

# Anmeldung

Zur Anmeldung gelangen Sie über folgenden Link:  
[www.aerztekammer-bw.de/akademie-baek-sw](http://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](mailto: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 missverständliche „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 mehren.

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  
Südwürttemberg

## 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

