

# Vortragsreihe zu „Seelische Gesundheit im Alter“

im Zehentkasten der Burg Dagestein in Vilseck  
Barriere-freier Zugang ist möglich  
- jeweils Mittwoch um 15.30 Uhr, Eintritt frei! -



**Schirmherr: 1. Bürgermeister Hans-Martin Schertl**

**Auskünfte erteilt: Georg Pilhofer, Sozialpsychiatrisches Zentrum Amberg, Tel. 09621 37240**

## ***28.02.18 „Himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt - Depressionen im Alter“***

***Referent: Dr. med. Lutz Kiefer***

Depressionen sind im höheren Lebensalter eine häufig auftretende Störung. Meist werden Depressionen nicht erkannt, da ihre Symptome sehr vielfältig sein können. Der Vortrag soll helfen, Depressionen im Alter zu erkennen und Wege der Behandlung aufzeigen.

## ***07.03.18 „Das Gedächtnis lässt nach – habe ich Alzheimer? Was ist Demenz?“***

***Referent: Dr. med. Klaus Gebel***

Die durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland ist in den letzten Jahrzehnten ständig angestiegen. In diesem Zusammenhang zeigen auch die sogenannten Demenzen als typische Alterserkrankungen eine deutliche Häufigkeitszunahme. Es wird auf die beiden häufigsten Demenzformen, die Alzheimer Demenz und die gefäßbedingte Demenz eingegangen. Die bestehenden Möglichkeiten der Früherkennung, die Unterschiede zwischen den beiden Demenzformen, der Verlauf und die aktuellen Behandlungsmöglichkeiten werden besprochen.

## ***14.03.18 „Alt werden bei guter Gesundheit - Gesundheitsvorsorge für Senioren“***

***Referent: Dr. med. Roland Brey***

Geht das, oder ist im Alter nicht „Hopfen und Malz verloren“? Kann man Erkrankungen wie Alzheimer und Krebs vorbeugen und Pflegebedürftigkeit vermeiden? Ein Vortrag, der Mut machen soll: Was Sie selbst tun können, um körperlich und geistig fit zu bleiben und Ihre Selbstständigkeit im Alter so lange wie möglich zu erhalten.

## ***28.03.18 „Wenn Ängste das Leben bestimmen“***

***Referent: Georg Pilhofer, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Gerontotherapeut***

Ängste und Panikattacken haben in der Regel eine langjährige Entstehungsgeschichte. Eine Angstentwicklung beginnt dann, wenn die positive Persönlichkeitsentfaltung gestört oder behindert wird. Um verdrängte Ängste nicht wieder erleben zu müssen, benötigt der Mensch Abwehrmechanismen. Im Vortrag werden grundlegende Informationen zu Angsterkrankungen vermittelt, wie Ursachen, Symptomatik, Therapie und Betreuungsmöglichkeiten.

### **Veranstalter:**

***Stadt Vilseck, SEGA e.V., Kath. Erwachsenenbildung KEB, Ev. Bildungswerk EBW***

### **Zum Besuch dieser Veranstaltungsreihe laden ein:**

***Stadt Vilseck, katholische und evangelische Kirchengemeinde, Gemeinde und Pfarrei Freihung, AOVE - Alt werden zu Hause, VHS Amberg-Sulzbach, VdK-Ortsverband, BRK Seniorenheim, Sozialpsychiatrisches Zentrum Amberg.***