

Pressemitteilung der Krankenhaus Märkisch-Oderland GmbH

Sonntagsvorlesungen starten wieder

Erstes Thema im Oktober: Was kommt heute auf den Teller? – Ernährung und Gesundheit

Strausberg, 06. Oktober 2026. Am 18. Oktober startet im Krankenhaus Strausberg die neue Saison der beliebten Sonntagsvorlesungen. Zum Auftakt dreht sich alles um die Frage, was täglich auf unserem Teller landet und welchen Einfluss unsere Ernährung auf unsere Gesundheit hat.

Dr. med. Franziska Schäfer, Oberärztin der Klinik für Innere Medizin und Fachärztin für Innere Medizin und Gastroenterologie, nimmt als Ernährungsexpertin typische Mittagessen genauer unter die Lupe. Anhand von Bildern zeigt sie, was eine Mahlzeit ausgewogen macht, wo sich versteckte Stolpersteine finden und wie sich gesunde Ernährung ganz unkompliziert in den Alltag integrieren lässt.

Was braucht unser Körper wirklich? Wie sieht eine ausgewogene Mahlzeit aus? Und muss gesundes Essen eigentlich langweilig sein? Diesen und weiteren Fragen geht Franziska Schäfer in ihrem Vortrag auf den Grund und gibt praktische Tipps, die sich direkt im Alltag umsetzen lassen.

Die Sonntagsvorlesung findet wie gewohnt in der Cafeteria **Bistro Medicus** im Krankenhaus Strausberg, Prötzeler Chaussee 5, statt. Der Eintritt ist kostenlos.

Interessierte Besucherinnen und Besucher, Patientinnen und Patienten, Angehörige sowie medizinische Fachkräfte sind herzlich eingeladen.

Wir freuen uns auf viele Gäste und einen informativen, unterhaltsamen Vormittag rund um das Thema Ernährung und Gesundheit.

„Was kommt heute auf den Teller? – Ernährung und Gesundheit“

Datum: Sonntag, 18. Oktober 2026

Uhrzeit: 10:00 - ca. 11:30

Ort: Krankenhaus Märkisch-Oderland

Prötzeler Chaussee 5

15344 Strausberg

Cafeteria des Krankenhauses – Bistro Medicus