

## Vortragsreihe zu „Seelische Gesundheit im Alter“

**Im Fürstensaal, Hauptstraße 5, 92266 Ensdorf**  
**- jeweils Mittwoch um 15.00 Uhr, Eintritt frei! -**

**Schirmherr: Bürgermeister Hans Ram**

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

### ***12.04.23 „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.

### ***19.04.23 "Depressionen im Alter erkennen und behandeln"***

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

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.

### ***26.04.23 „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.

### ***03.05.23 „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.

### ***10.05.23 „(Un-)Abhängig im Alter“ – Informationen zu Suchterkrankungen im Alter***

***Referent: Sebastian Schuster, Sozialpädagogin B.A. (FH)***

Abhängigkeit und Sucht – unbequeme Themen, die gerne ignoriert werden. Doch ob selbst betroffen oder nicht – das Thema „Sucht im Alter“ wird in Zukunft durch die alternde Gesellschaft einen viel größeren Stellenwert in der Öffentlichkeit einnehmen (müssen). Dabei stehen Alkohol und Medikamente im Mittelpunkt. Denn auch wenn illegale Drogen und Kriminalität im Alltag der meisten Menschen zum Glück keine Rolle spielen – Suchterkrankungen sind vielschichtiger und facettenreicher als wir es wahrhaben wollen. Suchterkrankungen betreffen alle Lebensbereiche der Betroffenen UND deren Angehörigen. Dieser Vortrag möchte daher Pflegende, Angehörige und Betroffene sensibilisieren, zum Nachdenken anregen und über Risiken informieren.

***Veranstalter und Einladende: Gemeinde Ensdorf und Seniorenbeauftragte Petra Braun-Göldner, Seniorenmosaik im Naturpark Hirschwald e.V., SEGA e.V., Katholische und evangelische Kirchengemeinde, Kath. Erwachsenenbildung KEB, Ev. Bildungswerk EBW, VHS Amberg-Sulzbach, Gesundheitsregion plus AM / AS, Caritas Sozialstation Ensdorf, VdK-Kreisverband, Sozialpsychiatrisches Zentrum Amberg.***