

Anmeldung

Zur Anmeldung gelangen Sie über folgenden Link:
www.aerztekammer-bw.de/akademie-baek-sw
oder direkt über diesen QR-Code (Klick oder Scan):



Teilnahmegebühr
75,- Euro

Die Teilnahme ist nur durch die vorherige Anmeldung über das SVmed Portal der Landesärztekammer Baden-Württemberg möglich. Bei einer Abmeldung gilt: bis 2 Wochen vor Kursbeginn – keine Zahlungsverpflichtung; bis 1 Woche vor Kursbeginn – Bearbeitungsgebühr von 50%; bei späterer Absage oder Nichterscheinen – Erhebung von 100% der Gebühr. Falls die Mindestteilnehmerzahl eine Woche vor Veranstaltungsbeginn nicht erreicht ist, kann die Veranstaltung abgesagt werden.

Fortbildungspunkte

Die Veranstaltung ist mit **6 Fortbildungspunkten** der Landesärztekammer Baden-Württemberg zertifiziert.

Kontakt und Information

Akademie für Ärztliche Fortbildung
Bezirksärztekammer Südwürttemberg
Dr. Beate Harder
Haldenhausstraße 11, 72770 Reutlingen
Telefon: 07121 917-2446 / -2415 / -2416
E-Mail: fortbildung@baek-sw.de

Bild: stock.adobe.com

Diese Veranstaltung wird als **Online-Seminar** angeboten. Weitere Informationen erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung.



Akademie für Ärztliche Fortbildung

Longevity – Medizin des gesünderen Alterns



ONLINE SEMINAR

Samstag, 21. März 2026
09:00–14:15 Uhr

„Den Jahren mehr Leben geben,
nicht nur dem Leben mehr Jahre.“

Longevity ist kein Modetrend, sondern ein neues Kapitel moderner Medizin. Anders als das oft missverstandene „Anti-Aging“ versteht Longevity Altern nicht als Defizit, das es aufzuhalten gilt, sondern als Prozess, den wir aktiv, gesund und selbstbestimmt gestalten können. Es geht um ein ganzheitliches Versorgungskonzept, das biologische Mechanismen des Alterns mit Prävention, Lebensstilmedizin und innovativen Therapien verbindet – mit dem Ziel, Lebensjahre nicht nur zu verlängern, sondern die gesunden, aktiven Jahre zu mehrten.

Unsere Fortbildung unterstützt Sie dabei, aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse praxisnah in Ihre ärztliche Tätigkeit zu integrieren. Sie erhalten konkrete Strategien für die Beratung und Begleitung Ihrer Patientinnen – von Ernährung, Bewegung und Schlaf bis hin zum Umgang mit Stress. So können Sie Ihre Patientinnen und Patienten kompetent auf ihrem Weg zu einem längeren, vitaleren Leben begleiten und Longevity als festen Bestandteil einer zukunftsorientierten medizinischen Versorgung etablieren.

Kursleitung:

- Dr. med. Sophia Blankenhorn
Präsidentin der Bezirksärztekammer
Südwestfalen

Programm

9:00–9:05 Uhr

Begrüßung und Einführung

Dr. med. Sophia Blankenhorn

9:05–9:50 Uhr

Grundlagen der Longevity-Medizin / Biologie des Alterns & zelluläre Mechanismen

Prof. Dr. med. Bernd Kleine-Gunk

9:50–10:35 Uhr

Prävention durch Ernährung (Fastenstrategien, Mikronährstoffe)

Dott. M. Thomas Platzer

10:35–11:00 Uhr

Pause

11:00–11:45 Uhr

Besser Altern mit Musik

Prof. a.D. Dr. med. Dipl. mus. Eckart Altenmüller

11:45–12:30 Uhr

Psychisches Wohlbefinden: Eine tragende Säule von Longevity (Stressmanagement, Resilienz, soziale Bindungen)

Prof. Dr. med. Harald Gündel

12:30–12:45 Uhr

Pause

12:45–13:30 Uhr

Anti-Aging-Faktoren: Schlaf und die innere Uhr

Prof. PD Dr. med. Kneginja Richter

13:30–14:15 Uhr

Prävention und Therapie durch Bewegung

Prof. Dr. med. Andreas Nieß

Referierende

- Prof. Dr. med. Bernd Kleine-Gunk
Präsident der Deutschen Gesellschaft
für Prävention und Anti-Aging Medizin,
Niedergelassener Facharzt für Gynäkologie
und Ernährungsmedizin, Nürnberg
- Dott. Thomas M. Platzer
Arzt, Präventionsmedizin, Ernährungsmedizin,
Endokrinologische und sportmedizinische
Qualifikation, Privatpraxis Kosttor und MediCenter
Süd Straßlach, München
- Prof. a.D. Dr. med. Dipl. mus. Eckart Altenmüller
ehem. Direktor des IMMM, Hochschule für Musik,
Theater und Medien Hannover
- Prof. Dr. med. Harald Gündel
Ärztlicher Direktor der Klinik für Psychosoma-
tische Medizin und Psychotherapie,
Universitätsklinikum Ulm
- Prof. PD Dr. med. Kneginja Richter
Chefärztin, Fachärztin für Psychiatrie und
Psychotherapie, Schlafmedizin,
CuraMed Tagesklinik Nürnberg GmbH
- Prof. Dr. med. Andreas Nieß
Ärztlicher Direktor der Abteilung Sportmedizin,
Universitätsklinikum Tübingen

