

Vortragsreihe zu „Seelische Gesundheit im Alter“



**In der Paulanerkirche Amberg,
Paulanergasse 12, 92224 Amberg
- jeweils Mittwoch um 15.00 Uhr, Eintritt frei! -**

Schirmherr: Oberbürgermeister Michael Cerny

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

17.03.2021 „Wo der Schuh im Alter drückt“ – SEGA-Fachtag im Landratsamt Amberg, von 8.30-16.30 Uhr im König-Ruprecht-Saal, Zeughausstr. 2

14.04.21 „Glaube und Seelische Gesundheit“

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

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass der Glaube die seelische Gesundheit fördert und die Bewältigung von seelischen Krisen verbessert. Gläubigkeit ist somit eine wichtige Ressource für die psychische Stabilität. Die christliche Religion gibt dem Gläubigen Geborgenheit und vermittelt Weisheiten, die dem Menschen in schweren Zeiten helfen und das Leben erleichtern.

21.04.21 "Depressionen im Alter erkennen und behandeln"

Referentin: Heidi Himmelhuber, Dipl. Sozialpädagogin (FH)

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.

28.04.21 „Wenn Ängste das Leben bestimmen“

Referent: Dr. med. Willy Müller

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.

05.05.21 „Das Gedächtnis lässt nach – habe ich Alzheimer? Was ist Demenz?“

Referent: Dr. med. Walter Schindler

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.

12.05.21 „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.

Veranstalter:

**Stadt Amberg, Gesundheitsregion Plus, SEGA e.V.,
Kath. Erwachsenenbildung KEB, Ev. Bildungswerk EBW**

Zum Besuch dieser Veranstaltungsreihe laden ein:

**Katholische und evangelische Kirchengemeinde, VHS Amberg-Sulzbach,
VdK-Kreisverband, Sozialpsychiatrisches Zentrum Amberg.**