

Tina Ganser, MSc

selbständige Ernährungswissenschaftlerin

Geburtsdatum 27. Jänner 1987, in Linz
Email: office@tinaganser.at
Homepage: www.tinaganser.at
Telefonnummer 0664/13 17 969
Staatsbürgerschaft Österreich



KERNKOMPETENZEN/ERFAHRUNGEN

- Kommunikativ, teamfähig, ambitioniert
- Kreativ
- Flexibel
- Organisationstalent

AUSBILDUNGEN

- Seit 2010** Teilnahme an Kongressen/Tagungen/Fortbildungen für Ernährung und Sport, Gesundheitsprävention, Public Health
- März 2016** Ausbildung zum Sporternährungsberater
- November 2014** MultiplikatorInnenschulung der AGES zum Thema „Ernährung von 1-3 Jährigen“
- September 2012** Interne Schulung im Zuge von Richtig essen von Anfang an! mit Themenschwerpunkt Gruppenführung, Umgang mit Problemen/heikle Themen schwierige Teilnehmer von Executive Coach Mag. Irene Krötlinger
- Juni/August 2012** MultiplikatorInnenschulung der AGES zum Thema „Ernährung in der Schwangerschaft“, „Ernährung in der Stillzeit und Beikost für Babys“
- November 2011** Ausbildung zum Spinning Instructor
- Oktober 2011** Metabolic Balance Fitness- Ausbildung
- 2010-2012** Masterstudium der Ernährungswissenschaft Zweig „Public Health“ an der Universität Wien
- Thema der Masterarbeit „Was kostet Adipositas in Österreich?“
Abschluss: Master of Science, MSc

- 2006-2009** Bakkalaureat für Ernährungswissenschaften an der Universität Wien
Thema der Bakkalaureatsarbeit: „Malnutrition bei Tumorpatienten: therapeutische Möglichkeiten mit Fettsäuren“
Abschluss: Bakkalaurea rerum naturum, Bakk. rer. nat.
- 1997- 2006** Bundesgymnasium in St. Johann in Tirol

BERUFLICHER WERDEGANG

Momentane Tätigkeit (selbständig seit Februar 2013)

Redakteurin, Merkur friends Magazin; seit Oktober 2015

Konzeption und Redaktion von Ernährungsartikel sowie Rezepte für das Magazin *Merkur friends* zum Thema Ernährungsunverträglichkeiten & -allergien im Zuge der Reihe „Easy Eating“

Voluntärin, Social Friends; seit Oktober 2015

Redakteur für Behindertensportler: verfassen von Eventberichten gemeinsam mit Behindertensportler für die Social Friends Website, www.socialfriends.at

Kochkursleiterin, ichkoche.at; seit Juli 2015

Konzeption von Koch- und Backkursen für die ichkoche.at- z.B. „Brunch“ oder für Kinder „Freche Frechtchen“, „Weihnachtsbäckereien“

Workshopleiterin, Arbeitsgemeinschaft für moderne Ernährung AGmE; seit April 2015

Durchführung von Schulfruchtverkostungen sowie Workshops für Schulkinder im Rahmen des Wiener Schulfruchtprogrammes; Exkursionen zu BIO- Betrieben

Workshopleiterin; fem, Caritas; seit März 2013

Abhalten von Kochkursen („Gesunde, schnelle und genussvolle Rezepte“) und diversen Vorträgen/ Workshops für sozioökonomisch schlechter gestellten Menschen und MigrantInnen

Mitbegründerin und Eigentümerin, „Die Backladies“; seit März 2013

Konzeption von Back- und Kochkursen mit Themenschwerpunkt amerikanische-britische Bäckereien wie Cake-Pops, Cupcakes, aber auch traditionell wie Brot oder Tartes
www.diebackladies.at

Spinnig Instructor; seit November 2012

Abhalten von Spinningkursen in diversen Fitnessstudios z.B. Work Out und Body Style

Redakteurin von Kochbüchern, Hubert Krenn VerlagsgesmbH; seit Februar 2011

Konzeption und Ausarbeitung von Küchbüchern; Verfassen von Vorworten; Test- Kochen von den

entwickelten Rezepten sowie Trendforschung. 17 erschiene Koch-/Backbücher bisher z.B. „Cupcakes“, „Cake-Pops, Brownies & Whoopie Pies“, „Donuts, Bagels & Scones“, „Easy Recipes“,...

