

## **Brain Week 2025: Aktives Gehirn im Laufe des Lebens**

### **Programm Montag, 10.03.25:**

- 18:15 Begrüssung und Einführung  
Moderation: Prof. Dr. med. Dr. sc. nat. Maxime Olivier Baud
- 18:20-19:00 Prof. Dr. phil. Dipl.-Psych. Iris-Katharina Penner  
*«Wie Achtsamkeit und Meditation das Gehirn auf Trab halten»*
- 19:00-19:15 Pause / Vorstellung von Sponsoren
- 19:20-20:00 Prof. Dr. med. Barbara Tettenborn  
*«Wie viel Sport braucht das Gehirn»*

### **Programm Dienstag, 11.03.25:**

- 18:15 Begrüssung und Einführung  
Moderation: Prof. Dr. med. Mirjam Heldner
- 18:20-19:00 Dr. Valentin Benzig  
*«Bewegung fürs Gehirn? Wie Sport die kognitive Leistung und Hirnentwicklung bei Kindern mit und ohne Krebserkrankung beeinflusst»*
- 19:00-19:15 Pause / Vorstellung von Sponsoren
- 19:20-20:00 Prof. Dr. phil. Jessica Peter  
*«Aktiv der Demenz vorbeugen: Strategien für ein fittes Gedächtnis»*

### **Programm Mittwoch, 12.03.25:**

Filmabend im Kino REX: «Honig im Kopf»

### **Programm Donnerstag, 13.03.25: Mythen und Wahrheiten**

- 18:15 Begrüssung und Einführung  
Moderation: PD Dr. Maria Stein
- Speaker1: Prof. Dr. Leila Tarokh, PhD, Mythos: *«Unser Gehirn ruht in der Nacht.»*
- Speaker2: PD Dr. med. Andreas Nowacki, Mythos: *«Schmerzen haben immer einen organischen Ursprung»*
- Speaker 3: Dr. Corina Schöne, Mythos: *«Das Gleichgewichtsorgan – nur wichtig für die Balance»*
- Speaker 4: Prof. Dr. Claudio R. Nigg, Mythos: *«Bewegung kommt nur der körperlichen Gesundheit zugute.»*
- Speaker 5: Prof. Dr. med. Bogdan Draganski, Mythos: *„Das Gedächtnis lässt mit dem Alter nach und wir können nichts dagegen tun“*