

Alt werden wollen alle – alt sein dagegen keiner!

Was können wir tun, um möglichst bei bester Gesundheit, wohlauf und selbständig unseren Lebensabend zu begehen?

Gerne laden wir als Team der Altersmedizin Sie und Ihre Angehörigen zu einem regelmäßigen Informationsabend ein. In verständlicher Sprache werden Krankheiten und deren Vorbeugung erklärt und es ist viel Raum für Fragen und Austausch.

Gerne greifen wir auch Themen auf, die Sie interessieren. Diese Themenvorschläge können Sie gerne an martin.glasneck@kk-bottrop.de einsenden. Wir freuen uns über jede Rückmeldung.

Es grüßt Sie herzlich



CHEFARZT UND REFERENT
DR. MED. MARTIN GLASNECK

Anfahrt



KONTAKT

Klinik für Innere Medizin V – Altersmedizin

Chefarzt: Dr. med. Martin Glasneck
martin.glasneck@kk-bottrop.de

Sekretariat: Nicole Böge
Tel. 0204 15-1151
Fax: 02041 15-1152

Herausgeber:
Knappschaftskrankenhaus Bottrop GmbH
Osterfelder Str. 157 | 46242 Bottrop
www.kk-bottrop.de

Im Verbund der



Stand: 11/2023
d21_FLY_112023

Geriatrisches Forum

Tipps für ein gesundes Alter

Patientenseminare 2024
der Klinik für Altersmedizin



Themen und Termine



Mi, 17.01.2024, 17:00 Uhr **Geistige Fitness und Demenz**

Kann ich Einfluss nehmen?
Kann man Demenz verhindern?



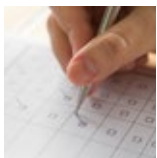
Mi, 21.02.2024, 17:00 Uhr **Gesunde Ernährung**

Kann ich dadurch mein Leben verlängern?



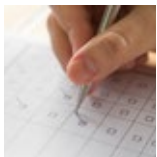
Mi, 20.03.2024, 17:00 Uhr **Schmerzen im Alter**

Wie vermeide ich sie?



Mi, 17.04.2024, 17:00 Uhr **Endlich Licht im Pflege- Dschungel (Teil 1)**

Warum ist eine Pflegeberatung wichtig? Wie stelle ich einen Antrag auf Pflegeleistungen? Worauf muss ich achten, wenn der Medizinische Dienst zur Begutachtung kommt?



Mi, 15.05.2024, 17:00 Uhr **Endlich Licht im Pflege- Dschungel (Teil 2)**

Welche Leistungen der Pflegekasse stehen mir zu? Wie kann ich diese Pflegeleistungen nutzen? Wer kann mich im Alter unterstützen?

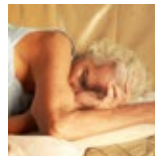


Mi, 19.06.2024, 17:00 Uhr **Goldene Regeln für ein gesundes Alter**



Mi, 24.07.2024, 17:00 Uhr **Große Operationen im hohen Alter?**

Am Beispiel der kranken Herzklappe werden Möglichkeiten und Grenzen aufgezeigt



Mi, 21.08.2024, 17:00 Uhr **Schlafstörungen**

Unruhige Nächte sind zermürend.
Gibt es Hilfe? Woran liegt es?



Mi, 25.09.2024, 17:00 Uhr **Hautveränderungen im Alter**

Die Altershaut wird dünner und zeigt seltsame Flecken. Was kann ich tun? Was ist gefährlich?



Mi, 16.10.2024, 17:00 Uhr **Krebsvorsorge**

Was kann ich selbst tun, um Krebs zu verhindern?



Mi, 20.11.2024, 17:00 Uhr **Zu viele Tabletten?**

Was ist sinnvoll und was schadet?



Mi, 18.12.2024, 17:00 Uhr **Ein langes, gesundes Leben**

Was kann ich selbst dafür tun?

Anmeldungen

Alle Angaben in diesem Flyer sind ohne Gewähr. Wir behalten uns kurzfristige Änderungen der Termine oder des Veranstaltungsortes vor.

Zur besseren Planung bitten wir um vorherige Anmeldung:

Unternehmenskommunikation

Telefon: 02041 15 - 2251

E-Mail: uk@kk-bottrop.de

Veranstaltungsort

Der **Konferenzraum „Schacht 10“** befindet sich im Untergeschoss der Verwaltung (hinter dem Krankenhaus). Das Verwaltungsgebäude erreichen Sie, indem Sie rechts am Krankenhausgebäude, an der Notaufnahme, vorbeigehen. Das große Backsteingebäude, auf das Sie sich dann zu bewegen, ist die Verwaltung.