



19. aid-Forum

Achtsamkeit in der Ernährung

Essen mit Körper, Herz und Verstand

21. September 2016, Wissenschaftszentrum Bonn

Dr. Julia Bollwein

Institut für achtsames Essen, München

Vita

- seit 2013 Leitung des Fachgebiets „Kochkultur und Ernährungswissen“ an der Münchner Volkshochschule
- seit 2012 Leitung des Instituts für achtsames Essen in München, Seminarleiterin für Achtsames essen, Autorin
- 2012 bis 2013 freiberufliche Dozentin für Ernährungslehre in München
- 2009 bis 2011 Promotion und wissenschaftliche Mitarbeit am Institut für Biomedizin des Alterns der FAU-Erlangen in Nürnberg
- 2007 bis 2009 Studienbetreuung (TEDDY-Studie) am Institut für Diabetesforschung in München
- 2006 Produktentwicklung und Qualitätssicherung in der Saalemühle Alsleben GmbH (Alsleben)
- 2000 bis 2006 Studium der Diplom-Ökotrophologie an der Technischen Universität München, Zweigstelle Freising-Weihenstephan

Kontakt:

Dr. Julia Bollwein
gesundernaehren@yahoo.de
www.institut-fuer-achtsames-essen.de