Weitere Praxiserfahrungen/berufliche Tätigkeiten

Lektorin, Christian Brandstätter Verlag; 2015/2016

Lektorat des Buches „Die Chrono-Diät“

Redakteurin, MPreis- Magazin; November 2015

Redaktion vom Artikel „Backen 2.0“ sowie Rezepte im Kochmagazin MPreis

Redakteurin, WOMAN- Magazin; September 2015

Redaktion von Rezepten zum Thema „Backen ohne Mehl“ im Magazin WOMAN der Verlagsgruppe NEWS GmbH

Redakteurin, Kochen & Küche- Magazin; Juli 2015

Redaktion vom Artikel „Gesunde Backwaren- nicht nur für Diabetiker“ im Kochmagazin „Kochen & Küche“

futurefoodstudio, Mag. Hanni Rützler; Frühjahr 2015

Trendrecherche und Suche von passenden Best Practise Beispielen zu den Themen Brot & Gebäck für die Brotstudie 2.0 und den Foodreport 2015

Organisationsteam, cultural components & futurefoodstudio; November 2012- April 2015

Organisation von Esskultur-Abenden „migration culinaire“ um Einblicke in die Esskulturen von MigrantInnen in Österreich zu fördern und die transkulturelle Kompetenz und die Akzeptanz der Diversität zu fördern.

<http://www.futurefoodstudio.at/leistungen/events.html>

Redakteurin, „Das österreichische Diabetiker-Backbuch“, März 2015

Erschienen im Hardcover bei Krenn VerlagsgesmbH. Rezeptentwicklung und Verfassen von ernährungsspezifischen Texten

Projektassistenz der inhaltlichen Projektleiterin Mag. Hanni Rützler, „Richtig essen von Anfang an!“- Wien; Mai 2012- Jänner 2015

Koordination von 21 Workshopleiterinnen, Überarbeitung von Vortragmaterialien, Organisation von Schulungen, Projektberichte, Netzwerkpfege, Entwicklung von neuen „Workshoptools“ wie Verkostungen, Genussübungen, Präsentationstechniken

Trainerin, „Richtig essen von Anfang an!“- Wien; Oktober 2012- Dezember 2014

Abhalten von Workshops zum Thema „Ernährung in der Schwangerschaft“ und „Ernährung in der Stillzeit und Beikost für Babys“

Ernährungswissenschaftliches Volontariat, Concordia; Oktober 2014

Ernährungswissenschaftliche Expertise in einem Kinderdorf von Concordia in Pirta in der Republik Moldau:
Erstellen von Ernährungsplänen und Rezepten, Nährwertberechnungen, gemeinsames Kochen/Backen,
Schulung der BetreuerInnen, Bestärkung der Kinder zu einer gesunden Ernährungsweise,...

Ernährungscoach, Holmes Place Wien; September 2011- September 2013

Abhalten von Einzel- und Gruppencoachings sowie von Vorträgen; Verfassen von Artikeln mit
ernährungsrelevanten Inhalten für die Zeitschrift Holmes Place;
Hauptthemen: Abnehmen, Ernährung vor/während/nach dem Sport bzw. Wettkampf, Carboloading

Vortragende, 15. Wissenschaftliche Tagung der Österreichischen Gesellschaft für Public Health; September 2012

Vortrag zum Thema „Was kostet Adipositas in Österreich?“

Assistenz, futurefoodstudio & JA! Natürlich; November 2011-November 2012

Assistenz bei Genussworkshops von Mag. Hanni Rützler und Ja! Natürlich, in Zusammenarbeit mit
Naturkoch Johann Reisinger

Praktikantin, futurefoodstudio; Oktober/November 2011

Recherche zu diversen Themen (Foodtrends, Inhalte für JA! Natürlich Workshops,...)

Praktikantin, Hubert Krenn VerlagsgesmbH; Februar 2011

Fotografie und Redaktion von *Die Kochschule*

Projektassistentin, Mona Naturprodukte; Oktober 2010-Dezember 2011

Projektmanagement des Vereins Soja aus Österreich

Praktikantin, Mona Naturprodukte; Juli 2010

Projektmanagement des Vereins Soja aus Österreich

Weitere Fähigkeiten

Sprachen Deutsch (Muttersprache), Englisch (fließend; Toefl-Zertifikat), Französisch (gut; B2-Level)

IT Kenntnisse MS Office, Unix- Betriebssystem Mac OS X

Interessen

Kochen/Backen, Sport (insbesondere Triathlon), Reisen, Lesen, Fotografie, Backgammon

Referenzen

auf Anfrage