

PRESSEMITTEILUNG

DR. MATTHIAS RIEDL FÜHRT SEIN ERFOLGREICHES PROGRAMM „GESUNDE ERNÄHRUNG – EINFACHER ALS GEDACHT!“ AUCH IN 2025 FORT



© Andreas Sibler

(Hamburg, 13.11.2024) Nach ausverkauften Shows in 2023 und 2024 ist Dr. Matthias Riedl auch 2025 live auf der großen Bühne zu erleben. In dem mit vielen neuen Fakten aktualisierten Programm „Gesunde Ernährung – Einfacher als gedacht“ zeigt der bekannte TV-Ernährungsdoc, Diabetologe und renommierte Ernährungsmediziner unterhaltsam und informativ, wie einfach eine gesunde und nachhaltige Küche in den Alltag integriert

werden kann. Tickets für die drei Termine sind ab dem 13. November um 12 Uhr auf [eventim.de](https://www.eventim.de) und an allen bekannten Vorverkaufsstellen erhältlich.

In der Live-Show präsentiert Dr. Matthias Riedl eine vollkommen neue Sicht auf den Zusammenhang von Erkrankungen und Ernährung. Der Kampf gegen ernährungsbedingte Volkskrankheiten wie Bluthochdruck, die immer weiter zunehmen, ist ihm ein besonderes Anliegen und er gibt konkrete Tipps, die sofort eine positive Auswirkung auf die Gesundheit und das Wohlbefinden haben.

Dabei stellt er als einer der bekanntesten Ernährungsmediziner Deutschlands dieses Mal Longevity (auch Langlebigkeit genannt) in den Vordergrund seines Programms und erklärt, wie man seine Psyche „gesund essen“ kann. Das Publikum erfährt von Dr. Matthias Riedl bisher unbekannte und beeindruckende Zusammenhänge zwischen Ernährung und Wohlbefinden. Dabei räumt er empathisch, aber ehrlich mit falschen Lebensmittel-Mythen auf. „*Gesundes Essen wirkt wie Medizin*“ ist ein Leitsatz von Dr. Matthias Riedl. Und ist gar nicht so schwierig im Alltag umzusetzen, wie man denkt.

Dies beweist er mit seinem einzigartigen Programm, in dem er nachvollziehbare Fakten und inspirierende Tipps für ein gesünderes Leben aus mehr als 30 Jahren Erfahrung in der Ernährungsmedizin zusammengestellt hat. *„Nach diesem Abend wird das Publikum mit einer vollkommen neuen Sicht auf die Ernährung nach Hause gehen und sofort in der Lage sein, meine Ernährungsempfehlungen motiviert in die Tat umzusetzen“*, so Dr. Matthias Riedl.

Dr. Matthias Riedl ist Internist, Ernährungsmediziner, Diabetologe und Ärztlicher Direktor des von ihm 2010 gegründeten Medicum Hamburg – Europas größtes Fachzentrum für Diabetologie, Ernährungsmedizin und angrenzende Fachgebiete. Einem breiten Publikum ist er bekannt durch die NDR-Sendereihe „Die Ernährungs-Docs“.

Des Weiteren ist der Mediziner ein gefragter Dozent, Berater und Autor. Zu seinen veröffentlichten Fachbüchern zählen mehr als 50 Bestseller. Sein fundiertes Wissen rund um Ernährung und Gesundheit gibt er außerdem in zwei erfolgreichen Podcasts weiter und engagiert sich als Chefredakteur der Zeitschrift „Iss dich gesund mit Dr. Riedl“ für ein gesundes Leben. Zudem ist Dr. Matthias Riedl auch Digitalunternehmer, der die erste rein digitale Ernährungstherapie MyFoodDoctor auf den Markt gebracht hat.

DR. MATTHIAS RIEDL
DER ERNÄHRUNGS-DOC LIVE 2025
GESUNDE ERNÄHRUNG – EINFACHER ALS GEDACHT

14.03.25 Berlin · Urania

16.03.25 Köln · Gürzenich

19.06.25 Hamburg · Laeiszhalle

Mehr Infos und Tickets unter www.neuland-concerts.com und www.eventim.de.