

Fit Forever – Gesund älter werden

Die Gesundheitsregion Göttingen/Südniedersachsen organisiert ein großes ZukunftsForum



Das „ZukunftsForum Gesundheit in Südniedersachsen“ beschäftigt sich am 11. September im GDA-Wohnstift in Göttingen mit dem Thema „Gesund älter werden“. Eröffnet wird die Veranstaltung der Gesundheitsregion Göttingen/Südniedersachsen um 14 Uhr von der Nds. Sozialministerin Dr. Carola Reimann. Im Anschluss werden Experten aus der Region vielfältige Aspekte des gesunden Alterns vorstellen und mit dem Publikum diskutieren, darunter Prof. Jens Wiltfang, Leiter der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie an der Universitätsmedizin Göttingen, zum Thema „Alzheimer früh erkennen, um besser vorbeugen zu können“ und Dr. Thomas Suermann, Vorstandsmitglied der Gesundheitsregion, mit einem Vortrag zu Präventionsangeboten im Alter. Eine Sportgruppe des ASC 46 Göttingen wird mit dem Publikum ein kurzes, aktives mentales Training durchführen, und Dr. Thomas Ellrott, Leiter des Instituts für Ernährungspsychologie in Göttingen, Aspekte der gesunden und ausgewogenen Ernährung im Alter erläutern. Das Thema Zahnpflege im Alter erörtert Dr. Axel Hildebrandt und eine Gruppe des Adelebsener Seniorenbeirats stellt vor, was gute Netzwerke und sinnvolle Beschäftigung im Alter bewirken können. ■

TEXT: Ulrich Drees | FOTOS: Charakter



Gesundheitsregion
Göttingen/Südniedersachsen
Bahnhofsallee 1b
37081 Göttingen
Telefon: 05 51 / 54 74 32 91
www.gesundheitsregiongoettingen.de