

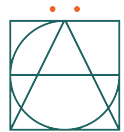


# 20TH INTERNATIONAL FASTING CONGRESS

06 / 2023  
24 - 25

BERLIN, GERMANY  
KAISERIN-FRIEDRICH-STIFTUNG

ON-SITE  
&  
VIRTUAL  
CONGRESS



Ärzte-Gesellschaft  
Heilfasten und Ernährung e.V.  
(ÄGHE)



[aerztegesellschaft-heilfasten.de](http://aerztegesellschaft-heilfasten.de)



# SAMSTAG | SATURDAY

## 24.06.2023

- 09.30 Einlass | Admittance
- 10.00 Begrüßung von ÄGHE und Charité |  
Welcome Address by ÄGHE and Charité  
*Dr. Rainer Matejka, Prof. Andreas Michalsen*
- 10.15 Neue Perspektiven aus Fasten in Prävention und Therapie |  
New Perspectives of Fasting for Health and Disease  
*Prof. Andreas Michalsen, Dr. Daniela Koppold*
- 11.00 Therapeutisches Fasten bei Diabetes mellitus Typ 2 |  
Therapeutic Fasting in Diabetes  
*Prof. Peter E. H. Schwarz*
- 11.30 Kaffeepause | Coffee Break
- 12.00 Aktive Pause (optional) | Active Break (optional)
- 12.15 KEYNOTE: Wie sieht es mit der Fastenpille aus? |  
KEYNOTE: How about the Fasting Pill?  
*Prof. Tobias Eisenberg*
- 12.50 Studienbericht: Fasten für die Zahngesundheit |  
Study Update: Fasting for Dental Health  
*Dr. Christina Pappe*
- 13.00 Mittagspause - Satellitensymposium  
Lunch Break - Satellite Symposium
- 13.00 Gibt eine schleichende Intoxikation durch Ernährung? |  
Is there such Thing as a Silent Dietary Intoxication?  
*Dr. Henning Sartor*
- 13.30 Wie steht es um das Säure-Basen-Gleichgewicht beim Fasten? |  
How about the Acid-Base Balance during Fasting?  
*Prof. Jürgen Vormann*
- 14.20 KEYNOTE: Gesundheitliche Vorteile des Intervallfastens |  
KEYNOTE: Health Benefits of Intermittent Fasting  
*Prof. Krista Varady*





# SAMSTAG | SATURDAY

## 24.06.2023

- 15.00    **Neueste Daten aus Studien | Latest Clinical Study Results :**  
Intervallfasten und Chronobiologie (Chronofast Studie) |  
Intermittent Fasting and Chronobiology (Chronofast Study)  
Stoffwechsel von Gesunden im Fasten (LEANER Studie) |  
Metabolism during Fasting in Healthy Individuals (LEANER Study)  
Fasten und Ketogene Ernährung bei Multipler Sklerose (NAMS Studie) |  
Fasting and Ketogenic Diet in Multiple Sclerosis (NAMS Study)  
*Dr. Olga Ramich, Dr. Anja Mähler, Dr. Lina Bahr*
- 15.30    **Digitale Gesundheit: Entwicklung technischer  
Unterstützungssysteme für gesundes Essverhalten |  
Digital Health: Towards an Eating Assistance System**  
*Prof. Bert Arnrich*
- 16.00    **Pause mit optionalem Yoga | Break with optional Yoga Session**
- 16.30    **Podiumsdiskussion: Fasten sollte man - aber wie? |  
Panel Discussion: A Time to Fast - But how exactly?**
- 17.30    **Offener Diskussionsraum | Open Discussion Space**  
*Alle Referenten | All Speakers*
- 18.15    **Kultureller Abendspaziergang zur Abendveranstaltung durch das  
Herz Berlins, vorbei am Reichstag-Gebäude und der Museumsinsel |  
Cultural Workout - Historic City Walk to the Evening Event  
through the Heart of Berlin, passing the Reichstag-building and the  
Museum Island**
- 19.30    **Abendveranstaltung mit Dinner-Buffer und Tanz im Berliner Flair  
(separat zu buchen) |  
Evening Event with Dinner from the Buffet and Dancing in Berlin  
Flair (to be booked separately)**



# SONNTAG | SUNDAY

## 25.06.2023

09.30 Einlass | Admittance

10.00 Fasten: Ein spiritueller Blick aus Sicht der Bahá'í |  
Fasting: A Spiritual View from the Bahá'í Perspective  
*Mahyar Nicoubin*

