ,

Warum nehmen manche Menschen nie zu, egal wie viel sie essen, während andere schon beim Anblick von Kuchen zuzunehmen scheinen?

Dieses „Kuchenparadox“ ist keine Einbildung, sondern eine Frage des Stoffwechseltyps. Neueste Forschungen zeigen, wie sich „sparsame“ und „verschwenderische“ Typen unterscheiden.

Erfahren Sie, wie diese Typen mittels Stoffwechselstress-Tests identifiziert werden kann und welche entscheidende Rolle das „gute“ braune Fettgewebe dabei spielt.

PD Dr. Hollstein, Oberarzt für Innere Medizin, Endokrinologie und Diabetologie am Universitätsklinikum Schleswig Holstein in Kiel, erklärt in seinem unterhaltsamen Vortrag wie dieser körpereigene Energie-Booster funktioniert und wie es gezielt aktiviert werden kann, um den Stoffwechsel anzukurbeln.

Der Referent hat folgende Auszeichnungen erhalten:

KLS Communicator Award 2023 (Auszeichnung für die Vermittlung wissenschaftlicher Erkenntnisse)

Forschungspreis der Deutschen Adipositas- Gesellschaft (DAG) 2024 für herausragende wissenschaftliche Arbeiten in der Adipositasforschung

Zur Teilnahme an dieser Online-Veranstaltung benötigen Sie lediglich ein internetfähiges Endgerät (PC, Laptop, Tablet o. Ä.) inkl. Lautsprecher oder Kopfhörer und eine ausreichend starke Internetverbindung.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der VHS Bonn im Rahmen der Reihe "Bonner Gesundheitsimpulse" statt.

### Termine

Datum Uhrzeit Ort

20.05.2026 18:30 - 19:30 Uhr Zentrale, Online