



Ein **kostenloses** Angebot der Busch-Stiftung >Seniorenhilfe< in Kooperation mit der



Einladung zum Vortrag mit Herrn Arnd Bader zum Thema:

„Demenz – Ist Vorbeugung möglich?“

Mit zunehmendem Alter steigt die Wahrscheinlichkeit an einer Form von Demenz zu erkranken. Überhaupt ist angesichts der Fülle von Krankheitsbildern, die die moderne Medizin kennt, Gesundheit im Alter offensichtlich ein unwahrscheinlicher Zustand, gerade für pflegende Angehörige, die noch einmal besonders gesundheitlichen Herausforderungen gegenübergestellt werden, wie zahlreiche Studien zeigen.

Wie schafft man es dennoch, trotz widriger Umstände, die das Alter, eine Pflegesituation oder auch das Leben an sich mitbringen können, körperlich und auch seelisch gesund zu bleiben.

Vor dem Hintergrund der Forschungen zum „Gesunden Altern“ und der „Demenzprävention“ zeigt der Vortrag auf, welche Rolle besonders natur- und alltagsnahe Bewegung in diesem Kontext spielen können.

Dabei wird besonders auf das Thema „Resilienz“ bzw. „Resilienz-Training“ eingegangen.

Termin: Mittwoch, 10. Dezember 2025 um 18.00 Uhr

Ort: Bergische VHS Solingen, Mummstraße 10, 42651 Solingen, 3. Etage, Raum 322 (Forum, )

Referent: Arnd Bader, Sozialwissenschaftler, Fachliche Leitung
Regionalbüro Bergisches Land - Alter, Pflege und Demenz

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.