



Wie schütze ich meine grauen Zellen? – (Sekundär)Prävention bei Demenz

Donnerstag, 23.07.2026, 16 Uhr - 17:30 Uhr

Ort: Nonnenmacher-Haus, Gartenstraße 28, Tübingen

**Dr. Julia Baur und Prof. Dr. G. Eschweiler (Leiter), Geriatriisches Zentrum
Tübingen**

Ab dem 60. Lebensjahr nehmen viele Personen Veränderungen in der Aufmerksamkeit sowie der Denk- und Merkfähigkeit wahr. Welche Veränderungen sind alterstypisch, welche Beeinträchtigung sind pathologisch und wie kann ich dem selbst entgegenwirken? Im Vortrag soll neben allgemeinen Präventionsmaßnahmen bei dementiellen Entwicklungen eine derzeit am Universitätsklinikum Tübingen durchgeführte Studie zum Thema Sekundärprävention bei Personen ab 60 Jahren mit leichten kognitiven Beeinträchtigungen vorgestellt werden. Dabei werden verschiedene nicht-medikamentöse Behandlungsformen (Yoga, Ausdauertraining, spezifische Atemtherapie) eingesetzt und deren Einfluss auf die kognitive Leistungsfähigkeit untersucht.

Anmeldung bis 20.07.26 telefonisch oder per mail (siehe unten)

Veranstalter:

 **Beratungsstelle
für ältere Menschen
und deren Angehörige e.V.**


Geriatriisches Zentrum
am Universitätsklinikum Tübingen

**Kontakt: Gartenstraße 28, 72074 Tübingen,
Telefon: 07071-22498, info@altenberatung.de**