

Samstag 05. März 2022

Fria Expert Stage

Schär Entertainment Stage

Networking Stage

10:00 - 10:15 Uhr - Begrüßung zum Festival

10:15 bis 11:00 Uhr - Wie viel Gluten darf's sein - ist Therapietreue der Schlüssel zu einem beschwerdefreien Leben?
Ute Hamacher-Reichenberger

11:15 bis 11:45 Uhr - ZöliaKnochen – Warum Zölis ihre Knochen im Blick haben sollten
Dr. Ann-Kristin Dorn

12:00 bis 12:30 Uhr - Ernährung ist nicht alles – meine 5 Top Tipps zur Darmgesundheit
Petra Eberharter

12:45 bis 13:20 Uhr - Erzähl doch mal...Fragen an Produkthersteller
Kerstin Bruns & 6 Hersteller

13:15 bis 14:15 Uhr - Bühnenpause

14:15 bis 14:45 Uhr - Bauchprobleme – Unverträglichkeiten - Darmflora? Liegt es am Mikrobiom?
Prof. Dr. Thomas Bosch & Sabine Jossé

15:00 bis 15:30 Uhr - Frei Von und Bio – eine bewusst gute Entscheidung
Stavroula Ekoutsidou

16:45 bis 17:00 Uhr - Abschluss

19:30 bis 21:00 Uhr - Aftershowparty
Christina Rückert, Marcus Beran & Zölinet

10:30 bis 11:15 Uhr - Osterbäckerei mit foodwunder
Stefanie Grauer

11:30 bis 12:30 Uhr - Großes Kochbattle zwischen den Profis
Marcus Beran & Antje de Vries

12:45 bis 13:15 Uhr - Willkommen zum FreeFrom Hero Product Newcomer Award 2022 - die Pitches Teil 1!
Christina Rückert & Lena Lamke

13:15 bis 14:00 Uhr - Bühnenpause

14:00 bis 14:30 Uhr - Alle an einen Tisch: Einfache Familienküche für den Alltag.
Sara Zeitmann

14:45 bis 15:15 Uhr - Kernige Sonntagsbrötchen backen (glutenfrei & vegan)
Sabrina Trüggelmann

15:30 bis 16:00 Uhr - Grundlagen - glutenfreies Backen
Tanja Gruber

16:00 bis 16:30 Uhr - FreeFrom Hero Product Newcomer Award 2022 - die Pitches Teil 2!
Christina Rückert & Lena Lamke

10:30 bis 11:00 Uhr - Starten in eine pflanzenbasierte Ernährung – wie anfangen?
Sare Akyar & Stina Spiegelberg

11:15 bis 11:45 Uhr - Speed Dating

11:45 bis 12:15 Uhr - Erste Schritte mit Zöliakie
Patrizia und Jürgen Schmidlein

12:30 bis 13:00 Uhr - Raus aus der Opferrolle - dein Lichtblick bei Histaminintoleranz.
Judith Prinz

13:00 bis 14:30 Uhr - Bühnenpause

14:30 bis 15:05 Uhr - Auf die Arena, fertig los! Die Messerundführung
Christina Rückert

15:15 bis 15:45 Uhr - Meet the Bloggers on the block
Schnabel auf, My Glutenfree Moments uvm.

16:00 bis 16:30 Uhr -Fructoseintoleranz - Was ist das und was kann ich dann noch essen?
Anja Otto

17:00 bis 18:00 Uhr - Stammtischrunden

Sonntag 06. März 2022

Fria Expert Stage

Schär Entertainment Stage

Networking Stage

10:00 bis 10:15 Uhr - Begrüßung zu Tag 2

10:15 bis 10:45 Uhr - Bist du noch "Pudding Veganer" oder lebst du schon?
Daniela Beran

11:00 bis 11:45 Uhr - Unverträglichkeit, Allergie, Kreuzallergie - fundierte Diagnose und Lebensqualität
Dr. Yvonne Braun

12:00 bis 12:45 Uhr - Diagnostik bei Kindern und Jugendlichen & die Hoffnung auf baldige Therapien
Stefan Arens

12:45 bis 14:00 Uhr Bühnenpause

14:00 bis 14:45 Uhr - Zöliakie: Erst die Diagnose – dann die Therapie!
Ellen Duba

15:00 bis 15:30 Uhr: Projekt Selbstdiagnose - Chancen und Herausforderungen
Ulrike Ölhoff, Christina Rückert uvm.

15:45 bis 16:15 Uhr - Glutenfreie Weizenstärke - ist das etwas für mich?
Andrea Huber

16:45 bis 17:00 Uhr - Verabschiedung

10:15 bis 11:00 Uhr - Backshow
Oliver Welling

11:15 bis 12:00 Uhr - Diskussionspanel: Glutenfrei unterwegs im Restaurant und auf Reisen - wie kann's gehen?
Stephanie Bräuer uvm.

12:15 bis 12:45 Uhr - Meal Prep bei glutenfreier, veganer und histaminarmer Ernährung im Alltag
Jessica Schmidt

12:45 bis 13:45 Uhr - Bühnenpause

13:45 bis 14:30 Uhr - Deftiges Backen
Jörg Hecker

14:45 bis 15:15 Uhr - Glutenfreies wünsch dir was!
Marcus Beran

15:30 bis 16:00 Uhr - Schneller glutenfreier und veganer Linsen-Burger
Lena Benker

16:15 bis 16:45 Uhr - Verleihung FreeFrom Hero Product Newcomer Awards
Christina Rückert uvm.

10:30 bis 11:00 Uhr - Hilfe, mein Zöli ist ein Jugendlicher!
Katja Ischner & Leandra Stolte

11:15 bis 11:45 Uhr - Little Heroes - Superkräfte aktivieren
Aurelie Caudy

12:00 bis 12:30 Uhr - Frag Trudel - Austausch mit der glutenfreien Expertin
Trudel Marquart

12:45 bis 13:15 Uhr - WG-Leben / Kantine / Auslandsjahr (-semester)
Lukas Kraft & Stefanie Ischner

13:15 bis 14:00 Uhr - Bühnenpause

14:00 bis 14:15 Uhr - Auf die Arena, fertig los! Die Messeführung
Christina Rückert

14:15 bis 14:45 Uhr - Tipps & Tricks für den sicheren Restaurantbesuch
Christina Rückert, Kerstin Bruns & Angela Borer

15:00 bis 15:30 Uhr - Wie sage ich meinen Verwandten, dass sie sich regelmäßig auf Zöliakie testen lassen sollten?
Ute Hamacher-Reichenberger

15:45 bis 16:00 Uhr - Speed Dating

16:00 bis 16:30 Uhr - Was ist wenn mein Arzt mit nicht helfen kann?
Sybille Wermann