

Immanuel Krankenhaus Berlin

Klinik für Innere Medizin
Königstraße 63
14109 Berlin-Wannsee

Naturheilkunde

Tel. 030 80 505 - 691
Fax 030 80 505 - 692
naturheilkunde@immanuelalbertinen.de

**Innere Medizin, Rheumatologie,
Klinische Immunologie und Osteologie**

Tel. 030 80 505 - 692
Fax 030 80 505 - 630
berlin.osteologie@immanuel.de

Gesellschaft

Immanuel-Krankenhaus GmbH
Eine Gesellschaft der Immanuel Albertinen Diakonie

**berlin.immanuel.de
immanuelalbertinen.de**



**Dienstag, 10.03.2026 · 15:00 Uhr
Am Kleinen Wannsee 5 A, EG · Festsaal**

02/2026 · Fotos: 123rf.com · kuprevich · Brigitta Brandt · Wolfgang Wedel · Immanuel Albertinen Diakonie



**Frauengesundheit am
Immanuel Krankenhaus Berlin**

**Starke Frauen –
Starke Knochen**
Maßnahmen, Trainingsimpulse und
Ernährungstipps für gesunde Knochen
und starke Muskeln

In besten Händen, dem Leben zuliebe.

Liebe Interessierte,

der Weltfrauentag ist für uns Anlass, die Frauengesundheit in den Mittelpunkt zu rücken. Freuen Sie sich auf eine informative Veranstaltung mit Expertinnen und Experten aus Ernährung, Naturheilkunde, Osteologie und Sportmedizin.

Im Fokus stehen moderne Behandlungsmöglichkeiten bei Osteoporose, Krafttraining bei Sarkopenie & Osteoporose, zyklusbasiertes Training sowie Ernährung für gesunde Langlebigkeit. Neben aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen erwarten Sie praxisnahe Impulse und Raum für Austausch.

Weitere Informationen zu unseren Veranstaltungen entnehmen Sie bitte unserer Website.

berlin.immanuel.de/aktuelles/veranstaltungen



Das Programm

Grußwort und Einführung

Moderne Behandlungsmöglichkeiten bei Osteoporose

Individuelle Anwendungen und therapeutische Maßnahmen



Dr. med. Katja Warnecke

*Leitende Oberärztin für Osteologie,
Abteilung Innere Medizin, Rheumatologie,
Klinische Immunologie und Osteologie*

Krafttraining bei Sarkopenie & Osteoporose | Zyklusbasiertes Training

Welche Bewegungsformen und Zeitpunkte entscheidend sind



Dr. med. Claudia Römer

*Oberärztin und Leitung des Bereiches Sportmedizin und Leistungsdiagnostik
Abteilung Naturheilkunde*

Ernährung und Longevity

Welche Lebensmittel die Langlebigkeit und gesunde Alterung unterstützen



Prof. Dr. med. Andreas Michalsen

*Chefarzt für Naturheilkunde und
Ernährungsmedizin
Abteilung Naturheilkunde*

Im Anschluss an die Vorträge laden wir Sie herzlich zu einer Fragerunde mit den Referierenden ein.