

Wien, am 15.10.2019

Tina Ganser, MSc

selbständige Ernährungswissenschaftlerin

Geburtsdatum 27. Jänner 1987, in Linz
Adresse Kendlerstraße 25/6, 1140 Wien
Email: office@tinaganser.at
Homepage: www.tinaganser.at
Foodblog: <https://delicious.wordpress.com>
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
- September 2019** Ausbildung zur Biersommeliere, Ottakringer Brauerei
- 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, Magazin Herzregion; seit September 2018

Redakteurin für das Magazin Herzregion (Onlineplattform in Tirol) zu diversen kulinarischen/ernährungswissenschaftlichen Themen

Trainer, WIFI Niederösterreich; seit April 2018

Trainer für die Ernährungsmodule der Diplom-Lehrgänge der Gesundheitsakademie

Workshopleitung „Kochwerkstatt für SchülerInnen“, ichkoche.at; seit Oktober 2017

Head und Leitung der „Kochwerkstatt für SchülerInnen“; Mitarbeit bei der Projektplanung

Autorin, Löwenzahn Verlag

Vegetarisches Kochbuch „Gemüseliebe“, Erscheinungsdatum: Juli 2017

Sales Assistant, Verband der Ernährungswissenschaftler Österreichs; seit November 2016

geringfügig angestellt; Betreuung der Firmenmitglieder sowie Sponsoring für die VEÖ- Jahrestagungen, Unterstützung des Arbeitskreises Öffentlichkeitsarbeit, Presseaussendungen, Organisation von Veranstaltungen

Kochkursleiterin, ichkoche.at; seit Juli 2015

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

Workshopleiterin, Arbeitsgemeinschaft für moderne Ernährung AGmE; seit April 2015

Tätig im EU-Projekt „Schulprogramm“: Durchführung von Schulfruchtverkostungen, Workshops und Exkursionen zu Gemüse-Betrieben für Schulkinder im Rahmen des Wiener Schulfruchtprogrammes; Tätig im WGKK-Projekt „Check your Snack!“- alle zum Thema gesunde Jause

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 Brot ab er amerikanische-britische
Bäckereien wie Cake-Pops, Cupcakes sowie Macarones; www.diebackladies.at

Spinnig Instructor; seit November 2012

Abhalten von Spinningkursen im Body Style

Workshopleitern, „Richtig essen von Anfang an!“- Wien; seit Oktober 2012

Abhalten von Workshops zum Thema „Ernährung in der Schwangerschaft“, „Ernährung in der Stillzeit und
Beikost für Babys“ und „Ernährung für 1-3 Jährige“, sowohl reguläre Workshops als auch speziell für
MigrantInnen

Weitere Praxiserfahrungen/berufliche Tätigkeiten

Food Stylist, Dr. Oetker; Mai 2019

Food Stylist für das neue Dr. Oetker Backbuch „So gelingt das Backen“

**Food Creator and Kitchen Personal Developer, Barracuda Sports & Lifestyle GmbH;
Jänner 2017- August 2018**

Entwicklung der Rezepte und Aufbau des Gastrobereiches sowie Chef-Köchin vor Ort

Redakteurin, Merkur Warenhandel AG; Oktober 2015- Dezember 2017

Konzeption und Redaktion von Beiträgen sowie Rezepten für das Magazin *Merkur friends* zum Thema
Ernährungsunverträglichkeiten & -allergien im Zuge der Reihe „Easy Eating“ (2016) und „Life Food“ (2017)

Ernährungswissenschaftliches Volontariat, Concordia; März 2017

Ernährungswissenschaftliche Expertise in einem Kinderdorf von Concordia in Ploiești und Bukarest. Erstellen
von Ernährungsplänen und Rezepten, gemeinsames Kochen, Workshops für Bewohner und Betreuer,
Bestärkung der Kinder zu einer gesunden Ernährungsweise,...

Lektorin, Verlag Eugen Ulmer; Februar/März 2016

Korrektur und redaktionelle Aufbereitung von „Glutenfreie Brote“

Lektorin, Christian Brandstätter Verlag; 2015/2016

Korrektur, redaktionelle Aufarbeitung und Bewertung auf ernährungswissenschaftliche Aspekte des
Manuskripts für das Buch „Die Chrono-Diät“

Kochbuchautorin, Hubert Krenn VerlagsgesmbH; Februar 2011- Dezember 2015

Konzeption und Ausarbeitung von Küchbüchern; Verfassen von Vorworten; Test- Kochen von den entwickelten Rezepten sowie Trendforschung. 20 erschiene Koch-/Backbücher bisher z.B. „Cupcakes“, „Cake-Pops, Brownies & Whoopie Pies“, „Donuts, Bagels & Scones“, „Easy Recipes“,...

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>

Autorin, „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, Netzwerkpflege, Entwicklung von neuen „Workshoptools“ wie Verkostungen, Genussübungen, Präsentationstechniken

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; Akquise von Neukunden
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; Juli 2010-Dezember 2011

Projektmanagement des Vereins Soja aus Österreich (Organisation von Projekten wie Sojatour 2011, Akquise Sponsoring, Mitgliedergewinnung und Betreuung, Erstellung von Präsentationen, Verfassen von Beiträgen für den Blog)

Weitere Qualifikationen/Fähigkeiten

Qualifikationen VEÖ-Qualitätssiegel für qualitative Weiterbildung in Gold (Anhang)

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 & Wandern), Reisen, Lesen, Fotografie, Backgammon

Referenzen

auf Anfrage