10.30 Fasten und Sport - Traumkombination oder besser nicht? |  
Combining Fasting and Sports - Boost or Fail?  
*Prof. Yurdagül Zopf*

11.00 Aktive Pause | Active Break

11.10 KEYNOTE: Fasten während Chemotherapie - Was gibt es Neues? |  
KEYNOTE: Fasting during Chemotherapy - What's new?  
*Dr. Claudio Vernieri*

11.50 Break - Satellite Symposium

11.55 Präzisionsernährung und das Mikrobiom |  
Precision Nutrition and the Microbiome  
*Plamena Dikarlo*

12.30 Studienberichte: Fasten in der Onkologie |  
Study Updates: Fasting in Oncology  
*Dr. Adi David, Dr. Daniela Koppold*

13.00 Interaktive Fallkonferenz: Die ambulante Zukunft des Fastens |  
Interactive Case Conference: The Outpatient Future of Fasting  
*Ein Gespräch zwischen der Akademie für Integratives Fasten (AIF),  
der Deutschen Fastenakademie (dfa) und dem Verein für  
unabhängige Gesundheitsberatung (UGB)*

*A Conversation between the Academy for Integrative Fasting (AIF),  
the German Fasting Academy (dfa), the German Medical Society for  
Therapeutic Fasting and Nutrition (ÄGHE) and the Association for  
Independent Health Counseling (UGB)*

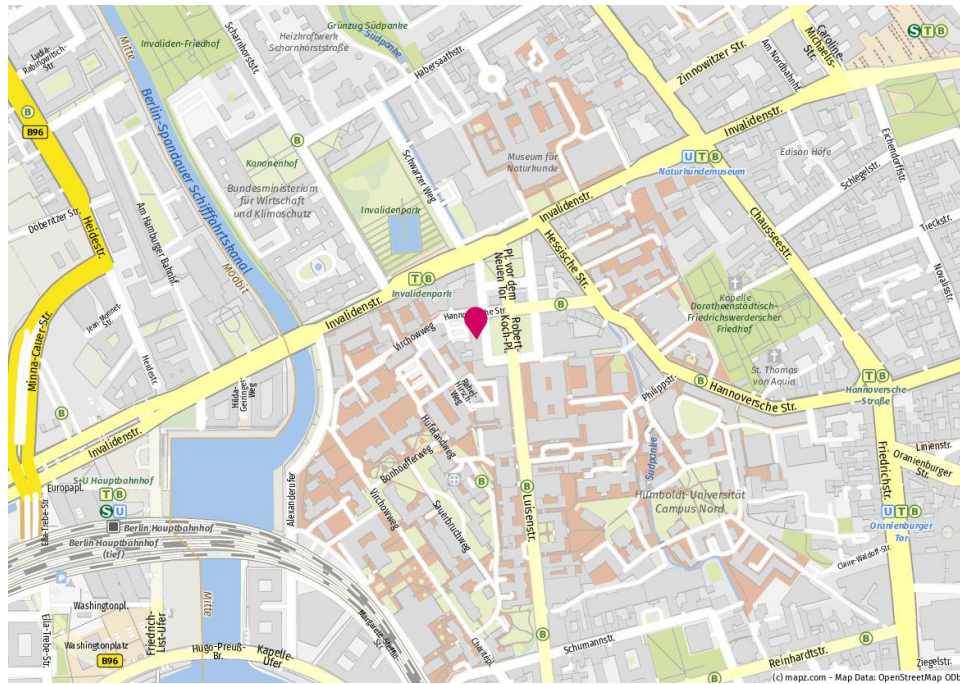
13.45 Abschied inkl. Preisverleihung für das Kongressquiz |  
Quiz Awards and Farewell

15.30 Ausflug zum Medizinhistorischen Museum der Charité (optional) |  
Excursion to the Charité Museum of Medical History (optional)



# VENUE

KAISERIN-FRIEDRICH-HAUS  
ROBERT-KOCH-PLATZ 7  
10115 BERLIN  
GERMANY



# ANMELDUNG | REGISTRATION



ANMELDUNG | REGISTRATION (VIRTUAL & ON-SITE CONGRESS, EVENING EVENT)  
[HTTPS://AERZTEGESELLSCHAFT-HEILFASTEN.DE/FASTENKONGRESS-BERLIN-2023/](https://aerztegesellschaft-heilfasten.de/fastenkongress-berlin-2023/)